

POLARIS 2-2020

Časopis orientačních běžců klubu SK Žabovřesky



Fotka z obálky:

Jáchym Coufal –TT Lukov 24. 5. 2020

S podnadvpisem:

Trailtour speciál

Úvodem

Nevíte, co je to Trailtour (zkráceně TT)? Tak to musíte žít pod kamenem. Každý žabiňák, už se o tom určitě doslechl. Jedná se o etapový závod, který můžete běžet, kdy se vám zachce, stačí mít hodinky a umět si je vyčíst. Za každou etapu se vám započítají nějaké bodíky a s těmi pak můžete soutěžit o ceny a prestiž jako jednotlivci nebo tým. Jestli vám to ještě necvaklo, snažíme se tu týmovou soutěž letos vyhrát na plné čáře, když nám to vloni o pár bodíků nevyšlo. Více si přečtete na oficiálních stránkách: <http://www.trailtour.cz/2020/>

Stále jsme ale orientáči a trénujeme a běháme i na mapách, takže na konci čísla jsou i články o Jihomoravských letních ligách. Snad se tím nějak prokoušete a neunudíte se při tom.

Klárka



Tvář z obálky

Ahoj Jáchyme, máme tvoji fotku z trailtour. Není to sice nějaký zázrak tě na tt potkat, ale moc v oblíbě je nemáš že? Ahoj, je pravdou, že na to, jak trailtour úplně nemusím, tak ji běhám poměrně často (i když ne tolik jako ostatní). Co se mi vlastně na trailtour nelíbí? Dle mého názoru se to příliš blíží atletice. Celý rok si dělám ve škole z atletů srandu, že jedou přes půlku republiky, aby běželi nějakých 400 metrů na ošklivé dráze a teď bych něco podobného měl dělat i já. Další věc, která mi vadí, je ta, že každý týden musím běžet více jak 15 kilometrů v kuse rychle. I když někteří budou tvrdit opak, že mě nikdo do toho nenuť (abych běžel rychle), není to tak zcela pravda. Nikdo vám nevyčte, že jste běželi pomalu, ale všichni mají pocit, že bys měl do oběhnutí tratě dát co nejvíc. Řekli byste, že když mi to "tolik" vadí, tak ať tam nejedím? To je sice pěkná idea, ale bohužel trailtour je někdy jediná společná aktivita, kterou oddíl nabízí a nikdo neběhá rád sám. Naštěstí se zdá, že ono šílenství, kdy všichni musí běhat trailtour a nejlépe naplno trochu opadá a začínají se z toho stávat příjemné vytrvalosti.

Co říkáš na změnu tréninkového plánu? A na změnu posilovací části přípravy?

Změna tréninkového plánu mě velmi překvapila hlavně tím, že přišla z ničeho nic. Proti zavedení posilovací části nic nemám, určitě to bude mít nějaké pozitivní následky na naše

těla 😊. Bohužel všechny posilovací tréninky jsou na Kampusu, což mám trochu z ruky, ale co, přece mám skoro prázdniny a času spoustu.

Jaké máš plány do podzimní sezóny, na co se nejvíc těšíš/netěšíš? V plánu je běhat co nejlíp a obhájit zlato na MČR Štafet.

Taky se ti za dobu přípravy tohoto Polarisu podařilo disknout 2 závody, jestli se nemýlím. Jak se to stane? Slovy klasika "zkontroloval jsem si všechny kódy až na ten jeden" = 1. Disk, u druhého jsem si těsně před cílem špatně složil mapu a nevšiml jsem si, že je zde kontrola navíc.

Jsi taky jeden ze správců oddílového instagramu. Co bys chtěl nějak vychytat nebo zlepšit? Rozhodně nesouhlasím se změnou loga a jinak se mi zdá, že není žádný výrazný problém (pokud vy byste měli nějaké připomínky/nápady neváhejte nám napsat)

A kdo si myslíš, že je nejoblíbenější dorostenec? Bohužel jsem nebyl na soustředění ve Slovinsku, kde tento problém vznikl, takže nemůžu určit.

Trailtour z pohledu našich sběračů bodíků

Rozhodli jsme se všechny, co v době výroby tohoto článku měli více než 700b, poprosit o odpovědi na tyto 3 otázky:

1. Proč běháš trailtour/Proč bych měl začít běhat trailtour?

Ondra Hlaváč:

Trailtour běhám, protože to mám prostě rád. Objevovat krásná místa v naší republice, občas si trochu hrábnout, užít si to s kamarádama, mít radost z každého bodíku, případně i korunky, cítit obrovskou energii a vzájemnou podporu v rámci Žabin, mít motivaci k tréninku, nebo jen ten pocit, když si to vyklikáš – to jsou asi ty věci, který se mi na TT líbí.

Víťa Auermüller:

TT běhám, protože mě baví závodit a můžu přitom vyrazit, kdy se mi zachce. Líbí se mi ta rozmanitost terénů, kdy si můžu vyzkoušet jak sprint, tak pěknou kopcovitou vytrvalost, a zjistím při tom, jaké mám svoje limity. Když taky vidím, jak se Žabiny snaží vyhrát, taky chci přispět svojí trochou do mlýna :o). Začínat s TT ale moc nedoporučuji, je to silně návykové a prakticky pořád mě z toho slušně bolejí nohy.

Andrea Firešová:

Proč běhám TT? Pro mě na 1. místě je klubová soutěž. Kdyby loni v létě nepřišla výzva od Danáče a Dagmar, zapojit se do soutěže jako oddíl, tak by mě nenapadlo se účastnit. Brzy mě to začalo opravdu bavit nejen jako sběr bodíků pro Žabiny, ale také díky poznávání nových míst. Trasy bývají pěkné a stojí za to si na ně vyjet. Jako další pozitivum vidím to, že mě TT nutí běžet o něco rychleji, než je mé obvyklé veteránské tempo a myslím, že mám díky tomu o něco více natrénováno.

Tomáš Híkl:

TrailTour běhám z několika důvodů. Jednak mě to neskutečně baví, podívám



se na nová místa, a navíc můžu přispět Žabinám v klubové soutěži. Když jsem loni po zranění neběžel klasiku, říkal jsem si, jak čas na shromaždišti využít. Zajel jsem si proto do Liberce na kratší TT a tam mě to chytlo. Začali jsme si s Natálkou cestou ze závodů dělat zajíždky, abychom vždy zajeli na nějakou TT a v druhé polovině října do toho šli naplno a začali toho objíždět co nejvíc. Samozřejmě s dětma to není jednoduchý, takže je vždy potřeba je nějak zabavit a vymyslet jim program. Letos už do toho taky bušíme a doufáme, že se Žabinám podaří minimálně obhájit loňskou příčku, ideálně ji vylepšit :-).

Standa Mokrý:

Pro zážitky. Pro objevování nových krásných míst. Pro neobvyklé trasy známými místy. Pokud se letos dostanu na Slovensko, tak pro trochu punku, ryzí divočiny, ryzího romantismu a možná i nějaký ten spárovaný segment. Kdo sleduje TT facebook, jistě ví. Pokud se letos dostanu na Slovensko, tak i pro závodní proběhnutí po vrcholcích Tater. A když ne, tak aspoň pro závodní proběhnutí po vrcholcích Bílých Karpat, Jeseníků, Novohradských hor, Šumavy, Krkonoš a všech dalších koutů naší republiky. A hlavně pro Žabiny a jejich BODÍKY!!!

Natálka Hiklová:

Loni se nám TT tak zalíbila, že účast v letošním ročníku byla jasná volba. Tím spíš, když to s letošní sezonou dopadlo tak, jak dopadlo. Do podzimu je času dost, tak můžeme v klidu jezdit na TTčka. Letos mám v plánu objet co nejvíc etap a současně se podívat na nová místa, kde jsem ještě nikdy nebyla.

Zuzka Hendrychová:

Trailtour je v dnešní době, kdy nám vir hodil vidle do jarní sezony, dobrá možnost jak si zaběhat a trochu se porovnat s ostatními. Jsou to nejen krásné trasy, ale můžete se i porovnat s ostatními. TT je možnost objevu krásných tras a míst po celé republice. Klubová soutěž tomu dává ještě další rozměr. Nejste v tom sami, ale bojujete za body jak pro sebe, tak pro celý tým.

Aleš Finstrle:

Protože mě běhání baví a беру to taky trochu jako výlet, že se podívám na místa, kam bych se asi jinak nedostal. Dále je to u mě i o tom tajemném společném duchu a soutěži klubů. Velice se mi na tom líbí atmosféra kolem a vzájemné povzbuzování nejen a na Messengeru.

Ota Hirš:

Je to pro mě především způsob, jak v době chybějících závodů odpočinout od rutinního tréninku. Neběhám skoro žádné TT na maximum, vzhledem k nastavení zisku bodů za etapy to ani není potřeba, a díky tomu se z delší TT stane vytrvalost, z kratší zase tempový trénink a ve výsledku běhám často s partou kamarádů v zajímavých terénech. V koronadobě skvělá výmluva vypadnout z domu a potkat se s partou žabiňáků. Pak je tu ještě samozřejmě ješitnost. Bodíky za každou etapu se započítávají do celkového pořadí a vidět SK Žabovřesky Brno na první příčce hřeje u srdíčka.

Maky Firešová:

Trailtour běhám proto, že mi to přijde jako super příležitost si trochu závodit, obzvlášť v této době, kdy mě nic jiného moc nedonutí trochu zrychlit. Taky se člověk dostane na nová a většinou zajímavá místa. Navíc se mi moc líbí atmosféra v týmu, a to, že máme společný cíl, tak do toho pojďte taky. Čím víc nás bude, tím to bude větší sranda a větší šance na výhru.

Pavel Brlica:

Trailtour běhám, protože rád poznávám nová místa, a to nejradši v běhu!

Proč bys měl i ty běhat TT? Protože si zvolíš takové tempo, jaké se ti zrovna hodí a na které máš! Můžeš se kochat a pojmout to jako vytrvalost, poctivý tempový trénink anebo se zkusit porovnat s těmi nejlepšími a zjistit, na čem je třeba ještě zapracovat. A samozřejmě tím přidáš bodíčky nejen sobě, ale i našemu TT týmu! Takže hurá do toho!

Terka Odehnalová:

Trailtour běhám z více důvodů. Myslím si, že je to super příležitost, jak se podívat na spoustu zajímavých míst, který neznám a ani by mě nenapadlo tam jet, nebo naopak na místa, na který jsem se chtěla vždycky podívat a zatím nebyla příležitost. Jako třeba Babí lom, kde jsem nebyla nikdy a teď vím, že jsem tam rozhodně nebyla naposledy. Zároveň to může být motivace k tréninku, kterej člověk může absolvovat ve skupině, ale klidně i o samotě, a stejně tak přispěje svýma bodíkama do týmové soutěže. A jako bonus dostane od ostatních srdíčko na messengeru a kudos na stravě, co víc si přát :).

Gabča Hiršová:

Na trailtour se mi asi nejvíc líbí poznávání různých míst po celé naší republice. Taky mě to lehce donutí běžet v tempu, do kterého bych se jinak musela víc přemlouvat. Spolu s nějakou společností to jde nakonec samo.

2. Jaká trailtour se ti líbila nejvíce líbila/jakou trailtour bys doporučil/a ostatním?

Ondra Hlaváč:

Fakt jsem si užil Babí lom, hlavně ta část po hřebeni, to bylo žůžo. Mezi highlighty bych zařadil určitě i Jeseníky s parádníma hřebenama a výhledama nebo Milovy s technickejšma pasážema po červené. Ale jako moc jsem toho zatím neoběhal, věřím, že na mě čekají ještě nějaký hezčí etapy :)

Víťa Auermüller:

Nejvíce se mi asi zatím líbila etapa 42 -Milovy, byla pěkně technická v krásném prostředí, a tak akorát dlouhá. Ještě mi hodně etap zbývá, těším se například na ty v Hostýnských vrších.



Andrea Firešová:

Na tuto otázku se mi špatně odpovídá, protože se mi líbily téměř všechny. Nemám ráda jen úplné roviny, kdy člověk vidí kilometry před sebe. Ráda vyrazím na etapu někam do hor, ale loni jsem byla díky TT poprvé v pražské Šárce a musím říct, že to tam ti Pražáci taky mají pěkné. Stručně řečeno, všem bych doporučila oběhnout co nejvíce etap.

Tomáš Híkl:

Těžko říct. Hodně pěkný to bylo letos ve Znojmě, líbilo se mi i na Lopeníku a konec konců i kolem Kutné Hory to nebylo špatný. Ale tam to asi bylo způsobeno i dost nízkým očekáváním po přečtení některých ohlasů. Nakonec se mi to tam nezdálo tak hrozný. A každopádně bych si chtěl letos oběhnout trasu v Rychlebech. Ta bude určitě bolet, ale věřím, že to bude stát za to.



Standa Mokrý:

Zatím nejhezčí byl myslím Velký Lopeník (#34). I když to byl opravdu silný zážitek. Ale to není etapa pro každého. Pro méně horské povahy můžu doporučit určitě Šárku (#37) - příjemně krátký a příjemně pestrý trailík v kousku divočiny na samém okraji Prahy.

Natálka Hiklová:

Moc se těším na Králický Sněžník, do Českého Ráje a obecně etapy v horách bývají moc hezké. Zatím jsme toho letos ještě moc neodběhli, nejvíc se mi líbil Blaník, Lopeník a taky ve Znojmě.

Zuzka Hendrychová:

Z dosud oběhaných TT se mi nejvíce líbila trasa u nás v Podkrkonoší na Kuksu. Část této trasy už jsem běžela v rámci maratonu Podkrkonoším, který vedl i přes Les království, kde byla jedna etapa loni. Těším se i na etapy na Horních Mísečkách, a i na ten dlouhý přeběh Rychlebek, i když věřím, že to bude hooodně bolet

Aleš Finstrle:

Těžko říct, protože ještě nemám oběhnuté všechny. Z těch, co jsem zatím běžel, se mi taky těžko vybírá, protože každá etapa má něco do sebe. Raní proběhnutí na Hádech za sluníčka bylo super, ponurá atmosféra s oparem po dešti na Lopeníku, týmový duch v Lukově, vražedný závěrečný výběh v Konraticích, nádherné výhledy na Slapy, udivené pohledy turistů na Blaníku, a tak bych mohl pokračovat...

Ota Hirš:

Mým favoritem, možná lehce nudným, je TrailTour #44 Hamr na Jezeře. Žádný asfalt, málo převýšení, celá trasa vede lesem, co víc si přát.

Zmínit si určitě zaslouží i kopeček Lovoš kousek od Ústí nad Labem, tedy TT č. 1. Je to sice 300 m převýšení na 3 km, ale kromě mírné krize uprostřed trati si trasa po celou dobu zachovává běhatelný sklon, a i když budete na konci výběhu cítit, jak

stehnama potíte laktát, tak ty výhledy nahoře na špičaté kopečky jsou prostě k nezaplacení.

Takovým bonusem je ještě 400 m sprintík TT#45 v pražské Hostivaři, který má tři přednosti. 🏆. Velmi zvláštní pocit malátnosti spojený s odlehčením hlavy a horních končetin. A taky je to krátký, takže se v Praze nemusíte zdržet dlouho.

Maky Firešová:

Určitě bych doporučila všechny brněnské etapy, ty by mohl zvládnout každý. Opravdu se mi líbily.

Pavel Brlica:

Z letošního ročníku se mi zatím hodně líbila etapa na Hádech i v Kohoutovicích, které jsou krátké, svižné a po pěšinkách. Dále pak TT v Novohradských horách, která je sice hodně náročná, ale trail okolo Vysoké je parádní. No a ani některé pražské etapy nebyly vůbec špatné! Namátkou třeba Petřín, Šárka nebo Všenory.

Terka Odehnalová:

Nejvíce se mi líbily loňský trailtour na Slovensku, a to Pustej hrad, Muráňská planina a Červená studňa. Takže až budete mít cestu kolem, tak se neváhejte vydat na skvělé traily a pokochejte se krásnýma výhledama. Z těch letošních ale musím doporučit samozřejmě domácí etapu v Kohoutovicích.

Gabča Hiršová:

Nejvíce se mi zatím líbily etapy v Ralsku a na Křivoklátsku, obě bez větších kopců a hlavně (skoro) bez asfaltu. Dál doporučuju Šumavu. Tam je sice na jednom TTčku asfaltu až příliš (všude), ale jinak je to tam parádní a docela neznámý, protože se tam skrz orientáček moc nedostaneme.

3. Zábavný moment v souvislosti s Trailtour o který by ses chtěl/a podělit?

Ondra Hlaváč:

Nikdy nezapomenu na svojí první trailtour na Stránské skále, kterou jsem šel s Vláďou. Protože byla celkem krátká, šel jsem ji třikrát jako intervaly. Čas jsem měl dobřej, byl jsem spoko. Jenže cestou domů jsem zjistil, že si to Vláďa blbě načetl a já to šel třikrát v protisměru :D. No co, alepsoň to byl dobřej trénink. Musel jsem tam jet znovu, tohle si člověk nevykliká :(.

Andrea Firešová:

Byl to spíše zábavný měsíc než zábavný moment. Loňský říjen je myslím nezapomenutelným zážitkem pro všechny, kteří se nechali strhnout do závěrečného souboje o prvenství v soutěži. Sledovat, jak Natálka s Tomem křižují republikou od jednoho TT k druhému, Lenka oběhla Veverí v kozačkách, Miloš v posledním dni dal 6 etap, a i ostatní neuvěřitelně makali ještě poslední večer s čelovkami. To domlouvání se, kdo kam jede a koho svez, ať je nás víc, ...o tom by se dalo napsat mnoho stran. A nejen na naší straně byly veselé historky, ale i u soupeřů z Kamenice, se kterými jsme se na etapách potkávali, společně se zasmáli a popřáli si štěstí. Letos se díky karanténě stala TT ideální soutěží, do které se zapojilo mnohem více běžců a klubů než loni. Vypadá to zase na velký souboj. Tak

neváhejte, plánujte prázdniny v blízkosti pěkných etap a užijte si krásné léto s TrailTour!

Tomáš Hikl:

Loni jsme byli na dvojité TT ve Zlíně. Na krátké na nás děti čekaly na startu/cíli, ale ve Všemíně se nám moc nechtělo je tak dlouho nechávat bůh ví kde. Nakonec jsme je poslali do kina a vyšlo to pěkně i s cestou. Super byl taky loňský závěr. Vyjeli jsme předposlední den do Prahy s tím, že tam za dva dny odběhneme čtyři zbylé etapy a cestou zpět sebereme Seč. Jenže když jsme viděli, jak je to s Kamenicí natěsno, změnila jsme plány a hledali narychlo, kam ještě zajet. Nakonec jsme přidali ještě dvě etapy, mně poslední den docházely věci na převlečení a auto vzadu připomínalo dost smetiště:-) Každopádně i když jsme o fous nevyhráli, stálo to zato a letos se budeme snažit zase o co nejvíc etap!

Natálka Hiklová:

Doma máme mapu s etapama a škrtneme si, co už máme odběhnuto. Děti by si strašně přály, abychom jeli někam daleko na celý den, třeba do Sokolova nebo na Pancíř, aby zůstaly doma samy a nemusely se učit. Na krátké etapy je bereme s sebou a po odběhnutí chodíme na výlet. Loni dokonce samy odběhly jednu etapu na Stránské skále jako morální podpora v klubové soutěži a letos už plánujeme, že poběží nejkratší TTčko ve Frenštátu kolem skokanského můstku.

Zuzka Hendrychová:

Veselým momentem bylo, když jsme asi v půlce května jeli na TT do Mikulčic. Tehdy byl nejlepším ženským časem čas Kateřiny Grycové kolem 53 minut a já jsem prohlásila, že se nepotřebuju honit s nějakýma dvacítkama. Předběhla jsem ji o 3 minuty a kousek. 11 km dráha v přírodě a taky nejrychlejších 11 km, co jsem kdy zaběhla a nejspíše už nezaběhnu. Inu občas se zadaří.



Aleš Finstrle:

První kopec v Lukově – na Shakespearovo téma – mám zamčené auto, nebo nemám, ... a tak se raději v rámci tréninku vrátím k autu. Zjistím, že bylo zamčené. Znovu nahodím hodinky a peloton žabiňáků už je v sakru, a tak si v klidu běžím sám, třeba někoho doběhnu.

Ota Hirš:

Více než zábavných momentů přináší TT mnoho zážitků. Nespočet poctivě zasloužených výhledů, hejtění asfaltu v Jičíně, povzbuzování od babiček při výběhu na Lovoš, 13min zastávka na TT v Olomouci, pokecání s hobíky na FB, prozkoumávání složení kamenité půdy při návratu od Hádů, večerní superstar u táboráku, ...

Maky Firešová:

Žádnou vtipnou historku asi zatím nemám, ale zábava je každý výjezd s fajn partou. Třeba když jsme loni na konci října s #bpdI honili bodíky na Slovensku, sice jsme málem umřeli, ale stálo to za to a moc jsme si to užili.

Pavel Brlica:

TT sama o sobě je plná zábavných momentů :-). Loni to bylo soutěžení s Kamenicí poslední týdny soutěže, letos zatím vede parádní TT víkend v Praze spojený s tábořením u Berounky v našem novém oddílovém tunelu. Navíc ve Všenorech je přes Berounku most, který se prý umí roztáhnout o 1,7 metru při teplotě 20 °C :-)

Terka Odehnalová:

Zábavný moment nastal ve chvíli, kdy jsem o víkendu přijela na Milovy s představou, že v lese potkám maximálně pár turistů. Jenomže se zrovna přesně na startu TT běžel závod Běhej lesy. Naštěstí jsem se trefila mezi dvě startovní vlny a většinu trasy si užila o samotě. Jen jsem trochu mátl pořadatele, kteří mě buď obviňovali z toho, že si to zkracuju lesem, anebo mi vehementně ukazovali kudy prostě musím běžet. Na závěr se mi povedlo při seběhu z Devíti skal stáhnout pár závodníků až na louku ke Křižánkám, moc se jim to nelíbilo, zatím ještě neví, co je dobrý.

Gabča Hiršová:

Žádný zábavný moment mě nenapadá. Musím však říct, že se mi dost líbily vícedenní výjezdy (Praha ve větší skupině a Šumava s Mildou), pak má to běhání takovou víc zážitkovou atmosféru.

První JLL

A je to tady!!! První závody po karanténním "odpočinku". Dopoledne byl závod pro veterány a žáky a byl jen pro 90 lidí, odpoledne pak do lesa vyrazili dorostenci a dospělí také v celkovém počtu 90 lidí. Na shromaždišti panovala poklidná nálada a všichni se těšili na svůj start. Zavítali jsme na Babu, takže cesta na start vedla do kopce, ale nikoho to neodradilo. V lese byla vysoká tráva a kontroly poschovávané v jámách, takže dobré odběhnutí a azimut byly první krokem k úspěšnému nalezení kontroly. Běhalo se z údolíčka do údolíčka, takže se projevilo, jak kdo trénoval. Všichni se určitě těší na další závody!!

Eliška Tomanová

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5938> – žáci a veteráni
<https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5939> – dospělí a dorost

Druhá JLL

Dne 23. 5. se konala 2. Jihomoravská letní liga žactva a veteránů v Komíně. Na tento závod přišlo a vzhledem k tomu, že start byl daleko, využil jsem možnosti dojít na start z Medláněk. Běžela se krátká trať, mně se moc líbila, až na to, že byl les poměrně zarostlý. Závod se běžel na Palackého vrchu a na Kozí horce.

Tomáš Urbánek

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5950> – dorost a dospělí
<https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5949> – žactvo a veteráni

Třetí JLL

Tak jsem se na O-news dočetla, že ačkoliv jsou oficiální závody do konce června zrušeny, je možnost si aspoň symbolicky zazávodit i v naší oblasti. Přepínám tedy v orisu z „Pouze oficiální závody“ na „Všechny závody“ a zjišťuji, že o víkendu se koná už 3. Jihomoravská letní liga a zrovna hned v doběhové vzdálenosti od domu. Bez váhání píši Drbčovi mail a už se těším na sobotu, že se konečně proběhnu na mapě. Ráno ještě studuji pokyny, které mají jiný charakter než obvykle: Takže s rouškou na shromaždiště pro číslo, aby byla jistota, že nás nebude více než 300, do koridoru s rouškou, tu odhodit na startu a po doběhu se dlouho nezdržovat a pokud možno, co nejdříve opustit shromaždiště... Tak snad vše nastudováno a můžu vyrazit. Rezervu si nenechávám velkou, abych to dle pokynů zvládla za co nejkratší dobu, a tak už se z rozklusu stává tempový běh. Naštěstí vše stíhám a před startem jsem připravena vstoupit v roušce do koridoru dle pokynů. Aha, tak jsem v roušce skoro jediná (alespoň okolo mého startovního času) a ten koš na odhození roušky, který měl být až při odběru mapy, je už před koridorem. Narychlo se tedy zbavuji roušky už před vstupem do koridoru a doufám, že neporušuji žádné aktuální nařízení. Než se vzpomenu, tak už odebírám mapu a vydávám se na trať. Jelikož se jedná o můj tréninkový les, začátek trati mám spíš jako paměťák, ale pak už přichází zajímavé volby. Velké obíhačky nebo přes prudké kopce? V rámci tréninku volím hodně voleb rovně a na 9. kontrole mi i díky svižnému rozklusu začínají docházet síly. Ale nevzdávám to a zhruba po hodině dobíhám do cíle. Hned v cíli mě vítá nápis „Nasad' roušku!“. Jenže já se té své zbavila na startu. Naštěstí (těsně mimo shromaždiště, aby nenarušili limit 300) odchyťávám své dva fanoušky a jdu si v roušce vyčíst čip a honem pryč ze shromaždiště. Pro mě rozhodně kvalitní trénink a příjemné proběhnutí. Jdu si tedy zase přepnout v orisu, abych zjistila, kam se vydat příště...

Marky Tesařová

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5977>

Čtvrtá JLL

Další závod Jihomoravské letní ligy připravil oddíl TJ Spartak 1. Brněnská na mapě Babka nedaleko obce Moravec. Pohled na starou mapu mě lehce pobavil, protože zmapovaný les je velmi malý a bylo jasné, že tratě se podívají do všech koutů tohoto lesíka.

Podle pokynů byla naše trať rozdělena na dvě části, aby se trati zachovala čitelnost. Takže když jsem se přesunul na druhou mapu, měl jsem pocit, že neběžím závod na krátké trati, ale spíš nějaké tréninkové hagaby s intervalovým startem, když jsem se vracel do stejných částí lesa. Ačkoliv správné, ale spíš přehnané mi přišlo vykrajování koleček kontrol z důvodu objektů schovaných pod tiskem kolečka, které některé postupy vůbec neusnadnilo, spíš jsem si pak té kontroly vůbec nevšimnul, když bylo asi 70% kolečka pryč.

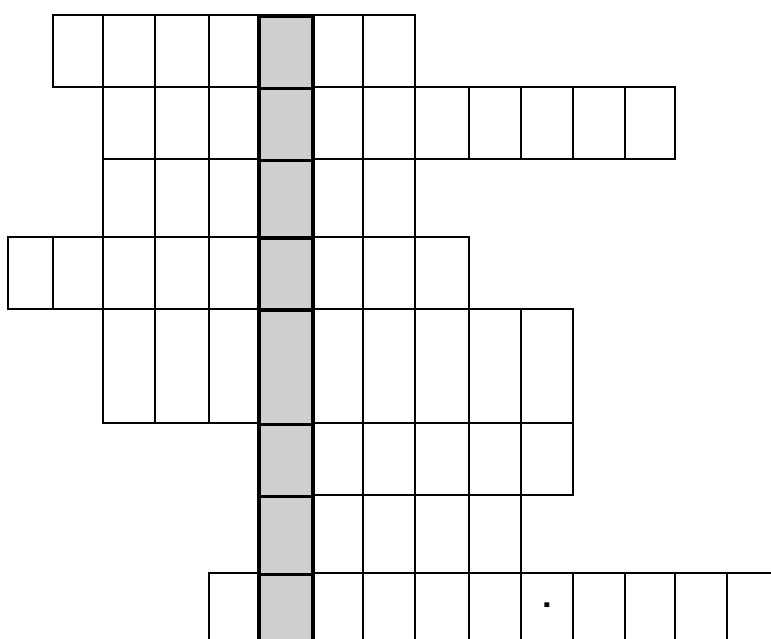
Osobně se mi závod docela povedl. Udělal jsem dvě menší mapové chyby, to už je tak nějak zvykem. Fyzicky to ušlo, ale celou dobu jsem bojoval s naraženými žebry, která se mi povedla narazit pádem do bažiny na souboji TSM v Čachnově a



s naraženým kolenem, které jsem si pro změnu narazil v MHD, když jsem si chtěl sednout. Šikula. Tak to snad brzy přebolí a příště to bude zase o něco lepší.

Jinak ačkoliv byla mapa malá, terén byl výrazně lepší, než co skýtá většina těch brněnských. Takže doufám, že se tam ještě někdy na nějakém tréninku podívám.

A protože jste to dočetli až sem, vytvořil jsem pro vás za odměnu lušťovku, kterou si můžete pro zábavu vyluštit. Starší by mohli zvládnout všechny odpovědi bez pomoci, ti mladší asi budou alespoň na dvě odpovědi potřebovat využít internetů (nebo rad starších). Za vyřešení nic nedostanete, ale může vás hrát dobrý pocit, že toho víte o oddílu alespoň trochu.



název tohoto časopisu

areál pevných kontrol

U které přehrady budeme letos pořádat MČR?

MČR na dlouhé trati 2008

běžecký seriál, ve kterém ZBM skončilo loni na 2. místě

ZBM mapa (2009)

správce areálů pevných kontrol (příjmení)

oddílové stránky

A přeji vám, aby se vám v podzimní (hlavní) části sezóny dařilo, kontroly na čip naskakovaly jako po másle a nezapomeňte razit cílové kontroly!

Just focus on you bro.

Saša Jordanov



Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5987>

Pátá JLL

Na mapě bylo napsané 5. závod už minule, tak pomalu nevím, čemu mám věřit. 13. června se mnou opět z rodiny nikdo na závody nejel. I v kategorii nás tentokrát bylo překvapivě málo. Začínalo to skvěle, neboť jsme v Uhřicích vyrazili opačným směrem, než byl vstup na shromaždiště. Po zapojení všech našich orientačních smyslů a nesmyslů jsme si dokonce zabrali nejlepší místo ve stínu. No, možná vlastně nejlepší nebylo, kromě nás se zde usadilo mnoho nejen žlutých mravenců a pár expertů si šláplo na včelu.

Samotný závod bohužel moc kouzelně nezačal, přestože jsem začala v kouzelný čas 10:10. Pásky kolem včelínu mě dost rozhodily, ani jsem chvíli nevěděla, po jaké to běžím cestě. Pak jsem zkazila dohledávku pětiky a kopec na naši sedmičku nepotěšil. Co ovšem nejvíce znepríjemnilo celou akci, bylo to strašné vedro. Všichni jsme litovali, že bazény jsou bez vody. Tedy možná až na Verunku, která běžela v dlouhém rukávu.

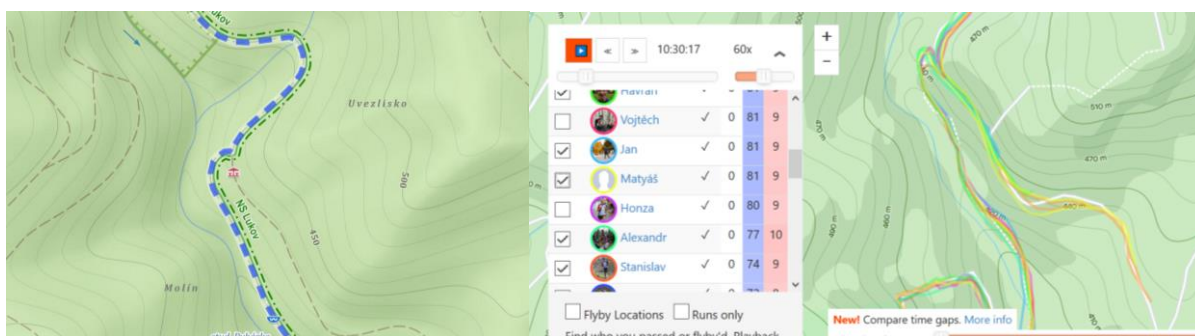
Po závodě jsem s Pavlem probrala mapu a konečně po delší době zas pokecala s ostatními, co se dříve na závodech neukázali. Stále mi je záhadou, proč tam tolik lidí zůstalo tak dlouho, neboť vyhlášení nebylo. My, jak jsme si to uvědomili, tak jsme se sbalili, rozloučili a vyrazili zas domů. Cestou jsme se už jen smáli nesmyslným reklamám rádia Krokodýl a byli vděční za klimatizaci v autě.

Magda Barnatová

Výsledky: <https://oris.orientacnisporty.cz/Vysledky?id=5994>

Chyba čísla

Nějak nebylo z čeho vybírat, tak jsme ani nedělali anketu na Instagramu a za vás jsme tematicky vybrali chybu na TT. Na společném výjezdu v Lukově, totiž předběhl zelenou odbočku skoro každý. Tentokrát to není moc k smíchu, ale zas pro těch pár bodíků nebrečte.



Mělo se běžet jako na obrázku vlevo, většina ale běžela dál rovně po neznačené cestě.

Závěrem

Jestli jste se dostali až sem, tak si toho velmi ceníme. Doufáme, že chápete některé změny (jako výsledky ve formě odkazů). Děkujeme ještě jednou všem, kteří se podíleli na tvorbě anebo nám napsali mail s připomínkami.

Pokud byste se rádi podíleli nebo nám třeba jen chtěli poděkovat, vynadat, pište a posílejte cokoliv (i drby) na polaris.zabiny@gmail.com. Sháníme také fotografie a adepty na rozhovory :D.

Obsah

Úvodem	2
Tvář z obálky	2
TrailTour rozhovory	3
První JLL	9
Druhá JLL	9
Třetí JLL	9
Čtvrtá JLL	10
Pátá JLL	11
Chyba čísla	12
Závěrem	13



Autoři:

Klárka, Jáchym, Ondra, Víťa, Ota, Andrea, Aleš, Terka, Maky F., Marky T., Magda, Tom H., Natálka H., Tom U., Saša, Eliška, Zuzka, Pavel, Standa, Vojta

XXII. ročník

#176