

## Fotka

Ondřej Švirák

Vasaloppet (SWE)

## Rozhovory

Švirda,

přestupy a hostování

## Články

BZL: Hromniční, Onos, Adamna; VT Špindl,

Lipica open, BBP Radostice, Modřice;

LOB Abertamy



# Polaris

2—2015



# Úvod

Honza

Cítíte to napětí? Zvyšuje se vám puls? Už otíráte buzolu od pavučin? Dlouze přemýšlíte, kam jste po oddílačích založili čip? Už čistíte vysočinské bahno z orientek?

Dobře asi ne. Opět se dalo běhat celou zimu. A dokonce první cizozemské závody máme za sebou. Ve Slovinsku jsme se zúčastnili tradiční Lipici open. Běhali jsme na zimních ligách. A že jich v Brně je! Tradiční BBP táhnout taktéž. Takže když nasadíte hřeby, občas neprohloupíte. Ale musíte je mít suché z nočáku. Letos už ale nejdou flákat, nemůžete se jen tak ztrácet. Máme nakoupeny gps a po tréninku následuje velice přesný rozbor tratě! Tak bacha na to. :-)

Běžkování ve Špindlu bylo opět dost záživné. Kolečka padala jedny za druhým, struhadla, jakbysmet. V LOBech jsme zase stříhali lesík sem a tam. A kdo neměl lyží dost, tak mohl večer vyrazit ještě na večerní sjezdování. Hlavně když má někdo postavu jako Jende a může si všechno půjčit od někoho. A když toho někdo ještě neměl dost, tak si v sobotu stříhl Krkonošskou 70 či jako Švirda samotný Vasák!

A také přišel opožděný Ježíšek. :-) Dvě bedny z Estonska skrývaly novou várku oblečení, tentokrát třeba i děravé dresy. Takže léto, kde jsi? Myslím, že do první proběhnuté bažinky, budeme hezky zářit!

Jak jsem se dozvěděl z rozhovorů, tak je „in“ bílá a červená. Po dlouhém zamyšlení je to možná jeden z důvodů, proč tolik lidí k nám přestupuje? Možná. No každopádně pěkné posily. Hned z kraje si můžete s nimi přečíst zajímavé rozhovory!

A teď zavázat tkaničky, zkontrolovat popisy, už je mám, stan jsem raději nešel stavět, abych si je stihl vzít, hmmm klasický závan toiky, buzola, čip, čelenka, mám.

Hurá do lesa!

# Švirda

## Tvář z obálky

*Odjel jsi Vasák. 90 km na běžkách. Jaké to bylo, když si se před cílem v Moře naposledy odpíchl hůlkami?*

Někdo vnímá výpravu na Vasaloppet jako vrchol své běžkařské kariéry. Já jsem to bral především jako důvod, proč se přes zimu více věnovat běžeckému lyžování. Doufal jsem, že si po dojetí Vasáku řeknu, že kvůli takovým pocitům se vyplatí věnovat běžkám víc času. Nyní už vím, že ano a do Sälenu se rozhodně vrátím. Ale bude to až ve chvíli, kdy budu mít vyjetou nějakou slušnou vlnu a vypilovanější klasickou techniku. Jinak na cílové čáře jsem myslel jen na to, jestli jsem vyhrál soupažící souboj se Švédem po své pravici :)

*Jak si se prosmýkl startem? V TV hodinu po startu a záběr na přešlapující davy ve startovací aréně?*

Pokud nestartuješ z první vlny, tak se nevyhneš opravdu brutální, desítek minut trvající tlačenci, kde si všichni šlapou na lyže a na hůlky. Když startuješ z osmé vlny, tak se před tebou nachází více jak 8000 lidí a úvodní 4 km řepkaš 45'. Člověk se musí obrnit trpělivostí a brát to jako daň za to, že nemá vyjetou lepší startovní pozici.

*Měl jsi nějakou krizovku? Viděl jsi někde rudě?*

Opravdu rudě jsem viděl na startu, když se někteří horkokrevní lidé tlačí bezohledně přes ostatní. Jsou nebezpeční pro své okolí a nerespektují nepsané pravidlo být trpělivý a vystát si frontu. Jinak největší krizi jsem měl ve chvíli, když mě na 15. km přefičel z kopce 70-ti letý dědeček a já ho pak na pláních, kde foukal silný nárazový vítr, nemohl dojet.

*Skoro 8 a půl hodiny na trať, co dělají bicáky?*

Nějak zvlášť mě nebolí. Věděl jsem poměrně přesně do čeho jdu a věnoval jsem přípravě dostatek času. Jakmile ruce zatěžujete pravidelně, tak se celkem rychle aklimatizují a v mém případě regenerují rychleji, než třeba nohy.

*A co na občerstvovačkách? Vychutnal sis je? Měli borůvkovou polévku?*

Pokud bych měl pořadatelům něco vyloženě vytknout, tak jsou to právě občerstvovačky. Pomínu-li fakt, že byly naprosto ucpané lidmi, tak mi na nich vyloženě chybělo nějaké rozumné jídlo. Vlastně jediným dostupným jídlem byla švédská obdoba české vánočky. Žádné banány, rozinky nebo čokoláda... Na pití jste si mohli dát výše zmíněnou borůvkovou

polévku (chutná jako horká šťáva), ionťák, vodu, čaj a vývar. Nepříjemné překvápko přišlo na první občerstvovače, když místo po ionťáku sáhnul po vývaru a nebylo místo, kam bych ho mohl vyplivnout.

V poslední době běháš i ultra laufy. Dají se tyhle závody nějak srovnat?

Je to prakticky to samé, jen s lyžemi na nohou. Oba dva typy závodu jsou o silné vůli, trpělivosti a sebepoznání. Obecně platí, že díky bolesti a krizím se naučíte více si vážit maličkostí a lépe vnímat pocit štěstí. Co naopak nemají v mém případě společného je fakt, že nejsem zvyklý protínat cílovou pásku s tak velkou ztrátou na vítěze.

*Co dalšího „survive“ tě čeká?*

Největší akcí je nepochybně Ultra Trail de Mont Blanc, na který jsem se loňskými výsledky kvalifikoval. Jedná se o 104 km dlouhý ultramaraton kolem masivu Mont Blancu, při kterém zdoláte více než 6500 m převýšení a navštívíte hned trojici států - Itálii, Švýcarsko a Francii. Další velkou akcí bude výlet na ruský Kavkaz, v rámci kterého chceme zolat 5642 m vysoký Elbrus (podle některých nejvyšší vrchol starého kontinentu). V rámci přípravy chci absolvovat minimálně dva další kratší ultramaratony a výstup na Gerlachovský štít.

*A co orienták? Nezanevřeš na něho? Přece jen dlouhá trať se už neběhá a všechno je tak krátké.*

Zanevřít na něj už jen kvůli těm lidem nezanevřu. Každopádně povahou a charakterem je mi bližší ultra. Nikdy jsem nebyl na nic žádné velkej talent a všechno jsem si musel vydřít. Když se postavíš na start ultramaratonu a nemáš natrénováno, tak s největší pravděpodobností nedoběhneš do cíle a riskuješ zranění. U orientáku je to jiné a často se prosazují lidé jen díky svému talentu, nikoliv tréninku. Až nebudu mít ambice závodit, tak mi to bude jedno... :)

Více na Švirdově blogu: [svirda.cz/?p=1617](http://svirda.cz/?p=1617)

# Přestupy

Přestupy byly letos hojné... takže zabírají dost Polarisu.

Nejvíce jsme letos nakupovali v „nejbližším“ klubu. Z Moiry jdou do Žabin 4 holky a Standa.

Hrbáčková Markéta      ABM9959 → ZBM9959

Králová Lucie              ABM0159 → ZBM0159

Mokrý Stanislav            ABM9202 → ZBM9202

Odehnalová Klára        ABM9956 → ZBM9956

Odehnalová Tereza        ABM9757 → ZBM9757

*Můžeš čtenářům něco málo říct o sobě? Jaké máš koníčky, kam chodíš do školy, vysněný výlet a tak...*

Marky: Mimo orientační běh se věnuju šestým rokem hře na kytaru a jezdím s táborem a instruktorkou. Chodím na gympl do Řečkovic - do kvarty. Žádný vysněný výlet nemám, za poslední tři roky jsme byli v Thajsku, Malajsii a na Srí Lance, takže to mi bohatě stačí :D... ale kdybych si mohla vybrat, tak bych se jela podívat do Švýcarska a na Nový Zéland. (Tak Švýcarsko se ti může letos splnit dokonce na oddílovém soustředění, pozn. redakce.)

Lucka: Nevím co bych o sobě asi mohla napsat. Do školy chodím na gymnázium Terezy Novákové, a jiné koníčky než orienták nemám.

Standa: Studium architektury je mi zároveň koníčkem, jinak by to nešlo přežít. Vysněných výletů je mnoho, tedy heslovitě společné rysy: krásná příroda, žádné týdenní polehávání u moře, sem tam kousek zajímavé architektury nebo zajímavého umění, trochu neočekávaného dobrodružství s dobrým koncem, silné zážitky, s fajn partou. Další osobní informace pouze osobně.

Klára: Chodím na Bigy a baví mě běžkování, sjezdování atd.

Terka: Je mi 17, chodím na BIGY, ráda cestuju a sbírám pivní tácky.

*Proč měníš dres právě za Žabiny?*

Marky: No.... tak hlavně to bylo kvůli lidem v oddíle. V Moiri jsem si s zas tak nerozuměla a trenéři nebyli moc příjemní. V ZBM jsem pár lidí znala. A jsou tady lepší tréninky.

Lucka: Do žabin přestupuju, protože mě k tomu přemluvil bratr a částečně i Anička a Marky, a taky protože v ABM byli strašní vedoucí.

Standa: Pro zábavnější orientáček a zábavnější výlety. Tak ukažte, že ta změna nebyla zbytečná

Klára: Ten moiráček mi byl už malej.

Terka: V ABM už jsme neměly s Klárou s kým běhat štafety a taky jsme nejezdili s oddílem na žádná soustředění.

*Máš nějaký zvlášť dobrý/špatný zážitek se ZBM?*

Marky: Těch zážitků zatím moc nemám, ale určitě mezi nimi není žádný špatný.

Lucka: Špatný zážitek z ob asi žádný nemám.

Standa: Samé dobré, i když s mojí nezdolně optimistickou povahou mám občas trochu selektivní paměť.

Klára: Nevím, jestli je dobrý, či špatný, každopádně mě pobavil. To jsme teď jeli ze soustředěka ve Slovinsku a najednou jsem se vzbudila a slyšela, jak si Víťa volá s Jendou, že máme dojezd 30 km. Pak nám to nějakou dobu postupně klesalo a najednou z 12 km na nulu. Chvíli jsme ještě "jeli" a pak jsme se úplně zastavili. Začali jsme tlačit auto, ale potom k nám naštěstí docouval Streckendienst a dotáhl nás na pumpu.

Terka: Soustředění ve Slovinsku, které bylo opravdu vydařené. Jako špatný se mi vybavila věta pronesená na Botasu (z důvěryhodného zdroje) "Je tady někdo z Žabin, abych ho mohl po\*cat?" Tudíž bych asi zauvažovala nad koupí nějaké oddílové pláštěnky. ;)

*Víš kolik přestupuje letos lidí z ABM do ZBM?*

Marky: Tak to přesně nevím, ale řekla bych, že celkem dost.... tak 7... ale fakt nevím.... :D

Lucka: Nevím kolik lidí přestoupilo, ale typuju tak 12 lidí.

Standa: Tuším že 5.

Klára: Asi pět, ale nevím to jistě.

Terka: Tuším, že 5.

*A proč děláš orientáček?*

Marky: Předtím jsem chodila ještě do plavání a jógu, ale to mě moc nebavilo, takže jsem toho nechala. Chtěla jsem ale dál dělat nějaký sport, původně jsem chtěla hrát volejbal. Ale pak mi Anička nějak napsala, že jede na soustředění s orientáčkem... no a tak jsem si řekla, že budu chodit do orieťáku :D A jsem ráda, protože mě to baví...

Lucka: Orientáček dělám, protože je to úžasný sport v přírodě.

Standa: V té nejpůvodnější historce vystupuje kopec, les a skály na Babím lomě, strejda ROBák, odvěká nechut k atletice a trocha pověstného štěstíčka. No a do dneška mi to vydrželo,

protože je to přece ten nejlepší sport!

Klára: Je to super sport, lidi a prostě všechno.

Terka: Samozřejmě proto, že mě to baví. Líbí se mi na tom, že to není jen kroužení po oválu ze kterého se vám zamotá hlava a taky proto, že je to v přírodě.

*Standa: Byl jsi v pořadu v rádiu, mediální stár, aspiruješ na komentování závodů?*

Napřed musím posbírat pár světových medailí, rozdat pár dalších rozhovorů pro rádia, televize i tisk, projít se po červeným koberci, otisknout orientku a buzolu do dlaždice na chodníku slávy, vydat vzpomínkovou knihu a pak si budu užívat důchod v pohodlí komentátorského křesílka.

*Terka: Jen tak mezi námi, nestojí za přestupem nějaký černovlasý člen oddílu?*

Jen tak mezi námi, ne.

Z Bruntálu přestupuje Lucka Galatíková. Tedy, chvíli mi trvalo, než jsem našel, co značka SBR vůbec představuje.

Galatíková Lucie                      SBR9550 → ZBM9550

*Můžeš čtenářům něco málo říct o sobě? Jaké máš koníčky, kam chodíš do školy, vysněný výlet a tak...*

Když zrovna neběhám a neprokrastinuji u maturitních otázek, tak ráda fotím, maluju (teď už míň) a čtu. Oblíbení autoři, kteří mají čestné místo na mém nočním stolku jsou brazilce Coelho a naše brněnská K. Tučková. Nebráním se ani klasice, ale po dlouhém dni radši šáhnu po Zeměploše nebo jiné nenáročné knížce. Ne nejsem knihomol. Pořád někde lítám a čtení, je aktivita u které se na chvíli zastavím.

Na Botanku, kde tenhle rok maturuji, jsem přestoupila z Vyškovského gymplu v prvním ročníku. Musela jsem se učit víc než by bylo zdrávo, a tak jsem zamířila na školu, kde se sportovcům, vychází maximálně vstříc.

*Víš, co je Rosnička? A kde ji najdeš?*

S Rosničkou se známe už od dob, kdy jsem na místním ovále trénovala disk a kouli. A schody ve Wilsoňáku znám víc než důvěrně, z tréninků. Myslím, že bych tam trefila :D

*Prozradíš něco málo o sobě, než jsi změnil/a svoji registračku?*

Orienták jsem ze začátku dělala jen tak ze srandy, když zrovna nebyli závody na dráze (výška/koule/sedmiboj). Dojela jsem na oblasták, dostala do ruky mapu a šla se proběhnout. Hrozně se mi líbila ta pohoda a atmosféra, a to že žádný závod není stejný. Atletických závodů ubývalo, místo nich jsem si jezdila užít zajímavé terény a hezkou přírodu do lesa. Rok se s rokem sešel, trochu jsem se zorientovala a přestalo mi být jedno jestli doběhnu desáta nebo poslední. Rozhodla jsem se jít do klubu, za který mluví výsledky členů a kde to má smysl. Navíc se mi vždycky líbila žába na dresu :D

*Máš nějaký zvlášť dobrý/špatný zážitek se ZBM?*

Špatný zážitek? To bych se do Žabin tak nehrnula. Soustředění ve Špindlu, mě jen utvrdilo v tom, že jsem zavítala do správné party lidí a že dobré zážitky mě zaručeně neminou.

*A proč děláš orienták?*

Existuje přirozenější sport než běhání po lese? :) Když jsem se konečně odhodlala skončit s dráhovou atletikou, uvědomila jsem si, že orienták je sport, který můžu dělat pořád, na vždy, třeba do konce svých dnů, i na vozíku. Zkrátka je to něco co jsem hledala. Cestuju, poznávám nové místa, trénuju na čerstvém vzduchu.. Co víc si přát.

A na rozdíl od sedmiboje, kde se atlet škrábe dlouho na vrchol a tam vydrží pár let, je OB sport kde se soutěží v každém věku a člověk se pořád zlepšuje. Když ne fyzicky tak aspoň mapově... teda myslím :D

*Doneslo se mi, že prý nejíš maso. Nemyslíš, že je to nepovolený doping, když v se v lese můžeš jen sklonit a jíst borůvky a pořádně se posilnit i v průběhu závodu, oproti nám masožravcům? (Prostě nemáme tolik času honit nějakého divočáka v závodě a pak ho ugrilovat.)*

Kdo to na mě práskl? Musím teda přiznat, že když zakufruju, tak se sem tam nějakou tou ostružinou nebo borůvkou občerstvím. Na Bohemce jsem narazila na dobrý borůvčí, až mi bylo líto, po něm běhat.

Gándhí, rovněž můj oblíbený autor, byl borec a kromě jiného pravil dvě moudra, kterými se řídím: "Buď změnou, kterou chceš ve světě vidět." a "Jediný způsob jak žít, je nechat žít." Nejsem rasista, vlastního psa bych nezabila a nesnědla, tak proč bych měla mezi zvířaty dělat rozdíly. V Nemovi říkali že ryba je kámoš, ne žrádlo. Tak jsem je poslechla a maso a jiné živočišné výrobky nejím :)



Venda Horčíčková rozbila mistrovsky štafetu v Olomouci. A tak najednou se nestačíme divit. Lenka dlouhá léta nepodlehla vábení Libora, pak najednou je tu. Hlavní důvod je samozřejmě zmíněn v rozhovoru. A na magisterské do Brna se z Olomouce chystá Johanka, takže když v Olomouci najednou nikdo není, tak Žabiny přijdou vhod. Letos to bude dobrá bitka o očkovou štafetu v holkách. :-)

Poklopová Lenka      UOL8951 → ZBM8950

*Ahoj Leni, "přestupová bomba" skoro až na závěr přestupového termínu. Co tě do Žabin po mnoha letech v Brně nakonec přivedlo?*

Mnozí si myslí, že jsem se rozhodla změnit barvy na červeno- černou kvůli možnosti kvalitně trénovat v dobré partě. Ale ve skutečnosti to bylo kvůli Pájovi Brlicovi. Už jsem dál nedokázala odolávat jeho šarmu.

*Ladí ti červeno-černá slušet k pleti? ;-)*

To doufám! Každopádně rozhodně lépe než modro- zelená J

*Řekneš mi něco o tom, než jsi změnila svoji registračku? (Kdy jsi začala s ob, úspěchy a tak.)*

Svůj první OB závod jsem absolvovala, ještě než jsem se narodila, u maminky v bříšku. Orienták jsem běhala od malička za olomoucký oddíl- tam mě naučili orientovat si mapu, číst značky a dali mi vynikající základ pro další růst, za což jsem moc vděčná. Na největší úspěchy pořád čekám. Doufám, že letos už se dočkám, snažím se tomu jít naproti.

*Áčková štafeta Žabin je dost narvaná. Evák, Adélka Indráková, Káťa, teď v zimě běhá Maky Tesařová... sice jsi mistryně ve štafetách, ale budeš se muset o místě v áčkové štafetě dost poprat, co? Jaký úsek běháš nejraději?*

Máš naprostou pravdu- co holka, to hvězda. Nominace do áčka určitě nebude zadarmo, ale udělám pro to maximum. A i kdyby se to nepovedlo, myslím, že i tak může béčko zdárně konkurovat. Nejradši běhám 3. úsek, protože velká zodpovědnost mě dokáže vyhecovat k lepším výkonům.

*Přes léto jsi běžela několik triatlonů. Lákají tě tyhle závody nějak více? Jak jsi v nich uspěla?*

V létě jsem se zúčastnila 2 triatlonů. V prvním z nich jsem měla problém s kolem, který se mi povedlo opravit po cca 15' za pomoci náhodně projíždějícího řidiče. Skončila jsem skoro

poslední. V druhém závodě se mi dařilo lépe a získala triatlonské zlato. Z obou závodů jsem si odnesla skvělé zážitky a spoustu zkušeností (např. jak rozmotat nerozmotatelný řetěz). Především to však bylo zpestření v rámci objemové přípravy.

*Máš ještě nějakého jiného koníčka?*

Ráda pečů čokoládové zákusky, chodím s kamarády na jedničku nebo na dvojku, účastním se kulturního dění a jezdím na snowboardu. Ale úplně nejradši mám nevšední kulinářské večery na Rotalové 82.

*Víš kolik se vleze lidí na zadní sedačku v autobuse při cestě z družstev? ;-)*

36? Nemám nejmenší představu, ale ráda to v říjnu zjistím!

Šimková Johana

UOL9355 → ZBM9350

*Ahoj Johanko, tvůj přestup do Žabin nás velice překvapil. Ještě tak na poslední chvíli. Co tě k nám přivádí? Pokud vím, tak ani nestuduješ v Brně, ne?*

Mě samotnou vlastně taky. O přestupu jsem ještě nedávno vůbec neuvažovala. Když se Lenča rozhodla přestoupit, měly bychom problém poskládat v Olomouci štafetu. Tak jsme se s Ádinem rozhodly také změnit oddíl.

*Žabiny jsou dobře fungující oddíl. Byla jsem s vámi už na několika soustředěních, vždycky moc spokojená. Momentálně je v oddíle velmi silná skupina holek, která nás všechny může hodně posunout. Od září bych chtěla studovat v Rakousku a dojíždět na české závody. Navíc bych chtěla na magisterské studium do Brna. Přijde mi hloupé měnit oddíl každý rok.*

*Žába zrovna nepatří mezi "hezká" zvířátka, který by člověk choval doma jako domácího mazlíčka. Nemáš s ni problémy, když budeš nosit jednu na zádech? Nebo třeba nečekáš nějakého prince?*

Žabatou členku jsem dostala už na soustředění v Alicante a jako dobrý :D

Princové jsou na draka

*Řekneš mi něco o tom, než jsi změnila svoji registračku? (Kdy jsi začala s ob, úspěchy a tak.)*

K OB mě dostali naši, když mi bylo šest. Od té doby jsem vyzkoušela několik sportů, ale orienták zůstal srdeční záležitostí. Nejvíc si cením zlata na ME dorostu ve štafetách.

Vypadá to, že ve štafetách bude mezi holkami dost přetlak. Máš nějaký oblíbený úsek? Letos

můžeme postavit "jenom" 7 na sprintové štafety, popereš se po místo?

Tak určitě! Nejradši mám první úsek. Je hodně kontaktní, ale zároveň je třeba jít si svoje.

*Víš co je Rosnička?*

Nejmenuje se tak sportovní hala? Jinak nevím.

*Jezdíš LOBy, na nedávném MS jsi byla na velké bedně. A jak se jinak na MS dařilo?*

Bylo to moje první MS v dospělé kategorii. Kdyby mi někdo před MS řekl, že budu jezdit takovéhle umístění, jsem spokojená. Ale ve výkonech byly rezervy. Měla jsem formu, kterou jsem nedokázala na technicky opravdu těžkých tratích prodat. Každopádně velká zkušenost.

*Jezdíš také nějaké Laufy na lyžích?*

Letošní zima byla hodně nabitá (soustředění Itálie, nominačky ve Skandinávii, mistrovství Švédska, ME Švýcarsko, MS Norsko, MČR). Kdyby bylo více času, určitě bych si nějaké hladké zajela. Chtěla jsem si zajet aspoň Vasák, ale nakonec jsme se s trenérem rozhodli soustředit se už radši na letní sezónu. Tak třeba příští rok.

Očas přestoupil loni, tak letos nalákal i sestru z Mendelu.

Hiršová Gabriela      VBM9651 → ZBM9651

*Můžeš čtenářům něco málo říct o sobě? Jaké máš koníčky, kam chodíš do školy, vysněný výlet a tak...*

Je mi 18 let. Do školy chodím na Gymnázium v Řečkovících. Když mám volno, odpočívám, trénuju, učím se nebo trávím čas s kamarády.

*Proč měníš dres právě za Žabiny?*

Protože je to velký brněnský oddíl, který nabízí hodně možností – tréninky, soustředění, zahraničí, doprava na závody apod.

*Máš nějaký zvlášť dobrý/špatný zážitek se ZBM?*

Žádný zvlášť špatný ani dobrý zážitek nemám, ještě jsem pořádně nikde se ZBM nebyla, takže není odkud, ale nedávno mě pobavilo, když jsem slyšela, co se stalo cestou ze Slovinska (holky Odehnavy řeknou určitě víc).

Víš, kolik přestupuje letos lidí z ABM do ZBM?

Vím o třech, ale když se ptáš, tak tipuju asi čtyři, pět....?

*A proč děláš orienták?*

Tak odpověď je asi jasná – protože mě to baví. Ráda běhám a orienták mám radši ještě víc, má prostě svoje kouzlo. Taky se mi hrozně líbí, že to není jenom o výkonech, že se těším na závody kvůli lidem, kteří tam budou.

*Loni jsi celkem překvapila postupem na JWOC. Letos to bude brnkačka?*

No...:D Brnkačka to určitě nebude. Na nominačky do Švédska nás jede asi 12 holek a šanci dostat se na JWOC máme všechny, stejně tak jako minulý rok. Navíc třeba zase nějak překvapíme... :)

A posledním přestupujícím je... 28. Února půl třetí, pláně pod Sněžkou.

Adamová Eva

VBM8772 → ZBM8772

*Ahoj Evko, přestup na poslední možnou chvíli. Spontánní akce či plánovaná, když jsi jela na žabiňácké soustředění na pláních?*

To byl fofr, že? Myslíš, že přestup 28.2. večer byla plánovaná akce? ... Upřímně řečeno, ani já nevím, jak na tuhle otázku odpovědět ... ale minulý rok jsem se stala členkou turistického kroužku ZBM , středy chodívám na běžecký trénink na Lesnou, byla jsem na Skleném, na Pláních ... Slovinsko .

*Ovesná kaše (na špindlu) "s" nebo "bez"?*

Zatím "s" a snad to zůstane i u toho ovsa .

*Řekneš mi něco o tom, než jsi změnila svoji registračku? (Kdy jsi začala s ob, úspěchy a tak.)*

Začínala jsem ve Ptení tuším tak v D12 a doposud na úspěchu pracuji . Počátky tedy spadají do období základní školy, kde měl OB oddíl velkou prestiž ... běhali žáci, učitelé a i ředitel školy. Když jsem studovala v Hradci Králové, tak jsem “logicky” přešla do VBM v Brně no a teď jsem VBM vyměnila za ZBM, kde běhají žáci, studenti, učitelé a i ředitel ... U OB mě více baví společné tréninky, atmosféra na shromaždišti, různé akce a soustředění než samotný závod ... ten si teda dokážu také slušně vychutnat, ale nadšení s ostatními už takové nesdílím .

*Změna ze zeleného dresu do červeno-černého. Nebude to problém pro šatník?*

Vidím, že nesleduješ poslední módní trendy ... loni frčela kombinace bílé a červené ... přestup byl řádně promyšlen se vším všudy a k černé ladí všechno.

*Podle pár fotek na fb, ty si libuješ v ultra bězích? Za kolik uběhneš maraton?*

Právě proto, že mám za sebou "úspěšnou" kariéru v OB, tak jsem se dala na ultra. No maraton je celkem široký pojem ... klasický městský maraton jsem asi ještě neběžela a každý horský maraton je jiný. Nejvíce se mi líbil Nezmar Sky Maraton, běželo se částečně na polské straně Beskyd, vystřídal se snad všechny 4 roční období během 6 hod 39 min (44 km, převýšení 2634 m). Nejsilnější zážitek mám asi z B7 (to už je trochu delší a vyšší), kdy člověk potrénuje hlavně mozek, jelikož o nohách už od poloviny trasy ani neví. Moc hezký je Jesenický maraton (4:41, 42 km, převýšení 1780 m) a skvělá závodní atmosféra byla i na MUM (Moravský ultramaraton), který pořádá Dan Orálek. Ale ty časy jsou opravdu dost různé. Víc mě lákají delší trasy než marathony (to se ještě závodí), беру to jako běžeckou turistiku spojenou s pohodovou atmosférou, kde i při závodě si prohlédnu okolní karajinu, prohodím pár vět s ostatními běžci a poznám nové kamarády, se kterými pak vyrazím na společná soustředění apod.

*Ve Špindlu jsi točila na nějaký lauf na běžkách?*

Ve Špindlu jsem se učila běžkovat . Lauf nějaký v budoucnu bude, ale napřed musím naladit styl. To má více proměnných ... pořídit si správné běžky, dobře namazat, vyladit techniku, vycvičit tělo ... to není, jak postavit se na start ultra a vyběhnout ... to mě trápí tak max. zda budou hezké výhledy a nebude mlha.

*Víš kolik se vleze lidí na zadní sedačku v autobuse při cestě z družstev?*

Aha, místo pro vítěze ... tak to věřím, že zadní sedačka v žabiňáckém autobuse je kvalitně a hojně obsazená .

Abychom trochu pocvičili jazyk našim bratrům Slováků, přece jen Palo a spol. na závody moc nejezdí... tak slovo dalo slovo... a máme tu novou tvář.

*Můžeš čtenářům něco málo říct o sobě? Jaké máš koníčky, kam chodíš do školy, vysněný výlet a tak...*

Som z Banskej Bystrice. Chodím na základnú školu do 9.ročníka. Ďalej (ak všetko dobre dopadne :D) plánujem ísť na Športové gymnázium v BB. Okrem OB, milujem LOBy. Mám rád adrenalín pri zjazdoch v skútrových stopách. LOB je taktiež aj základ mojej zimnej prípravy. Okrem LOB a OB si rád zahrám futbal a iné športové hry. Čo sa týka tých vysnívaných výletoch, nič extra ma nenapadá. Užívam si každý výlet, dovolenku či sústredenie, preto nerozmýšľam nad nejakými špecialitkami.

*Víš co je Rosnička?*

Pravdepodobne poviem nejakú hlúposť, ale v slovenčine je rosnička žena, ktorá predpovedá počasie, prípadne druh žaby.

*Co tě přivádí do Žabin?*

Keďže na Slovensku až tak veľa pretekov nemáme, spolu s trénermi sme hľadali alternatívu, ktorá by mi umožnila viac pretekať. Do úvahy prišlo aj Maďarsko, ale nakoniec sme sa rozhodli pre Českú republiku. Keď sme doriešili otázku krajiny, prešli sme na otázku klubu. Keďže ZBM patria k top klubom, táto otázka bola rýchlo vyriešená. Bol som veľmi milo prekvapený, keď som videl, ako sa u vás pracuje s mládežou- čo bol ďalší dôvod, prečo ZBM. A to, že môžem hosťovať za takýto klub si veľmi cením.

*Máš už nějaký zážitek se ZBM?*

Úprimne som nijaký zážitok so ZBM ešte nemal. Akurát som videl dresy ZBM v lese, keď som bol na nejakých českých pretekoch .

*Tipni si kolik lidí mše vlezle na zadní sedačku v autobuse při cestě z MČr družstev. ;-)*

Žeby 10... :D

*A proč děláš orienták?*

Orienták robím niečo cez dva roky. Pôvodne som sa aktívne venoval karate. Po piatich rokoch tréningovanie u mňa nastali problémy s kolenami. 6 mesiacov som nemohol robiť žiadnu športovú aktivitu. Po vyše dvoch rokoch prišla od lekárov pozitívna správa, no ku karate som sa už vrátiť nechcel. Veľmi som chcel robiť nejaký vytrvalostný šport. Mal som rád dlhé trate.

Atletika s mojimi kolenami však nepripadala do úvahy. Navyše môj ocino robil OB na strednej škole. Od neho prišiel aj prvý návrh vyskúšať tento pekný šport. Bol som s ním na prvom mapovom tréningu. Odvtedy som sa do tohto športu zaľúbil, myslím to s OB vážne a spolu s pokorou v ňom chcem neustále napredovať.

Hostovaní: Ondra Hlaváč      TBM9901

*Ahoj Ondro, letos budeš hostovať v Žabinách. Co od toho očakávaš?*

Hlavně si chci zaběhat dobrou štafetu, zaběhnout nějaký ten výsledek, a užít si zábavu. Navíc díky tomu můžu trénovat s lepšíma a staršíma závodíkama, kteří v Tesle chybí.

*V Tesle je teď hodne dorostencu, nebudeš za vyvrhele v konkurenčních Žabinách?*

Jsme dva, to bych nepovažoval za hodně :) hodně jich bude nejdřív tak za dva roky. A za vyvrhele nejsem, jsme pořád skvělí kamarádi, i když by byli raději kdybych běhal za Teslu.

*Proc jenom hostování a ne rovnou přestup?*

V Tesle běhám od malička a mám to tady rád. Zatím se mi ještě pryč nechce :)

*Byl jsi na ME dorostu v LOBech. Jak se darilo?*

No, vlastně jsem vůbec nečekal, že se nominuju, takže to bylo tak trochu překvápko, a ze zábavičky na zimu byl najednou sport, kde jedu na MED. Centrum bylo v Hamaru (Norsko, 100km na sever od Osla), kousek odtamtud Budoru jsou dokonálý severský terény. Naštěstí jsme v podobných terénech (Sjusjoen/šúšň) byli v prosinci, takže jsem celkem věděl jak v tom jezdit a nebyl jsem úplně mimo, i když je to úplně něco jinýho než v ČR. Nejlíp jsem zajel na sprintu 13.místo, povedlo se mi a jsem s tím hodně spokojenej. dál už to tolik nešlo (23. a 18.místo). Celkově skvělý závody, zajímavá zkušenost, a dobrý zážitky.

*Jaké máš další koníčky a kam chodíš do školy?*

Mimo orienták toho moc nestíhám (ještě když jsem teď začal dělat LOBy), takže jenom vedu s kámošem malý kluky ve skautu. A do školy chdím na GML (Gymnázium Matyáše Lercha) do kvarty, jsem tam spokojenej, všem rozhodně doporučuji !

DÍKY VŠEM ZA ODPOVĚDI!

# Zpožděný vlak 170115 z Radostic

Pepr

zpráva ze zimního točení

Protože o všech proběhlých závodech letošního ročníku BBP přinesl impaktovaný časopis Polaris zprávy z jejich průběhu, přidávám i já nějaký ten odstaveček k pořadím šestému závodu, který proběhl už 17. ledna v Radosticích. Titulek článku napovídá, že se článek rodil velice těžce, ale nakonec přece!

Počasí onoho dne bylo vcelku přívětivé, jak jsme už několik zim zvyklí s výškou sněhové pokrývky 0 cm, stav trati: jen mírně blátivá. Protože velká část z nás účastníků tento závod už zná, ví, že 5ka běží kromě menšího kolečka na úvod ve vsi jeden delší, docela pěkný okruh do lesa kolem radostického fotbalového hřiště. Dlouhá, 10,5 km hodně dlouhá trať pak tento okruh s překonáním radostické „sjezdovky“ směrem vzhůru otočí třikrát.

Průběh závodu bych snad příliš nekomentoval, protože moc nemám rád trojnásobný průběh shromaždištěm, ale zase lesní partie trati jsou hezké a dá se snad říct, že v nich právě máme my orientaci nad atlety aspoň trochu navrch. Kromě toho je úplně jedno, co se dělo na trati (stejně bych to mohl popisovat jenom z mého zcela subjektivního pohledu, a to by možná nemuselo všechny moc zajímat, hlavní jsou nakonec výsledky, které najdete níže.

Závěr z tohoto podniku je (jako vždycky) pozitivní: zimní točení probíhá podle plánu, objevili (-y) se i tváře na závodech BBP neokoukané a my všichni tehdy přítomní jsme si to pěkně užili až do tradičně sladkého a celou trať očekávaného CÍLE! Po něm však následovala ještě zadní část vlaku v sektoru „O“.

---

BBP 6 – Radostická nerezová desítka 17. 1. 2015

---

10 km: 1 HOMOLÁČ Jiří 35:04, 17 LIŠČINSKÝ Tomáš 39:54, 24 BRAVENÝ Vít 40:54, 42 BRILICA Pavel 42:12, 50 PŘIKRYL Petr 42:59, 92 STEHLÍK Martin 45:42, 108 ZELENÝ Pavel 46:31, 150 KOČA Jaroslav 49:07, 218 BRABEC Jaroslav 54:44, 254 PÁTEK Richard 60:06

5 km: 1 OSOLSOBĚ Jan 15:59, 21 KELBL Vladimír 18:09, 44 FIREŠOVÁ Markéta 20:01, 67 AUERMÜLLEROVÁ Anna 21:23, 72 KOČOVÁ Lenka 21:38, 77 CHROUSTOVÁ Lenka 21:50, 79 STACHOŇOVÁ Barbara 22:07

---



# Zadní část vlaku

II. brněnská zimní liga (těž OBLiga)

Totíž: kdo dnes vyrazil z domova do Radostic, efektivně využil času i vynaložené cesty, protože po skončení Radostické nerezové desítky a po mírném odpočinku v sokolovně se v rámci sportovního dne „Radostice sportují“ mohl zúčastnit i 3. závodu OBLigy, Radostického sprintu.

Závod připravoval oddíl BBM, charakterem se jednalo o vesnicko-lesní sprint na mapě Radostice 2015, která byla od loňského roku mírně rozšířena. Úvodem tratě H i D lehce zakličkovaly v polootevřeném křovinatém prostoru mezi ploty privátů, nejpodstatnější část jsme pak proletěli čistým listnatým lesem (ve kterém jsme někteří už dnes byli), krátký závěr pak byl ve vesnici. Myslím, že se stavba tratí povedla a sprint byl dobrým zpestřením šedivého zimního období, kdy jsme zase mohli držet v ruce tu abstraktní barevnou kresbu, často nazývanou mapa. Pavla určitě hřeje dvouvteřinové vítězství v kategorii H (proti bolestivému průběhu dopoledního závodu), Áďa se skoro minutovým náskokem vyhrál HDD a na počtu účastníků sprintu ze Žabin je vidět, že se nám přece jen s mapou běhá líp a raději, než bez (ní).

-----  
Radostický sprint 17. 1. 2015, odpoledne  
-----

D: 1. Grycová Kateřina 16.39, 6. Chroustová Lenka 17.46, 14. Königová Jana 19.30, 16. Galatíková Lucie 19.51, 18. Kočová Lenka 20.00

H: 1. Brlica Pavel 16.36, 14. Kasal Vít 19.53, 15. Přikryl Petr 20.09, 18. Finstrle Luděk 20.21, 25. Koča Jaroslav 21.48, 26. Brabec Jaroslav 21.50, 35. Dvořák Martin 24.40, 38. König Lukáš 25.11, 44. Pátek Richard 26.43, 54. Zelený Pavel 31.25

HDD: 1. Zřídka veselý Adam 11.56, 4. Koča Vojtěch 13.56, 6. Zelený Vladan 15.36, 10. Finstrlová Kristýna 18.04, 16. Kočová Klára 21.26, 21. Koča František 28.16, Stachoň Štěpán DISK

# Hromniční (skoro) trápení

Ivo Cicvárek

## PROLOG

Staré známé zatačky pod Svatou Kateřinou. Stíhám start závodu? V autě ticho, jen prasklý pravý přední blatník tradičně drnčí. Není se koho zeptat. Jsem v autě sám. A co je na tom divného, ptá se možná v tuhle chvíli čtenář? Odpověď bude vyžadovat obšírnější vysvětlení a cestu zpátky časem. Asi tak o dva a půl roku.

Stojím na tribuně malé tělocvičny a sleduju svého potomka Radima, kterak hraje s dalšími špunty turnaj v kopané. Sleduji? Vlastně se držím zábradlí na balkóně a hulákám: „Štřílej“. V duchu pak polykám: „Vem ho přes nohy!“ A úplně vzadu v mozku klíčí myšlenka: „Chtělo by to pivo, buřty a nějakou klubovou šálu, pak to bude dokonalý“. Špunti hrají, a kdesi v dálce zní ozvěna demolovaných tribun gigantických stadiónů.

Nedlouho po návratu domů řešíme s Luckou na rodinné poradě sportovní osud našich dětí. Chci jiný sport! Sport, u kterého se nebudu cítit jako dement! A nejde náhodou spíš o blaho našich potomků? No právě? Fotbal je sice baví, ale zarputile soutěživý přístup našeho „FC Líšeň, vyhrajem co můžem, jedeme, jedeme gól“, je zjevně nebere už v útlém věku. Sepisujeme na papírek požadavky na jiný sport: 1) Měl by být individuální, ale trénovaný v týmu. 2) Měl by rozvíjet i hlavu. 3) Měli bychom si ho užívat i jako rodiče. Buřty na závodech výhodou.

„Vychází mi z toho jasně šachy,“ hlásím ženě. Pěšec táhne na G3. Vem ho přes nohy! Dáma naštěstí šachy smetla ze stolu.

Dopisujeme na papírek čtvrtou podmínku. Mělo by se u toho hýbat víc než jen pravou rukou. O pár týdnů později jsme na prvním tréninku orientačního běhu, s tím, že si občas, jako doprovod dětí, zaběhneme i nějaký ten závod. Tak proč krucinál teď jedu bez dětí i Lucky na závody sám?

## DRAMA

Během posledních dvou let jsme čemusi nekalému propadli. Neříkám, že jsme úplní OB narkomani, ale postupné zvyšování závislosti na běhání, kterému jsem se 20 let úspěšně téměř vyhýbal, i na závodění je pozorovatelné. V autě máme lampiónek na čelním skle. To už je diagnóza! Nemocné děti proto nejsou důvodem odhlásit účast v Blansku. Lucka má chromou nohu, a jelikož na rozdíl od koní se ženy nestřílí, může kluky hlídat. A já si to pěkně užiju. Hromniční trápení totiž není klasický sprintový závod, ale svou délkou připomíná

middle, škoda že jich v Brněnské zimní lize není víc. A middle je fajn, neboť i střední tempo, kterého jsme schopni, by mohlo stačit na výsledek kolem půlky startovního pole. Což bych považoval za velký úspěch.

Nepodcenil jsem ani teoretickou přípravu. Tedy pořádně si natřikrát zavázat tkaničky a promyslet taktiku celého běhu. Je to jasné jak matematika v první třídě: pár minut po mě startuje Chrobák, toho poznám, až kolem mě poběží, chytanu se jeho tempa. A bude to!

Jelikož moje jméno figuruje skoro na konci startovky, mohu pozorovat první běžce jak dýchavičně sprintují do cíle. Trochu mě děsí Michal Šrubař, který se disknul, vypadá jak Zátopek po maratónu a nesouvisle drmolí cosi o tom, že to „vypadalo jako úplně lehký, ale zas tak úplně lehký to nebylo.“ Víc z něho netahám. Tedy vytáhnu z něj jen jeho obal na upřesnitko, které jsem, opouštěje domov ve chvatu, nechal v šuplíku.

Start! Blansko fakt není na rovině, ale začátek vede z mírného kopečka. Volím raději klidné tempo, a snažím se alespoň trochu z mapy za běhu vymžourat, co mě čeká. Evidentní oříšek nechaly veverka hned v první třetině. Jeden z nejdelších přesunů nabízí odlišné volby postupu. Zprava, nebo zleva? Zprava se trasa jeví kratší, ale zároveň mapa obsahuje v těch místech až příliš mnoho detailů. Což nám krátkozrakým nedělá dobře, neboť jak známo, silné brýle silně zmenšují. Musel bych zastavit a prostudovat to pořádně. Raději volím trasu zleva, která je řekněme čitelnější. Doma po závodě pak překvapeně zjišťuji, že byla i o víc jak 200 metrů kratší. Hurá!

Skopec, dokopec, stále jsem celkem spokojený s mapováním, nikde se nesekám, postupy plynulé. Dokonce jsem sem tam i někoho předběhnul, což se mi zase tak často nestává. Pozor na krátké postupy kolem blanenského zámku, chce to nabíhat ty správné průchody, správné strany zdí. Když vyběhám z areálu, jde přede mě Chrobák. Teď to přijde! Můj předem promyšlený manévr, který mi přinese rychlé postupy minimálně na dvě další kontroly. Co to hergot je? Kopeček! Kde jsem já? Pod ním! Kde je Chrobák? Během zhruba pěti sekund nad ním. Tak tenhle taktický manévr nevyšel. Pokud bych kopec vyběhl tímhle tempem, byla by ze mě mrtvola. Alespoň jsem se ale podíval, kam přesně budoucí vítěz závodu míří. Zachránilo mě to od pobíhání po špatné straně plotu. Neboť upřesnitko sice říká „vnější roh“ - jenže ne plotu, ale asfaltové plochy hřiště, co je uvnitř.

Blíží se závěr. Na chvíli si ještě srovnávám tempo s rychlejším závodníkem, který mě dobíhá – překvapeně zjišťuji, že rezervy ještě mám, stačí si líp hlídat náklon těla, a nohy zrychlují skoro samy. Trochu mě rozhodí zbytečná klička při nedobře promyšleném postupu na jednu z posledních kontrol a pak asi deset sekund nemůžu najít v cíli krabičku! A je to. Výhoda pozdního startu spočívá i v tom, že prakticky hned uvidím, jak na tom jsem. Nešálí mě zrak?

Vešel jsem se do dvacítky, fakt to vydrží? Vydrželo. Dvacáté místo je nejlepší umístění v BZL, které se mi zatím poštěstilo. A jelikož startovalo skoro 60 mužů, překonal jsem i svá veškerá očekávání.

Volám Lucce, ať dá chladit šampaňské, a přemýšlím, co chlubitvého si vytetuju na Facebook, aby mi to do rána ze soucitu olajkovalo pět kamarádů. Na příštím závodě ve Slatině hodlám atakovat hranici 40% ztráty na vítěze, ať nemám všechny virtuální pohárky na stránkách BZL umístěné jen u Hromničního trápení.

## EPILOG

Ve Slatině jsem se disknul. Hned dvojnásobně. Je to taky premiéra, takže není důvod večer neslavit. Děti, to jsme ale vybrali pěkný sport, že?

-----  
Hromniční trápení, 3BZL, 31. 1. 2015  
-----

D: 1. Markéta Tesařová 27:02, 2. Natalia Hiklova 30:50, 3. Markéta Uhnava 32:18,  
4. Adéla Chromá 32:30, 7. Zuzana Hendrychová 33:30, 8. Lenka Kočová 35:10

H: 1. Adam Chromý 25:52, 2. Pavel Brlica 27:27, 3. Štěpán Hrobař 30:10, 6.  
Petr Přikryl 32:15, 12. Jaroslav Brabec 33:59, 16. Jaroslav Koča 35:38, 20. Ivo  
Cicvárek 38:04, 21. Martin Veselý 38:09, 24. Martin Kinc 38:51, 27. Pavel Zelený  
40:39, 28. Jiří Šafek 41:07, 30. Lukáš König 42:29, 33. Svatoš Coufal 43:26,  
37. Richard Pátek 46:26

HDD: 1. Tomáš Odehnal 17:41, 2. Vilém Bednařík 20:37, 3. Vojtěch Koča 22:26,  
5. Vladan Zelený 24:52, 14. František Koča 35:50, 19. Jošt Kroutil 46:11, 20.  
Tadeáš Kroutil 46:15, 29. Klára Kočová 1:06:50  
-----

# 4 BZL Slatina Onos cup

Kuba

Předposlední díl letošního seriálu zimní ligy nás zavedl do Slatiny. Vzhledem k překrásnému slunečnému počasí je lehkou záhadou, proč na závod přišlo nejméně lidí v porovnání s ostatními závody BLZ (krom dalekého Blanska ;-)). Počet 173 účastníků je v dnešních měřítkách sice lehce za očekáváním, ale před pár lety bychom si o něm mohli nechat jen

zdát. Je to pěkné, sledovat jak je v Brně o orienták čím dál tím větší zájem. Určitě to je i díky kvalitní organizaci a krásným stránkám. Důkazem určitě byl i letošní Onos cup. Tratě stavěl Danáč a na místě to celé zvládli parádně ošéfovat Steve s Pavlem s občasnou pomocí dalších žabiňáků.

Terén nenabízел mnoho záluďných voleb, a tak nikoho nepřekvapilo, že si pro vítězství v mužské kategorii doběhl brněňský rychlonohý expres Ondra Novotný. Chrobák však neztratil mnoho a Pavel měl pořádný bobky z toho, aby mu nevyfoukl poukaz do Sanasportu na boty za celkové prvenství (pozn. autora: nakonec to Pavlík ustál a výborným výkonem na Adamna cupu si vysloužil další botky do sbírky) Pro třetí místo jsem si po velmi vydařeném závodě doběhl já sám a nejspíš jsem tím pár lidí taky trochu překvapil – sebe nevyjímaje. (Musím se snad pochlubit, ne?) V ženách praktikovala Evička své ‚Veni, vidi, vici‘ a suverénně si dokračela pro další vítězství. (Malá statistická poznámka: Evák naposledy nebyla první na Adamna cupu 2013, když skončila 2. za Hankou Hlavovou a předtím Onos 2011 na Kotlářské, kde ji předběhla Věrka. To znamená, že z posledních 29 závodů BZL, kterých se Evák od r. 2007 zúčastnila, jich 25 vyhrála a 2x byla druhá a 2x DISK – slušná dominance, že?)

No a co dodat dalšího k závodu? Snad jen, že Libin porazil Zeldu o 10 vteřin, což budilo emoce... pozitivní i negativní :D. I přes to (a možná právě proto), že v závodě spíš než vyřešení mapových záluďností rozhodovaly rychlé nohy, Ota nezklamal a pokračoval ve své DISKařské kariéře, ořazením kontroly o cca 150 metrů dřív.

-----  
Onos Cup 15. 2. 2015  
-----

D: 1. Eva Kabáthová 18:02, 2. Věra Müllerová 18:45, 3. Magdaléna Tužilová 18:48, 4. Jindra Hlavová 18:53, 5. Barbora Hrušková 19:10, 6. Natalia Hiklova 19:56, 7. Markéta Uhnava 20:33, 7. Hana Hlavová 20:33, 10. Adéla Chromá 21:10, 13. Zuzana Hendrychová 22:51, 15. Věra Mádlová 23:16, 22. Veronika Křistková 25:51, 25. Eva Malivánková 26:54, 33. Kristýna Hrušková 29:57, 35. Johana Gombíková 30:35, 37. Lucie Cicvářková 30:46, 39. Lenka Kočová 31:45, 47. Markéta Hrbáčková 52:49, Jitka Kabáthová DISK

H: 1. Ondřej Novotný 16:49, 2. Adam Chromý 17:05, 3. Jakub Hruška 17:53, 6. Ondřej Švirák 18:22, 7. Jakub Zimmermann 18:26, 8. Jan Zháňal 18:30, 13. Libor Zřídkařesělý 19:36, 15. Jan Drábek 20:01, 16. Luděk Finstrle 20:02, 17. Petr Přikryl 20:41, 23. Martin Stehlík 21:32, 24. Jaroslav Koča 21:53, 31. Tomáš Liščinský 22:52, 43. Martin Dvořák 25:15, 45. Jáchym Coufal 25:24, 48. Lukáš König 25:53, 52. Svatoš Coufal 26:13, Filip Slaný DISK, Jiří Šafek DISK, Ivo Cicvářek DISK, Vladimír Kelbl DISK, Matyáš Tachovský DISK

HDD: 1. Tomáš Prášil 11:53, 2. Adam Zřídka Veselý 12:37, 3. Vojtěch Koča 14:18,  
10. Radim Cícvárek 19:17, 12. Klára Kočová 20:04, 18. Martin Zřídka Veselý 21:35,  
19. Jošt Kroutil 22:17, 20. Tadeáš Kroutil 24:08, 22. Klára Bašeová 25:07, 24.  
Matěj Baše 26:22, 26. František Koča 27:12, 27. Jáchym Tachovský 28:48, Martin  
Cícvárek DISK

-----

# LOBY

Maky Firešová

Letos se po 2 letech konečně zase v České Republice konalo pár závodů v LOB. Jedním z nich byl lobácký víkend v Abertamech.

V zasněžených lesích a loukách Krušných hor se běželo Mistrovství ČR a Německa na krátké trati a dva závody Žebříčku A (sprint a klasika). Zazávodit si přijeli téměř všichni čeští vrcholoví lobáci takže se vytvořila slušná konkurence. Tratě, které postavili pořadatelé z Plzně, byly moc pěkné (i když já nejsem moc velký odborník na loby, tak to asi nedokážu úplně posoudit) a sněhu bylo taky docela dost, takže všichni byli spokojení. Vše mělo vyvrcholit večírkem na počest medailistů z MS v Norsku, bohužel hospodský zavřel, tak se konala jen menší party u pořadatelů.

Celkově to byl vydařený víkend a všichni doufáme, že příští rok bude opět štědrá sněhová nadílka a s nimi další LOBy.

.....

# VT Špindlerův mlýn

Peťa Koporová

Je neděle, půl sedmé ráno

a čas i místo odjezdu na soustředění je dáno.

Překvapení přijde, prý se jede autem,

když nejede se vlakem, už necítím se býti skautem.

Ve Špindlu nemusíme nahoru pěšky,  
páč baťohy máme tuze těžký.  
Přemluvíme lanovkáře,  
ten o bezpečnosti nám ještě káže.

Z lanovky jsem upustila lyže  
a Míša je ten, kdo si to všechno slíže.  
Pro lyže mi zajela  
a na sjezdovkách se pěkně projela.

Na první trénink jdeme hned  
a každý by spíš radši něco sněd.  
Celý týden poctivě trénujeme,  
na výletě obrázky ve sněhu malujeme.

Po večerech hrajem hry,  
z okna skáčem na ledové kry.  
Palačinky byly za týden dvakrát,  
zato pinec jsme si stihli mnohokrát zahrát.

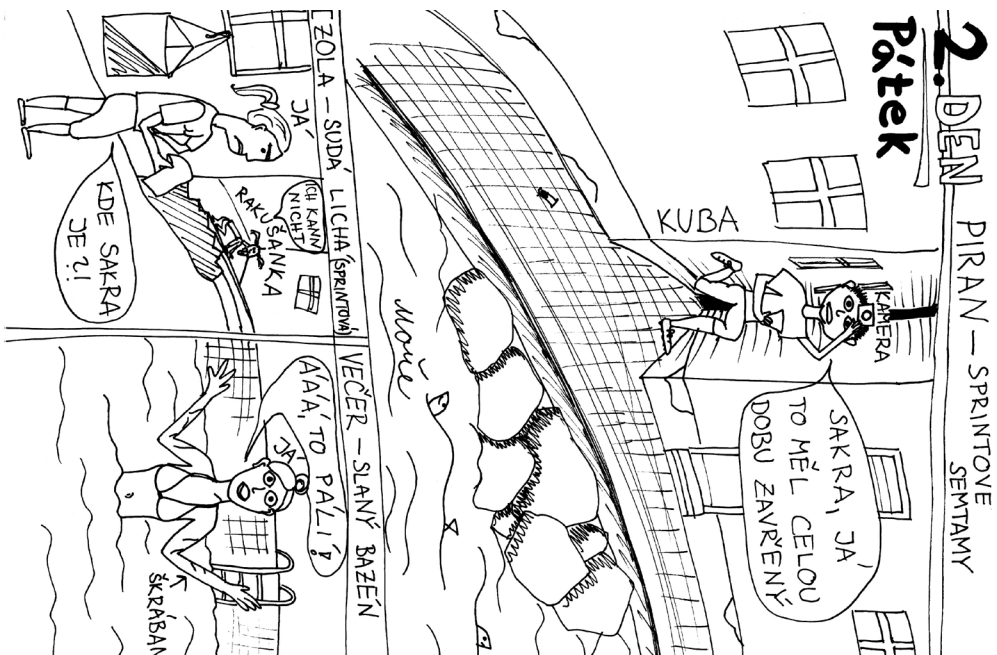
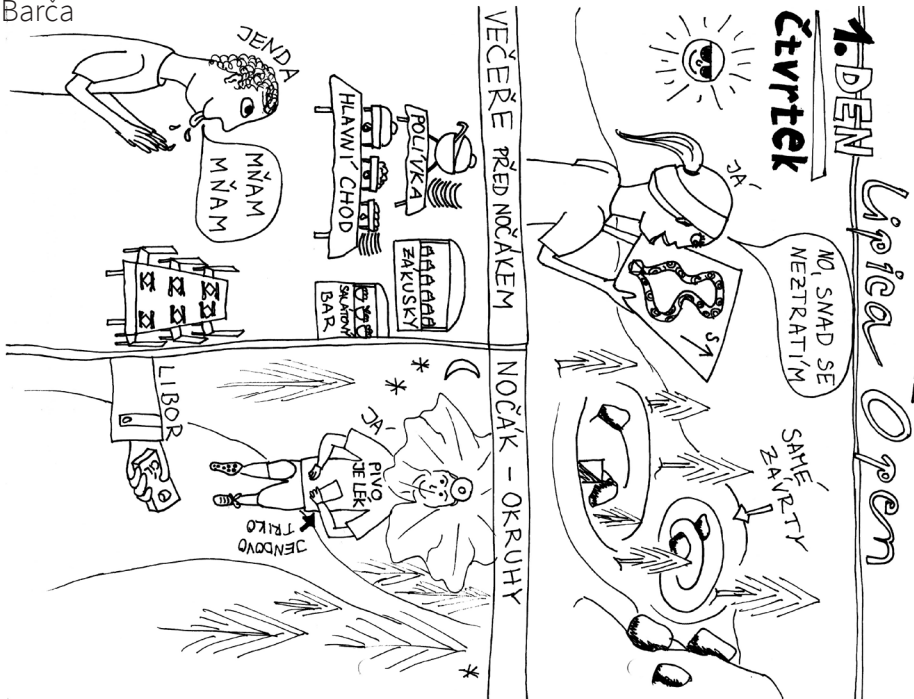
Lyže snad letos nikdo nezlomil,  
zato hůlkám se košíček ulomil.  
Na Luční boudě mají stále rohlíky,  
který jsou teda tuuuzee veliký.

Oddílový přebor byl závod těžký,  
někteří nejradši by sundali běžky.  
A co teprve Krkonošská sedmdesátka,  
to není trať zrovna krátká.

V neděli se jelo domů,  
vezli jsme si ztuhlé záda k tomu.  
Na další soustředění už se těšíme,  
běžky už pro tuto zimu na hřebík věšíme.

# VT Slovinsko

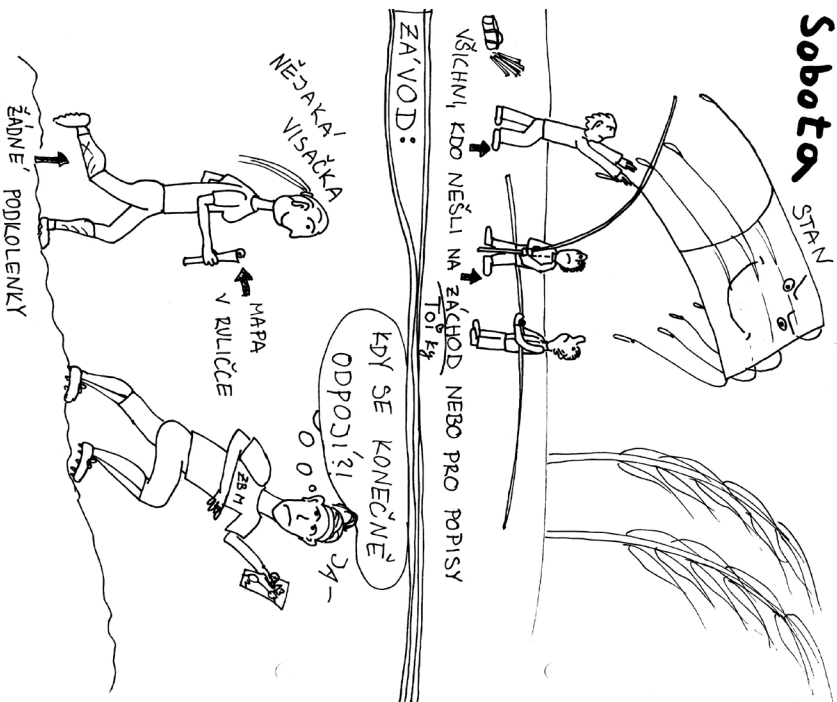
Barča





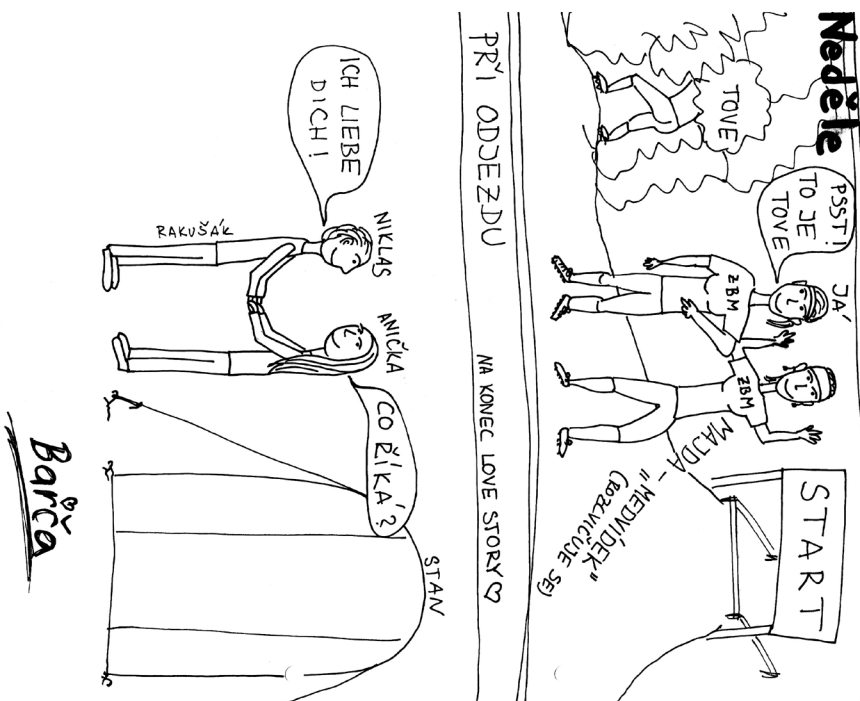
# 3. DEN Sobota

LIPICA OPEN - KRATKA TRAT



# 4. DEN

LIPICA OPEN - KLASIKA



# BBP 8 – Modřický pohár

Honza Král

PRÁSK! Vybíháme. Probíhám pod obrovským jelitem, značím start, vybíhám pár dlouhými kroky na nejvyšší bod závodu, pak zatáčím doprava, a ženu se po silnici dolů.

Je zatažený, sychravý den. No ono těch lidí na startu taky není příliš mnoho.

Neznám tu nikoho snad až na Maky. Chvilku běžím vedle ní, pak mě předbíhá, a já už vidím jen její rychle se vzdalující záda, než mi zmizí za zatáčkou. Předbíhá mě jeden kluk, kterého tady často potkávám. Doháním ho, předbíhám, a jdu před něj. Už si ho držím bezpečně za sebou. Zase zatáčím doprava, tentokrát před sebou – asi 300 metrů – vidím opět to známé červené jelito, které značí start – a naštěstí i cíl.

Ale pro mě ne. Celé to tu musím absolvovat ještě dvakrát. Zase ten hrbol nahoru, pak dlouho dolů, a zase nahoru. A ještě jednou.

Umírám. Ležím na trávníku jako vepř, nohy mě bolí jak sviha, další přirovnání si můžete domyslet.

V kategorii 12. místo ze 16. Přemýšlím, že začnu trénovat. Ale to je tak všechno, co ze sebe dokážu dostat. Snad příště

.....

## BZL Adamna cup

Honza

Na poslední závod BZL nás Adam pozval do areálu pod Palačákem. Od poslední ligy, co tu ještě pořádal Olaf, tu vyrostlo pár nových budov, takže bylo na co se těšit. Ale to nebylo jediné. Účastníků bylo opět plno, ale vlezli jsme se do místního fitcentra.

Na start nezvykle dlouhá cesta na BZL, trochu šplhání, ale už jsme na cestě. Co na nás Adam chystá? Volba na jedničku okolo dráhy? Ale už jdu na start.

Kde je ta jednička? Vůbec netuším. Před startovním lampionem musím zastavit. Aha, začíná se motýlkem! Kontroluji postup a jdu na to. Jedničku trochu podběhnu, ale malé měřítko 1:2500 mi nedělá problémy a kontroly naskakují. Jen trochu kloužu na druhou 3/9 ve velice prudkém svahu. Podruhé už jdu svahem. Znovu vžít se do „pětky“ 10 a volbička na 11. No když říkali, že je tu nějaká branka, jdu do ní! Po dráze mi to ale moc nejde, ale naštěstí mohu

seběhnout do svahu. Další volba byla na 14. Volím to zleva a trochu ztrácím. Další kontroly naskakují samy. Jen schovaná kontrola v garáži, trochu se bojím, ale je tam. Další volbička na 22. Zleva, zprava? Hmm. Ale přede mnou jde zleva. Tak opět probíhám pod VUT. Další kontrola přímo u práce. Brr, i o víkendu tam zavítat, brrr. Dlouhý postupo a krosení svahu nahoru a dolů. Hm nějaká maminka s dítětem, žádná slast. No a 28, málem kazím celý závod, nechám se strhnout dalšími závodníky a jdu vrchem, hloupost, protože sběrka je dole. Nemám morál finišovat do cíle a ztrácím tu pozici...

Krásný závod! Kdo nebyl, tak prohloupil.

Celkovými vítězi BZL se Pavel (H), Maky Tesařová (D) a Adam Zřídka veselý (HDD). Najdete je na webu, už by se sem nevlezli.

-----  
Adamna cup 15. 3. 2015  
-----

D: 1. Eva Kabáthová 20:32, 2. Markéta Tesařová 20:57, 3. Věra Müllerová 21:04, 4. Kateřina Chromá 21:56, 5. Magdaléna Tužilová 21:57, 6. Natalia Hiklova 22:19, 6. Hana Hlavová 22:19, 8. Barbora Hrušková 22:46, 10. Jindra Hlavová 23:49, 12. Markéta Firešová 24:15, 14. Lenka Chroustová 25:18, 21. Věra Mádllová 26:30, 24. Denisa Jemelíková 27:02, 28. Eva Adamová 27:52, 31. Anna Auermüllerová 28:09, 33. Hana Nedbálková 29:07, 35. Lucie Mezníková 29:20, 37. Zuzana Hendrychová 29:33, 50. Jitka Kabáthová 33:52, 51. Andrea Firešová 34:10, 52. Lenka Hrušková 35:36, 53. Johana Gombíková 36:20, 60. Dagmar Vršková 39:02, Eva Malivánková DISK, Markéta Hrbáčková DISK

H: 1. Jan Procházka 19:44, 2. Pavel Brlica 20:36, 3. Adam Chloupek 20:56, 4. Štěpán Zimmermann 21:27, 7. Jakub Zimmermann 22:28, 10. Jakub Hruška 22:39, 11. Tomáš Bořil 23:02, 15. Jan Zháňal 23:35, 20. Jan Drábek 24:42, 21. Libor Zřídka veselý 24:50, 23. Martin Stehlik 25:27, 29. Vladimír Kelbl 26:16, 32. Luděk Finstrle 26:47, 33. Petr Přikryl 27:20, 34. Jaroslav Koča 27:22, 36. Tomáš Liščinský 27:34, 48. Ivo Cicvárek 29:27, 65. Pavel Zelený 31:54, 74. Vít Bravený 33:43, 76. Alexandr Jordanov 33:59, 84. Jáchym Coufal 35:29, 87. Svatoš Coufal 36:35, 96. Václav Štěpánský 39:22, 108. Filip Slaný 42:18, 125. Adam Urbánek 52:51, 130. Vojtěch Marek 58:56, Miloš Ryšavý ZBM DISK

HDD: 1. Adam Zřídka veselý 14  
-----

# Program na březen až červen

---

20. až 22. 3. – PÁ až NE – Jarní pohár 2015 – noční OB + klasická trať (hromadný start) + štafety – Hradec Králové – PÁ 19:00; SO 00=10:00; NE 00=9:30 – přihlášky na členské sekci do 8. března – podrobnější informace na: <http://www.ok99.cz/jp2015> – doprava: osobními auty v pátek okolo 16:00 od Bohémy – ubytování na zemi – vedoucí: Jan Zháňal

---

20. až 22. 3. – PÁ až NE – soustředění Brno – Pulci + žáci – viz samostatný rozpis akce

---

27. 3. – PÁ – noční mapový trénink – Žďárná – sraz: 18:00 v Líšni na parkovišti u supermarketu Albert (tramvaj 8, autobus 45, 55, 56, 78) – mapa: Skalky (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: krátká trať – doprava: osobními auty

---

28. 3. – SO – 1. Jihomoravská liga (TBM) – klasická trať – Soběšice – start: 10:00 – doprava: individuálně (MHD 43, 57) – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 13:30

---

28. 3. – 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“

---

28. 3. – SO – 2. novodobý orienťácký ples – restaurace Hvězda, bystrc u Zoologické zahrady – kapela ŠUMICHRÁST MALBOHÁR, tombola a další – cena vstupenek 200,- Kč – info o předprodeji na [plesob@seznam.c](mailto:plesob@seznam.c)

---

28. a 29. 3. – SO a NE – CESOM 2015 – krátká trať + sprint + klasická trať – Borský Mikuláš – SO 00=10:00; 00=15:30, NE 00=9:30 – podrobnější informace: <http://www.kobra-orienteeing.sk>

---

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

---

1. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žabovřesky, Medlánecký kopec – sraz: 16:15 – mapa: Kozí hora – typ tréninku: hvězdice + sprint – doprava: autobusem číslo 53 na „Kolejní“.

---

2. – 7. 4. – ČT až PO – Velikonoce 2015 – Jestřábí hory, Radvanice – tradiční velikonoční soustředění – viz samostatný rozpis akce – přihlášky: do 16. března 2015

---

8. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Útěchov – sraz: 16:15 – mapa: Dlouhé vrchy – typ tréninku: scorelauf – doprava: autobusem 57 na zastávku „Útěchov“

---

8. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Útěchov – sraz: 16:30 v Útěchově – mapa: Dlouhé vrchy (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: vrstevnicový COB – doprava: individuální (MHD 57) – přihlášky do pondělí 6. dubna Zhustovi

---

11. 4. – SO – 2. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje ve sprintu (LBM) – sprint – Kuřim – start: 10:00 – 30 – doprava: vlakem v 8:53 z hlavního nádraží – sraz ve vestibulu do 8:40 (bude koupena společná jízdenka) – vedoucí: Luděk Finstrle – návrat okolo 15:00

---

15. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Bohunice, univerzitní kampus – sraz: 16:15 – mapa: Červený vrch – typ tréninku: krátké postupy – doprava: autobusem číslo 50, 60, 61, 69, 82 na zastávku „Univerzitní kampus“

---

15. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Rosice – sraz: 16:30 u konečné tramvají ve Starém Lískovci (parkoviště u STK a benzínové pumpy) (tramvaj číslo 6 a 8) – mapa: Rosice, obora (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: okruhy – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 13. dubna Zhustovi

---

16. 4. – ČT – Liga škol v orientačním běhu – Královo Pole, areál VUT – pořádáme – pořadatelé: Zhusta + dorostenci – sraz pořadatelů v 8:00 (start v 9:30)

---

18. 4. – SO – M Moravy + ŽB-M + 3. Jihomoravská liga (VBM) – klasická trať – centrum: Kývalka, autokemp – start: 11:00 – doprava: zvláštním autobusem v 9:00 od Bohémy – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: typický středoevropský les, hustá síť komunikací, porostové i terénní detaily, střední členitost – návrat okolo 15:00

---

19. 4. – NE – M Moravy + Český pohár štafet (VBM) – štafety – centrum: Kývalka, autokemp – start: 10:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Libor Zřídka Veselý – terén: typický středoevropský les, hustá síť komunikací, porostové i terénní detaily, střední členitost – návrat v neděli okolo 14:00

---

22. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Žebětín „Rišová“ – sraz: 16:15 – mapa: Pohádka máje – typ tréninku: sudá-lichá – doprava: autobus číslo 52 (zastávka „Rišová“)

---

22. 4. – ST – mapový trénink (dorost + dospělí) – Kladoruby – sraz: 19:00 u konečné tramvají v Řečkovících (konečná tramvaje číslo 1) – mapa: Paměť X (1:10 000, E=5m) – typ tréninku: noční trénink – doprava: osobními auty – přihlášky do pondělí 20. dubna Zhustovi

---

25. 4. – SO – 4. Jihomoravská liga + Mistrovství Jihomoravského kraje na krátké trati (ZBM) – krátká trať – Bukovinka – start: 10:00 – doprava: zvláštním autobusem v 8:30 od Bohémy

– vedoucí: Luděk Finstrle – terén: členitý, v severní části hluboké údolí s množstvím skal, porostové detaily, hustá síť cest – návrat okolo 15:00 – !!! POŘÁDÁME !!!

---

25. 4. – SO – M ČR v nočním OB (ZBM) – centrum: Bukovinka – start: 21:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Daniel Hájek – terén: členitý, v severní části hluboké údolí s množstvím skal, porostové detaily, hustá síť cest – !!! POŘÁDÁME !!!

---

26. 4. – NE – Český pohár štafet (ZBM) – štafety – centrum: Bukovinka – start: 11:00 – doprava: individuálně – vedoucí: Daniel Hájek – terén: členitý, v severní části hluboké údolí s množstvím skal, porostové detaily, hustá síť cest – příjezd: okolo 15:00 – !!! POŘÁDÁME !!!

---

28. až 30. 4. – PO až ST – Sportovní vyšetření – Ústav sportovní medicíny Brno – přihlášky přes členskou sekci do 12. dubna – doprava autobusem číslo 44, 84 na zastávku „Velodrom“

---

29. 4. – ST – mapový trénink (žactvo) – Bystrc – sraz: 16:15 – mapa: Pekárna – typ tréninku: okruhy – doprava: tramvaj číslo 1 (zastávka „Ondrouškova“)

---

## Soustředění Brno – Žactvo

Datum: 20. – 22. března 2015

Cena: 100,- Kč (v ceně jsou mapy, jídla, doprava)

Pátek: sraz v 16:15 v Bystrci na zastávce MHD „Ondrouškova“ – tramvaj číslo 1  
vzdálenost na start cca 1 km

mapový trénink – hvězdice, paměťové hvězdice, konec cca 18:00

Sobota: sraz v 8:30 na Staré Osadě – autobus IDS 201 odjíždí v 8:45

dopolední trénink – Březina – linie + krátké postupy

oběd – Křtiny – hostinec U Farlíků

odpolední trénink – Březina – COB s chybějící kontrolou

návrat – autobus IDS 201 – Březina 16:24 – Brno, Stará Osada 16:48

Neděle: sraz v 9:00 na Rosničce

dopolední trénink – vyřazovací sprint + mapová teorie

oběd – Rosnička

konec cca 12.30

## Soustředění Mílovy – Žactvo

Datum:	1. – 3. května 2015			
Cena:	1 100,- Kč (doprava, ubytování, jídlo, mapy)			
Doprava:	zvláštním autobusem			
Jídlo:	od pátečního oběda do nedělního oběda — máme snídaně, obědy i večeře.			
Ubytování:	penzion Poslední míle (Mílovy). Spí se na postelích. <a href="http://penzionposlednimile.cz/">http://penzionposlednimile.cz/</a>			
Tréninky:	na mapách v okolí Mílov.			
Odjezd:	pátek 1. května v 8:30 od Bohémy (sraz 8:15).			
Příjezd:	v neděli odpoledne okolo 15: 00.			
Přihlášky:	do 12. dubna 2015 přes členskou sekci nebo Zhustovi. Kapacita 40 osob.			
Poznámky:	nezapomeňte si vzít světla na noční OB, SI čip.			
Tréninky:	pátek	dopoledne	–	krátké postupy
		odpoledne	–	okruhy
		večer	–	noční OB
	sobota	dopoledne	–	COB
		odpoledne	–	hvězdice
	neděle	dopoledne	–	štafety

## Soustředění Staré Město – dorost+

Datum:	1. – 3. května 2015			
Cena:	800,- Kč – reprezentanti, licence A, E + žáci			
	1 000,- Kč – ostatní ZBM			
	1 100,- Kč – ostatní			
Doprava:	osobními auty			
Jídlo:	od pátečního oběda do nedělního oběda, máme snídaně, obědy i večeře.			
Ubytování:	chata Junior (Kunčice). Spí se na postelích. <a href="http://chatajunior.cz/">http://chatajunior.cz/</a>			
Tréninky:	na mapách okolo Kunčické hory.			
Odjezd:	pátek 1. května v 8:00 od Bohémy.			
Příjezd:	v neděli odpoledne okolo 18: 00.			
Přihlášky:	do 12. dubna 2015 přes členskou sekci nebo Zhustovi. Kapacita 25 osob.			
Poznámky:	nezapomeňte si vzít světla na noční OB, SI čip.			
Tréninky:	pátek	dopoledne	–	linie, krátké postupy, had
		odpoledne	–	okruhy

# Rozpis tréninků od 31. března 2014

Den	Doba	Skupina	Typ tréninku	Místo
Pondělí	16:30 – 18:00	dorost +	běžecký	Žabovřesky – Rosnička
Úterý	17:00 – 18:30	žáci	běžecký	atletická dráha ZŠ Horní
	17:00 – 18:30	dorost +	běžecký	atletická dráha ZŠ Horní
Středa	16:15 – 18:00	výpravy za OB	výpravy za OB	okolí Brna – viz rozpisy
	16:15 – 18:00	pulci	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
	16:15 – 18:00	žáci	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
	16:30 – 18:30	dorost +	mapový	okolí Brna – viz rozpisy
Čtvrtek	14:30 – 15:30	začátečníci	tělocvična, hřiště	tělocvična ZŠ Kotlářská
	16:00 – 17:30	všichni	běžecký – dráha	Žabovřesky – Rosnička
	19:30 – 21:00	dospělí +	volejbal	tělocvična ZŠ Kotlářská
Pátek	16:00 – 21:00	dorost +	noční mapový	okolí Brna (osobními auty)
	18:00 – 20:00	dospělí +	florball	tělocvična ZŠ Kotlářská
Sobota	–	všichni	závody OB	–
Neděle	–	všichni	závody OB	–



POLARIS — PROSINEC 2014 — ROČNÍK XVII. — #141

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)