

ROČENKA 2010





Milí přátelé,

dnes, kdy se nemohu tolik aktivně věnovat našemu klubu, se o to víc těším z vašich úspěchů, ale i rmoutím z nezdarů.

Mistrovský titul v družstvech dospělých je ten nejcennější. I dalších – titul ve štafetách mužů, medaile jednotlivců – si považují. Neméně obdivuji hospodářskou soběstačnost klubu i úspěšné pořádání závodů. Neuspokojivá je však účast na trenérské činnosti s mládeží. Dospělí vědí co chtějí a jak toho dosáhnout. Dorost v době dospívání potřebuje trenéra nejmíc. A má jen Ilonu – chlapi nic. Se staršími žáky běhá Vašek a tak jedinou radost mám z houfu dětí Marcely. Pilně chodí i díky rodičům. Doufám, že budou chodit i na závody společně s rodiči. S příchodem svobody se nabídla možnost si polepšit ekonomicky a tak jsme přišli o dva dobré trenéry. Ládu Běhounka a Vláu Prášila. S příspěvím dalších – bohužel ne soustavných – jsme to zvládli. Naopak naše schopná mládež se rychle orientovala v nové době a Petr Baldrian a postupně další zajišťovali závody a tím ekonomickou existenci. Čas pro práci s mládeží však není? Mládež chce sportovat a zde jim musí pomoci trenér. Tři věci mládež potřebuje:

- podporu rodičů (hlavně v útlém věku) i spoluúčast na závodech*
- prostředí v kterém by sportovala (nemyslím jen les a tělocvičnu, ale i kamarády, mezi nimi poroste – nejen sportovně)*
- trenéra, který jim to umožní (společné tréninky, závody)*

Mladý člověk pak od trenéra očekává:

- zájem o něj osobně (o výsledky a otevřené, přátelské jednání)*
- pravidelnou účast na trénincích – neúčast omlouvá jen sobě*
- příklad – nejen charakterový, ale i výkonnostní. Nevidí, že si trenér dokazuje, že stačí ještě mladším, ale chce ho vidět na bedně v jeho kategorii.*

Vy, příští trenéři uvažte kolik času můžete mládeži věnovat a tím i svým dětem. Pro jednoho je to těžko uskutečnitelné. Bude-li vás víc, půjde to. Na příkladu trenérů z Kamenice i naší trenérky Marcely Šrútové je vidět, že lze spojit starosti o hmotné zajištění s potěšením z aktivního trénování mládeže.

K tomu vám přeji chuť a zdraví

trenér Ríša

Počet členů podle věkových skupin

Rok	dospělí		dorost		žactvo		celkem
	muži	ženy	hoši	dívky	hoši	dívky	
2008	72	49	13	20	20	15	189
2009	62	46	7	12	17	16	160
2010	61	44	4	7	15	10	141

Počet medailových umístění v roce 2010

	jednodenní závody			vícedenní závody			celkem		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
žactvo	52	27	44	4	3	2	56	30	46
dorost	14	15	17	2	1	0	16	16	17
dospělí	76	67	55	4	2	1	80	69	56
veteráni	109	88	46	15	12	8	124	100	54
celkem	251	197	162	25	18	11	276	215	173
2009	223	202	199	28	18	18	251	220	217

Soutěž rodin v roce 2010

1. Kožinovi - 528,5 bodů					
2. Janovští	526,0	8. Attlovi	183,0	14. Ryšavky	109,5
3. Hrabánci	382,5	9. Horovi	166,0	15. Čermákovi	108,0
4. Tichov. + Příbík.	335,5	10. Doležalovi	162,0	16. Mikulášovi	100,5
5. Syslovi	286,5	11. Smolkovi	144,0	17. Šámalovi	100,0
6. Landovští	273,0	12. Jelínkovi	123,5		
7. Pavlů	253,0	13. Zelení	121,5		

a dalších s méně než 100 body.

ŽEBŘÍČEK ŽACTVA

	Jméno	Body celkem	Účast OB	Lic	Umístění			Žebříčky			
					1.	2.	3.	PP Ž	PŽ Ja	PŽ Po	ŽBč
1.	Janovská Kateřina	135,0	47	B	14	6	7	2.	1.	2.	17.
2.	Hrabánková Klára	119,0	43	A	7	4	7	6.	2.	7.	15.
3.	Kožinová Zuzana	111,5	37	A	12	4	3	7.	4.	1.	8.
4.	Čermák Adam	83,0	38	B	6	2	1	5.	3.	1.	22.
5.	Hrabánková Zuzana	80,5	33	B	2	5	7		1.	2.	
6.	Janovský Tomáš	67,5	43	B	3	2	9	10.		9.	
7.	Mikulášová Martina	44,0	26	B			1	13.	2.	9.	
8.	Landovský Jakub	36,0	28					16.	5.	2.	
9.	Slavíková Silvie	33,0	21						5.	3.	35.
10.	Brousil Tomáš	31,5	24		4	3	1				
11.	Kožina Štěpán	21,5	21		1		1				
12.	Michal Vojtěch	19,0	12		2		2	2.			
13.	Vöfl Zdeněk	17,0	7			1	3	3.			
14.	Pokorná Linda	15,0	15								
15.	Baldrian Tomáš	12,5	14								
16.	Přibíková M. Agáta	12,0	12								
17.	Nedvěd Lukáš	9,0	9					16.	7.		
18.	Bednářová Štěpán.	8,0	8					4.			
	Brousilová Lucka	8,0	8								
20.	Čtrnáct Šimon	6,5	7								
	Čtrnáct František	6,5	6								
22.	Nemšovský Filip	4,0	4								
23.	Samohýlová Eliška	3,0	2		1						
24.	Novotná Hana	2,5	3								
25.	Baldrianová Eva	2,0	2				1				
26.	Pokorná Nela	2,0	2								
	Kubanová Eliška	2,0	3								
	Kamarád Tomáš	2,0	2								
	Křemen Štěpán	2,0	2							13.	
	Samohýl Adam	2,0	2								
31.	Forštová Ema	1,5	2								
	Přibíková Ema	1,5	2								
33.	Navrátilová Noemi	1,0	1								
	Ptáčková Věra	1,0	1								
	Šediváková Štěpán.	1,0	1								
	Černý Adam	1,0	1								
	Janas Petr	1,0	1					23.			
38.	Osecká Kristýna	0,5	1								
	Novák Václav	0,5	1								

ŽEBŘÍČEK DOROSTU

	Jméno	Body celkem	Účast OB	Lic.	Umístění			Žebříčky		
					1.	2.	3.	PŽ Ja	PŽ Po	ŽA / ŽBČ
1.	Kožinová Anna	128,0	33	A	9	6	3		3.	18. / A
2.	Pavlu Kateřina	104,5	25	A	3	5	2		2. / 18	19. / A
3.	Šámalová Ludmila	63,5	23	A		3	5			2. / B
4.	Mikulášová Helena	35,0	23	B	1	1	1	1.	6.	
5.	Landovská Anna	32,0	16	B	1		2	4.		
6.	Kotecký Daniel	22,0	6						5.	
7.	Přibíková Johana	11,0	3				2	2.	6.	
8.	Schejbal Martin	10,0	5				2			
9.	Zachová Lucie	3,0	1							
10.	Nedvěd Vojtěch	2,0	1							

ŽEBŘÍČEK DOSPĚLÝCH

	jméno	body	OB	lic.	umístění			Ranking
					1.	2.	3.	
1.	Janovský Tomáš	240,0	85		1		2	84.
2.	Spurná Martina	221,0	49	E	12	3	3	5.
3.	Procházka Jan	186,0	36	E	1	6	6	3.
4.	Flášar Jan	176,5	50	R	5	3		37.
5.	Matějů Luboš	174,0	49	E	5	4	4	15.
6.	Landovský Tomáš	171,5	55	A	9	5	4	102.
7.	Hora Vojtěch	162,0	50		4	4	2	73.
8.	Šedivý Jan	154,0	30	E	7	2	3	1.
9.	Sysel Ctibor	137,0	43		4	2	2	62.
10.	Kondrát Martin	134,5	48		1	3		90.
11.	Hrstková Vladěna	132,0	39	R	3	5	2	31.
12.	Kožinová Jana	131,0	58		2	2	4	83.
13.	Kožina Petr	118,0	53		6	2	2	334.
14.	Sysel Ondřej	103,5	50		1	1		148.
15.	Pavlu Ondřej	99,0	35				1	203.
16.	Ryšavá Magdalena	96,5	31		2	3	5	55.
17.	Janovská Petra	83,5	46			1		124.
18.	Smolková Kateřina	76,0	34			1		127.
19.	Nemšovský Petr	70,0	32		2		1	271.
20.	Tichovská Martina	69,0	19	R	4	1	1	32.
21.	Kolárik Jan	64,5	24	R	1	3	1	98.
22.	Procházka Pavel	59,5	20	R		1	1	107.
23.	Tichovská Hana st.	59,0	19			1	2	45.
24.	Jelínková Šárka	58,0	26	A	2	2	2	208.
25.	Laciga Radek	56,0	19		2	2		145.

26.	Denk Štěpán	50,0	33	B		1	441.
27.	Voráček Michal	43,5	24				344.
28.	Tesař Pavel	41,0	14		1		166.
29.	Tichovská Hana ml.	41,0	20				175.
30.	Skyva Jan	39,5	20				313.
31.	Tichovský Martin	36,0	17				254.
32.	Pokorná Magdaléna	33,5	17			2	191.
33.	Ježková Dominika	29,0	17	B		2 2	290.
34.	Darmovzalová Lenka	25,5	13				162.
35.	Hýbl Lukáš	25,0	11			1	572.
36.	Čermáková Kristýna	24,0	8	A			270.
37.	Komín David	20,0	11			2 1	1025.
38.	Lacigová Michaela	19,0	10				393.
39.	Buzek Martin	18,5	12			1	482.
40.	Ryšavá Vendula	13,0	4		2		452.
41.	Červinka Jan	13,0	6			1	557.
42.	Zelená Radka	11,5	7				338.
43.	Lejsek Tadeáš	10,0	4				583.
44.	Forštová Jitka	10,0	7				521.
45.	Slavíková Lucie	9,0	4			1 1	606.
46.	Červinka Jaroslav	8,0	9				957.
47.	Masopustová Eliška	5,0	3				
48.	Bozděchová Lenka	4,0	2				579.
49.	Foršt Jakub	4,0	4				869.
50.	Nováková Kateřina	3,5	3				
51.	Doležal Martin	2,0	2				1031.
52.	Doležal Jan	2,0	2		1		
53.	Nováková Lucie	1,0	1				

ŽEBŘÍČEK VETERÁNŮ

	Jméno	Body celkem	Účast OB	Umístění			Žebříčky		
				1.	2.	3.	VŽ Ja	VŽ Po	ŽBč
1.	Attl Vladimír	118,0	51	32	13	2	1.	1.	1.
2.	Haňkovská Jana	102,0	55	23	12	2	1.	1.	1.
3.	Doležalová Vlasta	100,0	44	11	8	7	3.	6.	3.
4.	Smolková Alena	68,0	37	1			6.	4.	
5.	Hrabánek David	62,5	30	4	9	1	2.	2.	5.
6.	Doležal Miroslav	58,0	27	4	4	4	1.		11.
7.	Zelená Markéta	57,5	31	2	5	2	14.	17.	4.
8.	Suchý Karel	52,5	28	1	4	7	4.	15.	9.

9.	Pavlů Veronika	49,5	25	2	4		8.	28.	
10.	Jelínek Martin	49,0	30			2	6.	4.	20.
11.	Hrabánková Ilona	46,5	34	2	2	4	16.	25.	18.
12.	Přibík Jan	40,5	24	2	2		19.	4.	
13.	Dvořáková Ladislava	36,0	11	5	2		10.		3.
14.	Kotecký Roman	36,0	20	1	1				
15.	Grivalský Michal	34,0	31				21.	29.	
16.	Přibíková Monika	33,5	23	2	2		30.		
17.	Landovská Ivana	33,5	24				7.	12.	
	Sysel Zdeněk	33,5	22				17.	35.	
19.	Kubátová Milada	33,0	19	2	3	2	3.	9.	7.
20.	Suchá Bohuslava	32,0	25	5	4	7			8.
21.	Šrůtová Marcela	32,0	17	1	3				
22.	Baldrian Petr	26,5	18	4	2		32.		
23.	Brousilová Petra	25,5	21		3		25.		
	Šámal Václav	24,0	14				52.	30.	14.
25.	Zelený Vladimír	23,0	22				8.	15.	26.
26.	Tichovská Jitka	22,0	13	1	1		17.	19.	
27.	Mikuláš Radek	21,5	14	1		1	8.		
28.	Slavík Viktor	21,0	10	1	1		33.	37.	
29.	Pliska Mloš	19,0	16					10.	
30.	Slavíková Kateřina	18,0	12				37.	30.	13.
31.	Jelínková Radana	16,5	14						
	Fatka Ondřej	16,5	14				14.	34.	
33.	Samohýl Richard	16,0	16			1	4.	5.	
34.	Valentová Helena	14,0	7	1	1	1	44.	3.	
35.	Syslová Drahomíra	12,5	11				34.	22.	
	Šámalová Hana	12,5	11				27.		
37.	Kirchmann Miloš	9,5	9			1		20.	
38.	Šimerková Olga	6,0	3	1	2				
39.	Dvořák Jaromír	5,5	6						
40.	Šrůta Pavel	5,0	5			1			
41.	Macoun Jindra	5,0	5						
42.	Kamarádová Zdeňka	4,0	3						
43.	Vohadlo Jiří	3,0	2				54.		
44.	Ptáčková Kateřina	2,0	1			1			
45.	Drbal Jan	2,0	2						
	Zach Jaroslav	2,0	2						
47.	Čermák Jiří	1,0	1						
	Jurečka Jan	1,0	1						
	Prášil Vladimír	1,0	1						
	Nováková Lenka	1,0	1						

Dlouhodobé soutěže jednotlivců

Gigasport Český pohár: H21 – 1. Šedivý Jan, 4. Procházka Jan, 14. Matějí Luboš; D21 – 6. Spurná Martina, 30. Hrstková Vladěna, 42. Tichovská Hana ml.

Hummel Sprint Cup: H21 – 3. Procházka Jan, 18. Šedivý Jan, 19. Matějí Luboš, 35. Janovský Tomáš, D21 – 6. Spurná Martina, 32. Tichovská Martina

Český pohár veteránů: ženy: 10. Doležalová Vlasta, 31. Haňkovská Jana, 37. Zelená Markéta; muži: 12. Attl Vladimír, 61. Hrabánek David, 96. Kožina Petr

Výsledky štafet na Mistrovství ČR

Mistrovství ČR: Muži (Matějí L., Šedivý, Procházka J.) 1. místo
Ženy (Hrstková, Tichovská M., Spurná) 5. místo

Český pohár štafet: D18 – 22. místo
D21 – 9. a 37. místo H21 – 3., 27., 41. a 58. místo

Výsledky družstev na Mistrovství ČR

Dospělí (Matějí L., Hrstková, Flašar, Tichovská M., Šedivý, Spurná, Procházka J.) 1. místo
Žactvo – Pražská oblast A (Hrabánková K., Landovský J.) 16. místo
Žactvo – Pražská oblast B (Čermák A., Kožinová Z., Hrabánková Z., Janovská K.) disk

Česká liga klubů: dorost - 26. místo dospělí - 6. místo

Umístění na mistrovských závodech jednotlivců

		Přebor Prahy				Mistrovství ČR				
		noční	klasika	krátká	sprint	dlouhá	noční	sprint	krátká	klasika
D12	Hrabánková Zuzana		1.	2.	3.					
D12	Janovská Kateřina		1./14	2./14	3./14					
D12	Mikulášová Martina		2.	3.	1.					
D14	Hrabánková Klára		2.	3.						
D14	Kožinová Zuzana				2.					
D14	Slavíková Silvie		3.							
D16	Pavlů Kateřina			2.						
D16	Přibíková Johana			3.						
D18	Kožinová Anna		1.					11.		11.
D18	Mikulášová Helena			3.						
D18	Šámalová Ludmila		2.							
D21	Hrstková Vladěna					13.				13.
D21	Ryšavá Magdalena		3.							
D21	Spurná Martina			1.				9.	5.	3.
D21	Tichovská Martina			3.				13.		
D40	Tichovská Hana				1.					
H14	Čermák Adam		1.	2.	3.					
H20	Kolářík Jan		2.			11.		2.	3.	

H20	Landovský Tomáš							14.		
H20	Procházka Pavel					3.		15.	7.	
H21	Flašar Jan	1.	1.		1.			14.		
H21	Hora Vojtěch							12.		
H21	Matějů Luboš		3.	1.				15.	11.	
H21	Procházka Jan							4.	3.	8.
H21	Šedivý Jan							5.	5.	1.
H21	Tesař Pavel	2.								

V tabulce jsou uvedena umístění do 3. místa na PP a do 15. místa na MČR.

Umístění na vícedenních závodech

		Prague Easter	Mariánky	Botas	5 dnů OB	Valečov	Turnov	Jesenický labyrint	Východky
D12	Hrabánková Zuzana	2.	2.						
D12	Janovská Kateřina		1.			1.			
D14	Hrabánková Klára		3.						
D18	Kožinová Anna	1.				2.		1.	
D20	Jelínková Šárka	1.							
D21	Hrstková Vladěna							1./A	
D40	Pavlu Veronika							2./35	
D45	Hrabánková Ilona	2./B							
D50	Zelená Markéta						2.		
D55	Doležalová Vlasta	3./50	1.	3.		1.	2.		1./B
D65	Dvořáková Ladislava				1.		3.		
D65	Suchá Bohuslava		1./60						1./B
D70	Haňkovská Jana			1.			1./65	2./60	
H10	Janovský Tomáš	2.	1.			3.			
H20	Landovský Tomáš				2./A				
H21	Hora Vojtěch		2.						
H21	Pavlu Ondřej	3./A							
H35	Komín David				2./A				
H45	Kondrát Martin							3./21A	
H50	Hrabánek David	2./A	2./45						
H50	Kožina Petr		1./45					3./45	
H55	Doležal Miroslav		2.			3.			
H65	Suchý Karel		2.			3.			3./B
H70	Attl Vladimír	2.	1./65		1.	1.		1.	

V tabulce jsou uvedena umístění do 3. místa.

Vodňanského kapra úspěšně ulovili: Janovská K., Hrabánková K., Doležalová V., Haňkovská J., Čermák A., Attl V.

LYŽAŘSKÝ ORIENTAČNÍ BĚH

Licenci A pro rok 2011 získala Klára Hrabánková

Licenci B pro rok 2011 získali: Anna Kožinová, Šárka Jelínková, Ondřej Sysel, Michal Voráček, Petra Janovská, Martin Kondrát a Tomáš Janovský

Celostátní žebříček: D14B – Hrabánková Klára; D18A – 8. Kožinová Anna; D20A – 7. Jelínková Šárka; D21A – 20. Janovská Petra; D40B – 4. Kožinová Jana; D45B – 2. Hrabánková Ilona, 6. Tichovská Jitka; H21A – 17. Janovský Tomáš, 25. Voráček Michal, 33. Sysel Ondřej, 35. Kondrát Martin; H35B – 11. Baldrian Petr; H55B – 6. Jelínek Martin

MČR ve sprintu: D18 – 8. Kožinová Anna; D20 – 7. Jelínková Šárka; D21 – 31. Janovská Petra; D45B – 5. Hrabánková Ilona; H21 – 33. Voráček Michal, 38. Janovský Tomáš; H55B – 8. Jelínek Martin

MČR na krátké trati: D45B – 4. Hrabánková Ilona; H21 – 27. Janovský Tomáš

MČR na klasické trati: D18 – 10. Kožinová Anna; D20 – 5. Jelínková Šárka; D45B – 4. Tichovská Jitka, 5. Hrabánková Ilona; H21 – 32. Sysel Ondřej, 41. Janovský Tomáš; H55B – 5. Sysel Zdeněk, 10. Jelínek Martin

MČR štafet: H21A (Kondrát, Sysel O., Voráček) 15. místo, H21B (Janovský, Baldrian, Jelínková Š.) 25. místo

HORSKÝ ORIENTAČNÍ BĚH A ROGAINING

MČR v horském OB: DD40 – Helena Valentová a *Jarmila Němečková* 3. místo, Milada Kubátová a Jana Haňkovská 5. místo; HD – *Katarina Labašová* a Martin Kondrát 10. místo; HD40 – Jana Kožinová a Petr Kožina 1. místo; HH – Vojtěch Hora a *Oldřich Janeček* 1. místo

MČR v rogainingu: WV24 – Jana Kožinová a *Jitka Klinkerová* 1. místo; MV24 – Petr Kožina a *Jan Marek* 1. místo; XV24 – Jana Haňkovská a *Bohuslav Hamáček* 8. místo

ORGANIZAČNÍ ČINNOST KLUBU

USPOŘÁDANÉ ZÁVODY

21.3.	Jarní sprint	- Praha-Hodkovičky, mapa Zátíšský potok - pořadatel: Vláda Attl, Ríša Samohýl - 120 závodníků
11.4.	Přebor Prahy štafet	- Praha-Cholupice, mapa Valy - ředitel: Petr Baldrian - hl. rozhodčí: Vladimír Attl - stavba: Ondřej Sysel - 193 závodníků
25.9.	MČR štafet	- Buk u Příbrami, mapa Liščí bouda - jih - ředitel: Petr Baldrian - hl. rozhodčí: Vladimír Attl - stavba: Ondřej Sysel - 1080 závodníků
26.9.	MČR družstev	- Buk u Příbrami, mapa Liščí bouda - sever - ředitel: Petr Baldrian - hl. rozhodčí: Ondřej Sysel - stavba: Vladimír Attl - 1142 závodníků
4.12.	41. Mikulášův kufr	- Praha-Letná, mapa Dušní - pořadatel: Václav Šámal - 60 závodníků

V roce 2010 jsme uspořádali celkem pět závodů, z toho dva závody pro veřejnost, jeden závod pražské oblasti a dva závody celostátní úrovně. Celkem se našich závodů zúčastnilo 2595 závodníků.

Na jaře proběhla úspěšná generálka na podzimní MČR štafet a družstev, v podobě přeboru Prahy ve štafetách. Po řadě let jsme na podzim opět pořádali závody mistrovství ČR a již jen nemnoho z nás zavzpomínalo na předchozí MČR družstev, které náš klub pořádal v roce 1994 v Krňanech. Přes nepřízeň počasí a počáteční problémy s hledáním vhodného shromaždiště se podařilo uspořádat úspěšný závod. A to i přesto, že se stavělo zcela bez zázemí na louce a připravovalo se celé shromaždiště a „mistrovské“ nezbytnosti jako cílová věž, reklamy sponzorů, velkoplošný stan atd. K úspěchu pořádání tentokrát výrazně přispěl grant magistrátu hl. města Prahy, který umožnil nákup nových stanů i úhradu velké části nákladů.

SOUSTŘEDĚNÍ

Letní soustředění proběhlo společně s radiovými orientačními běžci počátkem července v okolí školy v přírodě na Sklárně u Žihle. Hlavním plusem byla velké účast mládeže – více než 50 osob. I když z řad našeho klubu by jistě mohlo být žáků a dorostenců více, potvrdilo se, že čím více účastníků a trenérů, tím zajímavější program se dá připravit. Také na soustředění výrazně přispěl magistrát Prahy.

Petr Baldrian

TVORBA MAP

V roce 2010 byly vydány dvě nové mapy:

- **Liščí bouda jih i Liščí bouda sever** (obě v měřítku 1:10000) v oblasti mezi Bukem u Příbrami, Bytízem a Stěžovem byly použity pro závody Mistrovství ČR štafet a klubů. Mapa v tomto zajímavém prostoru vznikla po 26 letech od posledního vydání a byla dílem Honzy Drbala a Zdenka Sokoláře. V dalších letech by měly mapy sloužit pro pořádání oblastních závodů.

V roce 2011 počítáme s vydáním mapy „Central Parku“ na Praze 11 a důkladnou revizí map pro závody České Kanady 2011 v okolí Zvůle, Kunějova a Stálkova.

Petr Baldrian

ČINNOST V ROCE 2011

ZÁVODY

Z oblastních závodů letos pořádáme dva podzimní pražské žebříčky (28.9. – sprint, pořádají DH21 a mladší; 1.10. – klasika, pořádají DH35 a starší) a Pražský pohár žactva 18.5. V Praze budeme samozřejmě pořádat jako každoročně i několik závodů pro veřejnost (nutné je udržet tradici Jarního sprintu a Mikulášského kufru)

Největší letošní pořadatelskou akcí budou rozhodně pětietapové vícedenní závody „Česká Kanada 2011“, které proběhnou od 2. do 6.7. s centrem tradičně u rybníka Zvůle. První dvě etapy se poběží na mapách v okolí Dobré Vody, druhé dvě etapy v okolí Stojecína a poslední pátá etapa se poběží přímo z centra na Zvůli. Hlavní posty budou zastávat:

E1 – klasická trať; stavitel Honza Flašar; rozhodčí Martin Kondrát

E2 – krátká trať; stavitel Martin Kondrát; rozhodčí Honza Flašar

E3 – klasická trať; stavitel Martina Spurná; rozhodčí Luboš Matějů

E4 – krátká trať; stavitel David Hrabánek; rozhodčí Vláďa Attl

E5 – zkrácená trať; stavitel Tomáš Landovský; rozhodčí Ondra Sysel

Kromě toho je v plánu udělat dvě doprovodné akce (noční sprint a triatlonové štafety). Všem u velí Ctibor Sysel. Prosím, počítejte pokud možno s dovolenou na pondělí 4.7., abychom byli schopni závody připravit.

TRÉNINKY A SOUSTŘEDĚNÍ

Pro první polovinu roku počítáme s následujícími tréninky:

ÚT: žactvo - 17,00-18,00 tělocvična popřípadě běh, ZŠ Pošepného

ÚT: mladší dorost - 17,00-18,00 běh, 18,00-18,30 tělocvična, ZŠ Pošepného

ÚT: dorost a dospělí - 17,00-18,30 běh, 18,30-19,30 tělocvična, ZŠ Pošepného
ČT: dorost a dospělí - 17,30-19,00 běh, ZŠ Pošepného

ZŠ Pošepného nám. je dostupná od metra Roztyly (10 min). Na trénink je potřeba přijít pokud možno přesně v uvedenou hodinu. Pro všechny tréninky jsou k dispozici sprchy. Pokud víte o někom, kdo by s námi rád trénoval a závodil, řekněte mu. Každý, kdo má zájem o orientační běh je v našem klubu vítán. Bližší informace podají Marcela Šrůtová, Vašek Šámal, Richard Samohýl.

Letní soustředění je plánováno ve dnech 16.-23.7. v oblasti Bělečského mlýna u Hradce Králové. Po předchozích dobrých zkušenostech – zejména co se týká účasti mládeže – bude opět společné s radiovými orientačními běžci.



Koubkův vousatý rekord vyrovnán!

Stejně, jako je Skaut díky 100% úspěšnosti nejlepším LOBákem všech dob, když jediný start proměnil ve vítězství, podobně neotřesitelná se až dosud zdála být pozice nejúspěšnějšího „kládiče“ a dávné legendy PGP Tomáše „Koubka“ Jakoubka. Ten před mnoha léty údajně vytěžil z 5 startů v sezóně 5 klád a dosáhl tak největšího možného indexu kládiče 1,0. Tato hodnota byla následně pojmenována jako „Koubkův index“. Mnoho let jsme k tomuto výkonu jen obdivně vzhlíželi a snažší se nám zdálo zdolat Mount Everest. Dnes už to neplatí. Určitě to stálo spoustu dřiny a odříkání, ale Martas to dokázal! Přihlédneme-li ke skóre (7 ze 7), máme tu nový rekord. Od této chvíle tedy nazýváme hodnotu 1,0 „Martasovým indexem“, pamětníci mohou používat výraz „Koubko-Martasův index“. Rekordmanovi patří samozřejmě velká gratulace:)

Kali

KLÁDIČ				
		Počet klád	Počet závodů	Index kládiče
1.	Šeda	0	14	0,000
2.	Bet	0	12	0,000
3.	KLádin	1	17	0,059
4.	Landák	2	27	0,074
5.	Oppo	2	21	0,095
6.	Skaut	1	10	0,100
7.	VoiToi	6	37	0,162
8.	Borek	4	24	0,167
9.	Tomáš	10	50	0,200
10.	Ticháč	2	10	0,200
11.	Pája	2	9	0,222
12.	Nemša	3	12	0,250
13.	Luboš	7	26	0,269
14.	Kali	7	25	0,280
15.	Koláč	3	10	0,300
16.	Flaška	9	28	0,321
17.	Skiwichu	5	11	0,455
18.	Vory	6	13	0,462
19.	SyOn	13	28	0,464
20.	Kožich	11	18	0,611
21.	Martas	7	7	1,000
LARVA				
		Počet larev	Počet závodů	Index larvy
1.	Marti S	0	14	0,000
2.	Hanka Ť	1	15	0,067
3.	Marta Ť	1	10	0,100
4.	Áda	2	19	0,105
5.	Vladka	2	16	0,125
6.	Majdice	2	7	0,286
7.	Lenka D.	5	12	0,417
8.	Lenka P.	5	8	0,625
9.	Katka	7	17	0,412
10.	Petra	9	20	0,450
11.	Hanička	9	15	0,600

SKALPER A SKALPERKA

Voi	Borek	Kali	Šeda	Land	Flaš	Luboš	KLád	Bet	Skaut	Pája	Tom	Kolač	Tich	Oppo	Skwi	SyOn	Nemča	Vory	Kož	Mart	skore	body	pořadí	
VoiToi	10:8	10:6	0:4	6:3	8:8	7:5	1:11	0:4	6:2	0:2	19:6	0:2	4:0	5:2	4:0	14:0	6:0	5:0	6:0	3:0	114:63	29	1.	
Borek	8:10	5:7	0:0	10:4	10:8	5:5	4:0	0:3	3:0	0:0	11:5	1:2	2:1	4:0	6:0	8:2	4:2	2:0	2:0	2:0	87:49	27	2.	
Kali	6:10	7:5	0:0	5:1	4:3	2:4	5:2	0:1	3:2	0:1	10:9	0:2	3:0	5:0	5:0	9:3	4:0	2:1	2:3	1:0	73:47	26	3.	
Řeřa	4:0	0:0	0:0	1:0	9:0	7:2	3:0	3:3	0:0	0:0	3:0	1:0	0:0	1:0	0:0	0:0	1:0	1:0	2:0	1:0	37:5	25	4.	
Landřak	3:6	4:10	1:5	0:1	4:1	4:6	2:2	0:2	3:1	5:4	11:8	4:5	1:0	7:0	10:0	7:1	6:0	3:0	5:0	2:0	82:52	25	5.	
Flařka	8:8	8:10	3:4	0:9	1:4	13:9	0:0	0:9	3:0	0:0	8:4	3:2	3:0	3:0	2:0	5:2	4:0	3:0	0:0	3:0	70:61	23	6.	
Luboř	5:7	5:5	4:2	2:7	6:4	9:13	3:0	1:8	2:3	0:1	9:4	0:1	0:0	4:1	4:0	6:2	5:0	0:2	2:0	2:0	69:60	21	7.	
KLádin	11:1	0:4	2:5	0:3	2:2	0:0	0:3	0:0	4:1	0:0	5:2	0:0	1:1	7:0	3:1	9:0	5:0	3:0	3:0	0:0	55:23	20	8.	
Bet	4:0	3:0	1:0	3:3	2:0	9:0	8:1	0:0	0:0	0:0	3:0	1:0	0:0	0:0	0:0	1:0	0:0	0:0	0:0	0:0	35:4	19	9.	
Skaut	2:6	0:3	2:3	0:0	1:3	0:3	1:4	0:0	0:0	0:1	4:3	0:0	0:0	2:1	3:0	4:1	2:1	3:0	1:0	2:0	30:31	18	10.	
Pája	2:0	0:0	1:0	0:0	4:5	0:0	1:0	0:0	1:0	2:0	5:3	0:0	0:0	0:0	0:0	1:0	0:0	0:0	1:0	0:0	18:8	16	11.	
Tomáš	6:19	5:11	9:10	0:3	8:11	4:8	4:9	2:5	0:3	3:4	0:2	0:1	9:2	13:1	7:2	12:7	10:0	7:2	14:2	7:0	120:102	16	12.	
Kolař	2:0	2:1	2:0	0:1	5:4	2:3	1:0	0:0	0:1	0:0	3:5	1:0	0:0	0:0	0:0	1:0	0:0	0:0	0:0	0:0	19:15	14	13.	
Tichář	0:4	1:2	0:3	0:0	0:1	0:3	0:0	1:1	0:0	0:0	2:9	0:0	0:0	3:0	1:0	3:2	1:1	0:0	2:0	2:0	16:26	12	14.	
Oppo	2:5	0:4	0:5	0:1	0:7	0:3	1:4	0:0	1:2	0:0	1:13	0:0	0:3	4:4	6:4	5:2	5:2	5:2	10:0	6:0	41:66	11	15.	
Skwichu	0:4	0:6	0:5	0:0	1:7	2:5	0:9	0:1	1:4	0:1	7:12	0:1	2:3	4:6	3:3	3:3	3:1	0:2	1:0	1:0	15:55	8	16.	
SyOn	0:14	2:8	3:9	0:0	1:7	2:5	2:6	0:9	0:1	1:4	0:1	0:1	0:0	4:4	3:3	5:5	5:5	6:0	2:0	4:0	44:94	8	17.	
Flařka	0:6	2:4	0:4	0:1	0:6	0:4	0:5	0:0	1:2	0:0	0:10	0:0	1:1	2:5	1:3	5:5	0:0	1:0	2:0	4:0	19:61	8	18.	
Nemřa	0:5	0:2	1:2	0:1	0:3	0:3	2:0	0:3	0:0	0:3	0:0	2:7	0:0	2:5	2:0	0:6	0:1	0:0	3:3	2:0	14:44	7	19.	
Kořich	0:6	0:2	3:2	0:2	0:5	0:0	0:2	0:3	0:0	0:1	0:1	2:14	0:0	0:2	0:10	0:1	0:2	0:2	0:2	3:3	2:0	10:56	5	20.
Marřas	0:3	0:2	0:1	0:1	0:2	0:3	0:2	0:0	0:2	0:0	0:7	0:0	0:2	0:6	0:1	0:4	0:4	0:2	0:2	0:2	0:44	0	21.	

	MS	Mř	Via	Hř	Maj	Ada	Hani	Kat	Pet	LP	LD	skore	body	pořadí
Mariř S	5:0	11:0	2:0	2:0	2:0	6:0	3:0	3:0	2:0	2:0	3:0	38:0	20	1.
Mariř Ā	0:5	3:1	4:0	1:0	2:0	3:0	3:0	3:0	2:0	2:0	3:1	23:7	18	2.
Viařka	0:11	1:3	1:1	1:0	4:0	10:0	5:0	5:0	3:0	4:0	4:0	33:15	15	3.
Haniřka Ā	0:2	0:4	1:1	2:2	9:0	1:0	7:0	12:0	5:0	5:0	5:0	42:9	14	4.
Majřice	0:2	0:1	0:1	2:2	2:1	1:0	3:1	4:2	1:1	1:0	1:0	14:11	12	5.
Ada	0:2	0:2	0:4	0:9	1:2	1:2	1:2	9:5	4:0	4:0	3:1	30:29	8	6.
Haniřka	0:6	0:3	0:10	0:1	0:1	2:1	2:1	3:1	2:0	1:3	10:28	8	7.	
Katřka	0:3	0:3	0:5	0:7	1:3	2:12	1:2	6:4	3:2	3:2	16:43	6	8.	
Petra	0:2	0:2	0:3	0:12	2:4	5:9	1:3	4:6	3:2	3:2	18:47	4	9.	
Lenřka P.	0:2	0:2	0:4	0:5	1:1	0:4	0:2	2:3	2:3	2:1	7:27	3	10.	
Lenřka D.	0:3	1:3	0:4	0:5	0:1	1:3	3:1	2:3	2:3	1:2	10:28	2	11.	

Mistři, jsme dobří, ale můžeme být legendární

V roce 2010 se nám podařilo překvapit na Majstršaftu v Buku u Příbrami. Naše vítězství v klubech bylo asi stejně překvapivé, jako když jsme v roce 2005 vyhráli štafety s Lubošem a Skyvoušem. Ani tenkrát nás nikdo nepočítal mezi hlavní favority na vítězství, ale tento závod nastartoval neuvěřitelnou sérii, kdy jsme dokázali urvat mistrovský titul v mužských štafetách ve 4 z posledních 6 majstršaftů! Pojďme si říct, že jsme letos nastartovali podobnou sérii i ve družstvech. Náš tým má pořád všechno před sebou, ještě nejsme banda veteránů, ale většina týmu má pořád před sebou ještě pár let v elitě.

Pokud se podíváme na samotný závod v Buku u Příbrami, musím všem členům týmu jenom poblahopřát, k super výkonům. Základní kámen položil Luboš na prvním úseku. Vladka na druhém a Flaška na třetím úseku nás výbornými výkony udrželi ve hře. Pod kotel přiložila Brambora na čtvrtém úseku nejlepším časem, po níž nás Šeďa vytáhnul na první místo. Marti na šestém úseku ukázala, že už patří k naší dámské špičce a dokázala se udržet před dotírající Danou Brožkovou a spol. Po takovém týmovém výkonu jsem to i přes drobné zaváhání nemohl pustit a v cíli jsme se mohli radovat!

Díky však nepatří jen členům týmu, ale i vám všem členům klubu, kteří budete číst tento článek. Vždyť vy všichni jste nás vychovali a dovedli až na vrchol!

Právě teď přemýšlím jakým způsobem nás opět zmotivovat na letošní majstršaft ve družstvech. Bohužel já, Šeďa a Marti jsme dost vytížení a nemáme moc čas na jaře jezdit a organizovat oddílové soustředění. Toho se našťestí opět ujal Ondra a pojedje se na 10milu. Navíc jsme letos do týmu angažovali i legendárního trenéra Brázdu, i když sám doufám, že ještě pár let vydrží i jako závodník. Já se pokusím v září tým připravit na nástrahy lesa v okolí Stříteže, kde se 9. října pokusíme vstoupit mezi legendy. Jak nám říká Thierry v Kalevanu po vítězství na 10mile 2010: „Ted jsme dobří, ale pokusme se úspěch zopakovat, abychom vstoupili mezi legendy.“

Bet

Motýlek – rozdělovací nebo slučovací metoda?

Na podzim mi přišel mail, jestli mám zájem zúčastnit se kempu ve Francii. Nic netušice odpovídám: „Jasně, proč ne?“ Poté je zveřejněna nominace na světák a při pohledu na ukázkou mapy chci vzít všechno zpět. Bohužel už to nejde a tak balím a vydávám se vstříc své první slovy Beta „konečně pořádné akci“.

Na programu je klasika s motýlkem. Jelikož nejsem ve formě, nestresuju se a říkám si, že holt nebudu ani první ani poslední, kdo bude 60. v závodě SP. Poslední obavy ze mě opadávají po zveřejnění startovky. Jdu objedno před Ivetou, tak budeme mít celou trať stejnou a tudíž se snižuje riziko, že by mě oběhla. ;-)

Začátek závodu probíhá celkem hladce, nikam se neženu, hlavně se neztratit.

Když pak po nemalé chybě konečně nacházím první kontrolu v motýlku - srázek, dobíhá mě Ivet. „Tak paráda, vše jde podle plánu, motýlka máme přece stejně!“ Hned další dvě kontroly společně kazíme... Následuje občerstvovačka, na kterou postup vedu. Ivet slyším za sebou a tak neohroženě sjezu svah a jsem na ní. Pak si spletu pořadí kontrol a odbíhám jinam. (Nikdy jsem nechápala, jak někomu může pořadí kontrol v motýlku dělat někomu problém?) Když to zjistím a vracím se na správnou vrstevnici, potkám Ivetu. Ale jaktože se mě ptá, jestli už mám tu občerstvovačku? Pošlu jí tam a není mi to jasný, vždyť byla ještě před chvílí za mnou! Nicméně pokračuju a zas nemůžu najít ten zpropadený srázek. Když ho konečně orazím, mažu už jasnými postupy na poslední v motýlku – občerstvovačku. V tom se mi otevře nečekaný pohled, pijou tam už 4 holky! A tak nezbyvá, než zahájit práci ve skupině. Na další kontrole se k nám opět připojuje Ivet, takže nás je celkem 6. Zbytek závodu už se o nic nepokouším a připadá mi, že mě toho dne slučovací motýlek zachránil, protože síly dochází. Do něho jsem vbíhala sama, ven nás vybíhalo šest.

Když si potom vyprávíme zážitky ze závodu pořád dokola, furt něco nehraje... Až mezičasy nám konečně osvětlí, že já na ten srázek nechala dvakrát 3 minuty a podruhé ho Ivet razila ne za mnou, ale naopak minutu přede mnou. Pak udělala chybu těsně za motýlkem a tím jsme se opět spojily.

Další den jsme si šli prohlédnout nejasná místa trati. Ačkoli jsem se opravdu snažila, nechala jsem na prokletý srázek do třetice 3 minuty a tak jsem dle rady Radky Brožkové hodila mapu do koše a víc se tím nehodlám trápit. B-)

Tak nevím, funkce motýlku mi zkrátka není zcela jasná... Navíc při pohledu do výsledků, kde visí Ivet na pěkném 13. místě, nám nezbyvá než litovat, že kdybychom tuto metodu netestovaly zrovna na světáku, mohla z toho být pro Ivet krásná desítka a pro mě pozice taky o pár příček vyšší... Třeba už se z těch chyb jednou poučíme.

Marti

Jak jsem „vyhrál“ PZL

Smyslem účasti na pretěku není se jen zúčastnit

Když Fanda Pašek asi tři dny po závodě oznámil, že „selhala krabička do které jste razili (v krabičce nic není :-), což bohužel znamená, že nemáme ani mezičasy ani časy v cíli,“ byl jsem z toho velmi rozmrzelý. V mém příspěvku se vám pokusím ozřejmit, proč tomu tak vlastně je.

Jako každou zimu, a nejenak tomu je i letos, se už po několikátý rok organizuje v Praze tzv. Pražská zimní liga (PZL). Ačkoliv tento honosný název naznačuje něco výjimečného, něco, co vyjadřuje regionální nadřazenost Prahy, je nutno si přiznat, že pravda zas tak zářivá není. Ve skutečnosti se nejedná o nic víc než o sérii tréninků na mapách často nejasného stáří a pozoruhodné kvality, kdy si nemůžete být jisti, jestli les ve skutečnosti není polem, krmítkem atp. Netřeba tajit, že vlastně

celý smysl tohoto podniku je pouze zažehnání abstinenčních příznaků notorických orientáků. A to se raději nebudu zmiňovat o podobné sortě „běžců“, kterým ani toto nestačí a, zima nezima, sníh nesníh, čas od času se vrhají do tmy s čelovými lampami hledat reflexní proužky. Ani kapesné za to nemaj. Nechápu...

Ale zpět k tématu. Mezi zkušené profiky v pořádání PZL na mapách pozoruhodné kvality patří bezesporu Fanda Pašek. Jeho mapy, kde je skutečně často problém zjistit, kde je sever, co je cesta a zda to, co má člověk před sebou má vůbec něco společného s mapou, se zdá být jako dobrý marketingový tah, který již po několik let udržuje vysoký účastnický standard na jeho podnicích. Musím se přiznat, že jeho bojovkám jsem i já propadl a podobně jako několik dalších desítek orientačních běžců jsem se vydal na místo srazu nacházející se u Jindřišské věže.

Letos jsem byl pln optimismu, jelikož se závodní terén nacházel v centru Prahy a já nepochybuji o své výjimečné znalosti tohoto terénu, jsem doufal v přední umístění. Jinými slovy, jak už jsem napsal dříve, účast podniku bývá vysoká a s ní tedy i šance urvat hodně bodů.

V centru Prahy jako doma

Nemýlil jsem se. Hned na startu Fanda vymyslel kvalitní rozdělovací metodu. Prohozením dvou bloků se mu podařilo, že velká skupina běžců přibíhá na zdánlivé místo kontroly a tam, ehm nic. Naštěstí po podrobném prohlížení mapy zjišťuji, že v daném bloku, kde má být kontrola, se nachází pasáž Jiřího Grossmanna, která se je trochu jinde, než v danou chvíli stojí stádo nechápajících lampiónů. První nástraha tedy vyřešena. Myslím, že není náhodou, že první kontrolu razím první společně s elitou tohoto národa (s VŠ lektory ČVUT a FHS).

Další nástrahy zvládám s naprostým přehledem a „chytáky“ jako přidaná ulice, velké kolečko ve Františkánu s popisem „Hledej“ mě nechávají chladným. Pak ale nastupuje vrcholné číslo Fandovy PZL. Kontroly v bílém čtverečku. Očekávám, že zde ukáží své nadpřirozené znalosti centra Prahy a všem ukáží záda. První kontrolu řádně odměřuji a správně lokalizuji do Ungeltu. Pohoda. Další kontrola se zdá, že bude v pasáži spojující Celetnou a Kamzíkovu. Volba správná, ale kontrola zde není. Skupinka rychlíku se vydává na obhlídku Železné, zatímco já si uvědomuji, že tu jsou vlastně dvě pasáže a bez problému kontrolu na hromosvodu nacházím. Čelo je moje!

Bohužel na dalších dvou kontrolách mám problém s nalezením kleští a skupina chrtů mě opět dojíždí. Naštěstí přichází další Fandova záludnost, tedy odmazání bloků mezi Havelákem a Rytířskou. Maličkost řeknete si, ale to nic nemění na tom, že všichni vyrážejí prohledávat terén na Havelské tržiště. Haha, zabíhám tedy ulice V Kotcích zcela osamocen a přemýšlím, jestli ostatní kontrolu najdou ostatní dřív, než budu v cíli... Jsem pln entusiasmu.

Umazaný Karlův most mě nerozhazuje a rychlostí Nordhuga, trhačstvím Beta, přesností Thierriho a sebejistotou sobě vlastní, se po přeběhnutí Karlova mostu

místo u kontroly nalézám někde 300 metrů daleko v temné Prrrrraze. Propadám pocitům seabemrskáčství a úvahám, že asi nejsem tak dobřej, jak si myslím. Sice zklamáníčko, ale štěstí stojí při mně. Neřeším detaily, že kolečko kontroly je někde jinde samotná kontrola a tak mívám zmatené lampióny a náhodně sdružené skautíky a udržuji těsné vedení v pelotonu. Každý přece ví, že když kontrola má být na hřišti, tak ji budu hledat na hřišti a ne v prostředku kolečka?

Do konce závodu se zdá, že se již žádné zádrhele nekonají a očekávám tvrdý boj až do cíle. Bohužel na páté kontrole od konce přichází fatální zásek. Mívám průchod, ve kterém je kontrola a místo toho se dobývám do zamčených vrat s přesvědčením, že za nimi je moje kontrola. Chyba lávky a dvojice v čele závodů mi zdrhá.

Zvítězit za každou cenu

Já se ale nevdávám! Nasazuji rychlost Šéda III a Drtičuju to přes vánoční davy na Staromáku. Poslední kontrolu v bílém čtverečku odzívám a při postupu na poslední kontrolu jednoho z čela závodu opět dojíždím (mezitím druhý v úniku Lévak volí obíhačku zprava přes Václavák, která se jeví jako velmi, velmi nevýhodná). Mentálně se připravuji na tuhý finiš.

Bohužel nastává nemilá nepříjemnost. Na poslední kontrole nějaký „kamarád“ lohnul kleště. Místo finíše se tedy odehrává lehce přihlouplý průzkum terénu pasáže. Ale co, tady nejsme od hledání kleští a vydávám se tedy do cíle a dobíhám tedy dle plánu, první. Jsem spokojen, body jsou moje.

Víte, možná vám přijde, že vyhrát PZL je něco méněcenného, něco, co se nebere moc vážně. Ale každý přece nemůže bojovat o medaile na Mistrovství světa, vyhrát Tiomilu, Mistrovství republiky ČR nebo Pražský žebříček. Proto je nutné vytvářet velký počet kategorií (ideálně A, B, C, D a klidně i E), nové žebříčky, nové sportovní disciplíny. Je nutné si uvědomit, jaký je ten blažený pocit vítězství. A proto navrhuji, že každý má na tento pocit výsostné právo.

Teď už vám musí být jasné, jak se teď cítím, když jsem zjistil, že jsem vlastně nevyhrál. Hele, body jsou důležité, o tom žádná. Asi bez nich přežiju, ale jak mám rozdýchat, že díky nedokonalé technice, je mi uzmu mé vítězství? Já se chci radovat, já se chci chlubit, zvyšovat svoje ego. A teď nic...

Chtěl bych vás tedy, prosím, o něco požádat. V sobotu 5. března se koná další ročník Pragy Magiky, který též patří do série PZL. Jelikož se mi nakonec nepodařilo vyhrát tento prosincový závod PZL, svůj další pokus uskutečním právě na tomto závodě. Proto, pokud máte stejné plány jako já, buďte prosím tak shovívaví, přehodnoťte je nebo se raději vůbec nepřihlašujte. Děkuji za pochopení. Teď už vyhraju doopravdy!

Skiwichu

(zdanlivá sebestřenost autora je čistě náhodná)

KALENDÁŘ AKCÍ V ROCE 2011

Datum			Typ závodu	Místo (Mapa)	Poř.
15.-16.1.	So-Ne	ČR	LOB	Strážné	VRL
30.-31.1.	So-Ne	ČR	LOB	Zinnwald	LIV
19.2.	So	ČR	LOB 2x	Tři Studně	CHT
26.-27.2.	So-Ne	ČR	LOB	Vrbno pod Pradědem	VRB
13.3.	Ne		Jarní sprint	(Hrádek)	PGP
19.3.	So		Hradecká DT	Stříbrný rybník	PHK
20.3.	Ne	ČR	Pohár štafet	Stříbrný rybník	PHK
25.3.	Pá	Praha	PP NOB	Praha - Klánovice	FSP
26.3.	So	Praha	PŽ 1 (krátká)	Praha - Klánovice	FSP
3.4.	Ne	Praha	PŽ 2 (krátká)	Říčany	MFP
9.4.	So	Praha	PŽ 3 (krátká) + PŽ 4 (krátká)	(Jezírko)	VSP
9.4.	So	ČR	ŽB-M (klasika)	Horní Studénky	ASU
10.4.	Ne	Praha	PŽ 5, PP (klasika)	(Jezírko)	VSP
10.4.	Ne	ČR	Pohár štafet	Bušín	ASU
16.4.	So	ČR	MČR NOB	Ruprechtov	ZBM
17.4.	Ne	Praha	PŽ 6, PP (krátká) + PŽ 7 (sprint)	(Kejkol)	SLA
22.-24.4.	Pá-Ne		3EOB	Pražské Velikonoce	DKP
23.-25.4.	So-Po		3EOB	HANÁ Orienteering Easter	OOL
4.5.	St	Praha	PPŽ	(Kamýk)	KAM
6.-8.5.	Pá-Ne		3EOB	Mariánské Lázně	MLA
7.-8.5.	So-Ne		2EOB	Saxbo	CHA+ZIT
11.5.	St	Praha	PPŽ	(Troja)	TJP
14.5.	So	ČR	ŽA, ŽB-M (klasika)	Hradec nad Moravicí	AOP
14.5.	So	ČR	ŽB-Č (klasika)	Mostek	STH
15.5.	Ne	ČR	ŽA, ŽB-M (krátká)	Hradec nad Moravicí	AOP
15.5.	Ne	ČR	ŽB-Č (krátká)	Horní Nová Ves	NPA
18.5.	St	Praha	PPŽ	(Hrádek)	PGP
21.5.	So	ČR	Pohár štafet	Zdislav	CHT
21.5.	So	ČR	ŽA (sprint)	Pardubice	LPU
22.5.	Ne	ČR	Pohár štafet	Újezd u Chocně	LPU
25.5.	St	Praha	PŽ 8, PP (sprint) + PPŽ	Praha - Liboc	EKP
29.5.	Ne	Praha	PŽ 9 (sprint) + PŽ 10 (sprint)	Mělník	PVP
1.6.	St	Praha	Pohár žactva	(Ládví)	TAP
4.6.	So	ČR	ŽA, ŽB-Č (krátká)	Pařezská Lhota	SJC
5.6.	Ne	ČR	ŽA, ŽB-Č (klasika)	Lužany	SJC
8.6.	St	Praha	Pohár žactva	(Vrabec)	ROZ
11.-12.6.	So-Ne	ČR	MČR krátká trať	Nesměř	TTR
15.6.	St	Praha	PPŽ štafety	Praha - Klánovice	OKP
18.6.	So	Praha	PŽ 11 (klasika)	Žilina	DKL
25.6.	So	ČR	ŽB-Č (klasika)	Sedlo	ASU
26.6.	Ne	ČR	ŽB-Č (krátká)	Nová Bystřice	ASU

Datum			Typ závodu	Místo (Mapa)	Poř.
2.-6.7.	So-St		5EOB	Česká Kanada	PGP
2.-6.7.	So-St		4EOB	Advanta cup	DOB
8.-10.7.	Pá-Ne		3EOB	Cena střední Moravy	KON
15.-17.7.	Pá-Ne		3EOB	H.S.H. Vysočina cup	CHT
22.-24.7.	Pá-Ne		4EOB	Grand prix Silesia	AOP
29.-31.7.	Pá-Ne		3EOB	Petit prix	TJN
3.-7.8.	St-Ne		5EOB	Bohemia	BOR
20.-21.8	So-Ne		3EOB	Pěkné prázdniny	TUR
26.-28.8.	Pá-Ne		3EOB	Sokolovský krvák	BSO
26.-28.8.	Pá-Ne		3EOB	Cena východních Čech	PHK
2.9.	Pá	ČR	MČR sprint	Boskovice	KON
3.9	So	ČR	ŽA, ŽB-M (klasika)	Okrouhlá	KON
4.9.	Ne	ČR	ŽA, ŽB-M (krátká)	Okrouhlá	KON
10.9.	So	ČR	Pohár štafet	Smržov	SHK
10.9.	So	ČR	ŽA (sprint)	Jaroměř	SHK
11.9.	Ne	ČR	Pohár štafet	Zdoňov	DOB
17.-18.9.	So-Ne	ČR	MČR klasická trať	Bečov nad Teplou	EKP
24.9.	So	ČR	ŽB-Č (krátká)	Liberec - Vesec	VLI
25.9.	Ne	ČR	ŽB-Č (klasika)	Liberec - Vesec	VLI
28.9.	St	Praha	PŽ 1 (sprint)	Praha - Chodov	PGP
1.10.	So	Praha	PŽ 2 (klasika)	(Liščí bouda - východ)	PGP
2.10	Ne	Praha	PŽ 3 (krátká)	(Plazy)	SCP
8.10.	So	ČR	MČR štafety	Střítež	KSU
9.10.	Ne	ČR	MČR kluby	Střítež	KSU
15.-16.10.	So-Ne		Vodňanský kapr		PVD
22.10.	So	Praha	PŽ 4 (krátká)	(Pramenný důl)	DKP
23.10.	Ne	Praha	PŽ 5 (klasika)	(Pramenný důl)	DKP
4.11.	Pá	Praha	HULK cup		HULK
17.11.	Čt	Praha	SMIK		SLP
3.12.	So	Praha	Mikulášův kufr		PGP
17.12.	So	Praha	Spartánská klouzačka		SCP
25.12.	Ne	Praha	Vánoční kufrování		PGP

V kalendáři jsou uvedeny pražské (Praha) i celostátní (ČR) závody.

Vysvětlivky: LOB - lyžařsky orientační běh, PŽ - pražský žebříček, ŽA - žebříček A, ŽB-Č - žebříček B Čechy, MČR - mistrovství ČR.

Na závody se musíš přihlásit v termínu vyplněním přihlášky na internetu, e-mailem, telefonicky nebo osobně přihlašovatel. Uveď i případný fakt, že nepožaduješ ubytování. Termíny přihlášek jsou uvedeny na internetu. U jednotlivých závodů je to asi měsíc před datem konání, u vícedenních závodů až tři měsíce. Pokud se vybírá záloha, nebudeš přihlášen, pokud ji včas nezaplátíš.



