

● POLARIS ⁷ / 2012

ČASOPIS ORIENTAČNÍCH BĚŽCŮ KLUBU SK ŽABOVŘESKY BRNO / ROČNÍK XIV. / #122



BAHNO / MČR DRUGSTEV

MČR na klasické trati Turnov, MČR družstva a štafety Ochoz,
Rozhovor: Hanka, Miloš, JML Dambořice, Zbraslav, M Brna ve
sprintu, Zhusta cup, Česko-Saské Švýcarsko

Chystala jsem se napsat krásný poetický článek o závodě ve skalách, nořících se do mlhy, kde sluneční paprsky sotva prosvítily skrze tento hustý bělavý polštář, ale nakonec tento nemilosrdný boj vyhrály, takže ani pobláznění běžci nezmrzli a užili si dech-beroucí zážitek v tomto přednádherném terénu...

Ale nakonec to dopadlo nějak takto: Vyzazili jsme netradičně v pátek, nevím, jak na tom byli ostatní, ale já jsem měla velký problém s tím, že jsem se nedokázala soustředit na to, že jedu na závody, když ještě ani nebyl víkend... U Bohémy jsme se téměř všichni sešli v 6:45, bojíc se napsu na stránkách: NA NIKOHO SE NEČEKÁ. A co se nestalo? Bus byl objednaný na 7:00. Jo, blbá čtvrt hodinka, ale možná ty, co startovali brzy, dokázala namíchnout. Takže pěkná fintička, za kterou bych ráda poděkovala všem pravidelně pozdě chodícím, díky kterým vstávalo 50 lidí dříve, aby stihli dřívější spoj.

Na místo jsme dorazili s menším zpožděním, někteří si vyzkoušeli předstartovní strešík, ale myslím, že nakonec start všichni stihli. Musím se přiznat, že už si sobotní závod do detailů nepamatuju, jediné, co vím je, že jsem se z lesa vrátila úplně mrtvá a hladová. Ale bylo to pěkné, skály snad nemůžou zklamat nikdy. Horší to bylo s mezičasy, ty jsme si moc neporovnali, pořadatelům se moc nepovedlo je zesynchronizovat. Nejlepší na tom odpolední však byla výborná večeře, možná taky proto, že už jsem se nemohla dočkat nějakého vydatného jídla.

Ubytování jsme byli kdesi v háji, pořadatelé nás odřízli od centra dění spolu s ABMáky. Někteří ještě vyrazili do centra Turnova, já jsem však velmi brzy zalehla a za chvíli nevěděla o světě...

Další den nás celkem zarazilo startovní pořadí kategorií. Je pochopitelné, že pořadatelé chtěli mít oddělené muže a ženy kvůli televiznímu přenosu, ale proč do toho motali i ostatní finále? Někteří z C-finále startovali později než z A-finále, start byl společný, tak jaký smysl potom měla „karanténa“? Některé věci jsme nepochopili, v lese to už snad většina z nás pochopila. Finále bylo ještě náročnější než kvalifikace a podle mě i mapově hezčí. Výsledky si můžete přečíst dole, nebudu tady vypisovat jednotlivé úspěchy. Co mě nejvíce zaujalo, byl čas prvních tří mužů. Hodinu a půl bojují v lese, aby pak skončili v jedné půlminutě.

K banketu, který by měl asi taky patřit k tomuto článku, už toho moc nenapišu, vzhledem k tomu, že jsem se nezúčastnila. Na to už se musíte poptat těch, co tam byli.

MČR na klasické trati 2012 - semifinále 28.9.2012

D18A: 1. Horová Pavla 44:13; 3. Tesařová Markéta 45:32; D18C: 1. Chromá Kateřina 48:11; D20A: 1. Pavlovcová Petra 49:51; 7. Hrušková Barbora 63:04; 20. Jemelíková Denisa 112:44; D20B: 1. Sklenářová Radka 51:06; 8. Koporová Petra 59:16; D21A: 1. Gregorová Kamila 46:19; 9. Hlavová Hana 53:32; 24. Tvarůžková Petra 66:24; D21B: 1. Svobodná Šárka 46:52; 4. Kabáthová Eva 48:11; 22. Palátová Petra 68:22; D21C: 1. Kozáková Zdenka 47:19; 4. Indráková Adélka 53:21; 10. Hlavová

Jindra 58:00; 11. Gebauerová Jana 58:42; 26. Mezníková Lucie 75:46; D55: 1. Janotová Dobra 34:24; 13. Kabáthová Jitka 49:37; H18B: 1. Grundmann Jan 41:26; 12. Jordanov Alexandr 58:02
H18C: 1. Horák Patrik 39:02; 10. Hruška Jakub 49:18; H20B: 1. Chloupek Adam 43:37; 12. Brlica Pavel 51:51; H21A: 1. Kubát Pavel 64:13; 7. Hájek Daniel 68:13; 14. Bialožyt Michal 74:36; H21B: 1. Šedivý Jan 59:46; 3. Chromý Adam 61:07; 13. Bravený Vít 69:53; 16. Zimmermann Jakub 71:29; 31. Stehlík Martin 86:48; H21C: 1. Dlabaja Tomáš 62:26; 3. Nykodým Miloš 66:02; 19. Zháňal Jan 75:43; 21. Zimmermann Štěpán 76:42; H21D: 1. Losman Petr 66:25; 16. Švirák Ondřej 76:03; H35: 1. Štěpánek Martin 48:19; 41. Pátek Richard 68:07;
T5-2; 1. Beneš Jan 47:39; 3. Palas Jan 61:24; 13. Uhnává Markéta 73:23; 18. Chroustová Lenka 82:33; T7; 1. Mušínský Tomáš 58:02; 14. Liščinský Tomáš 79:28; 16. Štěpánská Adéla 81:06;

MČR na klasické trati 2012 - finále 29. 9. 2012

D18A: 1. Novotná Markéta 49:18; 4. Chromá Kateřina 53:49; 6. Tesařová Markéta 57:11; D20A: 1. Pavlovcová Petra 58:35; 6. Hrušková Barbora 68:40; 8. Koporová Petra 74:03; D21A: 1. Gregorová Kamila 71:53; 6. Kabáthová Eva 74:31; 18. Indráková Adélka 81:06; D21B: 1. Bochenková Ivana 63:15; 2. Hlavová Hana 64:23; 4. Hlavová Jindra 66:21; 14. Gebauerová Jana 74:52; D21C: 1. Jakobová Adélka 55:17; 5. Tvarůžková Petra 64:31; 24. Palátová Petra 71:51; 25. Mezníková Lucie 72:05; D55A: 1. Horová Magda 48:58; 11. Kabáthová Jitka 78:02
H18B: 1. Horvát Petr 57:22; 6. Hruška Jakub 67:57; 13. Jordanov Alexandr 75:58; H20B: 1. Kubelka Tomáš 67:30; 2. Brlica Pavel 72:48; H21A: 1. Procházka Jan 90:21; 4. Chromý Adam 93:01; 9. Nykodým Miloš 102:00; 16. Hájek Daniel 107:42; H21B: 1. Hradec Pavel 75:06; 11. Bialožyt Michal 81:19; 16. Zimmermann Jakub 83:25; 27. Bravený Vít 89:32; 29. Švirák Ondřej 91:16; H21C: 1. Novák Jiří 71:13; 7. Zháňal Jan 74:23; 26. Zimmermann Štěpán 81:35; H21D: 1. Suslov Sergej 59:03; 17. Stehlík Martin 78:03; H35B: 1. Šístek Daniel 77:49; 15. Pátek Richard 99:04;
T5-2; 1. Beneš Jan 45:24; 6. Uhnává Markéta 72:40; 8. Palas Jan 75:27; 22. Chroustová Lenka 104:16; T7; 1. Mušínský Tomáš 68:14; 14. Štěpánská Adéla 99:14; 21. Liščinský Tomáš 126:26;

NADPIS (MČR ŠTAFETY A ZLATÁ DRUŽSTVA) / Majkl

Možná se divíte že ten nadpis je tak trochu obecný, ale to je z důvodu že mě jich napadlo asi 100 a nemohl jsem vybrat ten nejlepší případně ten nejtípnější. Napadlo mě něco ve smyslu: životní závod, jakpak hloupý honza k zlaté medaili přišel, totální euforie anebo jo ku*** jo je to tam! Ale pěkně popořadě.

Bylo neděle ráno a pěkný podzimní den, jakožto stvořený na to si jít zaběhat. Pořádali jsme MČR družstev a já jsem dostal důvěru běžet první družstvo. Srovnal jsem si to v hlavě a věděl jsem že můj úkol není to utrhnout nebo dohnat ale hlavně neztratit. S tímto v mysli jsem byl docela klidný a připravoval se na můj úsek. Palo přiběhl na krásném 5.místě a poslal do lesa Adélku. Ta ale letěla jak drak a diváckým úsekem prolétla na čele závodu. To se přiznám jsem trochu znervózněl ale po předání jsem si řekl že se musím soustředit a na nervozitu zapomněl. Prvních pár metrů narvat pro fanynky, pak se k mapám vydýchat, zkontrolovat číslo mapy a tečky a jdem na to. Vzhledem ke startovní pozici a k mé úloze v týmu jsem volil defenzivní strategii. Takže jsem kontroly nabíhal z jasných attack pointů i když to bylo třeba o něco delší. Ale strategie se vyplácela a tempo jsem držel taky dobré. Koncentrace a kontakt s mapou jsem držel na 100%. Na 8.kontrolě mě ovšem dobíhá Dejv Procházka z Pardubic a začínají trochu větší dostihy. Dejv to na rozdíl ode mě řeže na plno. Přitápím tedy pod kotel a přizpůsobuju se jeho tempu. Do divácké to řežeme spolu ale trochu mi cuká. Po průběhu, kde hodím skobu máme jiné farsty a volíme jiné postupy. Na 3.kontrolu od konce ale už zase jdeme spolu. Na předsběrku malé zaváhání a mě nějaký bordel strhává podkolenku. Chvilku ztratím když si ji vytahuju a zbytek mi pak dá Dejv běžecy. Takže v cíli je asi o 20s přede mnou. Já ale dobíhám na druhém místě s vědomím, že se mi to dneska povedlo a hlavně jsem splnil svou úlohu. Jdu si vyčíst a ražení je OK takže se dostavuje obrovská radost, že je vše jak má být. Pak už jsem se převlíkl a sledoval krasojízdu svých spoluběžců. Hlavně teda Evička, mi prvně přivedila málem infarkt když ji nehlásilo rádio a pak podruhé když probíhala diváckým na druhém místě a pak vlastně i po třetí když dobíhala do cíle ve vedení. Pak už jsem byl úplně klidný bo jsem věděl, že je tam Adam. A Adam když na takovýto závod vybíhá z prvního místa a bojuje pro tým tak ho nepřeběhne ani Chuck Norris. Takže jsem si spolu s celým týmem vychutnal nádherný doběh do cíle a mojí první zlatou medaili. Víím, že to říkám často ale pořád tomu nějak nemůžu uvěřit a dojde mi to, až to všichni pořádně oslavíme. Na což zatím nebyl vůbec čas. Každopádně je to pro mě životní úspěch a děkuji všem spoluběžcům, spolutrénovačům a vlastně celému klubu. Říkám to poprvé ale fakt víc než oddíl.

Hanka:

Gratuluji ke zlaté placce! Jaký to je, být mistryní ČR v družstvech?

Teď s odstupem času si uvědomuju, že je to velký úspěch, navíc pro mě to je vlastně takový ideální zakončení „kariéry“. Co to vlastně znamená vyhrát družstva jsem si ale uvědomila až díky nadšeným reakcím Žabiňáků, kteří nám ten úspěch hrozně přáli a částečně ho brali právem i za vlastní, protože to není vítězství 7 lidí, ale celého oddílu.

Jaký jsi měla pocit před startem pocit, jak můžete dopadnout?

Než jsem se dozvěděla, že nepoběží Pally a Danáč, myslela jsem si, že máme reálné šance na vítězství a že bude záležet hlavně na tom, jak to ten den všem sedne. Poté jsem si už tak jistá nebyla, všichni hlavní favoriti teď měli nějaký slabý článek, a tak bylo jasné, že do poslední chvíle to bude boj.

Jak probíhal tvůj úsek? Nebyla jsi vymrzlá, před startem? Měla jsi problémy s deštěm?

Jak pravil Majkl: mě odchovala lední mědvedice a se zimou vážně nemám problém:). Co se týče deště, ten mi taky nevádí, problém byl spíše v tom, že ta neděle byla mnohem rychlejší než sobota a já jsem moc rychle běžet nedokázala. Chybu jsem udělala až v pytlíku, ale bohužel holky za mnou byly mnohem lépe fyzicky připravené, doběhly mne a předběhly.

Kdy jsi začala věřit, že by mohlo cinknout medaile, či i zlato?

Jelikož Evičku nezaznamenalo první rádio, začala jsem ve zlato věřit až při jejím diváckém průběhu. Poslední úsek šel Adam, a tak bylo jasné, že ten tam pro zlato nechá i duši...

A co sobotní štafety? Jak se ti běžely?

Sobotní štafety jsem si opravdu užila. Myslela jsem, že sice nejdu moc rychle, ale za to jsem šla mapově čistě. Nakonec i ten čas nebyl špatný, a tak jsem byla po dlouhé době se svým výkonem opravdu spokojená.

Nebylo nakonec trochu zklamání s výsledkem, „až“ 6 místo?

Abych pravdu řekla, pro mě to zklamání trochu bylo. Bylo to ale asi způsobené tím, že jsem se v sezóně namlsala těch skvělých umístěních, takže jsem počítala, že na medaily reálně máme. Nakonec ale i holky z jiných oddílů ukázaly, že chtějí bojovat o medaile a nám to tentokrát nevyšlo. Snad příště.

A co že si v klasice nepostoupila do A-finále?

Samozřejmě to nebylo mnou, ale blbým rozběhem:) Ne, tak v semifinále jsem šla takový standardní výkon, který mně normálně na postup stačí, bohužel semifinálový tratě na klasiku se většinou staví celkem mapově jednoduchý a relativně krátký, takže se do áčka procoupou i lidi, kteří to pak v neděli mapově ani fyzicky nedávají... To ale nemění nic na tom, že já jsem se tam nevešla. Nakonec to bylo asi i dobře, protože v neděli mi délka tak akorát vyhovovala a v Rankingu budu mít taky víc bodů:)

A je v Praze blaze? ;-)

Tak v Praze určitě blaze být může, co se týče kultury, je tady toho opravdu spousta, já zatím bohužel zvládla jen jedno kino a divadlo. Ale pokud se ptáš na to, jestli jsem spokojená, tak asi ano. Všechno má svá pro a proti. Já se teď na pár rozhodla pro zajímavou práci, která mě opravdu baví, to je ale vykoupeno nedostatkem volného času a steskem po Brně, resp. po vás a hlavně po Járovi. Doufám, že si časem více zvyknu na zdejší režim a že mě neomrzí neustále pendlovat mezi Prahou, Brnem a Konicí...

Miloš:

Gratuluji ke zlaté placce! Jaký to je, být mistr ČR ve družstvech?

Tak určitě je to skvělý pocit, konečně jsme společně dokázali dosáhnout na nejvyšší týmovou metu, které se dá v ČR dosáhnout. Celej oddíl může být naprosto spokojený. Navíc jsme vyhráli i ligu klubů, takže se radost násobí. A toho jste navíc letos dosáhli i bez nás (mě a Dana), takže příští rok můžeme dominovat třeba ještě o něco víc. Letos nás hodně podržely holky, které celou sezónu běhaly skvěle. A to pak předvedli i na družstvech, když Adélka a Evička svůj úsek s přehledem vyhrály a nejvíce se tak zapříčinili o úspěch celého družstva.

Jak jsi věřil před startem, že můžete dopadnout?

Věděl jsem, že když všichni zaběhnou standart, tak máme na bednu. A když půjde všechno perfektně, tak že bychom měli bojovat s Turnovem o první místo.

Jak probíhal tvůj úsek? Neměl jsi problémy s deštěm?

Měl jsem před sebou docela těžkej úkol stáhnou naše dva největší protivníky TUR s Pavlem Hradcem a PHK s Pavlem Kubátem a ještě taky SJC s Martinem Henychem.. Ani jeden z nich není žádný ořezávátko. Ale já z předešlého závodu věděl, že jsem v dobré formě, a kdyby šlo všechno dobře, tak jsem si věřil, že je na trati doběhnu. Už na jedničku jsem naběhl na špatnej kámen, ale moc jsem neztratil tak 20-30sec. Potom se mi cestou na sedmou kontrolu tuším podařilo seběhnout Hendyho, kterej mě držel jako klíště. Poté jsem začal dobíhat i Pavla Hradce... už už jsem ho měl. Viděl jsem ho odbíhat od kontroly. A tak jsem to na další strašně narval a ztratil se(chyba 1:30)! Takže jsem do cíle doběhl jako třetí.. Něco málo jsem na kluky stáhnul, ale mohlo to být o dost lepší. Déšť mi při závodě vůbec nevadil, jen jsem nemohl používat lupu. Ale mapa desítka se dala číst i bez toho.

Před sebou jsi měl dost velkou díru, za sebou taky. Měl jsi nějakou taktiku?

Taktika byla jasná: Doběhnout, předběhnout, a udělat si co největší náskok do cíle.. Před závodem jsem nepochyboval o tom, že bych nedoběhnul první, ale realita byla jiná. Možná, že mě rozhodilo i to, jak mě Hendy dost dlouhou dobu držel.

Kdy jsi začal věřit, že by mohlo cinknout medaile, či i zlato?

Po Eviččiným úseku jsem začal věřit ve zlato, ale to že jdeme na bednu jsem věděl hned po tom, co doběhnul Majkl.

Na štafety se moc ptám nemůžu, takže jaké bylo mistrovství na klasice? Sedlo ti?

Vůbec mi to nesedlo.. Už na dvojce jsem udělal chybu v dohledávce, která se se mnou ještě pár postupů táhla. A taky musím říct, že jsem se vůbec nepotkal ani s náznakem formy pro klasiku. Kdyby se běžela o týden později, tak si věřím o hodně víc. Tak aspoň že ty družstva dobře dopadly.

Jak jsi spokojen s výsledkem? Není deváté místo trochu zklamání?

Hodně velké zklamání po loňském pátém místě. Ale není každý den posvácení.. Už co jsem se zařekl, že poběžím Dolomitenmanna a pojedu do Číny jsem věděl, že se na klasiku nezvládnou perfektně připravit. Ale byla to nutná oběť.. Ničeho nelituju.

Jaký byl výlet do Číny? Jaké jsou tam mapy či orienták vůbec?

Skvělejší.. Těžko se něco takového vůbec popisuje slovy.. Sešla se super skupina orientáků z celého světa. Počasí nám taky doprávalo.. Jen na předposlední dva závody nám přšelo. Viděli jsme spoustu zajímavých věcí a památek. Např. jsem netušil jak šíleně strmá je velká čínská zeď. Běhání skrz bambusový houští a rýžová pole si taky budu pamatovat do konce života. Stejně tak místní rybářský geto kterým nám vedl jeden sprint. (pozn. Na fb jsem házel video, právě jak běháme tímhle getem, kdyby se chtěl někdo podívat). Bylo to taky poprvé, co jsem stál na olympijském stadionu. Paráda. Stejně tak místní trhy stály za to.. Smlouvání ceny mě sice docela rychle přestalo bavit, ale skoro vždycky se dalo dostat na desetinu počáteční ceny. Fotky na fb.

07.10.2012 Mistrovství ČR klubů 7.10.2012

DH18:

1. OK 99 Hradec Králové 298.58, 2. SK Kamenice 305.58, 3. OOB TJ Turnov 310.22, ...7. SK Žabovřesky Brno 352.17 (Chromá Kateřina, Tesařová Markéta, Jahoda Vojtěch, Chroustová Lenka, Hruška Jakub, Benešová Jana, Jordanov Alexandr)

DH21: 1. SK Žabovřesky Brno 308.20 (Bukovac Palo, Indráková Adélka, Bialožyt Michal, Hlavová Hana, Nykodým Miloš, Kabáthová Eva, Chromý Adam), 2. OOB TJ Turnov 313.28, 3. Sportcentrum Jičín 315.13,11. SK Žabovřesky Brno 2 346.18 (Brlica Pavel, Hrušková Barbora, Bravečný Vít, Štěpánská Adéla, Švirák Ondřej, Hlavová Jindra, Zimmermann Jakub)

06.10.2012 Mistrovství ČR štafet 6.10.2012

D18: 1. PHK 1 112.53, 2. LPU 1 113.41, 3. DKP 1 117.24, 4. ZBM 1 119.55 (Tesařová Markéta, Benešová Jana, Chromá Kateřina), ...19. ZBM 2 162.19 (Koporová Lenka, Nedbálková Hana, Chroustová Lenka)

D21: 1. TUR 124.13, 2. SJC 1 126.15, 3. LPU 1 127.35, ...6. ZBM 1 131.19 (Indráková Adélka, Hlavová Hana, Kabáthová Eva), ...10. ZBM 2 137.04 (Gebauerová Jana, Hlavová Jindra, Hrušková Barbora) ...25. ZBM 3 166.30 (Štěpánská Adéla, Koporová Petra, Hendrychová Zuzana)

DH12: 1. VCO 1 62.39, ...26. ZBM 1 101.50 (Humlíček Tomáš, Slaný Filip, Svoboda Marek)

H18: 1. LCE 1 129.00, 2. TUR 131.21, 3. KAM 1 134.47, ...22. ZBM 1 179.18 (Jordanov Alexandr, Hruška Jakub, Jahoda Vojtěch)

JML, DAMBOŘICE / Eva Malivánková a Anežka Kratochvílová

V sobotu 13.10. jsme se za krásného počasí vydali na další oblastní žebříček. Kvůli špatným spojům jsme sice přijeli pouhých 15 minut před startem, ale stálo to za to!

Závod začal jako normálně, ale pokračoval neočekávaně. Kopcovitý terén nám dělal menší potíže, ale za slunečního počasí a trať z toho udělala super podzimní běh. I přes všechny kopce, byl les dobře průběžný a kontroly se lehce hledaly. Na trati jsme trochu chybovaly na jednu kontrolu a později jsme se dozvěděly, že na ní chyboval skoro každý. V cíly nás čekal teplý čajík, který si určitě každý zasloužil. Navíc jsme si mohli koupit výborné perníčky

Tento závod nás překvapil tím, že jsme si mohli koupit gyros a jiné čínské speciality. Kdo chtěl, mohl jít s námi prozkoumávat oblast židovského hřbitovu a najít tam kešku. Vyhlášení dopadlo nad očekávání dobře. V žactvu bylo dobré umístění našeho oddílu a celého Brna. Potom nás už čekala cesta zpátky autobusem a vlakem, která byla sice zábavná, ale ostatní cestující z toho byli na prášky a omdlívali.

11. Jm liga a 8. valašský žebříček, 13.10.2012

D12: 1. Nešporová Alžběta 19:53; 3. Auermüllerová Anna 21:16; D14: 1. Firešová Markéta 28:53; 2. Chroustová Šárka 28:58; 6. Kratochvílová Anežka 42:27; 7. Malivánková Eva 45:09; D16: 1. Chovancová Zuzana 33:56; 5. Koporová Lenka 56:11; D45: 1. Janotová Dobra 29:19; 8. Kabáthová Jitka 42:03;

H10: 1. Milán Jakub 13:18; 7. Soška Petr 21:33; H12: 1. Milán Tomáš 26:51; 9. Svoboda Marek 42:47; H14: 1. Soška Marek 38:53; 5. Řičný Vojtěch 48:07; H16: 1. Sýkora Vojtěch 40:54; 6. Šplíchal Marek 60:57; H21C: 1. Bravený Vít 56:41; 8. Zelinka Jiří 67:33; 24. Liščinský Tomáš 80:50; 34. Jevsejenko Alexandr 105:31; 35. König Lukáš 113:54; H21D: 1. Fiala Jan 39:27; 2. Koča Jaroslav 46:48; HDR: 1. Vyskočilová Karla 23:48; 21. Kroutil Tadeáš 45:23; 27. Kroutil Jošt 56:03; 28. Koča Vojtěch 57:39; 29. Urválek Jan 57:42;

MISTROVSTVÍ BRNA V SUPERSPRINTU 2012 / Jerry

Málokdo by možná tušil, jak velkou moc má samotný název akce. Když se Mistrovství Brna v Supersprintu před dvěma lety konalo v Řečkovících, zval jsem místní kamarády, aby se přišli proběhnout mezi paneláky. Dostalo se mi odpovědi, že na MISTROVSTVÍ si rozhodně netroufají. Letos jsem se ptal doma Lenky, jestli si půjde v pátek zaběhnout orienták. Bez váhání souhlasila. Když se ovšem dozvěděla, jak se závod jmenuje, znejistěla a ptala se, jestli se ona, stále ještě začátečnice, smí účastnit mistrovství a jak to, že neprošla žádnou kvalifikací.

To by myslím tak na úvod.

Sešli jsme se na louce poblíž konečné trolejbusu v Komíně. Bylo krásné teplé slunečné odpoledne, na druhou polovinu října věc málo vídána, leč velmi vítána. Závodníci postupně přicházeli, prezentovali se u spolupořadajícího Kubu Plška, jehož návrat k orientačnímu běhu by se (jak správně podotknul Dejv) bez nadsázky dal nazvat come-backem roku. Zhusta vybíhal stavět kontroly patnáct minut před plánovaným startem, tak jsme tipovali, jestli to stihne nebo ne. Stihl. Přesně.

Startoval jsem jako druhý v pořadí, s vědomím, že minutu za mnou startuje famózní závodnice Zdenča Kozáková. To mě netěšilo, protože jsem si už předem představoval, jak mě bude celou trať nahánět. To se také stalo a druhou polovinu závodu jsem jen odolával jejímu náporu. Nakonec jsem naštěstí předběhnout nebyl. V cíli jsem tak mohl s klidným svědomím převzít děti, vyrazit opět na trať a zároveň sledovat mapářské a běžecské schopnosti soupeřů a soupeřek, z nichž mnozí byli opravdu neuvěřitelně rychlí. Ti nejlepší byli tak rychlí, že jsem je v terénu ani nestihl zaregistrovat a v klidu jsem si je mohl prohlédnout až na vyhlášení vítězů.

Trať byla pěkná, docela kopcovitá, místy s chytákovými volbami postupů. Já jsem se obvykle nechal nachytat a tím pádem si dopřál několik vrstevnic navíc. I tak jsem byl s výkonem a umístěním spokojen. V poklidném Komíně, který potvrdil dojem opravdu velmi dobré čtvrti, to bylo moc příjemně strávené páteční odpoledne. Díky Zhustovi za pěkný závod.

M Brna ve sprintu, Komín: 19.10.2012

1. Jan PROCHÁZKA	12:58
2. Miloš NYKODÝM	13:12
3. Eduard ŠMEHLÍK	13:23
4. Vít BRAVENÝ	14:05
11. Adam KAZDA	15:17
14. Jan ZHÁŇAL	16:05
19. Jan DRÁBEK	16:54
21. Tomáš LIŠČÍNSKÝ	17:45
23. Jaroslav KOČA	18:06
26. Jakub PLŠEK	18:56
28. Martin KRAJČOVIČ	19:09
29. Richard PÁTEK	20:19
37. Jan KOMENDA	22:28

D:

1. Adélka INDRÁKOVÁ	16:48
2. Zdenka KOZÁKOVÁ	17:05
3. Adélka ŠTĚPÁNSKÁ	18:50
5. Petra KOPOROVÁ	19:29
6. Markéta FIREŠOVÁ	19:53
8. Jana GEBAUEROVÁ	20:51
11. Lucie MEZNÍKOVÁ	22:31
12. Kateřina BORECKÁ	24:49
13. Anežka HLAVÁČOVÁ	25:12
14. Hana KOČOVÁ	25:56

15. Lenka KOČOVÁ 27:13
Lenka KOPOROVÁ DISK
Kateřina HÁJKOVÁ DISK

* * * * *

OBLŽ VE ZBRASLAVI / Hanka kočová

* * * * *

Na letošní 12. (a moji 1.) Jihomoravskou ligu jsme se vydali do Zbraslavy. Shromaždiště bylo v areálu kynologického svazu, a tak rozsvička mohla probíhat na nejrůznějších překážkách a

průlezkách – dobře, to se týká hlavně těch nejmenších.

První milá informace týkající se těchto závodů byla hodnota převýšení, druhá vzdálenost na start a třetí potom počasí.

Tratě, tedy alespoň ta naše, byly postaveny pěkně a poměrně zajímavě. Les jako takový ale už tak pěkný nebyl. Všude byl bordel a bordel a taky maliní a bohužel taky jedna škaredá a hluboká bažina. Ale co naplat, nakonec z toho bylo celkem pěkné podzimní proběhnutí.

Počasí nám přálo, a tak jsme po doběhu mohli uspořádat na louce piknik a pěkně se opalovat. Navíc byly závody ozdobeny Dejvovou účastí (pro někoho to možná zase taková ozdoba nebyla, ale já jsem ho neviděla fakt hodně dlouho), a to jsme ještě netušili, že už ten večer z něj bude mediální hvězda – taky by se příště mohl pochlubit.

Pak už zbývalo jen zatleskat těm nejlepším a v klidu a za převládající spokojenosti se vydat do svých domovů. Přeci jen to byly pěkně uspořádané závody se zajímavými tratěmi a navíc výborným počasím.

12. závod Jihomoravské ligy v orientačním běhu 20.10.2012

D12: 1. Auermüllerová Anna 18:31; 4. Baštařová Anna 27:57; D14: 1. Grycová Kateřina 24:24; 3. Firešová Markéta 26:13; 4. Malivánková Eva 28:24; MS Hájková Kateřina 52:41; D16: 1. Grycová Veronika 31:13; 2. Nedbálková Hana 35:24; 3. Koporová Lenka 46:59; 4. Moravcová Kristýna 53:03; D21C: 1. Tesařová Markéta 44:27; 3. Gebauerová Jana 51:40; 11. Kočová Hana 71:26; MS Hrušková Barbora DISK; D21D: 1. Daňková Veronika 34:40; 2. Kočová Lenka 44:42; D45: 1. Janotová Dobra 28:43; 5. Kabáthová Jitka 45:07
H10: 1. Milán Jakub 13:37; 6. Urbánek Adam 31:24; H12: 1. Milán Tomáš 25:07; 6. Humlíček Tomáš 38:48; H14: 1. Hlaváč Ondřej 40:42; 3. Komenda Jan 59:04; 4. Říčný Vojtěch 64:04; H16: 1. Nekut Tomáš 71:19; 4. Šplíchal Marek 93:58; H21C: 1. Bravený Vít 61:35; 4. Švirák Ondřej 67:15; 7. Zelinka Jiří 70:12; 8. Zháňal Jan 73:21; 11. Drábek Jan 73:55; 17. Liščinský Tomáš 84:19; 18. Pátek Richard 86:23; 19. Humlíček Aleš 87:23; 21. Koča Jaroslav 88:10; 23. Jordanov Alexandr 90:49; H21D: 1. Záděra Pavel 35:32; 6. Plšek Jakub 44:31; H45: 1. Šuller Josef 42:53; 10. Štěpánský Václav 54:53; HDR: 22:51; 15. Urbánek Tomáš 32:58; 19. Baštař Adam 43:19; 55:53; P: 1. Jašek Otakar 21:24;

* * * * *

RODINNÉ ŠTAFETY / Víta

* * * * *

Vše začalo tím, že můj brácha chtěl strašně běžet. Prý to bude dost sranda. Řekl mi, že máma to chce taky zkusit a že bychom nemuseli být zas tak špatný tým. Tak jsem na to kývl. Běželo se v Budislavi na Vysočině kousek od Poličky pro mne v dost známém terénu. Právě zde jsem před asi čtyřmi týdny na Oblži onemocněl po návratu z Norska. Nicméně jakožto poslední úsek, jsem se nemohl spoléhat pouze na precizní práci s mapou a fyzičku. Pořadatelé vždy vymyslí něco extra. Tentokrát to byla šachovnice mapa/bílo + tzv. paměťový azimuták v jiném měřítku. No musím říct byla to docela sranda. K průběhu závodu. Brácha dobíhá druhý těsně za mladým Klusáčkem a před T. Bořilem. Mezi nima se ještě pletli Eda, Panchy a Vask, kteří šli všechny úseky MS. Všechny štafety LPU zůstaly za zády kat. OPEN. No favorizovaná štafeta Klusáčků byla na čele i po druhém úseku. Za nima Bořilovi, pak Ptáčkovi atd.. Už si to nepamatuji. Mamka něco ztratila. To se čekalo. Ale udělala zbytečnou chybu. Doběhla na cca 8. místě. Já jsem šel do závodu s tím, že si to užiju. Nicméně těžce se mi rozbíhá a na 1. dělám stářím mapy chybu. Dále to jde až k azimutáku, kde ztrácím, kvůli tak trochu pomalé volbě taktiky. Při výběhu z azimutáku koukám, že je se mnou Šěda. Tak se trošku svezu. Bohužel malinká chyba a táhlý kopec přispěly k tomu, že se Šěda vzdaloval. Nicméně dobíhám ho znovu, ale ke konci ho opět ztrácím. Nakonec z toho bylo pěkné premiérové 4. místo v kategorii OPEN. Počasí bylo pěkné. Komentátor byl vtipný. Myslím, že jsme si to užili. Příští rok naviděnou.

* * * * *

ZHUSTA CUP, PO 26. / Honza

* * * * *

Je to taková podzimní srdcovka. Po mistrovství Brna ve sprintu, klasickém podzimním oblži přijde v říjnovou neděli Zhusta cup. Skoro žádná propagace, žádný super stránky, ty jsou, co pamatuji, stále stejné, přesto si pár zájemců najde. Letos už 26. Ročník se startovním za 26 ká,

Letos nás zavedl na Lesnou mezi rybníčky, kde jsem běžel kdysi dávno jeden z prvních mapových tréninků a totálně se ztratil. Co si pamatuji. :-). Dnes o pár let starší jsem byl rozhodnut vyždímat ze sebe krev a dobře zaběhnout. Sice jsem večer váhal, zda s bolavým lýtkem nastoupit, ale nejsme žádná bačkora!

Dlouho to vypadalo, že na mě s Kubou Plškem zbude plno cen... ale nakonec se objevili známé tváře a tak jsme se mohli těšit na konkurenci, především v prvním kole, kdy jde získat nejvíce. Ze špicových běžců přišel jen Adam, takže pro nás ostatní začaly medaile (stříbrná a bronzová, případně i bramborová) viset proklatě nízko! Potěšující bylo, že kromě každoročních účastníků přišly i malé holky.

Hlavní konkurenty jsem viděl v Jirkovi Ehl a Džoržovi, klterý mě letos pravidelně poráží... Ale ti zaspali na startu a k mapám se dostali pozdě. To už jsem na tušáka běžel za Kubou a Adamem. Kuba ale najednou zmizel za mnou a kus přede mnou jen Adam. Ale ten brzo také mizí. Prvně se dívám pořádně do mapy, aha, tohle údolí nebo další? Bohužel mě dohání vláček, ale držím se v čele. Někdo volí obíhačku na poslední kontrolu, ale rovně je to rychlejší a tak dobíhám na druhém místě, 6 s před dalšími závodníky. Adam už dávno chladne.

Po chvíli odpočinku nás čeká druhé kolo. Zhusta vyměkne a přesune start, takže vyběháme na mapovém startu a jsme ušetřeni jednoho kopce. První vybíhá Adam, bere mapu a skrze nás běží ke shromaždišti. „Ještě mapový start!“ Přes toho zdržení, musel vyběhnout skoro celý kopec a zase se otočit a běží stejně, tmavě zelený hustník na Lesně je prostě nepřekonatelný..., čekám ještě poměrně dlouho než mohu vyběhnout. A zamnou moji pronásledovatelé. Nevracím se jako Adam, ale stejně beru hustník s respektem z dola. Adama vidím daleko před sebou na cestě a vidím, ajk mizí do údolíčka je kontrole. Tak snad vyběhnu do správného. Vybíhám ho a najednou jde proti mně Adam, sakr,a to bude asi špatně. Ale ne! Kontrola je na hraně a razím ji, hned za mnou moji pronásledovatelé, Jirka a Džorž. Bohužel po dvojce je na mapě jediná volba... a dělám cyhbu a jdu sám delší cestou, ale když se cesty potkávají, tak vidím záda Jirky. Na trojce jsme tedy spolu. Čeká nás asi nejhorší úsek. Jestli tu v zimě zase poběžíme Zhustových 60... nevím, nevím. Adam nám tu už dává kus tratě, když ho míjíme. Snažím se jít v čele a celkem to jde, dohledávám dobře kontroly a chvílemi získávám nějaký náskok. Ale pak tu je těžká dohledávka a kousek ztratím a zase mě mají. Volím jiný postup na 9, ale znovu se potkáme. Trochu se nemůžeme shodnout, ale je to ona. Na dalším postupu už urveme Jirku. Že bych urval bednu? :-) Společná dohledávka s Adélkou a delší postup na dvě kontroly. Z kopce vedu, ale do kopce mi Džorž utíká. Mám toho plné zuby!

Ale další dvě kontroly razím před ním a získávám menší náskok, tak si říkám, že by to šlo. Ale v dalším kopci mi dochází a tak jen smutně koukám na jeho záda, finiš přes louku, jsme bez šance. Zrychluje, bohužel to nedokážu akceptovat... a tak aspoň nekoukám do mapy, razím poslední kontrolu a v cíly jsme kousek za ním. Ale třetí, super! :-)

Holky vyhrála stejně suverénně Adélka Ondráková, jako Adam borce. Jen škoda, že tu nebyla větší konkurence, super závod i na Lesně!

 Zhusta cup, 26. ročníku - 21. října 2012 - Brno-Královo Pole

Muži	E1 - 1 000 m - 50 m - 8K	E2 - 4 800 m - 190 m - 16K		
	I. kolo	II. Kolo	celkový čas	
1.	Chromý Adam	5:26 29:09	34:35	
2.	Jirka Michal	6:22 35:03	41:25	
3.	Drábek Jan	6:16 35:16	41:32	
4.	Ehl Jiř	6:26 36:51	43:17	
5.	Plšek Jakub	8:04 40:01	48:05	
6.	Kheil Radim	8:10 41:29	49:39	
7.	Dolíhal Luděk	6:37 51:04	57:41	
8.	Koča Jaroslav	7:58 49:46	57:44	
9.	Minařík Luboš	8:09 51:47	59:56	
10.	Šafek Jiří	9:05 68:55	78:00	

Ženy	E1 - 1 000 m - 50 m - 8K	E2 - 4 000 m - 155 m - 12		
	I. kolo	II. Kolo	celkové	
1.	Indráková Adélka	6:46 31:55	38:41	
2.	Štěpánská Adélka	8:14 37:34	45:48	

3.	Koporová Petra	8:55	40:51	49:46
4.	Mezníková Lucie	8:50	43:19	52:09
5.	Koporová Lenka	9:07	58:16	67:23
6.	Firešová Markéta	9:07	58:25	67:34
7.	Malivánková Eva	9:07	58:27	67:34
8.	Kratochvílová Anežka	9:07	58:28	67:35
9.	Svoboda Marek	17:28	89:09	106:37
	Uhnává Markéta	9:06	nenastoupila	

* * * * *

OPRAVDU PODZIMNÍ PRÁZDNINY / Honza

* * * * *

Jak už je zvykem, tak jsme na podzimky vyrazili do hor. Tedy „hor“. Letos nás čekalo Česko-Saské Švýcarsko. Žádné zmrzlé řetězy na úzkém hřebenu Roháčů nás čekat neměly. Takže pohodové podzimní prázdniny. Letos nás vyrazilo celkem málo. Škoda, možná hodně lidí odradilo, že je to jen v Čechách...

Pro mě začaly tyto prázdniny už ve středu večer, kdy jsme vyrazili s Járou do Prahy. Zde jsme přespali u Hanka a Marušky na privátu. V noci se k nám ještě připojili Janča s Renkem a ráno už v plném autě rychle na sever.

V Jiřetíně pod Jedlovou v chatě Slovan jsme vybalili a vyrazili do vesnice Brtníky, odkud jsme vyrazili na první výlet. Kolem nás panovala hustá mlha, naštěstí nepršelo. A byla celkem zima. Byli jsme překvapeni, že jsme v hlubokých soutěskách NP vůbec někoho potkali. Výlet byl tak akorát na odpoledne. Les byl krásně podzimní, s kombinací s mlhou. Tak akorát výlet.

Vrátili jsme se chvíli před večerí, to už na ubytování přijeli i ostatní auta z Brna. Tato skupina vyrazila místní rozhlednu, zahalenou v mlze. Večer pak proběhlo plánování, co v pátek a nakonec jsme měli podle plánu vyrazit na Pravčickou bránu. Zhusta přivezl novou hru a tak jsme s ní zabali první večer, skoro 3 hodiny než jsme ji porazili. Dalo to pořádně zabrat! Večer ještě proběhl fotbálek mezi Arnoštem a Kenou, to už tam byli jen sami. Prý vyhrál Kenia, který dosáhl jako první 150 gólů...

Po vydatné snídani jsme vyrazili podle plánu na Mezní louku a všichni společně směř na Pravčickou bránu. To už s námi byl i Saša, který přijel autobusem na místní náves. Balil hodně narychlo, když jsme viděli, jak má v kufříku naházené věci. V noci se ještě objevila Zlatka, které ujel nějaký spoj v Děčíně. Letos nefungovalo nějaké dělení na rychlíky a skupinu louda, taky nás bylo málo... Barvy podzimu byly vážně úžasné, samé žluté a oranžové listí. Fakt paráda! Ještě chvílemi svítilo sluníčko, takže vážně úžasné. Pod Pravčickou bránou jsme se naobědvali, stokrát vyfotili a mohli pokračovat na soutěsky u Hřenska. Tam se Barnálkovi, jinak statečnému účastníkovi výlety, nějak nezalíbil nářeční život a trochu si proplakal. Ale poté byl zase hodný. Už celkem unavení jsme došli na parkoviště a vydali se zpátky, tak tak jsme stíhali večerí.

Po ní následoval klasický herní večer, Risk zůstal tentokrát v Brně a tak nám musel stačit Bang!, ale rozšíření s vrácením postav do hry je fakt dobré! Večer začalo sněžit a tak jsem si přál, aby to zůstalo do rána, abychom se mohli aspoň koulovat...

Nejen že se do rána sníh nerozpustil... ale všude bylo bílo a leželo kolem na 10 cm sněhu. Už cestou na snídani jsem si oblékl, všechno co jsem měl, protože venku zuřila pořádná vánice. A cesta zcela zapadaná a nevypadalo to, že by ji měl někdo projet.

Tak jsme stihli první koulovačku. :-) Snídani jsme začali dost romanticky, při svíčkách. Nešla elektrika. Ta začala jít až v průběhu.

Tak co s výletem? Zůstaneme na ubytovně nebo se vydáme. Zhusta měl letní pneumaticky ale ani zimní by moc nepomohli. Měli jsme sice řetězi, ale... tak jen jsme si opatřili jídlo z obchodu a rozhodli se vyrazit ve vánici na nejvyšší horu Lužických hor, na Luž. Ehm kopec se sedmi sty metry.

Navlékli jsme všechno, co jsme měli a vyrazili. První část cesty jsme šli po poli, pěkně nás vánice bičovala. V lese dále bylo příjemnější. Luž jsme zdolali a výhled stál za to! Ta neuvěřitelně obrovská německá rovina táhnoucí se až k moři... naštěstí vidět nebyla. Výhled byl úchvatný. Ale pěkně mrzlo, fučelo a padal k tomu sníh. Tak rychle vrcholové foto a rychle dolů. Nejlepší počín dne bylo, že jsme si zašli asi 500 metrů k hospodě, která měla otevřena. Vařili výborně a ovocné knedlíky stály za to! Jenže potom nás čekala dlouhá cesta zpátky. Zima byla stále stejná, tak -3°C, ale postupně přestalo sněžit a jen foukal. Díky tomu mohl pokračovat podzim a padat hodně listí. Kombinace žlutého listí a bílého sněhu je vážně super podívaná! Naše stopy z cesty tam, byly na cestě zpátky zcela zapadané... nebylo vůbec poznat, že tama někdo dnes šel. Nejlepší zážitek na zpáteční cestě měli malé holky, které si ve Žlebu vytvořili super klouzačku.

Před večerí nás opustil Libin, který spěchal domů, takže se vyhnul jeho oblíbenému jídlu, játerkám. :D Pohodový večer někdy nad ránem ukončil fotbalík, kdy jsme s Járou porazili Keni s Árným asi 30:23.

Přes trochu zamrzlo, takže cesty trochu namrzly. Tak jsme se nemohli rozhodnout, co a jak. Návrh jet do nějakýho obchodu v Liberci naštěstí nezmítěl. A po snídani jsme se museli rozloučit. Keina musel jet spravit auto, Barnálek jel přímo domů. Zbytek výpravy vyrazil směr Děčínský sněžník. Když je ten sníh, že! :-)

Po cestě jsme ještě stihli vystoupat na Panskou skálu, svítilo hezky sluníčko, tak jsme měli hezký výhled. Po cestě na sněžník bylo tolik sněhu tolik, že jsme potkali nejen stopu, ale i lyžaře! Později i několik cyklistů a plno dětí na bobech, taky bych si dal. Na Sněžníku byl o něco lepší výhled než na Luži. Ale zima tam byla snad ještě větší. Proto bodl v místním bufetu teplý čaj. Při cestě zpět jsme se ještě podívovali Tiským skalám a pak hurá domů.

Po cestě naše posádka auta přehlídla odbočku z dálnice a najednou jsme začali jet někam na teplice. Přes asi 15 let starou mapu, kde tahle dálnice vůbec není v mapě, jsme se přes skoro cyklostezku dobře našli a úspěšně se vrátili na dálnici. A možná jsme ještě něco ušetřili!

V Praze jsme vyložili Hanku, nabrali sirupy na Hroby a i s touto ztrátou jsme někde před Brnem potkali Šafiho s Markétou. Ti když si všimli, že jsme je předjeli felicií, tak na to šlápli a ujeli.

Povedené podzimní výlet! Tak snad příští rok ve větší počtu!

Pár žebříčků na závěr...

Český pohár 2012:

D: 1. Gregorová Kamila 118, 2. Jedličková Zuzana 116, 3. Rufferová Iva 115, ...5. Kabáthová Eva 99, ...11. Hlavová Hana 55, ...13. Indráková Adélka 53, ...21. Mádlová Věra 36, ...28. Hlavová Jindra 25

H: 1. Kubát Pavel 143, 2. Chromý Adam 143, 3. Nožka Radek 124, ...12. Nykodým Miloš 68, ...23. Hájek Daniel 49, ...43. Palas Jan 20, ...54. Bi-aložyt Michal 13, 55. Bukovac Palo 12, 55. Švirák Ondřej 12, ...58. Zimmernann Štěpán 11, ...60. Stehlík Martin 9

Žebříček A 2012:

D18A: 1. Novotná Markéta 621.10, ...3. Chromá Kateřina 587.21, 4. Te-sařová Markéta 582.72

D20A: 1. Pavlovcová Petra 616.83, ...5. Hrušková Barbora 573.71, ...15. Koporová Petra 506.25

H20A: 1. Petržela Jan 612.29, ...21. Brlica Pavel 512.30

Moravskoslezský žebříček:

D14B: 1. Grycová Veronika 506.12, 3. Firešová Markéta 485.39, 13. Ma-livánková Eva 386.42, 18. Chroustová Šárka 339.28; D16B: 1. Sabelová Markéta 525.00, 4. Koporová Lenka 453.51, 8. Nedbálková Hana 323.30; D45B: 1. Vavrysová Iva 505.70, 13. Kabáthová Jitka 381.85

H14B: 1. Sýkora Vojtěch 519.35, Soška Marek 148.84, Říčný Vojta 136.73, Komenda Jan 59.35; H18B: 1. Obrátil Štěpán 508.20, 5. Jordanov Alexandr 373.05

Český pohár štafet 2012:

D21: 1. LPU 139, 2. TUR 130, 3. ZBM A 125, ...9. ZBM B 91, ...22. ZBM C 34
H21: 1. PHK A 124, 2. TUR A 123, 3. ZBM A 121, ...16. ZBM B 64, ...33. ZBM C 28

D18: 1. PHK A 141, 2. ZBM A 127, 3. LPU A 123, ...20. ZBM B 34

H18: 1. ASU A 129, 2. KAM A 127, 3. LCE A 121, ...26. ZBM A 23

Česká liga klubů 2012

Dospělí: 1. ZBM 210, 2. TUR 184, 3. LPU 173

Dorost: 1. PHK 256, 2. KAM 233, 3. LPU 200, ...7. ZBM 143

Program na listopad 2012 až březen 2013

8. 11. - ČT - Mistrovství Brna v NOPB - Brno, Lužánky (CVČ Lužánky - tramvaj 1 - zastávka „Antonínská“ nebo „Pionýrská“) - sraz: do 17:45 - mapa: Osmec (1 : 4 000, E = 2,5m) - přihlášky do 6. listopadu na internetu - start: 18:00 - předpokládaný čas vítěze je 20 minut

12. - 13. 11. - SO, NE - ODDÍLOVÝ PŘEBOR - centrum: penzion Poslední míle (Milovy) - odjezd autobusem v 8:00 od Bohémy - návrat okolo 14:00 v neděli (12:30 odjezd z Milov) - stravování od sobotního oběda do nedělního oběda

17. 11. - SO - Brněnský běžecký pohár (1. závod) - Jehnice, škola - 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 70)

23. 11. - PÁ - noční mapový trénink - Křtiny - sraz: 16:30 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 s motýlkem - doprava: osobními auty

24. 11. - SO - trénink - Bystrc, „Ečerova“ (zastávka tramvaje číslo 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - běh s mapou „Pohádkou máje“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

24. 11. - SO - výprava Pulců - Bystrc, „Ečerova“ (zastávka tramvaje číslo 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - výprava Pulců s mapou za Říšou a Helenkou - Pulci - délka cca 2 až max 3 hodiny - konec na stejném místě

1. 12. - SO - Brněnský běžecký pohár (2. závod) - Okrouhlá - 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

2. 12. - NE - Brněnská zimní liga (1. závod) = ONOS cup - Líšeň, ZŠ Novolíšeňská (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78 - zastávka Novolíšeňská) - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Líšeň (1 : 4 000, ekvidistance 2,5 m) - doprava: individuální

7. 12. - PÁ - noční mapový trénink - Nelepeč - sraz: 16:00 v Řečkovících u konečné tramvaje (tramvaj 1 - konečná zastávka „Řečkovice“) - mapa: Klínek (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: scorelauf + krátká trať - doprava: osobními auty

9. 12. - NE - Běh na Býčí skálu - Řečkovice, Zamilovaný háj - sraz: do 9:30 - start: 10:00 - přihlášky předem nejsou třeba - doprava: individuální, v dosahu MHD (tramvaj 1, autobus 42, 65 a 70)

13. až 16. 12. - ČT-NE - Soustředění Sklené - viz samostatný rozpis akce

21. 12. - PO - noční mapový trénink - Kohoutovice - sraz: 16:00 na parkovišti u hotelu Myslivna (autobus 52) - mapa: Koniklecová (1:5 000, E=5m) - typ tréninku: vánoční překvapení - doprava: individuální

23. 12. - NE - 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 Mariáském údolí - doprava autobusem číslo 55 s odjezdem v 8:38 z Židenic, nádraží (Stará Osada 8:40; Dělnický dům 8:44)

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

26. 12. - PO - Brněnský běžecký pohár (3. 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. - 13. 1. - ÚT až NE - Zimní mapový trénink - mapa Koniklecová - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Kohoutovice, hotel Myslivna; MHD (autobus 52 - zastávka „Myslivna“)

3. 1. - ČT - První trénink po vánočních prázdninách - tělocvična ZŠ Kotlářská

4. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Soběšice - sraz: 16:30 v Soběšicích na začátku silnice směr Mokrá Hora (autobusem 43, 57 - zastávka „Klarisky“) - mapa: Kobylín 398 (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: individuální

5. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár (4. 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

11. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Mojetín - sraz: 16:30 v Řečovicích u konečné tramvaje (tramvaj 1 - konečná zastávka „Řečkovice“) - mapa: Mojetín (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: osobními auty

12. 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)

13. 1. - NE - Brněnská zimní liga (2. závod) - Modřice orienteering cup 2013 - Modřice, Sokolovna - sraz: do 14:15 - start 00: 14:30 - mapa: Modřice (1 : 4 000, E = 2,5 m) - doprava: individuální (nejlépe tramvaj číslo 2 nebo autobus 49 a 73)

14. - 27. 1. - PO až NE - Zimní mapový trénink - mapa Augšperský potok - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Žebětín, Říšová; MHD 52

19. 1. - SO - Brněnský běžecký pohár (5. 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

25. 1. - PÁ - noční mapový trénink - Hvozdec - sraz: 16:30 v Bystrci nad zastávkou „přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - mapa: Bílý potok (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať + scorelauf - doprava: osobními auty

26. 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

26. 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

28. 1. - 23. 2. - PO až NE - Zimní mapový trénink - mapa Panská lícha - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Soběšice, „Útěchovská“; MHD (autobus 43 - zastávka „Útěchovská“)

2. 2. - SO - Brněnská zimní liga (3. závod) - Hromniční trápení - Blansko - podrobnější informace v lednovém čísle Polarisu - detailní rozpis dosud nebyl vydán

2. 2. - SO - Brněnský běžecký pohár (6. závod) - Kanice, základní škola - 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

10. až 17. 2. - NE-NE - Soustředění Špindlerův Mlýn - viz samostatný rozpis akce

22. 2. - PÁ - noční mapový trénink - Pamětice - sraz: 17:00 v Řečkovících u konečné tramvaje (tramvaj 1 - konečná zastávka „Řečkovice“) - mapa: Paměť (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: osobními auty

23. 2. - SO - trénink - Bystrc, „Přístaviště“ (tramvaj 1, 3, 11) - sraz: 9:30 - běh s mapou „okolo přehrady“ - dorost a starší - sraz je v běžeckém oblečení

23. 2. - 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

24. 2. - NE - Brněnská zimní liga (4. závod) - Hruška cup - Brno, Bohunice - sraz: do 14:15 - start 00=14:30 - mapa: Bohunice-jih (1 : 4 000, ekvidistance 2,5 m) - doprava: individuální

24. 2. - 10. 3. - PO až NE - Zimní mapový trénink - mapa Dub Troják - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Kohoutovice, Pavlovská; MHD 29, 37, 50

1. až 3. 3. - PÁ až NE - Soustředění Rakousko - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise - přihlášky: do 20. února 2013 Zhustovi

2. 3. - SO - Brněnský běžecký pohár (7. 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

8. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Říčky - 17:30 u konečné tramvají ve Starém Lískovci (parkoviště u STK a benzínové pumpy) (tramvaj číslo 6, 7 a 8) - mapa: Doubravky (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: krátká trať - doprava: osobními auty

9. 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. 3. - NE - Brněnská zimní liga (5. závod) - Adamna cup - Vinohrady, Bzenecká - sraz do 14:15 hod. - start 00 = 14:30 - mapa: Vinohrady (1 : 4 000, E = 2,5m) - doprava: individuální (trolejbus 25, 26, 27 - zastávka „Pálavské náměstí“)

11. až 31. 3. - PO-NE - Zimní mapový trénink - mapa Kobylín 398 - přihlášky o mapy Zhustovi - centrum: Soběšice, „Klarisky“; MHD (autobus 43, 57 - zastávka „Klarisky“)

15. 3. - PÁ - noční mapový trénink - Březina - sraz: 18:00 v Líšni na parkoviště u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) - mapa: Křtiny (1:10 000, E=5m) - typ tréninku: okruhy - doprava: osobními auty

16. 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

16. 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

24. 3. - NE - 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“)

28. 3. - 1. 4. - ČT až PO - Velikonoce 2013 - ??? - tradiční velikonoční soustředění - podrobnější informace na jiném místě v tomto časopise - přihlášky: do 20. března 2012 Zhustovi

2. 4. - ÚT - změna v časech a místech tréninků - platí letní program tréninků

Zimní mapové tréninky leden - březen 2013

1.-13.1.	KONIKLECOVÁ	Kohoutovice, hotel Myslivna - MHD 52	1:10 000
14.-27.1.	AUGŠPERSKÝ POTOK	Žebětín, Ríšová - MHD 52	1:10 000
28.1.-23.2.	PANSKÁ LÍCHA	Soběšice, Útěchovská - MHD 43	1:10 000
24.2.-10.3.	DUB TROJÁK	Kohoutovice, Pavlovská - MHD 29, 37, 50	1:10 000
11.-31.3.	KOBYLÍN 398	Soběšice, Klarisky - MHD 43, 57	1:10 000

Základní charakteristika tréninků:

Délka i charakter trati bude shodný s technicky obtížným závodem na krátké trati (v brněnských podmínkách = tedy více kontrol v oblastech s mnoha detaily)

Budou připraveny tři tratě - H (25 až 30 minut), D (20 až 35 minut), HD (trať pro mladší v délce cca 25 minut).

Mapový trénink je k dispozici po celou dobu stanovenou rozpisem.

Na kontrolách budou fixní vodě odolné lampióny.

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisem kontrol.

Přihlášky na každý trénink e-mailem Liboru Zřídka Veselému: 604 996 773, zr@jaroska.cz

Mapa bude připravena k vyzvednutí na vrátnici ZŠ a MŠ Brno, Kotlářská 4 (vždy v obálce na jméno).

Změřený čas nahlaste Liboru Zřídka Veselému.

Vítězné časy budou zveřejněny na oddílových internetových stránkách a vítěze čeká sladká odměna.

Mapové tréninky listopad 2012 - březen 2013

17. 11.	Brněnský běžecký pohár „1“	Jehnice, škola	9:30
24. 11.	běh s mapou „Pohádkou máje“	Bystrc „Ečerova“, tram 1, 3	9:30
1. 12.	Brněnský běžecký pohár „2“	Okrouhlá u Boskovic, kulturní dům	9:30
9. 12.	Běh na Býčí skálu	Řečkovice, Zamilovaný háj, tramvaj 1	9:00
15. 12.	VT Sklené – bez tréninku		
23. 12.	Vánoční běh okolo Brna	Mariánské údolí, konečná bus 55	9:00
24. 12.	Běh na Babu	Skalka za Medláneckým kopcem	9:30
26. 12.	Brněnský běžecký pohár „3“	Sokolovna Syrovice	9:30
Nový rok			
5. 1.	Brněnský běžecký pohár „4“	Kuřim, Základní škola Tyršova	9:30
12. 1.	Běžecké testy – Lesná = Zhustových 60´	BCVČ Lesná	9:30
19. 1.	Brněnský běžecký pohár „5“	Radostice	9:30
26. 1.	běh s mapou „Moravským krasem“	Líšeň „Velká Klajdovka“, autobus 45, 78, 82	9:30
2. 2.	Brněnský běžecký pohár „6“	Ráječko, sportovní hala	9:30
Jarní prázdniny			
23. 2.	běh s mapou „okolo přehrady“	Bystrc „přístaviště“, tram 1, 3, 11	9:30
2. 3.	Brněnský běžecký pohár „7“	Vranov, Sportovní areál AMK Zbrojovky Brno	9:30
9. 3.	Brněnský běžecký pohár „8“	Modřice u sokolovny	9:30
16. 3.	běh s mapou „na Babu“	Královo Pole „Technologický park“, konečná tramvaj 12, 13	9:30
24. 3.	Brněnský běžecký pohár „9“	Brno-Kohoutovice, hotel Myslivna	9:30
31. 3.	Velikonoce – bez tréninku		
6. 4.	Brněnský běžecký pohár „10“	Brněnská přehrada, TJ Lodní sporty Rakovec	9:30

Tréninky napsané skloněným písmem jsou atletické závody, vždy na tratích 5km/10km, většinou po asfaltu. Start kategorie žen je v 10:15 hod., start kategorie mužů je v 11:15 hod. Přihlášky na místě 15 minut před startem. Vklad 40,- Kč. Závody jsou hodnoceny do žebříčku a počítá se 8 nejlepších výsledků. Ostatní tréninky jsou jako každý rok.

Noční mapové tréninky listopad 2012 - březen 2013

23. 11.	KŘTINY	Babice nad Svitavou	Líšeň, Jírova (tramvaj 8)	16:30
7. 12.	KLÍNEK	Nelepeč	Bystrc, ZOO (tramvaj 1, 3, 11)	16:00
21. 12.	KONIKLECOVÁ	Kohoutovice	Kohoutovice, hotel Myslivna	16:00
Vánoce				
4. 1.	KOBYLÍN 398	Soběšice	Soběšice, začátek lesní silnice směr Mokrá hora	16:30
11. 1.	MOJETÍN	Boskovice	Řečkovice (tramvaj 1)	16:30
25. 1.	BÍLÝ POTOK	Hvozdec	Bystrc, přístaviště (tramvaj 1, 3, 11)	16:30
8. 2.	ZBRASLAV	Zbraslav	Starý Lískovec (tramvaj 6, 8)	17:00
Jarní prázdniny				
22. 2.	PAMĚŤ	Pamětice	Řečkovice (tramvaj 1)	17:00
8. 3.	DOUBRAVKY	Říčky	Starý Lískovec (tramvaj 6, 8)	17:30
15. 3.	MALÝ LESÍK	Březina	Líšeň, Jírova (tramvaj 8)	18:00

Základní charakteristika tréninků:

Odjezd je vždy v uvedeném čase z místa uvedeného ve třetím sloupci.

Přihlášky na každý trénink nejpozději do středy rána Liboru Zřídka Veselému - 604 996 773, zr@jaroska.cz

Informace o dopravě vždy ve středu na tréninku ZBM nebo od středy na internetových stránkách ZBM.

Noční mapové tréninky budou připraveny v délce okolo 50 minut pro muže a 40 pro ženy.

Délka i charakter trati budou připomínat závod na krátké trati.

Budou se nepravidelně střídat tréninky s intervalovým startem a hromadným startem.

Na kontrolách budou reflexky + SI (nezapomínejte svoje SI čipy).

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.

U každého tréninku bude po tréninku připraven v dostatečném množství teplý čaj.

Soustředění Sklené 2012

Datum: 13. až 16. prosince 2012 – čtvrtek až neděle

Odjezd: ve čtvrtek 13. prosince v 16:22 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 16. prosince 16:07 (14:32) nebo 17:52 (15:40) 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: částečně společné (snídaně + obědy). K obědu bude zajištěno společné stravování formou polévky a nějaké lehčí jídlo. Večeře budou z vlastní kapsy na Třech Studních – výlet cca. 2 km. Po celý den bude k dispozici společný čaj.

Náplň: běhání nebo 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: 900,- Kč. V ceně je ubytování, doprava a náklady na společné jídlo. Peníze budu vybírat v průběhu soustředění.

Přihlášky: nejpozději do 1. prosince 2012, kapacita 40 osob

Soustředění Špindlerův mlýn 2013

Datum: 10. února – 17. února 2013

Cena: předpokládaná cena je 2 000,- Kč (ubytování + stravování)

Doprava: tam kombinací vlaku a autobusu, zpátky autobusem, nebo individuální – podrobnosti pro individuální dopravu u Zhusty

Jídlo: zajištěno od oběda 10. února do oběda 17. 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 10. února v 6:48 z hlavního nádraží vlakem směr Praha (R Petrov) – 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 17. února v 18:55 do Brna na Zvonařku. Odjezd ze Špindlerova Mlýna v 13:04.

Přihlášky: do 20. ledna Liboru Zřídkaveselému. Peníze se budou vybírat ve Špindlerově Mlýně. Jízdenky na autobus se budou kupovat 1. února – pokud pojedete individuálně, nezapomeňte to sdělit.

Poznámky: Na chatě je ping-pongový stůl. Sprcha není k dispozici (teplá voda v omezené míře, studená voda v nepřeborném množství). Vezměte si sebou co nejméně věcí, protože není úplně jisté, že se nám je podaří vyvézt rollbou. Spíše to vypadá na to, že si je budeme muset vyvézt lanovkou.

TRÉNINKY OD 12. LISTOPADU 2012

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	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:00 – 18:00	pulci	hry + mapa	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:00 – 18:00	žácidorost	běžecký + teorie	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:30 – 18:00	dorost +	běžecký	BCVČ Lesná - Milénova ulice
Čt	14:30 – 15:30	pulci	tělocvična	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	žactvo	tělocvična	tělocvična ZŠ Kotlářská
	18:00 – 19:00	dorost +	aerobic	tělocvična ZŠ Kotlářská
	19:30 – 21:00	dospělí +	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
Pá	16:00 – 21:00	dorost +	noční mapový	okolí Brna (osobními 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 orientační závod

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

* * * * *

POLARIS / LISTOPAD 2012 / ROČNÍK XIV. / #122

team: Zhusta, Honza Drábek, Filip

kontakt: zbm.polaris@seznam.cz

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

* * * * *

