

Fotka

Vláďa, BBP Kuřim

Rozhovory

Vladimír, Kačka

Články

BZL: Kauflauf, Hruška cup, BBP Syrovice, Kuřim,  
běh okolo Brna, Běh na Babu

# Polaris

1—2016



# Úvod

## Honza

Od Skleného ke Skleného. Abych na prosincové bral pomalu kraťase, na to lednové seaspoň zima vrátila do normálu a beru (snad) běžky! Už se těším, až to zase povalí zadarmo z kopce do Nového Města. Minulý týden se tam proháněli závodníci Světového poháru... tento si tam dáme závody my. Jen klepu na dřevo, s těmi zimami je něco v nepořádku.

No ale to není všechno. Samo sebou mezi Skleným a Skleným se něco událo. Rozběhly se na plno BBP. Pavel už zase poráží Dana. Málem i na živo. A mezi dorostenci panuje tvrdý souboj. Celkem to jde i Vlád'ovi a tak se na vás může šklebit z obálky.

Ale samo sebou i v zimě běháme orienták, že! Prvně ještě skoro za teplého jarního počasí se rozběhl Kauflauf v Obřanech a Maloměřicích. První závod má za sebou i nejmladší Žabiňák toho času. Ale že to neměl jednoduchý, to si můžete přecíst dole. A mimo jiné padl rekord závodu, 319 účastníků. Wau! Klasicky hned po Vánocích, tentokrát i na ledě a sněhu se běžel Hruška cup v Kohoutovicích. Nakonec se všichni našli. Pořadí závodů je stále dost napínavé a tak uvidíme na Hromničním, kdo se posune vpřed? Čekají nás další tři závody!

A točíte pořádně? Jaro za humny a už 19.3. se běží Jarní pohár. Tak bacha na to!

.....

## Rozhovor

# Vladimir

Ahoj Vlád'o, točíš, netočíš?

Točím.

Dívám se, že na bbp běháš na hraně stupňů vítězů. Asi ty to celkem jde, co?

Tak díky tomu, že točím, tak mi to aji jde. Pak jsem tam jeden z nejstarších, výkony se ode mne očekávají a zhodnocuji nasbírané zkušenosti.

Přesto trochu záporná bilance v souboji s Honzou Králem, co?

Po dnešní Radostické nerezové desítce je to 3:3. Kontumačně jsem vyhrál, protože Honza se nedostavil.

Na jakém bbp se ti dařilo nejvíce? A které se ti nejvíce líbilo.

Líbí se mi všechny. Nejlepší umístění jsem zaznamenal na Radostické nerezové desítce.

Na BZL dvě vyrovnaná umístění, ale až na konci druhé desítky. Běháš s mapou?

Jak kdy.

Na Kauflafu byl zapeklitý začátek a pak smažba po rovince. Jak ti to vyhovovalo?

Líbilo s mi to.

A na Hruška cupu, abys rovinku pohledal. Jak se ti běželo ve sněhu?

Sníh mi nevadil. Musel jsem se dostat do mapy, kterou jsem dostal do ruky po dlouhé době. Začátek se mi ale moc líbil.

A co Jende, nutí vás (dorostence) do tréninku úspěšně?

Snaží se a je do toho zapálenej. Já myslím, že jsou výsledky.

Matůra na krku, jak se těšíš?

Do vzdělávacího procesu jsem nastoupil v 7 letech s odkladem. Takže maturuji až v roce 2017.

.....

# Kauflauf

Petra Palasová

ANEB JAK SI TOHAŠ PODEVĚ  
OSAHAL DEJENŤÁK

ČÍMĚ PĚTĚ PALASOVĚ

NĚKOLIK HODIN PŘED ZÁVODEM  
V PALASII DOHA

TOHAŠI,  
DNEŠ TE  
VEŘEJNĚ  
MÁ DEJENŤ  
DEJENŤÁK

UHA!  
... !!  
VĚTSK !!

ASI TO  
NEBUDE  
JEHO  
OBLÍBENÝ  
SPORT

NEPUSÍŠ BĚŽET, STÁČÍ  
TĚ LEŽET V KOČÁRKU  
A V STĚBÁVAT ATHLETŮM

VĚTSK  
VĚTSK  
VĚTSK

CESTOU z DOHA DO PALASOVĚ ...

ČHEPŤ

... SE NIC DALŠÍHO  
ANI ZACÍŤAVĚHO  
NEPŘIHOJILO

NA STRANU ...

ČHEPŤ!

... SE TAKY NIC ZACÍŤAVĚHO  
NEPŘIHOJILO ...

U! U! TĚP!

VEHLĚDEN K  
AKTIVNÍM TOCHĚ  
SI NEBUDE  
VYSÍZAT NEDEKATŤ  
CEŤU, ALE TU  
NEČEKÁJNĚJŤ!

OSKLO POUA FANDOUKŤ

DO TOHO  
ZENO!  
ČHEPŤ!

V ČÍLI

UH  
UH  
UH

ZCHVÁČENÁ  
MÁTRÁ

HUDEJ STÁLE NEDEVŤ ZÁŤEH  
O TENTO DEVA SPORŤU ...

NUDA

ČHEPŤ!

ZACÍŤAVĚ JE ŽOU O JEZNO

POZDĚJŤ DOHA V PALASII

ROZBOR ZAVODU

VĚTSK

ZÁŤEH  
NEBUDE  
TLAČŤ  
MÁ  
PILU

POKUD SE VÁH ZDÁ,  
ŽE PĚČSĚH NEBSŤAHUJE  
INFOŤANCE O KAUFURŤU,  
TAK ANO, NEBSŤAHUJE.  
VĚE PODSTĚPNĚ NÁRDBE  
MÁ STĚANICKŤ BĚL.  
DÍKŤI POZÁDÁŤELŤM!

-----  
1.BZL Kauflauf 13. 12. 2015, Obřany  
-----

D: 1.Michaela Omová 20:42, 2.Jindra Hlavová 21:42, 2.Kateřina Chromá 21:42, 4.Magdaléna Tužilová 21:49, 5.Natalia Hiklova 22:09, 7.Barbora Hrušková 22:14, 16.Markéta Uhnává 25:03, 17.Lenka Kočová 25:25, 22.Barbara Stachoňová 26:12, 23.Adéla Chromá 26:34, 24.Zuzana Hendrychová 27:00, 27.Veronika Křístková, 27:25, 32.Andrea Firešová 28:54, 32.Lucie Cicvářková 28:54, 36.Hana Dvořáková 29:23, 37.Petra Palasová, 29:26, 49.Jitka Kabáthová 32:09, 53.Dagmar Vršková 33:52, 61.Julie Finstrlová 35:27, 71.Klára Bašeová 40:21, Lucie Galatíková DISK, Jana Gebauerová DISK, Eva Kabáthová DISK

H 1. Miloš Nykodým 18:33, 2. Jan Petřela 18:37, 3. Daniel Hájek 19:27, 4. Pavel Brlica 19:52, 6. Jakub Hruška 19:58, 7. Adam Chromý 20:01, 8. Jan Zháňal 20:09, 10. Štěpán Zimmermann 20:34, 15. Jan Palas 21:30, 16. Michal Bialožyt 21:35, 18. Vladimír Kelbl 22:04, 23. Libor Zřídka veselý 22:44, 25. Luděk Finstrle 22:55, 31. Zdeněk Stachoň 24:01, 33. Tomáš Hikl 24:27, 34. Jaroslav Brabec 24:28, 35. Petr Přikryl 24:39, 45. Jaroslav Koča 25:58, 46. Jan Král 26:04, 52. Svatoš Coufal 27:05, 59. Ivo Cicvářek 27:18, 66. Martin Dvořák 28:30, 69. Jáchym Coufal 28:53, 83. Tomáš Liščinský 31:21, 87. Alexandr Jordanov 32:12, 97. Václav Štěpánský 33:45, 99. Adam Zřídka veselý 34:00, 101. Vojtěch Marek 34:18, 111. Adam Urbánek 35:54, 1 12. Otakar Jašek 35:58, 137. Matěj Baše 53:25, 140. Jáchym Tachovský 1:00:19, Matyáš Tachovský DISK, Pavel Rotek DISK

HDD: 1. Jan Štěpánek 13:42, 2. Vojtěch Koča 15:01, 3. Tomáš Urbánek 15:17, 4. Tomáš Kučera 16:34, 5. Radim Cicvářek 16:47, 10. Kristýna Finstrlová 17:48, 13. Jošt Kroutil 19:14, 16. Lucie Finstrlová 20:18, 17. Klára Kočová 20:52, 19. Martin Cicvářek 22:01, 21. Martin Zřídka veselý 22:18, 24. Martin Bulička 22:49, 33. Veronika Rotková 24:05, 34. Klauďie Slezáková 24:17, 40. Antonín Slezák 27:07, 46. František Koča 30:27, 52. Denisa Finstrlová 35:02, 60. Filip Finstrle 40:22, 62. Tadeáš Kroutil 42:02, 63. Eliška Krutilová 42:33  
-----

# VT Sklené

## Kuba

Tradiční akce, v tradičním čase – poslední roky tradičně bez sněhu. Nebudu vám tu rozepisovat postupně, co jsme chodili za tréninky a jaký byl harmonogram, protože to stejně každý zná, jelikož to je každý rok stejné. Pokud to ale neznáte a nikdy jste na Skleném nebyli, tak ještě asi nejste praví Žabiňáci. Ti totiž na Sklené jezdí ;-)

Letos jsme měli dokonce echt tradiční sestavu. Přivítali jsme taková jména světového orientáku, jako jsou Miloš Nykodým, Daniel „Bud“ FIT“ Hájek nebo Adam Chromý a účastí nás potěšila dokonce i do republiky navrátilivší legendární hvězda Dlouhé noci Majkl van Třinec. Nyní doufám chápete, jak jsme se my, obyčejní smrtelníci, museli cítit na startu jakéhokoliv tréninku s takovými jmény po svém boku. Někteří nejmenovaní z nás se sice snažili si pohoňkat ego alespoň soutěží Poraž si svou hvězdu v NHL, ale nikdo to se mnou nechtěl hrát. Dokonce i Chara musel ustoupit před Jordanem a bratry Sediny vystřídal Larry Bird s Kobe Bryantem. Miloš na to pekl úplně a raději hoňkal něco jinýho.

K Vánočnímu Sklenému patří neodmyslitelně i stromeček a dárečky. Někteří (opět samozřejmě nejmenovaní) se na to tak trošku vykašlali a museli se uchýlit k prvotřídnímu čmajzu a narychlo nějaké obstarat. Stejně byly nakonec nejhodnotnější ze všeho, co šlo dostat.

Závěrem bych rád dodal, že tréninky byly opět náročné, sem tam nějaký žakýtek, sníh opět nic a u křížku nečekaně kosa jak sviň. V něčem toto Sklené přeci jenom nebylo tradiční – historicky poprvé jsem po něm nebyl nemocný, možná i díky luxusní inovaci v podobě kouzelné bedny z projektu Ovoce do škol, kterou nám sehnal Libin. Takže jestli to, Libindo, čteš, děkujeme a prosíme víc ovoce na soustředění.

.....

## Nočák, co možná ani nebyl

### Honza

Ten trénink se vlastně neuskutečnil a jestli ano, tak zcela na jiném místě a v zcela jiný čas. Tak nevím, o čem bych měl psát. Asi o kondenzačních stopách za letadly. To je aspoň jasné nebezpečí, o kterém málokdo ví!

Ale tak něco neřeknu. Byly nebyly Vánoce. Plus mínus pár dní. Řekněme, že jsme se potkali (Ano to je zcela jasné, orientální běžci z Brna se žábou, víceméně, na zádech.) někde v blízkém okolí Brna. Rozhodně nás nečekal sních a teplota podle záznamů byla příjemná. Něco mezi -15°C a +15°C. Nic, na co by nás překvapilo.

Běželi jsme na mapě, na nové mapě, která vůbec neexistuje. Takže se zdržím u staré mapy. Ta existuje, a když odmyslíme zelenou, tak v nějakém jakž takž stavu. Vystartovalo se hromadně a čekaly nás jeden až tři okruhy. Podle formy, síly, sebevědomí a světla. Na začátku byla směs kupek a světle zelené, či tmavější. Podle toho, kam vás zavedla buzola a farsty. Zato prohlubně zůstaly více než méně na svých místech. Takže místňáci se neztráceli tolik, co neznalí terénu. Dokonce nás čekaly i skály! Ne nějaké šutříky, ale regulérní horské srázy. (Dobře trochu jsem se nechal unést krásou terénu.) No a kdo přeběhl, tak se nestačil divit. Traverzování na mokřím listí s podkladem mokř& yacu těch kamenů. No kdyby se prodávaly řetězy na boty, tak by v tomhle asi také nepomohly. V průběhu tréninku vykoul i Měsíc. Trochu prosvěttil listnaté pasáže lesa. Takže i malé světlo bylo dobré světlo. Závěrečná část byla tři na kilák. kdyby tam nebyl les. Ale ať toho neprozradím příliš.

Po doběhu nás čekal výtečný, horký a sladký, čaj od Míšy a dokonce i zákusky! No akorát byste mohli litovat, že se takový trénink konal. Takže vlastně nebyl. Vyčtené GPS jsou z nereálného tréninku online hry. Aby si ostatní mysleli, že tolik točíme. HO HO HO. (Ďábelský smích.) a přece v okolí Brna žádné hezké terény nejsou, jen zarostlé hustníky, že. Nechejme je u toho! Jo ty kondenzační čáry za letadly. Jestli víte, jak je to doopravdy, tak se zeptejte Bóři, ten to má nastudované.

.....

# Vánoční běh okolo Brna

Pepr

Jak to vypadá podle pořadového čísla letošního ročníku (19) oběhnutí Brna po zcela tradiční trase, poprvé jsme z Mariánského údolí směrem na Horákovskou myslivnu vyrazili před Vánocemi 1996. Pamatujete si? Krásné slunečné ráno, teplota kolem -3°C, asi 5 cm čerstvého prašanu, ve kterém jsme dělali první stopy...

Teď trochu mlžím, protože si ani já tak přesně nevybavuji tehdejší podmínky, pravda ale je, že za těch 18 předchozích ročníků jsme zažili všechno možné. Od popisované příjemné zimní idylky po 20 cm čerstvého hlubočáku, který celou cestu stále připadal, zledovatělé cesty

a pěšinky, více či méně hluboké bahno nebo sucho a téměř jarní počasí.

Letos byla mlha. Hlavně ve vyšších částech trati panovala dost hustá a z Alexandrovky rozhledny nebylo vidět zhora nic. Tam jsme však doběhli až po přibližně 100 minutách běhu přes mapy Říčky, Hostěnice, Pod Hádkem, Malý Lesík, Křtiny a Alexandrovka. Tempo bylo přiměřené, ostatně každý si mohl jako vždy vybrat rychlostní skupinku podle vlastní chuti, fyzické kapacity a momentálního stavu, přičemž přestup do jiné je vždycky možný. (Zejména směrem dozadu.)

Sešlo se nás letos docela dost, celkem 17, to je zhruba podobný počet jako v posledních několika ročnících. Tohle se také měnilo v průběhu let, taky jsme běželi jen 4!

Trasa má v prvních ¼ houpavý průběh (možná se stoupavou tendencí), všichni jsme zvládli kopec za březinskou hájenkou (o předchozích nemá cenu se zmiňovat) i postupné stoupání na Alexandrovku. Z ní následuje (letos silně rozbahněné díky činnosti lesní správy) prudké klesání do Adamova, kde na skupinku 1A (já a Ořas) a následující čekala tradičně Míša s občerstvením před závěrečnou direttissimou po modré značce do Útěchova.

Skupina 1 byla letos tak rychlá, že probíhala kontrolním bodem v Adamově na Horce těsně předtím, než Míša dorazila.

Protože v Útěchově je jeden z možných cílů tohoto běhu, skupinka si 1A ho zvolila za svůj. Sice trochu nevhod, protože bus odtud odjíždí v 11.23 a ten nám o 2 minuty ujel, ale ani to nás nepřesvědčilo k pokračování dál po trati jiného tradičního běhu, a to na Býčí skálu (resp. zpět) směrem do Soběšic, případně na Lesnou a do Husovic na Tomkovo náměstí. Tak jsme ze zastávky jen pozdravili probíhajícího Standu a Tomase se Zdenálem a v mlhavém chladnu počkali na čas 11.59, kdy jsme se vydali 57čkou vstříc Vánocům.

.....

# Běh na Babu

## Honza

Dlouho jsem tomu odolával, alpak jsem se rozhodl, nastrojil jsem stromeček 23. a co ráno? Tak vyřáším na každoroční běh na Babu. Nestačím se divit, kolik je na srazu orientáků. Přestože je počasí dost nevlídné až sychravé. Poskládat plno lidí na jednu fotku, taky dá trochu zabrat.

A co dál. Tak se poběží na tu Babu, ne?

Tak pomale proud lidí běží blátem nahoru, občas to někdo zašpuntuje, tak přecházíme do chůze, pohodičkou běh. Oroud se pomalu zmenšuje a stále se s někým loučíme. Kapku slzy



by i člověk uronil. Nahoře před Babou jsme také odměněni, protože najednou vybíháme z inverze pokrývající Brno už několik týdnů. Krásné výhledy a teplota krásně stoupá. Za všeobecného pokecu dobíháme na Kuřimskou horu. Další foto, aby se mělo co za rok rozdávat. A pomalu zpátky, kapr nepočká.

Tak teď musím i za rok si jít pro fotografii, sice mám z roku 2014, ale na té nejsem. No vlastně nebudu i na té z roku 2015. :)

---

# BBP Syrovice

Pavel

Již tradičním povánočním vystřízlivěním se pro mnoho z nás stalo BBP v Syrovicích, pravidelně datováno na 26.12. V tento den se kromě tradičních běžeckých rozprav do konverzace dostává i jedna nová - množství cukroví, které každý během svátku zbaštil. Každý se světuje, kolik toho přes vánoce zvládnul zpráskat a o kolik kg navíc mu ukazuje ručička na váze. Letos tomu samozřejmě nebylo jinak !

V jehnicích nás nejdřív čekalo přeplněné parkoviště. Po řádném rozklusu na závodním kolečku jsme zanalyzovali, jakou zvolit obuv. I přes rozbahněný začátek jsem byl pevně rozhodnut pro Pumičky, které si nemůžu vynachválit. Ale pěkně postupně - nejdříve byl start. Konkurence byla velmi slušná a tak to už od začátku nikdo nešetřil. Miloš vypálil a docela dlouho běžel na špici. Já se necítil úplně ideálně, půlku svátků jsem kvůli únavě prospal a jelikož jsem to nechtěl přepálit, držel jsem se Kocourka. Po cca 2,5 km se však začala hlásit o slovo únava a já běžel jen tak nějak, abych dával nohu před nohu. Žádná síla, žádná vytríbená technika! No celkem jsem se protrápil, ale i takové chvíle je potřeba si zažít. Při společném výklusu jsme se pak kulturně vzdělali, když jsme zavítali do PP Bezourek a viděli úchvatné věci. V PP Bezourek jsou totiž poslední zachovalé zbytky kvalitních subpanonských stepních trávníků s řadou zvláště chráněných a vzácných druhů rostlin a živočichů (např. kudlanka nábožná či pačmelák skalní). Zde bych ještě pro zajímavost dodal, že chráněné území je součástí honitby 6221110005 Syrovice.

Pokud tedy budete hledat na příští rok nějakou aktivitu, při které vypotit alespoň část vánočních dobrot z těla, BBP v Syrovicích je jasná volba. Bylo totiž spatřeno a natočeno několik závodníků, kterým po čele místo potu tekla směs moučkového cukru a mouky. Tyto záběry byly ovšem pořízeny amatéry a momentálně jsou podrobovány zkoumání odborníků,

a tak není doposud jasné, zda se nejednalo pouze o důmyslný podvrh od části sportovních nadšenců ve snaze přilákat k běhání více lidí!

-----  
BBP: Syrovice, 26. 12. 2015  
-----

10 km: 1. Homoláč Jiří 30:03, 3 NYKODÝM Miloš 30:36, 10 BRLICA Pavel 32:10, 19 ZHÁŇAL Jan 33:50, 25 HRUŠKA Jakub 34:38, 27 BRAVENÝ Vít 34:50, 35 MOKRÝ Stanislav 35:32, 158 ZIMMERMANN Štěpán 35:34, 43 LIŠČINSKÝ Tomáš 36:17, 63 COUFAL Svatoš 37:41, 68 PŘIKRYL Petr 38:06, 114 KABÁTHOVÁ Eva 38:11, 147 KOČA Jaroslav 42:48, 299 PÁTEK Richard 54:15

5km: 1 FOLLER David 15:43, 5 HIRŠ Otakar 16:17, 21 KRÁL Jan 17:36, 24 KELBL Vladimír 17:50, 39 HIKLOVÁ Natalia 19:16, 41 HRUŠKOVÁ Barbora 19:24, 43 COUFAL Jáchym 19:26, 77 GEBAUEROVÁ Jana 20:49, 117 KOČOVÁ Lenka 22:21, 145 KABÁTHOVÁ Jitka 23:09, 197 FINSTRLOVÁ Alena 25:00, 200 MALIVÁNKOVÁ Eva 25:02  
-----

# BBP Kuřim

## Svatoš

Kuřimský BBP letos nezačínal moc šťastně. Sotva jsem v Brně šlápl na chodník pokrytý hladkým ledem, začal jsem si přát boty s hřeby, které zůstaly doma. Ani v Kuřimi to není lepší – perón i cesta ke škole pěkně kloužou a při prezentaci dostávám startovní číslo 13.

Prohlížím si začátek tratě, jsou tam kostky, ale nekloužou. Hlášení na startu 5km mi pokazilo radost, osolili jenom začátek pro žákovské běhy. Pětkaři ale vyběhají jako by nenamrzalo.

Po přezutí do orientek závistivě koukám na Drbču a Petra s hřebovkami a jdu se “rozklusat” na namrzlém asfaltu – koza na ledě, nedá se odrazit. Z cíle zatím slyším známá jména Ota, Honza, Kateřina... Dobíhá i Jáchym a tvrdí, že to moc neklouže, nevím jak moc mu věřit. Jitka Kabátová to naštěstí potvrzuje a tak se cítím lépe.

Na startu se cpu víc dopředu a stojím vedle Zeldy, který popisuje trať a připomíná dlouhý kopec v druhém kole. Vybíháme, i z lepší startovní pozice předbíhám část pole a držím si stopu na kostkách, kterou jsem si předtím vybral. Zatím to neklouže, přesto se dívám kam šlapu pokud ovšem nesleduju Zeldova záda.

V sevřené skupině dobíháme až před prudký výběh na Kuřimský hřeben. Sice máme už vystoupáno 73 m, ale v počáteční euforii to člověku tak nepřišlo. Těch druhých 71 m se mi

zdá nějak strmějších a uhýbající sníh bere energii při každém kroku. Podle dechu ostatních soudím, že mi to dnes jde a předbílám další soupeře. Z kopce mi to nejspíš oplatí. Nahoře na kopci mně čekají dvě překvapení. Za vrcholem je sedlo, takže to nejde hned dolů, jak jsem doufal, na druhou stranu skupina běžců přede mnou je nezvykle malá a nikde nevidím známé tváře.

Ve stoupání za sedlem získávám další dvě pozice a koukám na sebeh úvozem. Na rozdíl od loňského bláta je pokryt příjemnou vrstvou sněhu, která poměrně drží a tak to pouštím a dotahuju. Po vrstevnici zpátky ke startu volím stopu po středním štěrkovém pásu. Tedy do té doby, než noha po došlapu ustrělí a já se dva, tři metry kloužu po rukách, holeni a pak i po boku. Rychle se zvedám, vypadá to, že žebra a ostatní části těla přežily ve zdraví a ještě jsem si vysloužil pochvalu za umný pád.

V zatáčce před Kuřimí nám počítají pořadí a mám neuvěřitelnou 34. Takže teď udržet co se dá. Po rovině pod druhé stoupání se mi daří, ztrácím jen dvě místa, ale kopec v druhém kole nějak povyrosl. Už v půlce se cítím jako bych ho vyběhl celý, zatnu zuby a nahoru, pořád nahoru a dvě pozice jsou zase zpět. V sedle získám ještě jedno místo, jenže cestou dolů už mi na záda dýchají ti chrti, co mně vždycky dostanou na posledním kilometru. Dole mně předbílají a vidím i tu pěknou ledovou plošku, na kterou jsem minule došlápl - hladká jako zrcadlo. Ještě rovinka a za ní poslední zatáčka - snažím se udržet náskok a pak cíl s náskokem celých 6 sekund. Dobíhám na 38 místě o 46 míst lépe a 3:30 rychleji než loni. Asi začnu mít rád měkký sníh.

A protože jsem neuklouzl ani při výklusu, můžu se těšit na příští rok, kdy prý padnu do MV2 a to možná bude i na bednu.

.....

Rozhovor

## Kačka

Ahoj Kačko, gratulace k výhře na Kuřimském bbp! Trochu překvapení, ne? Moc často tě na tréninku nevidím. Sedl ti terén?

Ahoj! Bylo to hezké bbpčko, mám to v kuřimské ráda. Překvapení to určitě bylo, ale myslím, že tam spousta dobrých holek nebylo. Nebylo moc hezké počasí, navíc to byl ten den, kdy byla ta brutální ledovka, což myslím mohlo spousta lidí odradit. Mimochodem, to že nestíhám společné tréninky neznamena, že netrénuju, jak si asi někteří lidi myslí..;-)

Přece jen terén v Kuřimi orientákům trochu hraje do karet, skoro furt po lesních cestách, na závěr prudký seběh v lese a následující rovinka s ledovými plotnami. Jakou jsi zvolila obuv? Může rozhodnout závod?

Vzala jsem si orientky, což si myslím, že byla docela výhoda. Ale seběhy obecně nejsou zrovna má silná stránka, hlavně kvůli kotníkům, takže myslím, že mě tam spousta lidí doběhlo.

Jinak si vedeš zdatně i v průběžném pořadí BZL. Zatím jsi v čele. Už jsi jednou vyhrála, co letos, jak to vidíš?

Uvidíme, myslím, že zatím je to spíše díky tomu, že jsem nediskla žádný závod a na obouch byla ;-)

První liga byla v Maloměřicích, zálužný začátek a pak palba do konce. Jak se ti líbila Járova trať?

Jo to bylo super, moc se mi to líbilo, i když ten konec už docela bolel..ale bavilo mě to, zvolila jsem jednu špatnou volbu přes řeku, ale jinak spokojenost.:-)

Hruška cup na sněhu a ledu. Co velké volby? Zvolila jsi dobře?

V Kohoutovicích to bylo horší, moc jsem nezvládla začátek a ty volby..myslím, že první jsem zvolila špatně a druhou dobře. Tak aspoň 50% úspěšnost :-D

Co další sezóna v reprezentačním dresu? ME v Jeseníkách. To je dobrá výzva na trénování.

Výzva to určitě je, ale já se spíše snažím dohnat to, co jsem ztratila svými zdravotními problémama loni a uvidíme kam se do jara posunu a jak to půjde..:-)

A jak jinak jdou zkoušky? Všechny za teou za á? ;-)

Ještě mě čeká poslední zkouška a pak už hurá prázdniny..:)

-----  
BBP:Kuřim 9. 1. 2016  
-----

1 KOCOUREK Milan 33:20, 4 NYKODÝM Miloš 34:00, 7 ZHÁŇAL Jan 35:28, 16 HRUŠKA Jakub 36:47, 23 ZIMMERMANN Štěpán 38:55, 38 COUFAL Svatoš 40:38, 40 PŘIKRYL Petr 40:47, 49 DRÁBEK Jan 41:34, 57 HIKL Tomáš 42:06, 170 HENDRYCHOVÁ Zuzana 50:37  
1 KOTYZA Daniel 18:30, 3 HIRŠ Otakar 18:50, 9 KRÁL Jan 20:18, 12 KELBL Vladimír 20:43, 15 CHROMÁ Kateřina 21:07, 22 COUFAL Jáchym 21:54, 6 HRUŠKOVÁ Barbora

22:09, 32 FIREŠOVÁ Markéta 22:54, 57 ODEHNALOVÁ Tereza 24:40, 86 KABÁTHOVÁ Jitka  
27:07, 106 MALIVÁNKOVÁ Eva 28:24, 117 ODEHNALOVÁ Klára 29:24, 128 DVOŘÁKOVÁ  
Hana 30:39

---

# Hruška cup

## Věrka

Je neděle jedna hodina odpoledne a v bytě na Lesné čekáme na našeho „posledníčka“, aby chom mohly vyrazit směr Kohoutovice na Hruška Cup. Nakonec všechno vychází a díky nutnosti Jindřiného brzkého startu a našemu nalosování na úplný konec startovního pole přijíždíme do školy s 90 minutovou rezervou. Chvíli si říkáme, že to uteče, ale za chvíli měníme názor a vydáváme se na procházku po okolí. Při vstupu do školy se srážíme s Jančou a ptáme se na Aničku, když zjišťujeme, že Martináč je pouze vzorným rodičem, okamžitě s a kočárem vyrážíme procházkou až na start. Cestou zpět se dokonce Anička snaží komunikovat, ale bohužel ji moc nerozumíme, ale to se do příště spraví. Celí promrzlí přicházíme do tělocvičny, kde už je zpět Jindra a líčí nám zákeřné křoví na začátku trati. Já přehodnocuji svůj oděv a ze strachu z roztrhnutí mé vestičky svlékám Jindru z dresu.

Pak už to jde vše ráz na ráz rychle na start, ať to stihneme, ale moc nemrzeme. Na startu 4 minutky zdržení, tak že akorát možnost na rozcvičku, pak už rychle mapu orazit start a běžím. Než v mapě najdu mapový start, tak úspěšně bez povšimnutí mímám startovní lampion, takže když se nacházím v mapě, je daleko za mnou, tudíž zatáčím vlevo a na jedničku volím 100% nejhorší postup a ještě se k ní prodírám nejhustším křovím, když si to chci trochu zkrátit. Pak už jde vše mapově vše hladce, jen si místy říkám, že hřeby by se opravdu hodily, ale co pro mé pomalé tempo několik zpomalení není velká ztráta. Když se dráplu největšího kopce závodu, tak si říkám, že bych možná něco měla začít dělat, to mě ovšem hned za 300m přejde, protože jsem na kopci, kde se rozbíhám a vidina cíle je blízko. Opatrně seběhnout dolů, vyběhnout pár schodů, jedna druhá a cíl.

Po cestě z cíle s Adélkou diskutujeme nad postupy a zatraceně blízko umístěnými uzlovkami. Jsme do toho tak zabraní, že nám kolemjdoucí paní říká, že už toho máme nechat a jít do bazénu. OT mi připomenu můj následující program, a tudíž rychle utíkám do tělocvičny vyčíst, pobalit věci popohnat opět našeho „posledníčka“ a hurá zahřát se a zregenerovat do sauny, ať v pondělí v práci můžu zas celý den sedět. :-)

-----  
Hruška cup, 10. 1. 2016, Kohoutovice  
-----

D: 1. Eva Kabáthová 18:58, 2. Adéla Indráková 19:08, 3. Natalia Hiklova 19:21, 4. Kateřina Chromá 19:36, 5. Jindra Hlavová 19:43, 6. Magdaléna Tužilová 20:13, 7. Hana Hlavová 20:29, 8. Tereza Odehnalová 20:44, 11. Markéta Firešová 21:48, 13. Jana Gebauerová 22:35, 15. Markéta Uhnava 23:40, 17. Věra Mádlová 23:57, 18. Zuzana Hendrychová 24:05, 25. Klára Odehnalová 25:10, 28. Hana Nedbálková 25:59, 30. Veronika Křístková 26:34, 33. Eva Malivánková 27:05, 45. Adéla Chromá 29:45, 48. Barbora Smoradová 30:24, 52. Lucie Cicvářková 31:18, 62. Dagmar Vršková 35:23, 70. Klára Barnatová 37:21, 75. Klára Bašeová 39:19, 83. Julie Finstrlová 43:54, 85. Markéta Rotková 47:35, 90. Jana Königová 55:49, Lenka Kočová DISK, Hana Dvořáková DISK

H: 1. Miloš Nykodým 16:32, 2. Daniel Hájek 16:38, 3. Adam Chromý 17:55, 4. Adam Chloupek 17:56, 5. Jakub Zimmermann 19:19, 7. Tomáš Bořil 19:42, 9. Adam Kazda 20:23, 11. Jan Drábek 20:26, 13. Libor Zřídka veselý 20:34, 16. Tomáš Hikl 22:01, 19. Vladimír Kelbl 22:48, 20. Martin Kinc 22:54, 23. Petr Přikryl 23:27, 24. Jaroslav Koča 23:45, 31. Luděk Finstrle 24:27, 33. Adam Kožoušek 24:41, 34. Pavel Zelený 24:43, 35. Jaroslav Brabec 24:46, 41. Tomáš Liščinský 25:19, 49. Lukáš König 26:41, 59. Jáchym Coufal 28:36, 64. Svatoš Coufal 29:27, 69. Jiří Kůr 30:07, 71. Ivo Cicvářek 30:17, 75. Adam Zřídka veselý 31:35, 77. Pavel Rotek 31:57, 81. Michal Gregor 33:21, 83. Vojtěch Marek 34:17, 117. Matěj Baše 55:00, 120. Vladan Zelený 56:19, Jiří Šafek DISK, Jan Komenda DISK, Matyáš Tachovský DISK

HDD: 1. Vojtěch Koča 10:30, 2. Jan Štěpánek 10:33, 3. Ondřej Štěpánek 11:59, 5. Radim Cicvářek 12:51, 9. Kristýna Finstrlová 13:35, 14. Klára Kočová 14:40, 17. Jáchym Tachovský 15:16, 17. Martin Cicvářek 15:16, 22. Lucie Finstrlová 16:03, 23. Filip Finstrle 16:19, 29. Martin Zřídka veselý 19:27, 35. Denisa Finstrlová 21:31, 36. František Koča 21:38, 37. Eva Marková 22:17, 57. Veronika Rotková 37:07  
-----

# Program na únor až listopad 2016

27. 1. až 1. 2. – ST–NE – Soustředění Sklené – viz samostatný rozpis akce

---

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

---

1. – 28. 2. – ÚNOR – Zimní mapový trénink – mapa Ponávka – přihlášky o mapy Zhustovi – centrum: Jehnice; MHD (autobus 70 – zastávka „Jehnice“)

---

5. 2. – PÁ – noční mapový trénink – Březina – sraz: 17:00 na parkovišti u obchodního domu Albert v Líšni na Jírové (tramvaj číslo 8) – mapa: Malý lesík (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: osobními auty

---

6. 2. – SO – Brněnský běžecký pohár (7. závod) – Rájec-Jestřebí, Gymnázium – sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč nebo 60,- Kč – doprava vlastní

---

13. 2. – SO – trénink – Líšeň, Velká Klajdovka (bus 78) – sraz: 9:30 – běh s mapou „Moravským krasem“ – dorost a starší – sraz je v běžeckém oblečení

---

13. 2. – SO – výprava Pulců a mapový trénink žáků – Líšeň, Velká Klajdovka (bus 78) – sraz: 9:30 – výprava směr Šumbera – Pulci + žáci – délka cca 2 až max 3 hodiny – konec ve 12:00 na stejném místě

---

14. 2. – NE – Brněnská zimní liga (4. závod) – Adamna cup – Řečkovice, ZŠ Horácké náměstí – sraz do 13:45 hod. – start 00 = 14:00 – mapa: Řečkovice (1 : 4 000, E = 2,5m) – doprava: individuální (tramvají 1 nebo autobusem 42 nebo 70)

---

19. 2. – PÁ – noční mapový trénink – Karolín – sraz: 17:00 na parkovišti u supermarketu LIDL na Lesné, Halasovo náměstí – mapa: Karolín (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: scorelauf + krátká trať – doprava: osobními auty

---

20. 2. – SO – trénink – Brno, „Hlavní nádraží“ (tramvaj 1, 2, 4, 8, 9, 10) – sraz: 8:30 – běh s mapou „z Vlčího kopce do Kohoutovic“ – dorost a starší – sraz je v běžeckém oblečení (věci na převlečení si dáte do auta, které pak bude čekat v Žebětíně) – odjezd vlaku v 8:49 (lístek si kupte do zastávky „Radostice“)

---

20. 2. – SO – výprava Pulců a mapový trénink žáků – Žebětín, „Rišova“ (autobus 52) – sraz: 9:30 – mapový trénink – Pulci + žáci – délka cca 2 až max 3 hodiny – konec ve 12:00 na stejném místě

---

27. 2. až 6. 3. – SO–NE – Soustředění Chorvatsko – viz samostatný rozpis akce

---

1. – 31. 3. – BŘEZEN – Zimní mapový trénink – mapa Velká Klajdovka – přihlášky o mapy Zhustovi – centrum: Líšeň, Velká Klajdovka; MHD (autobus 78 na zastávku „Velká Klajdovka“)

---

11. 3. – PÁ – noční mapový trénink – Bukovinka – sraz: 17:30 na parkovišti u obchodního domu Albert v Líšni na Jírové (tramvaj číslo 8) – mapa: Rakovecké údolí (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: krátká trať – doprava: osobními auty

---

12. 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 nebo 60,- Kč – doprava individuální (MHD tramvaj číslo 2)

---

13. 3. – NE – Brněnská zimní liga (5. závod) – ONOS cup – Žabovřesky, ZŠ Náměstí Svornosti – sraz: do 13:45 – start 00: 14:00 – mapa: Žabovřesky (1 : 4 000, E = 2,5 m) – doprava: individuální (nejlépe trolejbusem x30, 34 nebo 36 na zastávku „Náměstí Svornosti“)

---

18. až 20. 3. – PÁ až NE – Jarní pohár 2016 – noční OB + štafety + klasická trať (hromadný start) – Hradec Králové (michnovka) – PÁ 19:00; SO 00=12:00; NE 00=9:30 – přihlášky na členské sekci do 6. března – terén: mírně zvlněný s hustou sítí cest, dobře průběžný s lokálními vegetačními detaily – podrobnější informace na: <http://www.ok99.cz/jp2016> – doprava: osobními auty v pátek okolo 16:00 od Bohémy – ubytování na zemi – vedoucí: Jan Zháňal

---

19. 3. – SO – Brněnský běžecký pohár (9. závod) – ZŠ Kamínky – sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč nebo 60,- Kč – doprava vlastní nebo MHD (trolejbusem 26, 27 nebo autobusem 50 – zastávka „Koniklecová“)

---

24. – 28. 3. – ČT až PO – Velikonoce 2016 – Hamr na Jezeře – tradiční velikonoční soustředění – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. března 2016

---

2. 4. – SO – Brněnský běžecký pohár (10. závod) – Brněnská přehrada, TJ Lodní sporty Rakovec – sraz do 9:30 hod. 5km 10:30 hod., 10km 11:15 hod. – přihlášky předem nejsou třeba, na místě s vkladem 50,- Kč nebo 60,- Kč – doprava vlastní, tramvaj 1. 3, 11 zastávka „Přístaviště“ nebo „Rakovecká“

---

4. 4. – PO – změna v časech a místech tréninků – platí letní program tréninků

---

2. 4. – SO – 1. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na krátké trati (ZBM) – Bukovinka – start: 10:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00 – !!! POŘÁDÁME !!!

---

6. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Jehnice – sraz: 16:15 – mapa: Nad sv. Františkem – typ tréninku: okruhy – doprava: autobusem číslo 70 na zastávku „Jehnice“

---

6. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Jehnice – sraz: 16:30 v Jehnicích – mapa: Nad sv. Františkem (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: individuální (MHD 70) – přihlášky do pondělí 4. dubna Zhustovi

---

8. až 10. 4. – PÁ až NE – soustředění Brno – –Žáci – viz samostatný rozpis akce – vedoucí: Libor Zřídka Veselý –



přihlášky: do 1. dubna 2016

---

8. až 10. 4. – PÁ až NE – soustředění Brno – Dorost+ – viz samostatný rozpis akce – vedoucí: Libor Zřídka Veselý + Petr Prikryl + Jan Zháňal – přihlášky: do 1. dubna 2016

---

9. 4. – SO – 2. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje ve sprintu (JMO) – sprint – Brno, Královo Pole – start: 10:00 – doprava: individuálně – sraz u ZŠ Herčíkova – vedoucí: Luděk Finstrle

---

13. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Královo Pole, koleje pod Palackého vrchem – sraz: 16:15 – mapa: Kozí hora – typ tréninku: paměťové hvězdice – doprava: autobusem číslo 53 na zastávku „Kolejní“

---

13. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Říčky – sraz: 19:00 u STK nad konečnou tramvají 6 a 8 ve Starém Lískovci – mapa: Říčky (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: noční trénink – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 11. dubna Zhustovi

---

16. 4. – SO – 3. Jihomoravská liga (RBK) – klasická trať – centrum: Blansko – start: 10:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00

---

16. 4. – SO – M ČR v nočním OB (DOK) – centrum: Doksy – start: 21:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – terén: rychlý, plochý, dobře průběžný se sítí cest a malým počtem terénních a porostových detailů; v menší části členitý, kopcovitý, s terénními i porostovými detaily

---

17. 4. – NE – Český pohár štafet (TUR) – štafety – centrum: Jabloneček – start: 11:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: rychlá náhorní plošina, hluboká údolí, porostové detaily, pozůstatky po vojenské činnosti a původních obydlích, místy skalky a sezónní podrost (Ralsko) – příjezd: okolo 18:00

---

19. 4. – ÚT – Liga škol v orientačním běhu – Maloměřice, ZŠ Hamry – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci – sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

---

20. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Vinohrady – sraz: 16:15 – mapa: Akátky (1:4 000, E=2,5 m) – typ tréninku: sprint – doprava: trolejbusem číslo 25 a 26 na „Pálavské náměstí“

---

20. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Ruprechtov – sraz: 16:30 u supermarketu Albertu u zastávky „Jírova“ v Líšni (tramvaj číslo 8) – mapa: U větrného mlýna (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: sudá-lichá – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 18. dubna Zhustovi

---

23. 4. – SO – M Moravy na klasické trati + 4. Jihomoravská liga (TBM) – klasická trať – centrum: Ořešín – start: 11:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Luděk Finstrle – terén: kopcovitý, svažité, porostově rozmanitý od dobře průběžného až po sníženou viditelnost i průběžnost, středně hustá síť komunikací, svažité – návrat okolo 15:00

---

24. 4. – NE – M Moravy + Český pohár štafet (TBM) – štafety – centrum: Ořešín – start: 10:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: kopcovitý, svažité, porostově rozmanitý od dobře průběžného až po sníženou viditelnost i průběžnost, středně hustá síť komunikací, svažité – návrat okolo 14:00

---

27. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Soběšice, Klarisky – sraz: 16:15 – mapa: Kobylín 398 – typ tréninku: scorelauf – doprava: autobusem 43 a 57 do Soběšic na zastávku „Klarisky“

---

27. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Vážany – sraz: 16:30 u konečné tramvaje číslo 1 v Řečkovcích – mapa: Mojetín (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: Švýcarská hra – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 25. dubna Zhustovi

---

29. 4. – 1. 5. – PÁ až NE – Soustředění Řásná (-žactvo) – Řásná u Telče – -žactvo – viz samostatný rozpis akce – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – přihlášky: do 1. dubna 2016

---

30. 4. a 1. 5. – SO, NE – ŽA, ČP (SHK+LTU) – klasická + krátká trať – centrum: Trutnov – start: SO: 11:00, NE: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 6:30 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Jan Zháňal – terén: podhorský, členitý, kopcovitý (450 až 635 m n.m.) s proměnlivou průběžností porostů, střední hustotou komunikací a s několika menšími skalními lokalitami – návrat v neděli okolo 18:00

---

2. až 5. 5. – PO až ČT – Sportovní vyšetření – Ústav sportovní medicíny Brno – přihlášky přes členskou sekci do 1. dubna – doprava autobusem číslo 44, 84 na zastávku „Velodrom“

---

4. 5. – ST – mapový trénink (žactvo) – Bystrc – sraz: 16:15 – mapa: Bystrc (1:4 000, E=2,5m) – typ tréninku: sprint – doprava: tramvají číslo 1, 3 nebo 11 na zastávku „Přístaviště“

---

4. 5. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Bystrc – sraz: 16:30 – mapa: Bystrc (1:4 000, E=2,5m) – typ tréninku: sprintové štafety – doprava: tramvají číslo 1, 3 nebo 11 na zastávku „Přístaviště“

---

7. a 8. 5. – SO, NE – M ČR ve sprintu + smíšených štafet (LCE) – centrum: Uherský Brod – start: SO: 12:00, NE: 10:00 – doprava: osobními auty (9:30 od Bohémy) dle domluvy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: SO: centrum starého města, sídliště, městská zastávka, park; NE: sídliště ve svahu, městská zastávka – příjezd: v neděli okolo 15:00

---

9. až 15. 5. – NE až NE – Tiomila + VT Švédsko – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. února 2016 přes členskou sekci

---

10. 5. – ÚT – Liga škol v orientačním běhu – Kohoutovice, ZŠ Pavlovská – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci – sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

---

11. 5. – ST – mapový trénink (žactvo) – Kohoutovice, Myslivna – sraz: 16:15 – mapa: Koniklecová (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: azimutový COB – doprava: autobus číslo 52 nebo 68 na zastávku „hotel Myslivna“ nebo „Šárka“

---

11. 5. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Kohoutovice, Myslívna – sraz: 16:30 – mapa: Koniklecová (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: paměťový COB – doprava: autobus číslo 52 nebo 68 na zastávku „hotel Myslívna“ nebo „Šárka“
14. a 15. 5. – SO, NE – ŽB-M (TZL) – klasická + krátká trať – centrum: Zlín – start: SO: 12:00, NE: 10:00 – doprava: dle počtu přihlášených mikrobuse v 9:00 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Jitka Kabáthová – terén: kopcovitý, střední hustota komunikací, erozní rýhy, sesuvy; místy porostové detaily, občasný sezónní podrost; v části bývalé hlinišť cihelny – příjezd: okolo 16:00 v neděli
18. 5. – ST – mapový trénink (žactvo) – Soběšice, lesní školka – sraz: 16:15 – mapa: Panská louka (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: vrstevnicový OB – doprava: autobusem číslo 57 na zastávku „Lesní školka“
18. 5. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Soběšice, lesní školka – sraz: 16:30 nad Soběšicemi u zastávky „Lesní školka“ – mapa: Panská louka (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: volby postupů – doprava: autobus číslo 57 na zastávku „Lesní školka“ – přihlášky do pondělí 13. května Zhustovi
21. 5. – SO – 4. Jihomoravská liga (PBM) – klasická trať – líšeň, Mariánské údolí – start: 10:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 14:00
25. 5. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žebětín, Kopce – sraz: 16:15 – mapa: Pekárna (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: autobusem 52 na zastávku „Kopce“
25. 5. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Karolín – sraz: 16:30 na parkovišti u LIDLu na Halasově náměstí (tramvaj 9, trolejbus 44, 57, 84 „Halasovo náměstí“) – mapa: Karolín (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: had + krátké postupy – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 23. května Zhustovi
28. a 29. 5. – SO, NE – ŽA, ŽB-M, ČP (ASU+AOP) – krátká + klasická trať – centrum: Černá Voda – start: SO: 14:30, NE: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Libor Zřídkavský – terén: vlnitý, svah s kameny, hustníky, smíšená viditelnost a průběžnost, střední hustota cest – návrat v neděli okolo 18:00
1. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Soběšice, Útěchovská – sraz: 16:15 – mapa: Kobylín 398 (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: sudá-lichá – doprava: autobusem číslo 43 na zastávku „Útěchovská“
1. 6. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Hvozdec – sraz: 16:30 u zastávky „Přístaviště“ v Bystrci (tramvaj číslo 1, 3 a 11) – mapa: Bílý potok (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: rozložený III. úsek štafet – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 30. května Zhustovi
4. 6. – SO – ČPŠ + Mistrovství Jihomoravského kraje štafet, ŽA + ČP + 6. Jihomoravská liga – štafety + sprint (VBM + BBM) – centrum: Sentice (štafety), Ivančice (sprint) – start: SO dopoledne 10:00, odpoledne 16:00 – doprava:

zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: štafety: smíšený les, středně členitý, poměrně kopcovitý, v západní části prudké svahy s kameny a skalkami, hustá síť cest, terénní i porostové detaily, místy podrost; sprint: městská zástavba, sídliště, průmyslový – příjezd: v neděli okolo 19:30

---

5. 6. – NE – ČPŠ – štafety (BBM) – centrum: Ivančice – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: zvládnutý, převážně listnatý les bez podrostu, středně hustá síť komunikací, ve svazích skály, skalky a kameny – příjezd: v neděli okolo 14:00

---

8. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Ivanovice – sraz: 16:15 – mapa: Velká Baba – typ tréninku: paměťový COB – doprava: autobusem číslo 41 a 71 do „Ivanovic“ (odtud cca 2 km pěšky)

---

8. 6. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Ivanovice – sraz: 16:30 v sedle pod Velkou Babou – mapa: Velká Baba – typ tréninku: linie + shluky – doprava: autobusem číslo 41 a 71 do „Ivanovic“ (odtud cca 2 km pěšky) – přihlášky do pondělí 6. května Zhustovi

---

11. 6. – SO – 7. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati (TTR) – klasická trať – Štěměchy – start: 10:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:30

---

15. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žebětín – sraz: 16:15 – mapa: Veselka (1:7 500, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: autobus číslo 52 na zastávku „Bartolomějská“ (odtud cca 2 km pěšky)

---

15. 6. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Žebětín – sraz: 16:30 na Veselce – mapa: Veselka (1:7 500, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: autobus číslo 52 na zastávku „Bartolomějská“ (odtud cca 2 km pěšky) – přihlášky do pondělí 13. června Zhustovi

---

18. 6. – SO – ŽB-M + 8. Jihomoravská liga (KON) – klasická trať – centrum: Šebetov – start: 11:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: kopcovitý, vegetačně pestrý, erozní rýhy – příjezd: okolo 18:00

---

19. 6. – NE – ŽB-M (ADA) – krátká trať – centrum: Borotín – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 7:30 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: klasický středoevropský, hustá síť komunikací, středně členitý, místy erozní a kamenné tvary. – příjezd: okolo 16:00

---

22. 6. – ST – mapový trénink (žactvo) – Kohoutovice, Pavlovská – sraz: 16:15 – mapa: Dub Troják (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: krátké postupy – doprava: trolejbusem číslo 37 na zastávku „Pavlovská“ (odtud cca 1 km pěšky)

---

22. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Újezd u Boskovic – sraz: 16:30 u konečné tramvaje číslo 1 v Řečkovících – mapa: Boskovice (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: krátká trať – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 20. června Zhustovi

---

25. až 26. 6. – SO, NE – M ČR na krátké trati (PGP) – krátká trať – centrum: Hojná Voda – start: SO: 12:00, NE: 9:30 – ubytování: na postelích – doprava: zvláštním autobusem v sobotu v 7:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: podhorský, velké převýšení, smíšený les s horší průběžností, kamenitý podklad, hustníkové partie nebo podmáčený les, srázky a kameny, malá hustota cest – příjezd: v neděli okolo 18:00

---

29. 6. – ST – mapový trénink (všichni) – Kohoutovice, Jírovcova – sraz: 16:30 – mapa: Kohoutovice (1:4 000, E=5m) – typ tréninku: štafety – doprava: trolejbusem číslo 37 na zastávku „Jírovcova“

---

1. až 6. 7. – PÁ až ST – Cena střední Moravy – Suchý u Boskovic – účast na závodech OB + tréninky – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. dubna 2016 přes členskou sekci

---

30. 7. až 7. 8. – SO až NE – Soustředění Finsko – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. května 2016 přes členskou sekci

---

14. až 21. 8. – SO až NE – Letní tábor 2016 – Suchý u Boskovic – tradiční prázdninový tábor pro všechny věkové generace – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. dubna 2016 přes členskou sekci

---

31. 8. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Sentice – sraz: 16:30 u konečné tramvaje číslo 1 v Řečkovících – mapa: Sokolí (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: scorelauf – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 29. srpna Zhustovi

---

3. 9. – SO – 9. Jihomoravská liga (PLU) – krátká trať – centrum: Protivanov – start: 10:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00

---

7. 9. – ST – mapový trénink (žactvo) – Útěchov – sraz: 16:15 – mapa: Katov (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: linie + shluky – doprava: autobusem číslo 57 na zastávku „Útěchov“

---

7. 9. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Kramolín – sraz: 16:30 u STK nad konečnou tramvaj 6 a 8 ve Starém Lískovci – mapa: Kramolín (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: koridory – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 5. září Zhustovi

---

10. a 11. 9. – SO, NE – ŽA, ČP (TJN) – klasická + krátká trať – centrum: Hrabětice – start: SO: 12:00, NE: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v sobotu v 6:30 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: horský, velmi členitý s mnoha kamenitými detaily různých velikostí, místy bažinatý, čistý les i podrost – příjezd: okolo 20:00 v neděli

---

10. a 11. 9. – SO, NE – ŽB-M (LCE+43S) – klasická + krátká trať – centrum: Nová Bošáca (SVK) – start: SO: 12:00, NE: 9:00 – doprava: zvláštním autobusem v sobotu v 8:30 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Jitka Kabáthová – terén: kopcovitý, hřebeny a horní partie bez terénních detailů, ve spodních

partiiích jsou četné detaily; čistý a průběžný les, porostově pestrý – příjezd: okolo 16:00 v neděli

14. 9. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žebětín, Ríšová – sraz: 16:15 – mapa: Pohádka máje (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: autobusem číslo 52 na zastávku „Ríšová“

14. 9. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Žebětín – sraz: 16:15 u rohu pole nad Žebětínem – mapa: Pohádka máje (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: souboje – doprava: autobusem číslo 52 na zastávku „Ríšová“ – přihlášky do pondělí 12. září Zhustovi

17. a 18. 9. – SO + NE – ŽA + ČP, ČPŠ (ZBM) – !!! POŘÁDÁME !!! – štafety + sprint + štafety – centrum: Košíkov (šťafty), Nový Lískovec (sprint), Košíkov (šťafty) – start: SO dopoledne 10:00, odpoledne 16:00, NE 10:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Luděk Finstrle – terén: štafety – pestrý, různorodý vysočinský s malými vodními rýhami, střídavými pasážemi lesů s různými průběžnostmi a podrostem; hustá síť průseků a cest.; sprint – park, areály škol, sídlištní zástavba

21. 9. – ST – mapový trénink (žactvo) – Líšeň, Mariánské údolí – sraz: 16:15 – mapa: Říčky (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: scorelauf – doprava: autobusem číslo 55 do Mariánského údolí

21. 9. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Líšeň, Mariánské údolí – sraz: 16:15 – mapa: Říčky (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: pásy – doprava: autobusem číslo 55 do Mariánského údolí – přihlášky do pondělí 19. září Zhustovi

22. 9. – ČT – Liga škol v orientačním běhu – Slatina, ZŠ Jihomoravské náměstí – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci – sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

24. – 25. 9. – SO až NE – Soustředění Sklené – Sklené u Fryšavy – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 1. září 2016

24. 9. – SO – 11. Jihomoravská liga (TBM) – klasická trať – centrum: Odranec – start: 10:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 16:00

28. 9. – ST – Zhusta cup (ZBM) – Velká Klajdovka – centrum závodu: Líšeň, Velká Klajdovka – doprava: autobusem číslo 78 na zastávku „Velká Klajdovka“ – start v 10:15

28. 9. – ST – Zahradní party ZBM – Skorkovského 153 (u Zhusty) – od 12:00 (po Zhusta cupu) do 20:00

1. a 2. 10. – SO, NE – M ČR klasická trať (LPU) – klasická trať – centrum: Pustá Rybná – start: SO: 12:00, NE: 9:30 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy – ubytování: na postelích – vedoucí: Libor Zřídka veselý – terén: mírně kopcovitý, dobře průběžný, partie hustníků se sníženou průchodností, prudší svahy jsou kamenité, místy skalky, u četných vodotečí je místy podrost – příjezd: okolo 17:00 v neděli.

4. 10. – ÚT – Liga škol v orientačním běhu – Nový Lískovec, ZŠ Svážná – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci – sraz pořadatelů v 8:00 (start 9:30)
- .....
5. 10. – ST – mapový trénink (žactvo) – Kohoutovice, Pavlovská – sraz: 16:15 – mapa: Dub Troják (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: I. úsek štafet – doprava: trolejbusem číslo 37
- .....
5. 10. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Bukovinka – sraz: 16:30 u supermarketu Albert u zastávky „Jírova“ v Líšni (tramvaj číslo 8) – mapa: Rakovecké údolí (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: I. úsek štafet – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 3. října Zhustovi
- .....
7. a 9. 10. – SO, NE – M ČR štafet a klubů – štafety + kluby (BOR) – centrum: Dolní Prusk – start: SO 11:00; NE 9:00 – doprava: zvláštním autobusem v pátek v 17:00 od Bohémy – ubytování: tělocvična = nutno vzít sebou spacák a karimatku – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: kopcovitý, velmi členitý, s větším množstvím pískovcových skal, kamenů a dalších detailů – příjezd: okolo 21:00 v neděli.
- .....
14. 10. – PÁ – Mistrovství Brna ve sprintu (ZBM) – centrum závodu: Stránská skála – doprava: tramvaj číslo 10 na konečnou „Stránská skála“ – start v 16:30
- .....
15. 10. – SO – 12. Jihomoravská liga (VBM) – klasická trať – Žebětín – start: 10:00 – doprava: individuálně (MHD 52) – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00
- .....
22. 10. – SO – 13. Jihomoravská liga (ABM) – klasická trať – Uhřetice u Kyjova – start: 10:30 – doprava zvláštním autobusem v 8:00 od Bohémy, vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:30
- .....
22. a 23. 10. – SO, NE – Austria cup štafety + M Rakouska v nočním OB + Austria cup sprint – centrum: Sieghartskirchen, Wien – doprava: dle domluvy v sobotu okolo 8:00 – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – viz samostatný rozpis akce
- .....
28. 10. – SO – 14. Jihomoravská liga (TZL) – klasická trať – Vracov – start: 10:30 – doprava: dle počtu přihlášených mikrobusem v 8:00 od Bohémy – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 16:00
- .....
26. až 30. 10. – ST – SO – Podzimní prázdniny – Slovensko, Vysoké Tatry – bližší informace o místě, ceně, dopravě, ubytování na jiném místě Polarisu – přihlášky: do 1. října 2016 přes členskou sekci
- .....
12. a 13. 11. – SO, NE – ODDÍLOVÝ PŘEBOR – centrum: Řásná u Telče – mapa: Javořice – bližší informace na jiném místě – přihlášky: do 31. října přes členskou sekci
- .....

## Středeční mapové tréninky - žactvo

6. 4.	NAD SV. FRANTIŠKEM	Jehnice (MHD 70)	okruhy	16:15
13. 4.	KOZÍ HORA	Královo Pole, Kolejní (MHD 53)	paměťové hvězdice	16:15
20. 4.	AKÁTKY	Vinohrady, Pálavské náměstí (MHD 25, 26)	sprint	16:15
27. 4.	KOBYLÍN 398	Soběšice, Klarisky (MHD 43, 57)	scorelauf	16:15
4. 5.	BYSTRC	Bystrc	sprint	16:15
11. 5.	KONIKLECOVÁ	Kohoutovice, Myslivna (MHD 68)	azimutový OB	16:15
18. 5.	PANSKÁ LOUKA	Soběšice, Lesní školka (MHD 57)	vrstevnicový OB	16:15
25. 5.	PEKÁRNA	Žebětín, Kopce (MHD 52)	okruhy	16:15
1. 6.	KOBYLÍN 398	Soběšice, Útěchovská (MHD 43)	sudá-lichá	16:15
8. 6.	VELKÁ BABA	Ivanovice (MHD 41, 71)	paměťový OB	16:15
15. 6.	VESELKA	Žebětín, Bartolomějská (MHD 52)	okruhy	16:15
22. 6.	DUB TROJÁK	Kohoutovice, Pavlovská (MHD 37)	krátké postupy	16:15
29. 6.	KOHOUTOVICE	Kohoutovice, Jírovцова (MHD 37)	štafety	16:15

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.

## Středeční mapové tréninky – dorost +

6. 4.	JEHNICE	Jehnice (MHD 70)	okruhy	-	16:30
13. 4.	ŘÍČKY	Říčky	noční trénink	S	19:00
20. 4.	U VĚTRNÉHO MLÝNA	Ruprechtov	sudá-lichá	L	16:30
27. 4.	MOJETÍN	Vážany	Švýcarská hra	Ř	16:30
4. 5.	BYSTRC	Bystrc	sprintové štafety	-	16:30



11. 5.	KONIKLECOVÁ	Kohoutovice, Myslívna (MHD 68)	paměťový OB	-	16:30
18. 5.	PANSKÁ LOUKA	Soběšice (MHD 57)	volby postupů	-	16:30
25. 5.	KAROLÍN	Karolín	had + krátké postupy	E	16:30
1. 6.	BÍLÝ POTOK	Hvozdec	rozložený III. úsek	B	16:30
8. 6.	VELKÁ BABA	Ivanovice (MHD 41, 71)	linie + shluky	-	16:30
15. 6.	VESELKA	Žebětín, Bartolomějská (MHD 52)	vrstevnicové okruhy	-	16:30
22. 6.	BOSKOVICE	Újezd u Boskovic	krátká trať	Ř	16:30
Letní prázdniny					
31. 8.	SOKOLÍ	Sentice	scorelauf	Ř	16:30
7. 9.	KRAMOLÍN	Kramolín	koridory	S	16:30
14. 9.	POHÁDKA MÁJE	Žebětín (MHD 52)	souboje	-	16:30
21. 9.	ŘÍČKY	Líšeň, Mariánské údolí (MHD 55)	pásky	-	16:30
28. 9.	Státní svátek				
5. 10.	RAKOVECKÉ ÚDOLÍ	Bukovinka	I. úsek štafet	L	16:30

Základní charakteristika tréninků:

Odjezd je vždy v uvedeném čase z místa uvedeném ve čtvrtém sloupci:

B – odjezd z parkoviště u zastávky „Přístaviště“ v Bystrci, tramvaj číslo 1, 3 a 11

L – odjezd od supermarketu Albert u zastávky „Jírova“ v Líšni, tramvaj číslo 8

Ř – odjezd od konečné tramvaje číslo 1 v Řečkovících

S – odjezd z parkoviště u STK nad konečnou tramvaj číslo 6 a 8 ve Starém Lískovci

N – odjezd o konečné trolejbusu číslo 33 ve Slatině, sídliště

E – odjezd z Lesné, Halasovo náměstí, parkoviště u LIDLu, tramvaj číslo 9 a 11

J – odjezd od restaurace Bohéma (Janáčkovo divadlo)

Jestliže je u autobusu uvedeno „Bus“ znamená to, že doprava na trénink bude zvláštním autobusem. Pozor čas odjezdu je v těchto případech již v 16:15 a bude se odjíždět přesně.

Přihlášky na každý trénink nejpozději do pondělní půlnoci Liboru Zřídka Veselému – 604 996 773, zr@jaroska.cz

Informace o dopravě vždy v úterý na tréninku ZBM nebo od úterý na internetových stránkách ZBM.

Na kontrolách budou SI (nezapomínejte svoje SI čipy).

Mapy budou vždy připraveny v mapníku a s popisy kontrol.

# Soutěže 2016

## Mistrovství ČR na klasické trati

1. a 2. října 2016 – Pustá Rybná – sobota kvalifikace, neděle finále – mistrovské kategorie (počet startujících ve finále A) – D16 (18), D18 (18), D20 (18), D21 (24), H16 (18), H18 (18), H20 (18), H21 (32) – startovat mohou všichni závodníci, kteří mají licenci E, R, A, B (v žebříčku B do 15. místa), v Rankingu do 200. místa (k 31. srpnu 2016) a vítězové Mistrovství Jmk na klasické trati, dále závodníci (max 5 nejlepších), kteří mají méně než 10 započtených závodů v Rankingu k 31. 8. 2016 a nemají dle předchozích bodů právo startu, ale mají součet dvou nejlepších bodových hodnot lepší než 200. závodník.

.....

## Mistrovství ČR na krátké trati

25. a 26. června 2016 – Hojná Voda – sobota kvalifikace, neděle finále – mistrovské kategorie (počet startujících ve finále A) – D16 (18), D18 (18), D20 (18), D21 (24), H16 (18), H18 (18), H20 (18), H21 (32) – startovat mohou všichni závodníci, kteří mají licenci E, R, A, B, v Rankingu do 200. místa (k 31. květnu 2016) a vítězové Mistrovství Jmk na krátké trati, dále závodníci (max 5 nejlepších), kteří mají méně než 10 započtených závodů v Rankingu k 31. 5. 2016 a nemají dle předchozích bodů právo startu, ale mají součet dvou nejlepších bodových hodnot lepší než 200. závodník.

.....

## Mistrovství ČR ve sprintu

7. května 2016 – Uherský Brod – mistrovské kategorie – D16, D18, D20, D21, H16, H18, H20, H21 – startovat mohou všichni závodníci, kteří mají licenci E, R, A, v Rankingu do 25. místa (k 31. březnu 2015) a vítězové M. Jmk ve sprintu.

.....

## Mistrovství ČR v nočním OB

16. dubna 2016 – Doksy – mistrovské kategorie – D16, D18, D20, D21, H16, H18, H20, H21 – startovat mohou všichni závodníci, kteří se přihlásí.

.....

## Mistrovství ČR sprintových štafet

8. května 2016 – Uherský Brod – DH18 a DH21: jednorázový závod čtyřčlenných klubových štafet složených vždy ze 2 závodníků kategorií H a 2 závodnic kategorií D (pořadí úseků DHDH; na lichém úseku musí běžet žena).

Právo startu DH21 – v kategorii dospělých má právo startu 32 štafet, které budou určeny následovně podle stavu k 31. 3. 2016 bude sestaven seznam žen a mužů, ve kterém budou nejdříve abecedně seřazeni závodníci se soutěžní

licencí E, následně pak závodníci podle pořadí v Rankingu (pokud byli tito závodníci již v seznamu s licencí E, tak se ze seznamu dle Rankingu vyškrtnou). V takto vytvořeném seznamu se cyklicky vybírají v pořadí žena/muž závodníci příslušného klubu. Po naplnění počtu 2D + 2 H získává klub právo startu jedné štafety na M ČR. Takto se postupuje, až je vybráno 32 štafet s právem startu, z jednoho klubu může být vybráno maximálně 6 štafet. Stejným způsobem je stanoveno i pořadí dalších štafet se statutem náhradníků.

Právo startu DH18 – v kategorii dorostu bude ze seznamu licencí A k 31. 3. 2016 (ročníky narození 1998 – 2002) určen počet štafet pro klub (se zahrnutím hostujících závodníků) naplněním počtu 2D + 1 H, resp. 1D + 2H záv. s licencí A

---

## Mistrovství ČR štafet

8. října 2015 – Dolní Prusk – startovat mohou všechny štafety, které jsou umístěny v průběžném pořadí Českého poháru štafet po 7 kolech (počítají se 4 výsledky) do pořadí uvedeného v závorce u vypsáných mistrovských kategorií – D18 (30), D21 (35), H18 (30), H21 (45) a dále nejlepší štafeta z Mistrovství Jmk štafet, která nepostoupila ze žebříčku.

---

## Mistrovství ČR družstev a oblastních výběrů

10. října 2015 – Dolní Prusk – startovat mohou všechny přihlášené oddílové sedmičlenné štafety (3xD, 4xH) – mistrovské kategorie – žactvo, dorost, dospělí – u obl. výběrů = žactva složení štafety 2xD12, 2xD14, 2xH12, 2xH14.

---

## Mistrovství Jihomoravského kraje ve sprintu

9. dubna 2016 – brno, Královo Pole – startovat mohou všichni závodníci bez omezení, kteří se přihlásí v souladu s rozpisem závodu – vítěz získává postup na M ČR

---

## Mistrovství Jihomoravského kraje na klasické trati

11. června 2016 – Štětměchy – startovat mohou všichni závodníci bez omezení, kteří se přihlásí v souladu s rozpisem závodu – vítěz získává postup na M ČR

---

## Mistrovství Jihomoravského kraje na krátké trati

2. dubna 2016 – Bukovinka – startovat mohou všichni závodníci bez omezení, kteří se přihlásí v souladu s rozpisem závodu – vítěz získává postup na M ČR

---

## Mistrovství Jihomoravského kraje štafet

4. června 2016 – Ivančice – startovat mohou všechny štafety bez omezení, které se přihlásí v souladu s rozpisem závodu – první nepostupující štafeta z Českého poháru štafet získá postup na M ČR

---

# Jak získat licenci v roce 2016

Umístění/zisk licence		E	R	A	B
mistrovství světa, mistrovství Evropy (v závodě jednotlivců)		1. – 50.	x	x	x
celkové hodnocení Světového poháru		1. – 50.	x	x	x
mistrovství světa juniorů (v závodě jednotlivců)		1. – 20.	x	x	x
M ČR na klasické trati	D21, H21	1. – 6.	7. – 20.	x	x
	D20, H20	1.	2. – 10.	11. – 20.	21. – 35.
D16, D18, H16, H18		x	x	1. – 20.	21. – 35.
M ČR na krátké trati	D21, H21	1. – 6.	7. – 20.	x	x
	D20, H20	1.	2. – 10.	11. – 20.	21. – 35.
	D16, D18, H16, H18	x	x	1. – 20.	21. – 35.
M ČR ve sprintu	D21, H21	1. – 6.	7. – 20.	x	x
	D20, H20	1.	2. – 10.	11. – 20.	21. – 35.
	D16, D18, H16, H18	x	x	1. – 20.	21. – 35.
M ČR v nočním OB	D21, H21	1.	2. – 5.	x	x
	D20, H20	x	1. – 3.	4. – 8. *	9. – 20.
	D16, D18, H16, H18	x	x	1. – 8. *	9. – 20.
Ranking k 30. 11.	D	1. – 20.	21. – 40.	x	x
	H	1. – 20.	21. – 50.	x	x
Žebříček A	D20, H20	1. – 3.	4. – 12.	13.–25. **	x
	D16, D18, H16, H18	x	x	1.–25. **	x
Žebříček B–Morava	D14, H14	x	x	40 %	41 – 80 %
	D16, D18, D20, H16, H18, H20	x	x	25 %	26 – 80 %
Vícedenní závody(vybranné)	podkat. A (DH 14, 16, 18, 20)	x	x	15 %	16 – 70 %
	podkat. A (DH 12)	x	x	x	45 %
	podkate. B (DH 12, 14, 16, 18, 20)	x	x	x	20 %
Jihomoravská liga	DH 12, 14, 16, 18, 20	x	x	x	40 %

\* maximálně však 50 % závodníků, kteří závod dokončili

\*\*maximálně však 85 % do žebříčku zařazených závodníků

# SK Žabovřesky Brno — ZBM 2016

## Vedení oddílu

*předseda oddílu:* Libor Zřídka Veselý

*vedení oddílu:* Libor Zřídka Veselý, Jitka Kabáthová, Věra Mádlová, Richard Pátek, Markéta Uhnává, Jan Zháňal

*hospodář:* Věra Mádlová (oddílové příspěvky) a Libor Zřídka Veselý (závody, soustředění, ...)

*příhlášky:* Petra Koporová + Jan Drábek

*trenéři:* Dobra Janotová, Jitka Kabáthová, Lenka Kočová, Eva Kroutilová, Aleš a Luděk Finstrle, Andrea Firešová, Lenka Hrušková, Petr Přikryl, Markéta Uhnává, Kamila Tachovská, Pavel Zelený, Jan Zháňal, Libor Zřídka Veselý

*mapy:* Zdeněk Rajnošek

*lékařské zabezpečení:* Ladislav Svoboda

*skladník:* Pavel Brlica + Štěpán Zimmermann

*areály pevných kontrol:* Pavel Brlica

*Polaris:* Jan Drábek, Filip Dědic a Libor Zřídka Veselý

*správa oddílových stránek:* Richard Pátek a Libor Zřídka Veselý

## Oddílové příspěvky 2016

<i>typ příspěvků</i>	<i>částka</i>	<i>závody</i>
Základní platba = nikam nejezdím nebo málo	500,- Kč	-
Žabičky	500,- Kč	JmL
Pulci	1 500,- Kč	JmL
Žáci	2 000,- Kč	ŽB, JmL
Reprezentant ČR, licence A a E	1 500,- Kč	ŽA, ŽB, JmL
Dorost (licence B)	2 000,- Kč	ŽB, JmL
Licence R	2 000,- Kč	ŽA, ŽB, JmL
Ostatní = jezdím jen na Jihomoravskou ligu	2 200,- Kč	JmL
Ostatní = jezdím Jihomoravskou ligu a ŽB-M	2 700,- Kč	ŽB, JmL
Ostatní = jezdím všude	3 300,- Kč	ŽA, ŽB, JmL

- Je potřeba je zaplatit nejpozději do 29. února 2016. Vyučtování předchozího roku vidíte aktuálně v členské sekci. Platbu proveďte bezhotovostně na účet SK Brno-Žabovřesky u České spořitelny 4067843369/0800, v.s. xxxx (xxxx = registrační číslo).
- Oddíl hradí vklady, dopravu, ubytování na štafety a mistrovské závody OB (mimo individuální dopravy) v plné

výši všem, kteří zaplatili oddílové příspěvky.

- Členové oddílu, kteří nebydlí v Brně nebo jeho blízkém okolí nebo v Brně nestudují, mají slevu 500,- Kč (platí pro závodníky ŽA, ŽB)
- Prázdninové závody si financuje každý člen v plné výši.
- Při účasti na závodech, které nejsou součástí zaplacených oddílových příspěvků, se na osobním účtu po absolvovaném závodě objeví náklady s tímto závodem spojené (vklady, ubytování, doprava, ...). Tyto náklady si pak účastník hradí sám v plné výši.
- Členové, kteří nevyrovnejí dlužné částky z minulého období či nezaplatí oddílové příspěvky, nebudou přihlašováni na závody!
- Pokud se člen neodhlásí do data uzavření přihlášek ze závodu, kam se přihlásil, a nemůže na něj jet, je povinen uhradit část nákladů: Jml = 50,- Kč, ŽB = 150,- Kč, ŽA + M ČR = 200,- Kč. Příslušná částka mu bude odečtena z osobního účtu. Tato částka je odečtena jen v případě, že se jedná o typ oddílových příspěvků, kde je účast na závodech oddílem dotována.
- Soustředění se řídí pokyny vydanými ke každému soustředění a oddíl na ně přispívá částkou v rozmezí 10 až 50%, podle účelu a typu soustředění.
- Věkový automat pro placení oddílových příspěvků:
  - .....  
Žabičky – 3 až 6 let
  - .....  
Pulci – 7 až 10 let
  - .....  
Žáci – 11 až 14 let
  - .....  
Dorost – 15 až 18 let
  - .....  
Ostatní – 19 až ... let
- Sourozenci (Žabičky, Pulci, Žáci) – druhý a další sourozenec sleva 50%.
- SI čipy pro žactvo, Pulce a Žabičky – pronájem na rok 300,- Kč (první rok je zdarma); zakoupení 600,- Kč.
- Členové, kteří mají uhrazen základní příspěvek ve výši 500,- Kč, se mohou účastnit jakéhokoliv typu závodu na vlastní náklady (tzn. budou jim naučtovány veškeré náklady spojené s účastí na závodech – startovné, doprava, ubytování) – možnost využít předplacený kredit na oddílovém účtu, případně dlužnou částku za první pololetí vyrovnat k 30. červnu a za druhé k 30. listopadu. Pokud nebudou dlužné částky vyrovnány, nebudou v dalším období přihlašováni na závody!
- LOB, MTBO – náklady na tyto závody si hradí každý individuálně v plné výši.
- Součástí všech příspěvků je i příspěvek do SK ve výši 350,- Kč a registrace ČSOB ve výši 100,- Kč (to jsou peníze, které jen převedeme někomu jinému).
- Všechny výhody spojené s různými příspěvky a podporami lze získat pouze v případě, že si závodník včas uhradí své povinnosti = zaplatí oddílové příspěvky do 29. února 2016!

## Oddílové informace

Budou šířeny obdobným způsobem jako v letošním roce. Tedy cca 8 x ročně výjde oddílový časopis Polaris, ve kterém naleznete informace na řádově jeden až jeden a půl měsíce dopředu + další články o proběhlých akcích i o dalších aktivitách oddílu. Plán oddílových akcí dále naleznete na oddílových stránkách <http://zhusta.sky.cz>.

## Přihlašování na soustředění

Většina soustředění je určena všem členům oddílu (sledujte informace o soustředěních). Přihlašuje se přes „Členskou sekci“, vyjíměčně e-mailem vedoucímu soustředění. Přihlašujte se včas

## Vedoucí na závodech

Pokud budete určeni jako vedoucí na závodech, proveďte prosím následující úkony:

Vyzvedněte si u Honzy Drábka ([drbca@centrum.cz](mailto:drbca@centrum.cz)) kopii přihlášky na závody.

U Honzy Drábka si vyzvedněte kopii dokladu o zaplacení (výpis on-line převodu). V některých případech se vklady nebudou platit ani přede a ani na místě – vedoucí, kterých se takový závod bude týkat budou včas informováni.

Pokud se jede autobusem, doklad o objednání autobusu a informace o dopravě jsou u Zhusty.

U Libora Zřídka veselého ([zr@sky.cz](mailto:zr@sky.cz)) získejte rozpis a další info o závodech (tedy v kolik a kam je potřeba dorazit, ...).

Na závodech odprezentujte oddíl, zaznamenejte do kopie přihlášky ty, kteří se závodu nezúčastnili (předejte Věrce Mádlové). Při dopravě autobusem na dva dny nezapomeňte zjistit, kde je ubytování a zejména, kde je ubytován řidič autobusu (u pořadatelů vyžadujte plánek jeho ubytování).

Po závodech doneste doklady Zhustovi a proveďte vyučtování peněz.

## Organizace mapových střeďečnřích trřnřnkř

Bude probřhat stejnř jako v minulřch letech. Pokud budete osloveni – Zhustou, dostanete obřlku, ve kterř naleznete podrobnř pokyny, jak připravř trřnřnk a podle třchto pokynř, prosřm, postupujte co nejpečlřvřji.

## Pořřdřnř zřvodř

V letošnřm roce pořřdřme 2. dubna Jihomoravskou ligu v Bukovince a na podzim 17. a 18. zřřř trojkombinaci ČPŠ + sprint ŽA + ČPŠ u Velkř Břteše a v Novřm Lřskovci. Prosřm tedy vřchny členy oddřlu, aby počřtali s vřkendem 17. a 18. zřřř (ČPŠ + sprint ŽA + ČPŠ) a 2. dubna (Jihomoravskř liga na krřtkř tratř).

Odmřna za pořřdřnř:

Při pořřdřnř zřvodř (2. dubna, 17. a 18. zřřř) bude zřvodnřkovi přřdřno na řčet 200,- Kč za každř den.

Při pořřdřnř alespoň 2 ze 4 zřvodř ligy řkol bude zřvodnřkovi přřdřno 100,- Kč.

Tyto finančnř prostředky lze využřt pouze pro vklady na zřvody (vřcedennř zřvody, apod.) nebo při zřstatku pro snřžení oddřlovřch přřspřvkř pro dalřř kalendřřnř rok.

## Materiřlnř vybavenř

Nřř oddřl mř jř pomřrnř dostatečnř množství oddřlovřch vřcř. Svoji sounřležitost k oddřlu byste mřli vyjadřovat

také tím, že závodíte v oddílových dresech, pokud jdete na stupně vítězů, jdete v oddílovém overalu, vestě nebo tričku. Většinu oddílového materiálu si můžete zakoupit u Zhusty.

## Vrcholový fond ZBM

Tento fond je určen pro podporu talentů a úspěšných závodníků našeho oddílu.

Při prvním získání licence E, A odbrzí závodník od oddílu nový dres.

Podpora členů reprezentačních výběrů v orientačním běhu:

Výběr dorostu (tým A), Junioři (tým B), Dospělí (tým C) – 1 000,- Kč

Junioři (tým A), Senioři (tým B) – 2 000,- Kč

Senioři (tým A) – 3 000,- Kč

Všechny reprezentace (všechny týmy) – dres OB (při objednání nové klubové sady)

Odměna za umístění na vrcholových závodech v orientačním běhu:

Odměny	M ČR	EYOC	JWOC	WOC
Jednotlivci				
1. místo	1 000,- Kč	7 000,- Kč	10 000,- Kč	20 000,- Kč
2. a 3. místo	500,- Kč	4 000,- Kč	7 000,- Kč	10 000,- Kč
4. až 6. místo	-	2 000,- Kč	4 000,- Kč	7 000,- Kč
7. až 10. místo	-	-	2 000,- Kč	4 000,- Kč
11. až 16. místo	-	-	-	2 000,- Kč
Štafety				
1. místo	500,- Kč	2 000,- Kč	4 000,- Kč	8 000,- Kč
2. a 3. místo	250,- Kč	1 000,- Kč	2 000,- Kč	4 000,- Kč
4. až 6. místo	-	-	1 000,- Kč	2 000,- Kč

Finanční prostředky lze čerpat na: sportovní soustředění, materiální vybavení pro orientační běh, vklady na zahraniční závody v OB. Peníze získat pouze proti účetnímu dokladu. Peníze lze čerpat od okamžiku nabytí v příslušném a následujícím kalendářním roce.



## Trenérský fond ZBM

Tento fond je určen pro trenéry, kteří připravují pravidelně tréninky.

Celková částka pro rok 2016 je 30 000,- Kč

Zimní přípravné období – 8 000,- Kč

Letní přípravné období – 12 000,- Kč

Soustředění – 10 000,- Kč

Celková částka odměn se rozdělí mezi všechny trenéry poměrně podle odtrénovaných hodin v týdnu.

Finanční prostředky lze čerpat na: oddílové příspěvky, sportovní soustředění, materiální vybavení pro orientační běh, vklady na zahraniční závody v OB. Peníze získat pouze proti účetnímu dokladu. Peníze lze čerpat od okamžiku nabytí v příslušném a následujícím kalendářním roce.

## Financování a osobní účty

### Osobní účty

Vede Věra Mádlová, aktuální stav je on-line vc „Členské sekci“.

### Plnění osobních účtů

Bezhotovostně na účet u České spořitelny 4067843369/0800, v.s. xxxx (xxxx = registrační číslo). Částka bude připsána na váš osobní účet. V případě, že chcete naplnit svůj účet darem (který můžete odečíst ze základu daně při ročním zúčtování daně z příjmu), kontaktujte předem Libora Zřídka Veselého (zr@sky.cz). Darovaná částka nesmí být nižší než 1 000,- Kč a maximální možnost odečtu ze základu daně je 10%.

### Čerpání z osobního účtu

Oddílové příspěvky, nedoplatky za závody, vícedenní závody, soustředění.

## Přihlašování na závody

Probíhá pouze elektronickým způsobem. Přihlašování na závody má na starost Honza Drábek a Petra Koporová. Termíny přihlášek naleznete v „Členské sekci“. V případě že závod, kterého se chcete zúčastnit, není zadán, kontaktujte Richarda Pátka nebo Libora Zřídka Veselého. Pokud Vám nefunguje vaše přístupové jméno a heslo do naší „Členské sekce“, kontaktujte Richarda Pátka, který vám tyto údaje poskytne.

V krajní nouzi pak můžete využít některé z telefonních linek.

Kontakt: Richard Pátek, mobil – 721 111 301, e-mail – arnost.p@centrum.cz

Kontakt: Honza Drábek, mobil – 608 477 026, e-mail – drbca@centrum.cz

Kontakt: Petra Koporová, mobil – 607 139 771, e-mail – petra.koporova@gmail.com

Internetová sekce: <http://www.sky.cz/zhusta>

*Dohlášky (dodržujte prosím data přihlášek a pokud možno se ořihlašujte na závody vždy prostřednictvím oddílu):*

- Je-li možné se na závod dohlásit ještě přes ORIS, kontaktovat Honzu Drábka (e-mailem, telefonicky)
- Po uzavření přihlášek pořadateli, kontaktovat pořadatele (v kopii poslat informaci o dohlášce Honzovi)

Drábkovi a Petře Koporové)

- Přihlášku na místě řeší každý sám s pořadateli.

Upozornění:

*Kdo se může a kam přihlásit*

- oblastní žebříček a vícedenní závody – všichni (i úplní začátečníci)
- žebříček B-Morava – držitelé licence A,B a veteráni
- žebříček A – držitelé licence A
- Všichni závodníci kategorií D,H-20, 21 se mohou přihlásit na kterýkoliv závod v ČR mimo Mistrovství ČR (dle pořadí v Rankingu) a v případě, že v tomto závodě bude více podkategorií (E, A, B, C, D), uveďte v přihlášce do poznámky, do jaké podkategorie chcete přihlásit. Na oblastních závodech bude vypsána kategorie D21D, H21D (zkrácená trať).

*Mnoho úspěchů ve sportovní sezóně 2016!*

Více informací na [zhusta.sky.cz](http://zhusta.sky.cz)

# Chorvatsko – Cres

Datum: 27. února až 6. března 2016 – sobota až neděle

Přihlášky: nejpozději do 7. února 2016

Cesta: Brno – Wien (120 km) – Graz (300 km) – Maribor (400 km) – Ljubljana (500 km) – Rijeka (630 km) – Cres (690 km)

Ubytování: Cres – apartmány Orbanic, cca 40 postelí <http://www.apartmani-orbanic-cres.hr/melin-cres/>. Máme k dispozici dva sousedící apartmánové domy s cca 7 byty.

Jídlo: Budeme si vařit sami. Něco společně a někdy po jednotlivých bytech.

Doprava: Mikrobusy a osobní auta

Odjezd a program: Brno — odjezd od Bohémy v 8:00

Sobota cesta na Cres

1 běžecký trénink

Neděle 2 tréninky (Cres)

Pondělí 2 tréninky (Krk)

Úterý 1 trénink (Istria)

Středa 2 tréninky (Cres)

Čtvrtek 2 tréninky (Risnjak)

Pátek 1 trénink (Krk)

Sobota Kvarner bay challenge – E1

1 trénink (Cres)

Neděle Kvarner bay challenge – E2

cesta domů

cena: E, A, B, R 6 000,- CZK

Ostatní 7 000,- CZK (obojí zahrnuje ubytování, doprava, jídlo, mapy, ...)

Kvarner bay challenge: <http://kbchallenge.com/>

# Rozpis tréninků

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	14:00 – 15:30	pulci	atletická příprava	ZŠ Kotlářská + Sokol Brno I
	15:00 – 16:30	žactvo	atletická příprava	ZŠ Kotlářská + Sokol Brno I
Úterý	20:00 – 21:15	dorost +	hry	tělocvična ZŠ Kotlářská
Středa	16:00 – 18:00	žabičky	výpravy za OB	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:00 – 18:00	pulci	mapový trénink	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:00 – 18:00	žáci	mapový trénink	BCVČ Lesná - Milénova ulice
	16:30 – 18:30	dorost +	běžecký trénink	BCVČ Lesná - Milénova ulice
Čtvrtek	14:30 – 15:30	začátečníci	tělocvična, hřiště	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	všichni	běžeký – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	19:30 – 21:00	dospělí +	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
Pátek	18:00 – 20:00	dospělí +	florball	tělocvična ZŠ Kotlářská
Sobota	–	všichni	závody OB	–
Neděle	–	všichni	závody OB	–



POLARIS — LEDEN 2016 — ROČNÍK XVIII — #148

Redakce: Zhusta, Honza Drábek, Filip

Kontakt: [zbm.polaris@seznam.cz](mailto:zbm.polaris@seznam.cz)

Web: [www.sky.cz/zhusta](http://www.sky.cz/zhusta)