



ROČENKA 2014



Leden:

13.1. - [Pražská zimní liga](#) si bere zřejmě přestávku, sněhu je pořád málo a tak se zájemci mohou vydat trochu výš, až úplně nejvýš. **V neděli 19. ledna se opět poběží (půjde) na Mount Everest.** Soutěží šestičlenná družstva nebo jednotlivci. Pokud družstvo nemáte, můžete se stejně přihlásit a buď budete do družstva přiděleni nebo se vydáte na střechu světa sólo. Loňský rekord (3 : 40 : 27) "Sebranky chciplotin" čeká na překonání.

17.1. - Na Everestu i pod ním je pěkně hnusně, ale borci už brousí cepíny, kontrolují lana a plivají si do dlaní. Zatím je přihlášeno jedno kompletní družstvo - Turbo Líšná & host (neoficiální název) - Tomáš, Lucka, Pepík, Anička, Eliška, Pedro, dvě neúplná - Leoš, Honza, Mirka, Luboš a Eva; Adam, Zuzka, Pavel, Pavlína a Jana, a pět volných hráčů - Kalič, Hynek, Martina, Petr a Kamil. Vzhledem k tomu, že mládež má obvykle problémy se včasnými přihláškami, je možné, že se tentokrát utkají 4 týmy. Nezapomeňte, že potřebujete mapník, tužku a nějakou podložku (vše jednou do týmu).

18.1. - **Vašek:** Ahoj, prosím přihlásit horolezeckou výpravu Rozžhavená kamna ve složení: Vašek Hillary, Zdeňka Rutkiewiczová, Michael Messner, Jakub K. Habeller, Otto Tenzing, + ještě máme náhradníka Kubu Š. Malloryho, ten se ale na výstup moc necítí. Rádi tedy přijmeme nějakého jiného již přihlášeného šerpu či zkušeného horolezce.

19.1. - Právě jsem se vrátil z hor a pod Everestem byl prý pěkný mazec. Tři týmy a jeden jednotlivec se vydali(y) vzhůru k nebi a pak se i bezpečně z vrcholu spustili. Zvítězil tým s nejdelším názvem - Bezkrvní invalida Seskočil z Rudé skály a vyrazil si dech, když vrchol zdolal za fantastických 3:59:06 (9 - Hynek, 8 - Adam, 7 - Pavel a Pavlína, 6 - Zuzka a Jája). Druhé místo vybojovalo mládí - Rozžhavená kamna za výtečných 4:21:23 (8 - Vašek a Kalič, 7 - Zdenička, KubaK a KubaŠ, 6 - Otík). Pro bronz si vylezli (a slezli) posílení vetoši - Cesta z města ve skvělém čase 4:35:17 (9 - Honza, 8 - Martina a Luban, 7 - Leoš, 6 - Mirka, 5 - Petr). Sólo se vydal k vrcholu Martin Pacner (Kolená na kaši), který začal hodně zostra, ale po pěti výstupech (2:08:15) to díky problémům (viz název týmu) musel zabalit. Smolaři dne jsme ale byli my - tým Turbo Líšná & host. V nezměrné euforii jsme si sedli bohužel do jiného letadla, a místo v Nepálu jsme skončili v Ekvádoru. No když už jsme byli na místě, vyrazili jsme alespoň k vrcholu Chimboraza, z něhož jsme se vrátili za 4:39:40 (8 - Pedro, 6 - Lucka a Anička (!!!), 4 - Tomáš a Eliška (2 roky !!!), 3 - Pepa (zranění)).

Děkuji všem borcům z obou stran zeměkoule za famózní výkony a rád všechny opět přivítám na parketu za dva týdny (to už bude o dost mírnější).

26.1. - Na mapě Blýskava se běžel [další závod PZL](#). Velmi slušná berounská účast - nejlépe dvacátý KubaŠ.

Únor:

4.2. - V neděli se běžel [Dědův HROB](#). 128 startujících - vyhrál Šeďa, který to jediný sebral všechno - nejlepší Lokomotivy - Adam (staronová posila), Zdenička (druhá žena) a Vašek.

14.2. - [Zimní liga](#) měla už v sobotu na pořadu 13. kolo v Klánovicích na "Zimním Vídrholci". Po tomto závodě má již celkem 11 borců více než 1 000 bodů (7 mužů a 4 ženy). Za týden běžíme opět skoro "doma".

24.2. - U Zdic jsme se většinou ani neztratili na jubilejním (4.) ročníku "[Ztrať se!](#)", čtrnáctém závodě [PZL](#). Famózně zaběhli Pavla a Adam, kteří obsadili první dvě místa v hlavní kategorii. Dařilo se i vítězům na trati B - KubaŠ, Zdenička a KubaK. V "céčku" nejlépe Kamil.

28.2. - K dnešnímu dni je uzavřena registrace a odeslána platba na rok 2014 (pro kontrolu jste seznam dostali na e-mail). Sezóna začíná a tak nezapomeňte na ORISu sledovat kalendář závodů a včas se přihlašovat. Třeba zájemci o nejlevnější přihlášky na [Pražské Velikonoce](#) na to mají již jen pár dní (do 2.3.). Zájemci o méně tradiční závody mohou zkusit třeba [Trail-O nebo TempO](#). První oblastní žebříček má přihlášky do 16.3. a běží se už den před zakončením PZL ([Skrýše](#)). Pokud máte problém s přihlášením nebo ještě nemáte zřízený přístup na ORIS, tak se ozvěte.

Březen:

2.3. - [Zimní liga](#) pokračovala [Velkou cenou Líšné](#). Pro stovku borců pořádal Tomáš na mapě Vrána (vzor 1980) v prostoru loňského MČR v rogainingu. I s Kalimerovou dopomocí (hlavně na šestnáctce) a dvěma hručkami (na devítku cca 5-6 minut a třináctku cca 2 minuty) kousek přes dvě hodiny. Velká paráda :-). [Mapa](#) - [Rozbor](#).

11.3. - Dvě předposlední kola Pražské zimní ligy se běžely o víkend. Jéňova "[PRAGA CAPUT REGNI MMXIV](#)" a Fandových "[80 minut na Vrabci](#)".

22.3. - Uplynulý víkend otevíral jarní OB sezónu na tradičních [Jarních skálách](#). Do desítky se vešel devátý Stano v H65.

22.3. - 14. ročník tradičního [BRUTUSu](#) se běžel tentokrát z Železného Brodu (Maloskalsko) na netradiční mapě s měřítkem 1 : 17 500. Díky Evě s Vojtou jsme nocovali na kontrole 24, kterou jsme po oba dny i navštívili. Po více než deseti hodinách v lese Eva s Pedrem druží v HD, Leoš s Lubanem těsně za první desítkou v HH. Nádherné a neopakovatelné zážitky byly opět součástí balíčku poskytnutého pořadateli. Na stránce závodu jsou zaznamenány i naše postupy (v sobotu snad dobré, v neděli už se chybovalo:-))

22.3. - Pouhých 11 borců nás reprezentovalo na [1. oblastním žebříčku v Libotenicích](#). Naděje se prezentovaly pouze v kategoriích HDR (Maruška) a H16 (AdamR). V hlavních kategoriích Zdenička před Aničkou a Pedro před KubouŠ a KubouK. PavelK v H21K a zbytek vetoši... Jednoduchý, průběžný terén, malé (skoro žádné) kopce a ostružiny ještě nízké. Tentokrát bez medaile. Do desítky se vešli: Dědín (6. v H65), Zdenička (7. v D21L), Pedro (8. v H21L) a Pavel (9. v H21K).

23.3. - Dneska skončila posledním závodem ([Skrýše](#) - byly tradičně skvělé a snad se během týdne trochu rozepíšu)

[Pražská zimní liga](#). V konečných výsledcích je Pavla celkem čtvrtá (druhá žena). Další naši chlapi (Tomáš a PavelK) až na konci páté desítky.

31.3. - Změnil se nám čas, a tak začínáme trénovat ve středu v lese. Během úterý (nebo ještě dnes) projeďte svůj zájem o první jarní trénink. Zájemci se přihlásí a uvedou, jaký trénink chtějí absolvovat (1 - lehké, začátečníci, cesty+ 2 - normal, 3 - profi - mapa bez některých prvků). Sraz bude v 16.00 u "[horního dubu](#)". Pokud netrefíte, či si sami na start netroufáte, dejte vědět a domluvíme doprovod.

31.3. - Platba za druhý termín [Velikonoc](#) je odeslána. Do týdne dorovnejte své dluhy.

31.3. - V neděli pokračoval v Praze [v Šárce druhým závodem oblastní žebříček](#). Žáci opět žádní a tak v mládežnických kategoriích zachraňovala čest alespoň Maruška (HDR) a Barča (stříbro v D18). Do desítky tentokrát pouze vetoši - 7. Stano (H65), 8. Pavel K (H35L) a 9. Petr (H55).

31.3. - Sobotní večer patřil [oblastní přeboru v NOBu](#). Účast i tentokrát skromná - Zdenička i Vašek ve druhé desítce.

31.3. - O víkendu se běhalo v sobotu na [ZČ oblastním žebříčku](#) v Krtech u Jesenice. Na klasice vyběhli "brambory" Anička (D10) a Tomáš (H45).

Duben:

3.4. - Středeční trénink v lese:

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	Profi	JK	35:11	
2.	Profi	Zdenička	48:49	
3.	Profi	Vašek	55:00	sbíral
4.	Profi	Majkl	63:24	- 1kontrola
1.	Klasik	Pajdy	38:12	
2.	Klasik	Anička M	54:52	
3.	Klasik	Lucka	81:43	
1.	Light	Anička K	53:12	+ doprovod
2.	Light	Anička V	58:06	
3.	Light	Pepa	108:39	

7.4. - Přihlášky na středeční trénink (s číslem obtížnosti jako minule) do zítřka (úterý). Start v 16.00 od rozhledny.

7.4. - [O víkendu](#) se běhalo na západě. V sobotu se běžel oblastní přebor štafet, kde si skvěle vedly naše dámy, které zvítězily a vybojovaly si postup na MČR! Odpoledne ještě sprint a v neděli klasika.

Pavla (ke štafetám): ...nebyl ani start hanby a ani poslední jsme nebyly ... škoda, že nevyrazili i pánové ...

10.4. - **Dědín:** Ahoj, tento víkend jsem oddíl reprezentoval na mezinárodních závodech [CESOM](#) na Slovensku, kde jsem ve třech závodech obsadil vždy třetí místo a to i celkově na zajímavých tratích na [Záhorí](#).

10.4. - Druhý středeční trénink v lese (tentokrát o dost těžší :-)):

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	Profi	JK	40:59	
2.	Profi	Vašek	51:38	sbíral
3.	Profi	Kubaš	42:33	bez X
1.	Klasik	Zdenička	49:34	
2.	Klasik	Leoš	53:33	bez 6 a X
3.	Klasik	KubaK	66:52	bez 3 a 7
4.	Klasik	Lucka	81:40	bez 4, 6 a X
1.	Light	Anička K	65:39	+ doprovod
2.	Light	Anička V	55:00	bez 3 - 7
3.	Light	Pepa	58:00	bez 3 - 7

14.4. - Přihlášky na středeční trénink v lese opět do úterka a s číslem obtížnosti (trénovat mohou i dospělí). Start bude na [Václaváku](#) od 16:00.

14.4. - **A pak že není sníh... - 4. ročník [Horské výzvy - 1. závod - Jeseníky](#)**

"V pátek v 16:45 na Čerňáku", zní dohoda s Mírou. Blížím se s mírným zpožděním a v tom první SMS: "Nestíháme, odjezd bude tak o 10 minut opožděn". Pohoda, to bohatě stíhám. Druhá SMS. "Je tu nějaká bouračka, autobus stojí,

dorazím o něco později. Martina". Takže na čas dorazil jenom Honza s autem. No začalo to hezky. Před čtvrt na šest konečně odrážíme a jede se do Škvorce - Míra si musí ještě doma naložit věci.

V Koutech jsme kousek po deváté a na prezentaci je celkem volno, a tak to za pár minut sfoukneme (vlak přijíždí po desáté). Tři čtvrtiny posádky auta si jde zdřímnout, já se jdu nachystat (do startu je už jen něco přes dvě hodiny :-)). Poněvadž nechci nechat nic na náhodu, pečlivě vybírám co na sebe, mažu, polykám bobule a Magnesii. Poněvadž se mi tradičně pořád něco ztrácí, zabere mi příprava víc než hodinu. Venku přikoslo (tři nad nulou) a poněvadž se bude stoupat o 900 metrů výš, přibalím do batůžku hned dva Devoldy (nakonec si tam hová celý závod). Na sebe triko s dlouhým (tentokrát ne Lidl, ale Adidas) a "papírovou" bundičku (váha nula celá nic) a dolů dlouhé gatě a ještě vrstvu na kolena a lýtka (borci v trenkách mne nepřestávají fascinovat :-)). Nové hole jsem otestovat nestačil, ale Hynek je tak vychvaloval, že určitě nemohou zklamat. K pití flaška Magnezie (poprvé z Camelu piju až pod Pradědem) a gelíky a tyčky. Opět věříme pořadatelům, že značení je skvělé, takže letos bez GPS. Značení opravdu bylo téměř bezchybné a my jsme překvapivě ani jednou nezabloudili. Před půl na půlnoc se vracím do auta, kde Martina stále chrupe (ale víceméně připravená). Před startem tradiční chaos a do koridoru se procpáváme těsně před startem. Nejdříve stojíme vzadu, ale když Míra s Honzou razí kupředu, svezeme se kousek na jejich vlně.

Ve 23:55 se startuje. Jako vždy většina borců vyráží na trať, jako by se běžela pětka na dráze. Když naběhneme na žlutou, začíná pomalé stoupaní údolím Hučivé Desné. Vepředu se běží tempo pod 5 minut na kilák, my jdeme značně rozvázněji. Hned od začátku cítím, že se ten hnusný trénink kopců vyplatil. Přesto, že běžíme celkem svižně, je mi jasné, že to bude dneska paráda. Po opuštění silnice se vydáváme konečně do pořádného kopce pod Keprník (celkem je ze začátku třeba vystoupat z 560 metrů do 1422 metrů na Keprníku). Martina to celkem chladí (blbě se tady předjíždí) a tak se moc nenadřeme ani tady. Zhruba od tisíce metrů se objevuje sníh, ale proti ložsku je to jen parodie na něj. Na Keprníku máme v nohách 10 kilometrů, 860 metrů nastoupáno a jsme v lese teprve 90 minut a síly v podstatě neubýly. Optimismus mi vydrží ještě 24 minut a 3,2 kilometru. V té chvíli se trochu zamyslím :-), přeskočím v kamenitém klesání na kluzký šutr, vyhodím kopyta a letím na levý bok. Pecku do levého stehna snad ani nerozchodím... Navíc si poškrábu sklíčko na Garminovi (proto ty přesné informace - na šutr dopadlo i tlačítko pro mezičas. Vlevo pod námi prudký svah a tak vlastně můžu být rád, že jsem nesjel i tam (Martina mne tam už viděla), neboť to by byla konečná zcela jistě. Abych nekazil náladu týmu, hrdinsky prohlásím: Dobrý, a zkouším klusat. Trochu to jde, ale poněvadž se běží z kopce, každý došlap bolí jako čert. Ale jak říká Honza: Asi to tak mělo být. Endorfiny a adrenalin zaplavující mozek našťěstí bolest tlumí a po pár minutách to trochu polevuje. Bolest cítím (hlavně při seběžích) až do cíle, ale je to celkem snesitelné (kolena bývají občas horší). Další dvacet minut sbíháme do Ramzové na první občerstvovačku. Vzhledem k počasí (přiměřená teplota, vysoká vlhkost) se tady teprve poprvé najíme a napijeme - tlačím dva jonťáky a jednu vodu, koláč, čokoládu, banán. Následuje kus po zelené a potom nejdrsnější stoupaní, po modré na Šerák. Martina mírně vadne a před dvacátým kilometrem hlásí ztuhlá lýtka, která musí při zastávkách protahovat. Když se ale pod Šerákem vracíme na červenou a pokračujeme zpět na Keprník, chytá druhou mízu a tempo se opět výrazně zrychluje. Na rozcestí se žlutou (po které jsme vysupěli z Koutů) je trasa značená jinudy, než je

v mapě, což nás trochu zneklidní, ale značení pod Červenou horou je jasné a tak pokračujeme.

Na Červenohorském sedle jsme ve tři čtvrtě na pět. Za námi polovina tratě, necelých pět hodin... Sice je třeba opět nastoupat 500 metrů, ale tentokrát je to lépe rozložené a tak to docela sype a na Pradědu jsme před půl sedmou (vítězové se již blíží do cíle, nás čeká ještě víc než dvacet). Tam se dozvídáme, že jsme pátý mix, ale poněvadž zase až tak moc nespěcháme (než vyndám mapu pro podpis z batohu tak to chvíli trvá :-)), tak nás hned po odběhu přejíždí dvojice mladšů s tempem, které si určitě nemůžeme dovolit... Na Ovčárně třetí občerstvení a zpráva, že do cíle je to už

pouhých 18 kilometrů. Přesto, že to nakonec bylo skoro dvacet, byla to přece jen už necelá (a hlavně poslední) třetina. Cesta kolem Petrových kamenů, přes Vysokou holi a Kamzičnick dala konečně naplno vzpomenout ložský závod. Hafo sněhu všude, kam se podíváš a tak jsme si alespoň tady těch pár kilometrů užili broděním sněhem. Nutno říct, že to úplně stačilo. Následuje pohodový seběh po zelené na (kdysi) krásnou vrstevnicovku na modré. Cesta je totálně rozbitá a tak se běží v bahně a kamenech - nic moc. Následuje závěrečné tříkilometrové stoupaní k horní nádrži Dlouhé stráně a pak už jen samá pozitiva a sociální jistoty. Tedy dá-li se tak závěrečný tříkilometrový sešup (z toho skoro dva kiláky po sjezdovce) nazvat. Do cíle zmordovaní dobíháme za necelých deset hodin.

Délka: 64,7 km; Stoupaní: 3 234 m; Čas: 9:48:03.

Přesto, že se z diskuzí asi dozvíme, co všechno bylo letos opět špatně, je nutno říct, že se pořadatelé opět zlepšili a z našeho pohledu byl závod (opět) skvělý. Hlavně značení (až na pár drobností - tradičně v závěru na sjezdovce - ale to je možná záměr) bylo letos vynikající. Takže další výzva je již za měsíc na Šumavě...

14.4. - V neděli pokračovaly oblastní žebříčky [čtvrtým závodem](#). Běžela se krátká trať v Jevanech na mapě Aldašín - východ. V desítce Bára (3. v D18), Dědín (4. v H65), Petr (6. v H55) a PavelK (9. v H35).

14.4. - V sobotu se běžel [oblastní přebor ve sprintu](#) v Praze na Chodově. Medale pro Báru (3. v D18), Pavlu (2. v D21) a Stana (2. v H65).

15.4. - **Vojta:** Ahoj, zítra uplyne 9 měsíců od našeho přestěhování na sever a my jsme se teprve včera zúčastnili prvních oblastních závodů. A bylo to hned Oblastní mistrovství na [KT \(dopoledne\)](#) a ve [sprintu \(odpoledne\)](#). Pořádal Nový Bor v Sosnové u České Lípy. Perfektní zázemí v místním kulturáku, borské orientácké pekařky si nezadají s babičkou Jindry Kořínka v Turnově a tak jsme si už před závodem u kafička pěkně pochutnali. Mapy velmi pěkné, terén takový, co mám nejraději - průběžný

borůvkový les se skalkami a velkými kameny. Moc se nám tam líbilo. Jenom jedno malé doporučení pro mládež - při parkování ve vesnici nenechávejte boty sušit pod autem, já jsem takhle o své přišel. Připomínám - 4. 5. končí termín přihlášek na ŽA pořádaný Turnovem v Rokytě (35km od Koberov), těšíme se na další návštěvu Berounských

orientááků, můžeme ubytovat jedno auto. Zdraví Vojta + Eva

17.4. - Výsledky včerejšího (hlavně pro profi a děti) hodně obtížného tréninku:

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	Profi	Vašek	65:00	cca, sběr
2.	Profi	JK	65:15	- 2 k
3.	Profi	Klára	68:25	- 2 k
4.	Profi	Pajdy	75:12	- 2 k
1.	Klasik	Majkl	36:23	
2.	Klasik	KubaK	41:19	
3.	Klasik	Zdenička	47:40	
4.	Klasik	Lucka	88:02	- 1k
5.	Klasik	Leoš	52:40	- hafo k
1.	Light	AničkaV	59:12	
2.	Light	AničkaK	70:32	s doprovodem
3.	Light	Pepa	122:15	

21.4. - Trénink přihlašujte opět do úterý se zadáním obtížnosti. Startujeme z [parketu v Zahořanech](#).

21.4. - Tradiční [Pražské Velikonoce](#) pořádala Kotlářka. Ve skalách se dařilo čtvrtému Vaškovi (H21B), pátému Vojtovi (H65), osmé Pavle (D21A) a deváté Zdeničce v dámské elitě.

27.4. - Trénink přihlašujte opět do úterý. Start tentokrát na [parkovišti cestou na Hudlice](#) (před odbočkou na Trubskou).

27.4. - V sobotu se běžel [oblastní přebor na krátké trati](#) v Želízech na Čertových hlavách. Skvěle zaběhla Pavla (6. v D21), v desítce i šestý Dědín (H65) a sedmý Bohouš (H60).

27.4. - Středeční trénink měl tentokrát hodně komorní průběh:

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	Klasik	KubaK	57:49	
2.	Klasik	Lucka	84:06	
1.	Light	AničkaV	31:15	
2.	Light	Pepa	36:15	

Květen:

4.5. - Na prvního máje se běžela [příprava na rogáč](#). Adam (s Hynkem) i Pavla s Pavlínou své kategorie vyhráli.

4.5. - Oblastní žebříčky pokračovaly [sprintem v Praze](#). Pořádala Kamenice. Osmý Bohouš (H55), Vašek a Zdenička ve druhé desítce hlavních kategorií. Některé kategorie měly díky chybě pořadatelů problémy...

4.5. - Na středeční trénink se přihlásil jenom KubaK a tak se neběželo. Do úterka je možno přihlásit se na poslední jarní trénink. Start opět na [parkovišti cestou na Hudlice](#) (před odbočkou na Trubskou).

12.5. - **Stano:** Ve dnech 3. a 4.5. jsem se zúčastnil prvních [dvou kol MTOB](#) v Labských pískovcích - po oba dni 4. místo a 1.5. se zúčastnili 3 členové LBE 3-etapového sprintu na Hazmburku a v Libochovicích, kde nás nejvíce dobehli stavitel tratí Tomáš Babicky, když po druhé etapě bylo několik kategorií, kde nebyl žádný závodník klasifikován - nebyli kody a kontroly byli i 2m od sebe - rozhodný byl popis umístění kontrol a jako vždy 1 až 3 povinné úseky (jinak volný výběr kontrol). Příští rok to bude v okolí Úštěku - DOPORUČUJI.

12.5. - **Leoš:** [VIPRAHLÝ BAJKONUR 2014](#)

Orientáky na biku posledních pár let již jezdím výhradně s mojí ženou. Je to veliké štěstí, že člověk, s kterým jsem uzavřel slib na „věčnost“, je od té lásky a sdílí se mnou i stejné záliby.

V loňském roce jsme, kromě Hřebenáče, žádný podnik pro dvojice spolu neabsolvovali, tak ve chvíli, kdy bylo jasné, že Bajkonur bude opět v Berouně (již po 4.), označil jsem datum do kalendáře a pracoval na jeho dodržení. Ba co více, na začátku roku jsem si vytvořil celoroční kalendář závodů, které bych rád absolvoval a hned, jak jsem ho viděl celkem slušně zaplněn, tušil jsem, že si na ledničku, kam jsem ho pověsil na magnety, musím přidat fixu, abych mohl odškrtnout ty, které nebude možné absolvovat. Ale hned první dva měsíce mě mile překvapily – Osecká 10., Everest, Dědův HROB, Chyňavský kros, v březnu BRUTUS...jak by řekl Sir Jameson „slušná účast, fakt slušná“. Také jsem si nedávno dal takový slib, že bych měl, dokud ještě mohu, zúčastnit se alespoň jednou místního tradičního závodu – v Berouně a okolí, což jsem v dubnu mojí první účastí na Běhu přes Městskou horu, posunul trochu blíže k jeho splnění. K BAJKONURu: v roce 2011 jsme se s Mirkou bohužel již posunuli do kategorie + (plus), což znamená – pro mladší ročníky – veteráni nad 40 let a rovnou jsme tuto kategorii vyhráli. V dalším roce jsem se léčil z boreliózy, tak jsem dali dohromady sestry (v akci). Loňský rok jsme vynechali, tak letos jsme opět vyhlíželi k pódiu, tedy spíše jen já, Mirka se

tomu smála.

A vida, nebyli jsme zas tak daleko, jen 8min a 45s. nám chybělo na třetí flek. Na to, že jsme toho do dubna moc nenatočili, dobrej počín. Ale co si troufnu tvrdit, tak v neoficiálním mistrovství Berouna veteránů jsme obsadili první místo, když za námi s minimální ztrátou skončili Dana a Harry (Město Beroun), Ája a Honza (Mapkini), Endrie a Pech a Luban s Klobásou (Scorpio).

Mapa byla opět od SHOCARTu, kontroly rozmístěné od Chyňavy, Nižbora, Koněprus a Karlštejna se spojnicí přes Vráž, nabyly záladné, což svědčí i to, že všechno posbíraly dva týmy a pět jich měly o jednu kontrolu méně. Inovaci chlapci z VIPrahla měli v použití startovních čísel s čárkovým kódem, kterým pomocí čtečky, stanovili celkový čas na trati. Zázemí osvědčené opět v a kolem Restaurace U štiky a jak pravil Komanč, také nejlepší, kde kdy něco pořádali. Vše potřebné najdete na stránkách: <http://www.viprahlo.cz/>

Všem, kteří jste vydrželi až sem, přeji žádný škrtnutý závod ve vašem kalendáři, na který jste se tolik těšili.

12.5. - Středeční trénink je už na [Žaket PPŽ](#) - pořádá pragofka [v Milíčáku](#).

12.5. - Druhým závodem pokračovala [Horská výzva](#) - tentokrát na Šumavě.

12.5. - O víkendu se běžely [první "béčka"](#). V sobotní klasice výborně zaběhl Láďa (7. v H14B). Do desítky ještě osmý Adam (H21C). V nedělní krátké trati Adam opět osmý.

12.5. - Ve čtvrtek se o státní svátku běželo druhé letošní OB [MČR - sprint](#) ve Znojmě. Na dvacet minut se přes půl republiky vydali Vašek (nevešel se do stovky), Pavla (31. v D21 - a přímém přenosu byla vidět) a Zdenička (23. v D20).

24.5. - Ve středu pokračoval [Žaket PPŽ druhým závodem v Krčáku](#). O mapový trénink byl, přes luxusní počasí, opět mezi našimi borci minimální zájem - běželi pouze Eliška, Anička, Pepa a Tomáš (a já HDR). Ve středu (28. 5.) tradiční závod v Troji (u žiraf).

24.5. - O uplynulém víkendu se běžely ["ábéčka" v režii Turnova](#). Pěkné terény známé z MČR v rogainingu, v sobotu hnsné a v neděli slušné počasí, luxusní ubytování v T-hotelu v Koberovech a opět neslané nemastné výkony nás - běžců. V sobotu se do elitní desítky podívali pouze sedmý Vojta (H65B) a devátá Eva (D60B). V neděli skvěle zaběhl mladší Láďa, když v H14B zacinkalo stříbro. Do desítky potom už jenom osmá Eva (D60B).

24.5. - [Dnešní štafety](#) měly i jedno berounské želízko v ohni (H21). Solidní výkon stačil na dvanáct štafet :-).

27.5. - [Nedělní štafeta](#) ještě o 4 místa výše, ale body z toho opět nebyly...

V [sobotním sprintu](#) ve druhé desítce Zdenička (D20A) a Adam (H21C).

Červen:

1.6. - Zato Stano si vyběhl o víkendu na dva klasické přebory - [jihočeský v Písku](#) a [středočeský v Janově u Rakovníka](#).

1.6. - Poslední dva jarní [oblastní žebříčky](#) naši borci moc neobsadili. V sobotu běžel pouze Kubaš. Odpoledne se ještě běžel (veřejný) delší sprint kde se proběhli Vašek se Zdeňkou.

1.6. - V pátek začal [Mariánskolázeňský trojúhelník](#). V lese se za nás pere pouze Bohouš.

3.6. - Vojta s Evou pobíhali v Jesenické oblasti [ve Vratislavicích nad Nisou](#). Eva třetí (D60), Vojta pátý (H65).

11.6. - Už minulou středu se běžel [Žaket PPŽ v Ďáblicích](#). Tomáš absolvoval souběžný TempO.

11.6. - V nádherných terénech pořádala Chrastava velmi náročná a velmi pěkná ["béčka"](#).

11.6. - O víkendu se běžela ["áčka"](#). Na Moravě nás reprezentovala Pavla.

11.6. - Dneska pokračoval [Žaket PPŽ na Balabence](#), pod taktovkou Kamenice.

22.6. - Uplynulý víkend se běhalo [na západě](#) - v sobotu vyběhl stříbro Stano (H65) a v neděli po lese pobíhala Vaníčková drobotina.

22.6. - Běžel se třetí závod [Horské výzvy](#), tentokrát v Krušných horách a byl to opět mazec :-)

22.6. - Jarní část sezóny má svůj vrchol za sebou. Běželo se [MČR a Veteraniáda na krátké trati](#). Nádherné terény byly fyzicky a v neděli především mapově velmi náročné. MČR běžela jen Zdenička a **30.6.** - Vytrvalci měli svůj tradiční vrchol na [MČR v rogainingu](#). Letos to bylo dost daleko a tak z Berouna startovala pouze čtyřčlenná skupina, ale dosáhla skvělé výsledky - 4 medaile. Zlato pro Leoše s Lubanem (MV) a Honzu (s Janou)(XV) a hned dvě stříbra pro Pavlu (s Jitkou)(WO a WV).

moc nešlo... :-) Ovšem zážitek naprosto excelentní!

i přes velkou snahu to stačilo jenom na dvanácté místo v "béčku". Vetoši makali co šlo, ale ono to

Červenec:

8.7. - Stano: Ahoj, v uplynulém víkendu jsem se jako jediný zástupce LBE zúčastnil dalšího dvoukola [celostátních MTBO](#) kousiček od místa květnových A-čkových OB ve Skelné Huti. Jeden z závodů se jel přímo na letišti Hradčany a na přilehlých většinou již zdevastovaných plochách. V obou závodech umístění na 4-tých místech. Dědín, PS. v další nastávajících dnech víkendu jedu na závody [do Banské Bystrice](#) spolu s Bárou a i vnukem Adamem, který bude běžet v N-kách. Dědín

8.7. - První vícedenní závody pořádaly plzeňští v prostoru [Sedmihoří](#). Především krásné terény a pěkné počasí "udělaly" výborný závod. Do desítky v celkovém pořadí se podívali Pavel (7. v H40) a Pavla (9. v D35).

8.7. - Boj o neaktivnějšího borce skončil a vítězem nového čipu je (překvapivě) Zdenička. Jak jste byli aktivní vy ostatní se můžete podívat do následující tabulky:

1	Zdenka	192
2	Stano	164
3	Vašek	160
4	Pavla	151
5	Pedro	110
6	Bohouš	103
7	Anička	81
8	Kubaš	79
9	Pepa	75
10	Anča	73
11	EliškaV	62
12	Vojta	60
13	EvaT	58
14	PavelK	55
15	Maruška	54
16	Tomáš	53
16	Patrik	53
18	Kalič	50
19	Bára	45
20	AdamŠ	43
21	KubaK	35
22	Pajdy	31
23	EvaH	28
24	Láďa jr.	24
24	Láďa	24
24	KubaL	24
27	Kamil	22
28	PavelP	20
28	PavčinaP	20
30	Terka	19
31	Leoš	18
31	Petr	18
31	Matěj	18
31	Zuzka	18
35	AdamR	17
36	Honza	15
36	Aneta	15
38	Hanka	12
39	AdamP	6
40	EliškaU	4
41	David	1
41	Šimon	1

14.7. - **Stano:** Ve dnech 11.7.-13.7. se zúčastnili [GPS v Banské Bystrici](#) 2 řádní členové Loko Beroun a jeden "půjčený", já, Bára a Adam Nosál. Bára skončila zraněná, Adam v N-kách na druhém místě a já na třetím místě, když vyhrál u nás Aleš Procházka z Kotlářky Praha. Dědín.

14.7. - Další česká vícedenní absolvovali veteráni na [Veteran cupu](#) pod Potštejnem.

16.7. - Jeden z nejobtížnějších ultra závodů na světě [Ronda del Cims \(Andorra\)](#) - 170 km s 13 000 m převýšením absolvovala Pavlína. V čase 57:53:02 doběhla třetí ve své kategorii.

28.7. – A jak to Pavlína viděla...

Ronda dels cims 2014

Po ložském absolvování UTMB, který jsem šla ze zdravotních důvodů s minimem tréninku, vyvstala otázka – co dalšího? Volba byla šílená – ANDORRA ULTRA TRAIL (170 KM, 13.000 m převýšení). Ale co – je to ještě za dlouho (to natrénuji) a má to luxusní limit (62 hodin). Sice si neumím při nejlepší vůli představit to převýšení, ale třeba to nebude tak hrozný. No, nenatrénovala jsem to (alespoň jsem o tréninku měla jinou představu). Přesto v pátek 11.7. v 7 hodin ráno stojím s ostatními 310 bláznů na startu v Ordinu a připadá mi všechno okolo, že se mě to ani netýká. Když vše půjde dobře, tak mě čekají 3 dny a 2 noci perné práce... Ještě doma jsem si prohlížela trasu, spočítala 15 vrcholů (nebo vysokohorských sedel), trochu si pohrála s časovým plánem (ale ono se to fakt napláňovat nedalo) a stanovila si cíl přežít a pokud možno vše absolvovat za 61 hodin (hodinka rezerva – to je luxusní). Do cíle bych tak přišla ve 20 hodin v neděli.

Je tu start a po startu následuje jeden z asi pěti úseků po silnici. Had se roztahuje, začíná stoupání po pěšině v lese. A už je tu klasika - do kopce se jde, po rovině a z kopce běží. Sápeme se na první vrchol COLLADA FERRERORES (2.532 m) a jde to dobře. Je to romantika – krásné rozhledy, potoky, vodopády a pasoucí se koně. Potkávám Kristýnu a moc mě těší, že můžu prohodit pár českých slov. Potom seběh a „už“ jsem na občerstvovačce u **Refugi Sorteny (19 km, 4:06 hod., průměr 12.95 min/km od startu)**. Dávám čaj a nemám vůbec chuť k jídlu, takže jenom vysaju šťávu z kousku pomeranče. Honza Suchomel čeká na Kristýnu, už se mu nějak nechce pospíchat. Vyrážím před nimi, však oni mě v dalším seběhu doženou.

V následujícím stoupání na druhý vrchol PORTELLA DE RIALB (2.508 m) se mi to nejedení rozleží a rozhoduji se, že budu ukázněná a budu pravidelně baštit. Protože, když se nebaští, tak se zvrací :-/. Takže vytahuji kousek chleba namazaný arašídovou pomazánkou (ta mě sedla na ŠUTRU) a celý ho stlačím. A je mi dobře. Trasa je teď nahoru, dolů a za podmáčenou loukou (těch ještě bude, chtělo by to goráče) je už vidět další občerstvovačka **Coma d'Arcalis (32 km, 7:24 hod. od startu, průměr 15.23 min/km od předchozí občerstvovačky)**. Tady ještě bufetí Honza s Kristýnou, kteří mě samozřejmě předběhli. Dávám si vývar, připadá mi nedobrý, málo teplý a málo slaný. Ale dobře to dopadlo, vývar je v žaludku a drží. Z občerstvovačky opět vyrážím před Honzou a Kristýnou.

Pokračuji po sjezdovce nahoru na třetí vrchol PIC DEL CATAPERDIS (2.715 m), byly to jenom 2 km stoupání a po seběhu následuje čtvrtý vrchol PIC DEL CLOT DEL CAVALL (2.612 m). Tady je další čipová kontrola, takže znám údaje **(39 km, 9:45 hod. od startu, průměr 20.14 min/km od předchozí občerstvovačky)**.

A jedeme dál – po seběhu, kde mě zase Honza s Kristýnou předbíhají, se krásným úsekem dostávám k další občerstvovačce **Refugi Joan Canut Pla de l'Estany (44 km, 10:51 hod. od startu, průměr 13.20 min/km ze 4. vrcholu)**. Je to krásná chata pod nejvyšší horou Andorry. Baštím, co se dá – klobásky a vývar, na nic sladkého nemám ani pomyslení. Honza s Kristýnou taky docházejí, Kristýna si stěhuje na žaludek, trochu si potřebuje odpočinout. Vyrážím zase sama. Tak, a teď mě čeká úsek 3 km dlouhý s 900 m stoupáním. Zdolávám ho za necelé 2 hodiny, to je slušný na 3 kiláky, ne? Je to vlastně strmé suťovisko. Na pátém vrcholu PICU COMAPEDROSA (2.942 m) mám **47 km od startu, jsem tady za 12:49 hod. a průměr od předchozí občerstvovačky je 39.33 min./km**.

V následujícím sestupu čekají kamenité cestičky, strmá sněhová pole a krásná jezera.

Po 3 kilometrech sestupu jsem u **Refugi Comapedrosa (50 km od startu, 13:56 hod. od startu, průměr 22 min./km z Comapedrosy)**. Akorát jsem si tu roztrhla kompresní podkolenku, úplně cítím, jak mi lýtko povolilo. A aby toho nebylo málo, dostavuje se nechutenství. Na chatě si musím něco dát, ale nic se mi tu nelíbí. Jsem tady s Honzou a Kristýnou, ta je na tom podobně. Poroučím si horký čaj, zkusím vývar, ale ten neprošel, musel ho sníst Honza. Sezobnu trochu oříšků, dávám si tyčinku. Chtělo by to pořádné jídlo, cítím, jak mám stláskaný žaludek. Tak nic, nasadit čelovku a už se vydávám do dalšího stoupání. Po 2 kilometrech a 200 metrech stoupání mám šestý vrchol PORTELLA DE SAFONS (2.592 m). Mám docela obavu z právě nadešlé noci, zatím je to fajn, protože neusínám. Díky těžkému terénu se daří udržet plnou pozornost. Na UTMB jsem usínala za chůze už první noc, a to se startovalo v 17 hodin! Tady musím dávat větší pozor. Sice mě každý kilometr připadá dlouhý aspoň kilák a půl, ale fakt se mi nechce spát. Něco za něco. Po 11. hodině večer jsem dorazila na občerstvovačku **Coll de la Botella (57 km od startu, 16:09 hod. od startu, průměr 27,57 min./km od chaty Comapedrosa)**. Na to, že to bylo z kopce, jdu fakt strašně pomalu, ale přesto na svůj plán mám ještě asi 4 hodiny náskok. To je dobrý, jenom vydržet. Myslím na Martinu, jak zvládá ten terén, myslím na Kristýnu s Honzou. Chybí mi, že už mě dlouho nepředběhli, to bylo strašně fajn. Vždycky jsem šla napřed a oni mě zanedlouho došli, já jsem je zase potkala na občerstvovačce, jak bufetí. Ale teď se nějak za mnou neobjevují. Jdu jako stroj, hlavně dávám pozor na to, abych nezakopla. Za přemýšlení o nesmrtnosti chrousta přicházím na sedmý vrchol BONY DE LA PICA (2.406 m, **62 km od startu, 18:12 hod. od startu, průměr 24,6 min./km**). Je po jedné hodině po půlnoci a moje rychlost je 5 kiláků za dvě hodiny, už nedávám ani 3 km za hodinu. Nějak se mi vytrácí pozitivní myšlení. Ale co, teď mě čeká dlouhý seběh do Marginedy, tak snad něco naženu. Nejdřív to vypadá, že to půjde, ale pak se to zaseklo. Tohle jsou nejdelší skoro 3 hodiny, co mi tenhle sešup trval. Pořád posouvám očekávaný čas, kdy do Marginedy dorazím. Chci si tam chvilku lehnout, ale rezerva se krátí. Dokonce čekám každou chvíli, že se začne rozednívat, na hodinky jsem si zakázala koukat, je to silně depresivní. Pod fetězy, kde nás ještě pojišťují dobrovolníci, někdo asi upadl a strašně řve bolestí. Výborná atmosféra. Za chvilku řve někdo další, co se to tam děje? No, za chvilku už vím. Tráva je mokrá od rosy a klouže to, jak na ledě. Jdu po straně, pořád padám, krok sun krok...

Do tý nešťastný **Marginedy** jsem dorazila těsně před 4. hodinou ranní **(70 km od startu, 20:55 hodin od startu, průměr 23,29 min./km ze sedmého vrcholu)**. Velká hala, plno kraválu. Jedna žíněnka je volná, tak zaléhám, batoh pod hlavu. Jenže nejde usnout, ležím asi hodinu, ale spát fakt nejde. Takže zvednout se, musím dát něco k jídlu.

Zjistuji, že, jak jsem ležela, vylil se mi obsah camelbagu (byl tam hořký čaj). Protože jsem si spálila ruce, když jsem šla celý pátek v triku bez rukávů, toto triko sundávám a vytírám s ním louži čaje. Od teď musím jít v triku s dlouhým rukávem. Namažu ještě nohy, vyměním ponožky a jde se jíst. Jídla tu je dost, ale nic nevypadá, že bych mohla pozřít. Navíc přichází Honza s Kristýnou, chudák Kristý je prošíta, nejí a jde spát. Přeju jí, ať se žaludek uklidní a hlavně, aby mě zase došli. Já si vylovím müsli tyčinku a se Samem se v 5:30 vydáváme na další boj.

Čeká nás asi 1000 metru nahoru a potom zase dolů přes osmý vrchol COLL DE LA GALLINA (1.910 m). Rozednívá se, Sam trochu zaostává, jdu tedy napřed svým tempem. Snažím se do toho šlapat ☺. Přichází mi SMSka od Aleše Zavorala, že to je dobrý a že to určitě dám. No, zrovna jsem hodně zdeptaná, když si uvědomím, že mě čeká ještě 100 kiláků! To snad ten Aleš ani nemyslí vážně, jenom mě chce utěšit. Začíná být teplo, přece jenom triko s dlouhým rukávem a ještě ke všemu z merina nebude to pravé. Docela se vařím, to nemůžu přes den vydržet. Při sestupu dělám časté zastávky, snažím se něco sníst a mažu nohy. Je mi strašný vedro.

V nejnižším místě trasy, v městečku Sant Julia de Lória čekají Míša Mertová s Aničkou Strakovou a Míša mě půjčuje svoje lehčí triko. Záchrana nemohla přijít ve vhodnější dobu! Díky, díky. Holky mě povzbudily, bylo to strašně milé setkání. Hned se mi jde líp. Teď na mě čeká stoupání, za 16 km budu výš o 1.755 metrů. Jdu pomalu, ale furt ☺. Na **91. Km je občerstvovačka na chatě Coma Bella (27:38 hod. od startu, průměr z Marginedy 17:52 min./km)**. Dávám si tady rýži s tuňákem, to mi chutnalo. Super, bude síla. Vyrážím dál, ještě potkávám Honzu (už bez Kristýny, která zůstala v Marginedě). Stoupání pokračuje a na mě jde spaní. Je teplo, uléhám do stínu pod borovice, šišky mě trochu tlačí. Usnula jsem, ale vůbec nevím, na jak dlouho. Okolo mě nikdo, asi už jsem poslední. Musím pokračovat ve stoupání, jdu přes Refugi de Roca de Pimes. Je tady půjčovna všeho možného motorového, co potom potkávám v dalším stoupání na devátý vrchol PIC NEGRE (2.645 m). Je tu nádherný rozhled, ale není čas, špu dolů. Teda fakt nevím, za 1 kilometr má být chata Claror, to přece musí být aspoň 2 km! Na chatě **Claror** jsem po 16. hodině (**103km a 33:03 hodin od startu,**

průměr 27:08 min/km i se spaním). Potkávám tady Honzu, který si dává čochku a strašně se diví, že jsem za ním. No, holt mě neviděl, jak chrupu. Strašně ho ráda vidím, ale už je to naposled, protože evidentně usoudil, že už toho loudání bylo dost a kopne do vrtule. Dávám taky čochku, ale vůbec mi nechutná, ale co - hlavně, že je v žaludku. Následující úsek je pestrý, krásný a hlavně za světla. Další občerstvovačka je za 12 km, je to strašně dlouhý, jdu přes desátý vrchol COLLADA DE LA MAIANA (2.424 m). Vyhlížím chatu **Refugi de l'Illa** už aspoň hodinu, pořad jí nevidím. Chce se mi spát. Takže, když tam konečně dorazím, mám **115 km od startu, 36:59 hodin a průměr od Claror 19,75 min./km**. To je dobré, za 4 hodiny 12 kiláků. Tady jsem udělala strategickou chybu. Přestože je ještě světlo a měla bych ho využít, raději zaléhám na kavalec. Ležím asi hodinu, vedle kecaj (tedy spíš na sebe křičí) dva ležící Francouzi, takže navíc vůbec neusnu. Mám vztek a je mi hrozná zima. Zkouším tedy tu jejich polívku, ale je dost hnusná a studená, celou ji vyhazuji ☹. V půl desáté nasazuji čelovku do pohotovostní polohy a vyrážím. Cesta je z kopce, všude tečou potoky a je tady hrozně mokro. Fakt by to chtělo goráče. Po setmění bloudím, nevím, kudy překonávat tu spoustu vody. Jde mi to pomalu. Nikde nikdo. Nálada je na bodu mrazu. Je hluboká noc, mlha, a mně se v hlavě honí různé věci. Vybavují se mi všechny křivdy z poslední i dávné doby, začínám být lítostivá, chce se mi brečet. Hrozný stav. Tak jdu, mám knedlík v krku a v hlavě hrozný zmatek. To je stav, zajímalo by mě, jestli

to mám jenom já, nebo i někdo jiný? Chtělo by to Chocholouška. Ale nakonec jsou za mnou další dva vrcholy – jedenáctý vrchol je PORT DE VALL CIVERA (2.540 m) a dvanáctý COLL DELS ISARDS (2.552 m). Málem jsem zašlápla krávu. Leží jich tady spousta, přežvykují a svítí jim oči. Její oči jsem si spletla s fáborgem a ji samotnou s balvanem. Na poslední chvíli jsem se probrala a šlápla vedle...

Další úsek a jsem pod sjezdovkou, tady by už měla být druhá velká občerstvovačka. Dole stojí chlap a povídá, že u modrého světla mám zatočit doprava a tam to je. Jenže je to velké horské středisko a modrých světel je tu asi patnáct. Poté, co jsem několikrát zatočila, prošla se uvnitř nákupního centra (dveře se mi otevřely, bylo tu modré světlo), si začínám zoufat. Nikde nikdo. Nedá se nic dělat, musím zase nahoru k tomu chlapovi, aby mi znovu řekl, kde že to mám zatočit. Najednou mě dojíždí městská policie, co prej tady dělám. No, přece hledám občerstvovačku (jako kdyby to neviděli)! Nakonec zapínají maják a se slovy: „následuj nás“ mě, běžící, dovedou na kýžené místo. Takže jsem v **Pas de la Casa (129 km, 43:21 hod. od startu, průměr 27,21 min/km)**. A tady je dobře. Hned si vybírám lehátko a 1,5 hodiny ležím, z toho tak půlku spím. Vůbec se mi nechce vstát, tady je druhé místo, kdy jsem neukázněná (☹), jenom se povaluji. Když vstanu a mažu si nohy, vidím, že přicházejí Monika s Petrem. Vidím je ráda, to nemůžu říct, ale přece jenom si trochu říkám, že jsem profrcala spoustu času tím povalováním a vůbec. Už jsem tu neměla být. Ale jsem. Nic k jídlu si nevyberu, tak si aspoň vyčistím zuby (kartáček mám s sebou), to je příjemný. Monika povídá, že Sam vzdal, Martina vzdala, Petr Fojtík jde na limit... A prý, že někdo povídal, že ty poslední 3 vrcholy nejsou zadarmo...

Myslím na všechny krajany ☺ a asi v půl čtvrtý vyrážím dál. Zase mokrý úsek, bylo zbytečné měnit ponožky. Je to z kopce a potom zase do kopce přes třináctý vrchol PAS DE LES VAQUES (2.575 m). Přilepil se na mě nějaký mladý Francouz, evidentně mu vyhovuje moje tempo. Sice pochopil, že si se mnou moc nepokeká, ale posunky jsou taky možný. Když se zastavím, abych se odstrojila (zase začíná být vedro), zastaví se taky. Trochu mě to rozčiluje. Když se zastavím, abych si namazala nohy, zastaví se taky. Hodně mě to rozčiluje...

Další občerstvovačka je v **Vall d'Incles**, je to **142. km a mám 49:19 hod. od startu, průměr za posledních 13 km je asi 22:30 min./km bez spaní**). Pořád s Francouzem v zádech se sápu na čtrnáctý, předposlední vrchol CRESTA DE CABANA SORDA (2.657 m). Je krásný den, v údolích je inverze a tady nahoře krásně jasno. Horko se střídá s kosou podle toho, na které světové straně úbočí se nacházíme. Na občerstvovačce **Refugi Coms de Jan** jsem po půl dvanáctý (**149. Km a 52:32 hod. od startu, průměr 27.57 min/km za posledních 7 km**). Francouz si tady našel kavalec a uléhá, takže už zase můžu jít sama, asi jsem ho uhnala ☺.

Já to asi dám, to snad není možný! Přichází ohromná euforie, začínám si uvědomovat, že to možná dobře dopadne. Už jenom poslední vrchol a potom šup do Ordina... Jak je ta psychika zrádná. A ke všemu mám půjčené triko od Míši M., naší úspěšně reprezentantky ve SKY závodech, to přece nemůžu vzdát!

Poslední vrchol COLLADA DELS MENERS (2.719 m) taky není zadarmo, ale je poslední. Fandící dobrovolníci, paráda. Tak, a jsem tady. Kytky jsou tu nějak krásnější, větší a barevnější.. Nejrady bych si vzala pár kamenů na památku a kytiček taky. Tak seberu alespoň jeden kamínek pro Jáju, a co nejrychleji mažu dolů. Začíná mě chytat stihomam, mám dojem, že Petr s Monikou jsou mi těsně v patách. Pospíchám, aby mě nedojeli. Pořád se ohlížím, dokonce slyším jejich hlasy a češtinu (to byla blbost, ale zjistila jsem to, až v Ordinu). Seběh na poslední **občerstvovačku Refugi Sorteny (1.962 m, 157 km a 55:32 hod. od startu, průměr za posledních 8 km 22,5 min./km)**. Je tedy půl třetí a zbývá posledních 13 km. Až na to, že je vedro, cesta je nekonečná a mám neodbytný pocit, že mě každou chvíli předběhnou Petr s Monikou (jako kdyby to nebylo jedno), je to super pocit. Snažím se jít hodně rychle a popobíhat, musí to být dost komický. Asi 3 km před cílem se mi obrací žaludek naruby, nic tam není, ale vydává to hrozný zvuky. Je tady nějaké parkoviště a lidi. Naštěstí místní říčka vše přehluší. Paráda. To je jenom malé připomenutí, jak by to mohlo být hrozné třeba půlku cesty. Tohle je jenom třešnička na dortu. Tak jo, už je tady Ordino. Na kraji městečka potkávám auto se Samem, Aničkou a Míšou, беру si od nich kapesník, kdybych brečela... Koušek dál na mě čeká Martina, je to zlatá holka. Do cíle dokonce popoběhnu. To bylo dobré, protože doma se zrovna dívali Pavel s Pájou a normálně mě viděli ☺. Je mi krásně, ani nebrečím... Jsem tady.

(Celkový průměr byl 20,43 min/km včetně všech zastávek, tj. necelý 3 kiláčky za hodinu)

28.7. - Honza o víkendu neběhal, ale zajel si berounské [MČR v MTB \(čtyřadvacetihodinovku\)](#).

28.7. - Další týden byla v Česku OB-pauza a tak Pavla, Vojta a Eva vyrazili reprezentovat (Spartu :-)) do Švýcarska. Absolvovali [Swiss-O-Week 2014](#).

28.7. - A hned následující víkend si vychutnávala Pavlína Vysočinu na [H. S. H. Vysočina cupu](#).

31.7. - **Honza:** Milí sportovní přátelé, posílám pozvánky na dvě sportovní akce, které sami organizačně zajišťujeme. Nezapomeňte si termíny poznamenat do svého sportovního kalendáře, neboť další pozvánky již zasílat nebudu.

Již za měsíc dne 30.8.2014 odstartuje **15.ročník Hřebenáče** – tradičního koloběhu z Jinců do Všenor. Jde o kombinovaný částečně i orientační závod smíšených dvojic (žena + muž), výjimky muž + muž pouze mimo soutěž. Z důvodu přípravy odpovídajícího počtu map, žádám všechny účastníky, aby na adresu elektronické pošty: jan.marek@razdva.cz nejpozději do středy 27.8.2014 závazně nahlásili svou účast a uvedli složení dvojice.

Za dva měsíce dne 27.9.2014 odstartuje **21. ročník Strojtického duatlou** – je to akce pro celou rodinu – každý si najde svou kategorii. Přihlašovat se můžete již nyní (urychluje to prezentaci) v přihláškovém systému na webových stránkách závodu: <http://www.strojtickyduatlon.funsite.cz/> až do 23.9.2014 do 23:59 hod, kdy je konec přihlášek přes e-mail. Poté se můžete přihlásit až v den závodu do 10:30 hod, kdy prezentace končí.

Propozice lze pochopitelně šířit dalším zájemcům. Ten, kdo se nehodlá účastnit, tomu se omlouvám za nevyžádaný e-mail. Pokud se neúčastníte, nemusíte mě o tom informovat.

Srpen:

6.8. - Dalším prázdninovým závodem byla pětietapová, čtyřdenní [GP Silesia](#). Jediný náš reprezentant Bohouš doběhl devátý v H60A.

10.8. - Posledním závodem skončila v Krkonoších [Horská výzva](#). Loko Girls (Pavla s Pavlínou) vybojovaly na nejdelší trati zlato.

30.8. - Srpen ve skalách začaly jičínské [Rumcajsovy míle](#) na Valečově. Krátké tratě, krásný terén, dvě etapy denně (vždy KT a sprint) a "nejmasovější" berounská účast. Bramboru bral KubaK v H20, šestý Majkl v H18 a devátá Eva v D60.

30.8. - Skalní prázdninové závody pokračovaly na [Pěkných prázdninách](#). Čtyři závody (s do celkových výsledků nezapočítávaným pátečním middlosprintem) v rozdílných (úžasných) terénech ve skalách, na rovinách a nakonec i v bažinách absolvovali jen ti, co se dokázali přihlásit v prvních šesti minutách po spuštění přihláškového systému. Nejlépe tentokrát Eva (D60) a Vojta (H60) na devátém místě.

30.8. - Tento víkend se běží [Cena východních Čech](#) (Vojta, Eva) a [West cup](#) (Pavla). Hlavním závodem je ovšem dnešní Hřebenáč.

31.8. - **Honza:** [Hřebenáč 2014](#) se uskutečnil dne 30. 8. 2014 za převážně slunečného počasí (spadlo tak deset kapek) s teplotami kolem dvaceti stupňů. Trať kupodivu nebyla moc bahnitá, přestože v týdnu přšelo. Vítězství si po zásluze odváží Marcela Žáčková + Adam Štemberk, kteří měli trekingové kolo, které dokonce během závodu píchli a museli měnit duši.

Září:

4.9. - [Start Hřebenáče](#) od **Hynka**, jeho několik [reportážních fotografií](#) (první je od Lubana) a [slovo vítězů](#) od **Marcely**.

8.9. - Ve středu se běžel [veřejný sprint](#) v Praze. Z lokomotiv nejrychlejší Zdenička a Kuba.

8.9. - [Žebříček A](#) pokračoval na Moravě. Zdenička oba dny ve druhé desítce, Vašek běžel H21B. Medailové pozice si oba vyběhli v pátečním sprintu. Zdenička druhá, necelé dvě minuty za Topinou a Vašek třetí.

8.9. - [Béčkovy žebříček](#) pořádal Chrast v Proseči. Krásný členitý terén, velmi hezké tratě, pěkné centrum a nakonec (alespoň částečně) i berounské velmi dobré výkony o které se postaral Láďa v kategorii H14B (třinácté a dvanácté místo), které mu [v celkovém součtu](#) zajistily na příští sezónu licenci A za celkové skvělé třinácté místo. V žebříčku B se nakonec do první desítky dostala pouze Eva v D60B.

8.9. - Největší drsníci běželi [Beskydskou sedmičku](#). Pavla s Pavlínou skvělý bronz, Honza s Lubanem (do konce

týdne slíbil raport) v silné konkurenci dvanácti. Oba páry se s tratí praly více než dvacet hodin.

9.9. - Mapový trénink ve středu - 15:30 u 2. ZŠ (vchod na hřiště z boku) nebo 16:10 u rozhledny. V případě hnusného počasí info pro přihlášené. Přihlásit se je nutné během dneška.

11.9. - Středeční mapový trénink (krátký middlík) se dvěma novými adepty vyhrál Vašek (jediný běžel elitní kategorii):

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	(E)lite	Vašek	22:54	
1.	(A)dvanced	Zdenička	24:24	
2.	(A)dvanced	Adam	29:43	
3.	(A)dvanced	Terka	40:23	
1.	(B)eginner	Šimon + Vašek (+ doprovod)	40:00	cca

14.9. - Na středeční trénink v lese se opět hlaste do úterý.

14.9. - Luban: Jak Luban k B7 přišel

BESKYDSKÁ SEDMIČKA 2014 5. až 7. 9.2014 *Jak Luban k B7 přišel*

Za vším hledej koleno. A ne ledajaké koleno. To koleno patří Vládovi (všichni víme kterému). I přesto, že je to koleno mladé a trénované, tak jednoho krásného dne si řeklo, že mu na to kašle a začalo parádně bolet a bolelo tak, že muselo do servisu. Tady vstupuje na scénu moje maličkost.

Já mám nahradit Vláu? Jít, copak já bych šel, ale ono se musí běžet s partákem Honzou (všichni víme kterým) akcičku nazvanou B7.

„Ano“, řekl jsem. A na co vlastně? B7 = Beskydská sedmička je MČR v horském maratonu dvojic, trasa měří 94km s převýšením 5430m, a jak se později ukázalo je to óda na šutry, kořeny a bláto.

Tréninkové porce jsem začal polykat, kde jinde než na Dědu a v jeho přilehlém okolí. Musel jsem se naučit běžet s tyčkami (trekingové hole). Tréninkové snažení jsem zakončil 30. 8. 2014 Hřebenáčem. To je 36 km dlouhý kolo-běh, nádherná věc, mohu jen doporučit. Toho dne večer jsem ještě běžel 10 km na Nike Run Prag. Do B7 zbývá necelý týden. V úterý lehký výběh a Luban je připraven.

Je tady pátek, 5. 9. 2014, start B7. Do vlaku směr Beroun, Praha, Frenštát pod Radhoštěm nasedá pět neskutečných lidiček a moje maličkost. První dvojici tvoří Pavlína + Pavla (Loko Girls), s Honzou jsme je během závodu přejmenovaly na Motýlky, druhou dvojici je Zuzka+Olda a potom Honza + Luban (Loko Boys). Lehce po páté hodině odpoledne vystupujeme ve Frenštátě pod Radhoštěm. Prezentace i ubytování je v místní škole, fronty jsou docela v pohodě. Zbývá zabalit ty správné gelíky, máznout rohlíky, naplnit hydro vaky a vyrazíme směr nádraží odkud v 19:08 a 19:25 jedou speciální vlaky do Třince, kde to všechno v 22:35 na náměstí vypukne. S místem na startu si neděláme starosti, stojíme v první řadě a společnost nám dělají „ogaři“, kteří tuto trať proletí lehce nad 12 hodin.

22:35 **START:** Tatra Karla Lopraise nás vyvádí z Třineckého náměstí: Běžíme s Honzou volnější tempo, pro mě ideální. Na vrchol Velký Javorový vybíháme za 1:27. Běží se ve velkých skupinách. První občerstvovačka, zkontrolujeme, co máme dobrého. Dáme banán, meloun, zapijeme ionťákem, vodou, kousek tatranky a hurá na Ropici. Pod stoupáním na vrchol doběhneme Pavlu s Pavlínou, společně zdoláme druhý kopec. Na občerstvovače v Morávce jsme pořád ještě s holkami. Třetí a obávaný kopec, Travný, dělá ze začátku opravdu čest svému jménu. Běží se opravdu po trávě. Zde se od nás na čas oddělí hobby běžci. Kategorie sport pokračuje směrem k vrcholu, je lehce po třetí hodině ráno a na mě jde spaní. Trefuji svojí tyčkou Pavly kotník. Ihned se omlouvám: „Pavlo promiň, to muselo bolet“. Raději přidáme s Honzou do kroku, po chvíli začínám zase usínat. Honza to zjistí a začne mi prozpěvovat svoje nádherné písně. Docela jsem v pohodě a kolem čtvrté hodiny ranní jsme na vrchu Travný. Dolů do Krásné přibíháme za 40 minut, a jak jinak Pavla s Pavlínou jsou tu také. Neuvěřitelné.

Něco spolkneme, já ještě hledám po kapsách sušené maso, skleróza je strašná nemoc. Honza trpělivě čeká do té doby, než mu začne být zima a potom vyráží. Hurá, mám maso a dobíhám Honzu s holkami. Na Lysou horu začínáme vybíhat všichni společně, je 4:45 a já mám opět problém s usínáním. Holky mi určují diagnózu: „to máš podle toho, v kolik normálně vstáváš, já vstávám kolem páté hodiny, tak už jsem vyspalá“, praví Pavlína. Paráda, já se probouzím kolem sedmé hodiny, to se mám na co těšit. V polovině kopce opravdu skoro spím. Zde dostávám od Honzy první nabídku v podobě ŽLUTÉ pilulky. Odmítám. Bojím se křečí. Honza mi ujišťuje, že křeče neprijdou, ale den začne být krásný. Po chvíli přemáhání souhlasím, polykám žlutou pilulku. Patnáct minut pryč a nic, tak se napiju. Je to tady, někdo mi během chvíle vyměnil nohy a já běžím a běžím na Lysou, tam si pípeme a neskutečným trapem pádíme dolů do Ostravice. Na občerstvovače dáváme polévku a vyrazíme na Smrk. Holky dorážejí dolů, máme náskok okolo 15 minut. Na Smrk je to fakt hnus a hnusem to je i dál. Čeladná, máme pořád náskok před holkami. Tak tedy vzhůru na Čertův mlýn. V polovině vršku Honza musí na WC, já namáčím makovici v místním potůčku, těsně pod vrcholem cítím lehké pálení v rozkroku, asi vlček na mě dotírá, na vrcholu přimazávám. Honza začíná mít divné tušení a sleduje svítivě oranžová trička, podle toho totiž poznáme Pavlínou. Jeho tušení se naplňuje mezi Tanečnicí a Pustevnami, kde se otočí a klidným hlasem hovoří: „Támhle je Pavla s Pavlínou“. Já si říkám, je unavený má vidiny, tak se taky otočím. A je to v pr....! Pavla na nás mává tyčkami a volá: „AHÓÓÓJ KLUCI“. Tady byla moje a myslím, že i Honzova, fyzická a hlavně psychická síla pod bodem mrazu. Na Pustevny dorážíme jednu minutu před Pavlou s Pavlínou. Holky jsou neskutečné. Společně dáme polévku, chleba se škvarky a pádíme směr Ráztoka. Holky pádí, já se vleču. Dolů je to opravdu drsný, samé koryto plné oslitaných kamenů o velikosti mojí hlavy a nad tím se vznášejí postavičky Pavly a Pavlíně jako motýlci. Zde vznikla přezdívka pro děvčata. V Ráztocce definitivně přenecháme vítězství motýlkům, Pavle a Pavlíně. Brzdíme u kiosku, tankujeme kofolu a Radegast 10, mě začíná bolet koleno. Na Radhošti mají holky náskok patnáct minut a já mám koleno v čoudu. Pindula, poslední

občerstvovačka, já se vleču a kdyby tady jel, alespoň maličký vláček, tak si pod něj lehnu. Poslední bufet, dávám pouze meloun a zkusím ještě jednou zázračnou žlutou pilulku, zabírá kilometr pod Javorníkem. Dolů zase, jak jinak, hnus. Únava trochu polevila, ale koleno nic moc. Tři kilometry před cílem přecházíme na šterkovou cestu, tak to zkusím rozběhnout. Docela to jde, poslední kilometr je po asfaltu, tak zase chůze do běhu přecházíme 300m před cílem to se zkrátka musí. Lidi nás povzbuzují, protínáme cílovou pásku. Poslední pípnutí a čas se zastavil na 20:40:49. Hotovo! Pavla nás vítá v cíli, Pavlína spinká pod stromem po celodenní dřině a lehkých žaludečních problémech. Pavla s Pavlínou doběhly ve své kategorii na krásném třetím místě, časem 20:13:46. Velká gratulace holky.

Závěrem Bolest je a ještě chvilku bude trvat. Převládá však pocit radosti a vnitřního uspokojení. Už ten večer, jsem věděl, že se příští rok, pokud to bude jenom trochu možné, vrátím a prožiju tu nádhernou věc, která se jmenuje BESKYDSKÁ SEDMIČKA ještě jednou. Luban [Stupně vítězů](#).

20.9. - Střeďeční mapový trénink (lesní sprintík) se dvěma novými adepty vyhrála Zdenička:

Poř.	Kat.	Kdo	Čas	Pozn.
1.	(E)lite	Zdenička	20:35	
2.	(E)lite	Adam	23:53	
3.	(E)lite	Vašek	24:06	
1.	(A)dvanced	KubaK	20:15	
2.	(A)dvanced	Anička	22:26	
1.	(B)eginner	Adam	16:13	
2.	(B)eginner	Šimon + Vašek (+ doprovod)	50:00	cca

21.9. - Oblastní žebříčky začaly už minulou neděli. [Pořádala Sparta v Kozmicích](#). Medaile necinkla, Zdenička osmá v D21L.

21.9. - Další dva závody oblastního žebříčku pořádal Pragovka. V sobotu se běžela [klasika na Voskovce](#) a v neděli [sprint v Central parku na Chodově](#). Na klasice to cinklo - Terka brala bronz v D18. Osmý ještě Petr v H55. V nedělním sprintu podobné - třetí Stano v H65 a sedmá Zdenička v D21L.

27.9. - Dnes se běželo semifinále [MČR na klasické trati](#). Do finále A postoupili Eva (D60) a s přehledem Vojta (H65).

28.9. - V dnešním [finále](#) doběhla Eva dvanáctá v D60 a Vojta v H65 třináctý. V mistrovských kategoriích Zdenička 26. (D20) a Adam ve druhé stovce. Do dvacítky se vešla ještě osmnáctá Pavla (D35).

Říjen:

8.10. - Stano jel v sobotu hned [dva závody v MTBO](#).

8.10. - **Stano:** Ahojtě, 4.10. jsem absolvoval [poslední dvoukolo celostátní MTOB](#), ve kterém byla (konečně) vypsaná i kategorie M60 (předtím nejstarší kategorie M50). Celkově z 10-ti hodnocených jsem obsadil 5. místo přede mnou byli sami specialisti a my s VI. Němcem již jsme pomalu zralý na kategorii M70, která zatím není (celosvětově se jede i M75-ka, ale u nás se asi tolik lidí nenabírá). SN-dědín

8.10. - V sobotu pokračoval [čtvrtým závodem oblastní žebříček](#). Mizivá účast, Zdenička osmá (D21L).

8.10. - V neděli ještě Stano stačil odběhnout [druhý závod](#) pořádaný Kotlářkou v Šemanovicích.

8.10. - Dnešní trénink zatím nejrychleji Adam (50:00) a zapamatoval si všech deset kódů (na 11 kontrolách). Šíma a Vašek absolvovali v doprovodu Vaška (většího). Příští trénink ve středu z parketu v Zahořanech. Přihlášky do pondělí.

11.10. - [MČR ve štafetách](#) je zdárně za námi. Skvělé výkony nám vynesly dvě dvanáctá (MIX a H180) a jedno třicáté první (D21) místo.

12.10. - Závěrečné OB mistrovství - [družstva...](#) Všechno bylo úplně skvělé a nakonec z toho bylo, i přes Adamovo zranění, 44. místo dospěláckého družstva a devatenáctý kombinovaný mix.

13.10. - Ještě jednou díky za skvělé výkony [nedělních družstev](#). Výborně reprezentovali Střeďečskou oblast i Kuba (9. místo s druhým družstvem) a (indisponovaný) Láďa (výborný finišman třetího družstva). Maličký rozbor:

	délka	čas	min/km	pořadí na úseku
Pavla	6,11	57:58	09:29	47
Pedro	7,06	58:17	08:15	51
Kuba K	7,14	64:01	08:58	47
Venca	9,52	82:50	08:42	50
Zdenička	5,97	55:35	09:19	37
Anička	4,07	40:16	09:53	48
Adam	5,99	45:33	07:36	35

Výkony vyrovnané, jen Adam (dle očekávání) i po zranění výrazně rychlejší... No je toho ještě docela dost na zlepšení :-).

17.10. - Mapový trénink: Adam - 23:50, Venca - 25:55 + tradičně Šíma a Vašek s doprovodem. Příští týden od finančního úřadu v Berouně. Hlaste se do pondělí Vaškovi.

19.10. - Kamenice pořádala [pátý a šestý podzimní oblastní žebřík](#). I díky krásnému počasí běželo více než sedm set běžců. Z našich v desítce sedmá Zdenička (D21L).

19.10. - [Čtyřicátý Kapr](#) se běžel poprvé z Bílska (ne poprvé) na mapě Hrad. Poněvadž spousta Pražáků dala přednost PŽetku v Kamenici, bylo to letos komornější. Ovšem doby, kdy "Kaprův mapa" byla synonymum pro omalovánky, jsou dávno pryč a i proto, že Hrad je dost kvalitní terén bylo to letos nádherné. Sobotní těžká klasika mohla být postavena asi lépe (možná zbytečně moc kontrol (26) a žádný dlouhý postup s volbou), ale i tak nebyla vůbec marná. Nedělní zkrácená (8 km), už byla celkem na pohodu. Tradiční dva berounské Kapry ulovili již tradiční lovci: Kuba (H12) a Láďa (H14). V hlavních kategoriích Anička před Pavlou (obě v první desítce) a Pedro (v desítce druhé) před Márou :-), ale daleko za J.K.

Listopad:

17.11. - [Poslední závod](#) středočeské oblasti pořádal Slaný na mapě Ostrov.

17.11. - Žebříčky skončily. Naši borci se moc nepochlápili.

17.11. - Po lobotomii pro brambory... ([HROB 2014](#))

Již několik let se domlouváme s Kalimerem na spolupráci při rogainingu, či horském. Vždycky nám do toho vlezla rýmička, kolínko či patička, ale nezdolný optimismus nás opět pro letošní HROB spojil. Dlouho to ani letos nevypadalo, neboť nejdříve jsem musel po červnové kolizi v červenci na "lobotomii" a rozbíhávání čtrnáct dní po operaci trvalo jen týden, než to bolelo tak, že mne ani Jirkův optimismus nerozhýbal. Ještě v srpnu jsem "odběhnul" osm etap ve skalách, ale ani velmi volné tempo nedělalo nožičkám dobře a tudíž následovala další (delší) pauza. Vynechávám oboje Beskydy, Horskou výzvu v Krkonoších a nakonec i "klasiku". V té době (na začátku října) se začínám teprve opět pomalu rozbíhat. Do HROBu ještě týden čtyři a tak doufám, že už to konečně vyjde. Vyzkouším štafety a prubířským kamenem má být Kapr. Noha drží, Kalimero taky, a tak nás v nejzazším termínu přihlašuji. Pět dní před startem mi Kalimero oznamuje, že budu asi

naštvanej, ale ta patička... Naštvanej nejsem, i když jsem to už nečekal (všichni mi ale říkají, že jsem to čekat měl), a tak řeším co dál. Naštěstí mám v záloze milionový jackpot a tím je Eva, která mi slíbila, že když se na mne všichni vyprdnou, tak se mnou půjde. Mezitím proběhnou nějaká jednání po síti (nějakou dobu už nebydlím doma) a vše se schyluje k nejlepšímu (chystám se ve středu večer zavolat Evě, zda by se mnou v pátek nevyrazila). Deset minut před telefonátem Evě mi volá Kalimero, že patička si dala říct, a tudíž je schopen závod absolvovat. Ještě lehce pořešíme dopravu a zdá se, že nadchází historický okamžik - já a Kalimero v jednom týmu.

Dopravní inspektorát nám přidělil na cestu milou společnost a zároveň i naše soupeře - Leo a Luban. První potíž samozřejmě v pátečněodpolední Praze. Hodinka klíčování, popojíždění a změn trasy jsme z toho peklíčka venku. Do Liberce to pak už trvá (i s drobným kuffíkem) jen chvíli. Poněvadž stařáci už moc nechťejí spinkat na parketách, sehnal Luboš ubytování v penzionku. Večer vyrážíme s Kalimerem za gastronomickým dobrodružstvím. Končíme v nejbližší restauraci

(hotelu) Pytloun. Kde lehce pojíme, popijeme a vyrážíme ještě šopovat do Kaufáče. Potom už jenom relax s kopyty nahoru (Kalimero ale chrápe :-)).

Na start první etapy odjíždíme vlakem z Ostašova do Zdislavy a poté měl následovat přeběh východním směrem. Jednotlivé kategorie byly rozděleny do vln a my startujeme v té poslední (třetí). Jako již tradičně se začíná první den volným pořadím kontrol. Běží se na mapě Rozsocha

(s měřítkem 1 : 30 000). Než naplánujeme (tedy hlavně Kalimero, neboť jsem se zavázal, že mu do mapování budu kecat co nejméně), prožene se kolem nás smršť "Péček". Od startu začínáme tlačit

zpátky do kopce na stotrojku. Následovat má 115, 101, 104, 116, 106, 111, 105, 109 ... Za běhu ještě Kalimero vytáhne z rukávu geniální variantu a stojedničku vynecháváme a jdeme na ni až po kontrole 106. Kontroly nejsou nijak záluďné a tak i přes volné tempo celkem naskakují. Na stodevítce jsme za padesát minut na dohled za prvními Petrem s Martinem. Na občerstvovačce nás dobíhají pozdější vítězové a jedničku razí těsně za námi (mi tady ztrácíme asi minutu na čelo).

Potom už rozhoduje především fyzická kondice - bohužel jasně v náš neprospěch. Na dvojku se dost stoupá, my běžíme moc hezky, ale moc pomalu. Trojka z větší části cestovka a pak už seběh na druhou občerstvovačku.

Jednoduchá pětka a po ní seběh a ostře do kopce na šestku. Tady se už neběží, tady se plouží. Hlavně závěrečný výstup na kamenitou kupu připomíná tempem Himaláje. Při odběhu se objevují Dudáci, kteří na nás ztráceli na jedničce šestnáct minut. Ze šestky

zavrhuje cestu po hřebeni, sbíháme na cestu a čtyři kilometry se ploužíme po ní na sběrku. Mezitím nás Dudáci dojedou a ojedou. Přesto, že dělají ještě další drobnou chybu, namažou si nás běžecky s prstem v nose. Pak už následují jen samá pozitiva a sociální jistoty a my se spouštíme ze sběrky do cíle. Tam se dostáváme po dvou stech pěti minutách na čtvrtém místě, na dohled od třetích Dudáků a druhých Martina s Petrem. Ti nejlepší se nám vzdálili podstatně víc. Po doběhu

do sebe ležeme ionťáčky a něco pojíme. Když se chci postavit v tělocvičně, zjišťuji, že to nějak nejde. Koleno vydrželo, ale klenba řachla. Zpočátku to vypadá, že si budu muset obstarat vozíček, ale po půlhodině se trochu rozpajdávám.

Na běh druhý den to moc nevypadá. Kalimero je taky dost prošíte, a tak si společně foukáme bolístky, jako dvě důchodkyně z LDNky a slibujeme si, že se navzájem na sebe nebudeme zlobit, když to v neděli zabalíme. KPČ se nekoná a my se po sprše v penzionu vy(paj)dáváme do restauračního zařízení, abychom se zrestaurovali. V noci

Kalimero opět chrupká a tak konečně po letech využívám dárek od Kristiny (špuntíky mi původně věnovala, jako ochranu před Bohoušem) a tak po půlnoci usínám.

Do nedělního rána se probouzíme alespoň částečně zrestaurováni a tak si plánujeme, že bychom to mohli hooódně pomalu dát. Parametry nedělní tratě jsou ovšem výrazně děsivější než sobotní, a tudíž se obáváme, abychom to do tmy stihli.

Startuje se už v devět a i my s dvaceminutovým odstupem vyrážíme. První - královská - volba: Obejdeme Ještěd zprava, zleva nebo se na něj podíváme z blízka? Volíme pravou (západní) variantu a snad to nebylo úplně špatně, jenom to tempo...

Na kontrolu číslo jedna se dostáváme za více než jedenapadesát minut (ale stačili jsme se v pohodě občerstvit na desítce :-)) a pocity jsou smíšené. Vypadá to, snad doběhneme, ale nebude to moc brzy :-). Na dvojku přichází první drobné zaváhání (2' - 3'). Na trojku hodně volně přes hřeben, ale na čtyřce se necháváme unést, jdeme spodem a zamotáme se mezi ploty ve vsi a tak obíháme a ztrácíme skoro deset minut. Cestou na pětku na chvíli mizíme v mlze, která se náhle na louce vyvalí. Na občerstvovačku to už nějak dokodrcáme a pak se konečně zase rozběhneme (z kopce). Postup na osmičku je naprosto jasný - stačí seběhnou po cestě a potom kousek po vrstevnici... První chybou bylo, že jsme opustili cestu příliš brzy a při pokusu o napřimení postupu se chytáme do plotu. Ponaučení z toho si ale nebereme a opět opouštíme cestu příliš brzy a tam kde kontrolu čekáme není nic. Přestože se nám to nezdá zkusíme stoupat. Ve chvíli, kdy jsme úplně mimo narážíme na Páju, který nám sdělí, že před námi je přece ta skála, co je taky v mapě. Bomba - jsme od kontroly jen asi 300 metrů a hlavně pět vrstevnic nad ní. Dalších deset minut v pytlí a další kopce čekají. Zatímco na devítku jde dost borců přes lyžařský můstek, neboť se kopců nebojí, my se rozhodujeme obejít po vrstevnici na silnici a poté po asfaltu zprava. Když slezeme do lesa, kopcům se také nevyhneme, ale při stoupání k další silnici přehlédneme odbočku a vylezeme jinde než jsme chtěli. V téhle chvíli opět přichází chybné rozhodnutí, když se ke kontrole snažíme protlačit lesem po vrstevnici, což je extrémně pomalé a nás to stojí opět jednu desítku. No poté už opět následují jen samá pozitiva a (sociální) jistoty. Všechno zvolna obíháme a za téměř čtyři a půl hodiny se dovalíme do cíle. Ač se to zdá nepravděpodobné, oba se cítíme výrazně lépe než po sobotní etapě.

Berounští vetoši tak nakonec urvali čtyři umístění v elitní desítce, když Pavla (s Jitkou) dokonce brala bronz. Čtvrtí Honza (s Janou), Pedro (s Kalimerem) a desátí Pavel s Pavlínou.

A tady ještě kudy ([sobota](#), [neděle](#)) a jak:

Sobota

Kontrola	Čas		Vzdálenost			Čas na km			Prodloužení	Převýšení	
	Postup	Celkem	Přímo	Skutečně	Celkem	Přímo	Skutečně	Celkem		Nahoru	Dolů
1 (103)	4:17	4:17	399	446	446	10:44	9:36	9:36	11,9%	72	0
2 (115)	4:13	8:30	502	638	1 084	8:23	6:36	7:50	27,0%	8	88
3 (104)	7:35	16:05	861	1 189	2 274	8:48	6:22	7:04	38,2%	45	34
4 (116)	3:33	19:38	362	487	2 761	9:48	7:17	7:06	34,7%	12	62
5 (106)	4:49	24:27	613	707	3 468	7:51	6:48	7:03	15,4%	27	9
6 (101)	6:16	30:43	726	833	4 301	8:38	7:31	7:08	14,8%	31	19
7 (111)	5:38	36:21	498	567	4 868	11:18	9:56	7:27	13,9%	47	28
8 (105)	4:08	40:29	364	438	5 306	11:21	9:26	7:37	20,4%	37	45
9 (109)	7:27	47:56	887	1 098	6 404	8:23	6:47	7:29	23,7%	37	44
1	11:41	59:37	966	1 263	7 667	12:05	9:14	7:46	30,8%	82	2
2	29:21	1:28:58	2 448	3 462	11 129	11:59	8:28	7:59	41,4%	268	33
3	27:53	1:56:51	2 968	4 251	15 380	9:23	6:33	7:35	43,2%	103	192
4	9:04	2:05:55	777	893	16 273	11:40	10:09	7:44	15,0%	24	76
5	11:47	2:17:42	1 190	1 476	17 749	9:54	7:58	7:45	24,0%	76	29
6	28:51	2:46:33	1 995	2 679	20 428	14:27	10:46	8:09	34,3%	205	169
7	31:52	3:18:25	3 468	4 540	24 968	9:11	7:01	7:56	30,9%	80	257
Cíl	4:27	3:22:52	783	805	25 772	5:40	5:31	7:52	2,7%	0	52
Celkem		3:22:52	19 807		25 772	10:14		7:52	30,1%	1 155	1 138

Neděle

Kontrola	Čas		Vzdálenost			Čas na km			Prodloužení	Převýšení	
	Postup	Celkem	Přímo	Skutečně	Celkem	Přímo	Skutečně	Celkem		Nahoru	Dolů
1	51:00	51:00	4 109	6 893	6 893	12:24	7:23	7:23	67,8%	389	303
2	23:10	1:14:10	1 329	2 602	9 495	17:26	8:54	7:48	95,8%	172	63
3	22:42	1:36:52	1 617	2 272	11 767	14:02	9:59	8:13	40,5%	104	260
4	28:28	2:05:20	1 701	3 001	14 768	16:44	9:29	8:29	76,5%	171	146
5	7:17	2:12:37	453	569	15 337	16:04	12:48	8:38	25,6%	73	1
6	10:10	2:22:47	711	984	16 321	14:17	10:19	8:44	38,3%	86	2
7	20:31	2:43:18	2 350	3 094	19 415	8:43	6:37	8:24	31,6%	63	153
8	18:16	3:01:34	908	1 940	21 355	20:07	9:24	8:30	113,7%	82	129
9	41:48	3:43:22	2 676	3 912	25 267	15:37	10:41	8:50	46,1%	341	107
10	8:10	3:51:32	668	911	26 178	12:13	8:57	8:50	36,3%	6	62
11	17:03	4:08:35	2 154	2 439	28 617	7:54	6:59	8:41	13,2%	49	131
12	18:13	4:26:48	1 725	2 291	30 908	10:33	7:57	8:37	32,8%	54	224
13	13:09	4:39:57	1 766	2 111	33 019	7:26	6:13	8:28	19,5%	7	95
Cíl	5:50	4:45:47	219	397	33 415	26:38	14:42	8:33	81,1%	2	15
Celkem		4:45:47	22 386		33 415	12:45		8:33	49,3%	1 598	1 692

17.11. - Ve středu opět v minimálním počtu supersprint na dvojce. Vašek zvládl oba okruhy za 8:09, Šíma za 19:20. Závěrečný rozstřel skončil smírně.

17.11. - V pátek se běžely legendární štafety [o pohár HULK](#). Letos po dlouhé době bez družstva, neboť dámy se jaksi nezmobilizovaly. Pánské družstvo ve složení Vašek, Zdenička a Kubaš zaběhlo ovšem výborně na konec druhé desítky početného startovního pole.

17.11. - Další středeční sprintík opět pro Vaška (18:44), druhý Honza (23:57), třetí Šíma (26:59). Stejně dopadl i následný "rozstřel".

17.11. - Netradičně již 15. listopadu se běžel 21. ročník [MS ve SMIKU](#). V Říčanech s rozdělenou (kolejemi) mapou, malým převýšením a na pohodu. Většinu mého závodu naplánovala a realizovala Lucka (kontroly nám krásně naskakovaly :-)), která se ovšem vlastní pohodlností připravila o druhý titul, když poslední tři naplánované kontroly (39, 48, 31) za šest bodů by nás asi moc nezdržely a doběhli jsme na pohodu dvě a půl minuty před limitem. V terénu s mírným převýšením (80 m) jsme naběhali necelých osm kilometrů. Nejlepší naše dáma - Anička - ke konci první stovky, z pánů třicátý Pedro.

17.11. - Na stránce [PZL](#) se objevily první závody. Začíná se 29. 11. a to rovnou [v pralese](#).

30.11. - Minulou sobotu běželi Pajdy a Leoš s Lubošem [Svatojánskou dvacítku](#).

30.11. - Ve středu se nesl trénink v duchu souboje dvojky proti šestce. Nakonec překvapivá, ale spravedlivá remíza.

30.11. - Včera začal další ročník [zimní ligy](#). [V pralese](#) se nikdo (úplně) neztratil. Běželo 190 borců - patnáctá Pavla, Bohouš třiatřicátý v béčku, Tomáš šestnáctý v céčku.

Prosinec:

4.12. - **V sobotu 20. 12. dopoledne** proběhne otevřený oddílový přebor v Ultrasprintu. Rozpis bude vytvořen o víkendu. Přihlašovat se můžete hned.

4.12. - Středeční Piktogramový závod vyhrál Honza (56) před Jirkou (44), třetí Šíma s Vendou (oba 40), pátý Láďa (12).

7.12. - [Zimní liga](#) pokračovala na Blýskavě.

7.12. - [Stručný rozpis](#) na Vánoční ultrasprint na Dvojce.

13.12. - Středeční trénink na Dvojce:

Značková klasika			Rozstřel - sprint			Míčový middle			Celkem
1.	Pepa	32	1.	Pepa	8	1.	Pepa	1. Pepa	
1.	Jirka	32	2.	Jirka	6	2.	Vašek	2. Jirka	
3.	Honza	30	3.	Venda	5	3.	Venda	3. Venda	
4.	Venda	28	4.	Šíma	4	4.	Jirka	4. Šíma	
5.	Šíma	12	5.	Honza	0	5.	Šíma	5. Honza	
						6.	Honza		

13.12. - [Zimní liga](#) pokračovala v Braníku závodem [Tour de Braník](#), který pořádal Mrazák s Jájou.

17.12. - Zveřejněny [pokyny](#) pro sobotní Ultrasprint.

17.12. - Středeční Piktogramiádu vyhrála Zdenička (48 bodů) před Vaškem (42), Vendou (38), Jirkou (30), Pepou (28) a Šímou (18).

21.12. - [Vánoční Ultrasprint na Dvojce](#) přilákal více než třicet běžců (někteří borci běžely s doprovodem), kteří vesměs absolvovali celý (ultra)závod. Někteří sice občas vyrobili nějakou chybičku, ale nikdo se neztratil, diplomy a medaile si svoje majitele našly... Lokoborcem se pro rok 2014 stal Venca, Lokoborkyní je Zdenička. Gratulace!

30.12. – Končí další běžecký rok a tak na konci sezóny [oddílový žebříček](#) (stále vládnou ženy) a [tradiční rozbor](#) z něj (letošních 621 závodů je dost málo – 8 borců ketos neodběhlo ani jeden OB závod ☹). Dopracoval jsem i [další statistiky](#) a přehled [nejlepších loňských výkonů](#).

Kdo bude mít zájem pokračovat i v roce 2015 nechť dá vědět do 26. ledna, kdy by měla proběhnout výroční schůze (dejte vědět i vy, kteří s registrací nepočítáte – zatím vím o Evě s Vojtou). Další info (platby, trénování, ...) pošlu poštou.

Oddílový Ranking k 31. 12. 2014:

	K	BZ	BC	PZ	ZZ	NZ	D	
1.	Pavla Vildmonová	D40	1228,70 bodů	3725,09 bodů	46	36	10	0
2.	Zdeňka Křivancová	D20	1125,03 bodů	3557,38 bodů	50	39	11	0
3.	Vojtěch Tvrdek	H65	1109,13 bodů	2940,38 bodů	34	33	1	0
4.	Vladimír Mezník	H50	1104,82 bodů	1643,19 bodů	30	18	7	5
5.	Jakub Lejbl	H12	1011,17 bodů	1011,17 bodů	12	10	2	0
6.	Eva Tvrdková	D60	1007,01 bodů	2699,74 bodů	34	31	2	1
7.	Stano Nosál	H65	970,41 bodů	3220,65 bodů	55	41	13	1
8.	Václav Šimon	H21	927,85 bodů	2985,23 bodů	47	37	9	1
9.	Pavel Karmazín	H45	896,48 bodů	1342,88 bodů	18	16	2	0
10.	Ladislav Lejbl	H14	884,36 bodů	884,36 bodů	12	8	4	0
11.	Anna Marková	D21	840,66 bodů	1379,50 bodů	23	18	4	1
12.	Jakub Šimon	H21	813,50 bodů	1257,20 bodů	21	17	4	0
13.	Bohuslav Hamáček	H60	780,57 bodů	2622,97 bodů	50	41	9	0
14.	Adam Štemberk	H21	707,32 bodů	707,32 bodů	13	7	6	0
15.	Tomáš Vaníček	H45	706,81 bodů	706,81 bodů	14	10	4	0
16.	Petr Dudík	H55	704,02 bodů	704,02 bodů	9	9	0	0
17.	Ladislav Lejbl	H45	668,96 bodů	668,96 bodů	10	10	0	0
18.	Patrik Uhlíř	H40	647,16 bodů	1174,06 bodů	23	20	1	2
19.	Michael Kalista	H18	562,67 bodů	562,67 bodů	7	7	0	0
20.	Hana Dudíková	D55	488,43 bodů	488,43 bodů	8	8	0	0
21.	Anna Vaníčková	D10	421,97 bodů	421,97 bodů	12	9	3	0
22.	Marie Uhlířová	D10	410,71 bodů	689,31 bodů	22	20	1	1
23.	Josef Vaníček	H10	363,88 bodů	363,88 bodů	11	8	2	1
24.	Jakub Kolář	H20	344,81 bodů	344,81 bodů	16	5	10	1
25.	Eliška Vaníčková	D10	296,26 bodů	296,26 bodů	8	8	0	0
26.	Barbora Kučerová	D18	287,58 bodů	287,58 bodů	9	4	4	1
27.	Pavlna Procházková	D50	267,64 bodů	267,64 bodů	5	4	1	0
28.	Tomáš Goj	H18	258,90 bodů	258,90 bodů	3	3	0	0
29.	Jan Marek	H50	126,72 bodů	126,72 bodů	6	2	3	1
30.	Bureš Kamil	H35	109,71 bodů	109,71 bodů	4	2	2	0
31.	Pavel Procházka	H45	84,15 bodů	84,15 bodů	2	1	1	0
32.	Adam Reiterman	H16	55,89 bodů	55,89 bodů	2	1	1	0
33.	Eliška Uhlířová	D10	45,44 bodů	45,44 bodů	2	2	0	0
	Tereza Hamplová	D18	0,00 bodů	0,00 bodů	1	0	1	0
	Adam Příbrský	H14	0,00 bodů	0,00 bodů	1	0	1	0
	Leoš Reiterman	H40	0,00 bodů	0,00 bodů	1	0	1	0

Průměrný počet bodů na 1 závod
(ze všech absolvovaných):

1	Ladislav Lejbl	H14	110,55 bodů
2	Pavla Vildmonová	D40	103,47 bodů
3	Jakub Lejbl	H12	101,12 bodů
4	Adam Štemberk	H21	101,05 bodů
5	Zdeňka Křivancová	D20	91,21 bodů
6	Vojtěch Tvrdek	H65	89,10 bodů
7	Tomáš Goj	H18	86,30 bodů
8	Eva Tvrdková	D60	84,37 bodů
9	Pavel Procházka	H45	84,15 bodů
10	Pavel Karmazín	H45	83,93 bodů
11	Michael Kalista	H18	80,38 bodů
12	Václav Šimon	H21	78,56 bodů
13	Petr Dudík	H55	78,22 bodů
14	Stano Nosál	H65	76,68 bodů
15	Jakub Šimon	H21	73,95 bodů
16	Anna Marková	D21	72,61 bodů
17	Vladimír Mezník	H50	71,44 bodů
18	Tomáš Vaníček	H45	70,68 bodů
19	Pavčina Procházková	D50	66,91 bodů
20	Ladislav Lejbl	H45	66,90 bodů
21	Bohuslav Hamáček	H60	63,97 bodů
22	Hana Dudíková	D55	61,05 bodů
23	Barbora Kučerová	D18	57,52 bodů
24	Jakub Kolář	H20	57,47 bodů
25	Adam Reiterman	H16	55,89 bodů
26	Kamil Bureš	H35	54,86 bodů
27	Patrik Uhlíř	H40	53,37 bodů
28	Anna Vaníčková	D10	46,89 bodů
29	Jan Marek	H50	42,24 bodů
30	Josef Vaníček	H10	40,43 bodů
31	Eliška Vaníčková	D10	37,03 bodů
32	Marie Uhlířová	D10	32,82 bodů
33	Eliška Uhlířová	D10	22,72 bodů
	Tereza Hamplová	D18	
	Adam Příbrský	H14	
	Leoš Reiterman	H40	

Počet bodů získaných ze všech
absolvovaných závodů:

1	Pavla Vildmonová	D40	3725,09 bodů
2	Zdeňka Křivancová	D20	3557,38 bodů
3	Stano Nosál	H65	3220,65 bodů
4	Václav Šimon	H21	2985,23 bodů
5	Vojtěch Tvrdek	H65	2940,38 bodů
6	Eva Tvrdková	D60	2699,74 bodů
7	Bohuslav Hamáček	H60	2622,97 bodů
8	Vladimír Mezník	H50	1643,19 bodů
9	Anna Marková	D21	1379,50 bodů
10	Pavel Karmazín	H45	1342,88 bodů
11	Jakub Šimon	H21	1257,20 bodů
12	Patrik Uhlíř	H40	1174,06 bodů
13	Jakub Lejbl	H12	1011,17 bodů
14	Ladislav Lejbl	H14	884,36 bodů
15	Adam Štemberk	H21	707,32 bodů
16	Tomáš Vaníček	H45	706,81 bodů
17	Petr Dudík	H55	704,02 bodů
18	Marie Uhlířová	D10	689,31 bodů
19	Ladislav Lejbl	H45	668,96 bodů
20	Michael Kalista	H18	562,67 bodů
21	Hana Dudíková	D55	488,43 bodů
22	Anna Vaníčková	D10	421,97 bodů
23	Josef Vaníček	H10	363,88 bodů
24	Jakub Kolář	H20	344,81 bodů
25	Eliška Vaníčková	D10	296,26 bodů
26	Barbora Kučerová	D18	287,58 bodů
27	Pavčina Procházková	D50	267,64 bodů
28	Tomáš Goj	H18	258,90 bodů
29	Jan Marek	H50	126,72 bodů
30	Kamil Bureš	H35	109,71 bodů
31	Pavel Procházka	H45	84,15 bodů
32	Adam Reiterman	H16	55,89 bodů
33	Eliška Uhlířová	D10	45,44 bodů
	Tereza Hamplová	D18	0,00 bodů
	Adam Příbrský	H14	0,00 bodů
	Leoš Reiterman	H40	0,00 bodů

**Počet absolvovaných závodů
za uplynulých 12 měsíců:**

1	Stano Nosál	H65	55 závodů
2	Zdeňka Křivancová	D20	50 závodů
2	Bohuslav Hamáček	H60	50 závodů
4	Václav Šimon	H21	47 závodů
5	Pavla Vildmonová	D40	46 závodů
6	Eva Tvrdková	D60	34 závodů
6	Vojtěch Tvrdek	H65	34 závodů
8	Vladimír Mezník	H50	30 závodů
9	Anna Marková	D21	23 závodů
9	Patrik Uhlíř	H40	23 závodů
11	Marie Uhlířová	D10	22 závodů
12	Jakub Šimon	H21	21 závodů
13	Pavel Karmazín	H45	18 závodů
14	Jakub Kolář	H20	16 závodů
15	Tomáš Vaníček	H45	14 závodů
16	Adam Štemberk	H21	13 závodů
17	Anna Vaníčková	D10	12 závodů
17	Jakub Lejbl	H12	12 závodů
17	Ladislav Lejbl	H14	12 závodů
20	Josef Vaníček	H10	11 závodů
21	Ladislav Lejbl	H45	10 závody
22	Barbora Kučerová	D18	9 závody
22	Petr Dudík	H55	9 závody
24	Eliška Vaníčková	D10	8 závody
24	Hana Dudíková	D55	8 závody
26	Michael Kalista	H18	7 závody
27	Jan Marek	H50	6 závody
28	Pavčina Procházková	D50	5 závody
29	Kamil Bureš	H35	4 závody
30	Tomáš Goj	H18	3 závody
31	Eliška Uhlířová	D10	2 závody
31	Adam Reiterman	H16	2 závody
31	Pavel Procházka	H45	2 závody
34	Tereza Hamplová	D18	1 závod
34	Adam Příbrský	H14	1 závod
34	Leoš Reiterman	H40	1 závod

Počet "disklých" závodů:

1	Vladimír Mezník	H50	5	16,67%
1	Jan Marek	H50	1	16,67%
3	Barbora Kučerová	D18	1	11,11%
4	Josef Vaníček	H10	1	9,09%
5	Patrik Uhlíř	H40	2	8,70%
6	Jakub Kolář	H20	1	6,25%
7	Marie Uhlířová	D10	1	4,55%
8	Anna Marková	D21	1	4,35%
9	Eva Tvrdková	D60	1	2,94%
10	Václav Šimon	H21	1	2,13%
11	Stano Nosál	H65	1	1,82%
12	Eliška Vaníčková	D10	0	0,00%
12	Eliška Uhlířová	D10	0	0,00%
12	Anna Vaníčková	D10	0	0,00%
12	Tereza Hamplová	D18	0	0,00%
12	Zdeňka Křivancová	D20	0	0,00%
12	Pavla Vildmonová	D40	0	0,00%
12	Pavčina Procházková	D50	0	0,00%
12	Hana Dudíková	D55	0	0,00%
12	Jakub Lejbl	H12	0	0,00%
12	Ladislav Lejbl	H14	0	0,00%
12	Adam Příbrský	H14	0	0,00%
12	Adam Reiterman	H16	0	0,00%
12	Tomáš Goj	H18	0	0,00%
12	Michael Kalista	H18	0	0,00%
12	Adam Štemberk	H21	0	0,00%
12	Jakub Šimon	H21	0	0,00%
12	Kamil Bureš	H35	0	0,00%
12	Leoš Reiterman	H40	0	0,00%
12	Ladislav Lejbl	H45	0	0,00%
12	Pavel Karmazín	H45	0	0,00%
12	Tomáš Vaníček	H45	0	0,00%
12	Pavel Procházka	H45	0	0,00%
12	Petr Dudík	H55	0	0,00%
12	Bohuslav Hamáček	H60	0	0,00%
12	Vojtěch Tvrdek	H65	0	0,00%

Celkem	621 závodů
---------------	-------------------

16	2,58%
-----------	--------------

Ranking 2014

D - 21

111 Vildmonová Pavla	LBE7451
126 Křivancová Zdenka	LBE9450
226 Marková Anna	LBE9250

H - 21

275 Šimon Václav	LBE9100
369 Šimon Jakub	LBE8801
414 Štemberk Adam	LBE8900
449 Mezník Vladimír	LBE6400
744 Kolář Jakub	LBE9501
759 Karmazín Pavel	LBE6800

Family cup 2014

1 Tvrdkovi	5 640,12 bodů
2 Uhlířovi + Stano + Bára	5 417,04 bodů
3 Šimonovi	4 242,43 bodů
4 Lejblovi	2 564,49 bodů
5 Vaníčkoví	1 788,92 bodů
6 Markovi	1 506,22 bodů
7 Dudíkoví	1 192,45 bodů
8 Procházkovi	351,79 bodů
9 Reitermanovi	55,89 bodů

TOP 10

2014

Oddílový ranking:		
kolik	kdo	kdy
141,00	Pavla	8.5.
139,04	Zdenka	8.5.
136,75	Lád'a	18.5.
135,09	Pavla	24.5.
133,10	Vojta	28.9.
130,67	Pavla	17.5.
128,96	Lád'a	10.5.
126,40	Zdenka	24.5.
124,89	Vojta	27.9.
123,61	Pavla	10.5.

Ranking - ženy:		
kolik	kdo	kdy
7965	Pavla	8.5.
7655	Zdenka	21.9.
7462	Zdenka	24.5.
7458	Pavla	21.9.
7410	Pavla	5.4.
7369	Pavla	24.5.
7299	Zdenka	3.9.
7257	Zdenka	5.4.
7223	Pavla	12.4.
6897	Zdenka	8.5.

Ranking - muži:		
kolik	kdo	kdy
7798	Adam	24.5.
7298	Adam	11.5.
7288	Adam	1.6.
7233	Vašek	24.5.
7196	Vašek	1.5.
7147	Adam	6.4.
7008	Pedro	22.3.
6897	Kubaš	1.5.
6844	Vašek	12.4.
6808	Adam	10.5.

Výsledky 2014:

MČR:

23.	sprint	D20	Zdeňka Křivancová	2014
26.	klasika	D20	Zdeňka Křivancová	2014
30.	KT	D20	Zdeňka Křivancová	2014
31.	sprint	D21	Pavla Vildmonová	2014
116.	sprint	H21	Václav Šimon	2014
117.	klasika	H21	Adam Štemberk	2014

Veteraniáda:

10. místo	Eva Tvrdková	D60	KT	2014
12. místo	Eva Tvrdková	D60	Klasika	2014
13. místo	Vojtěch Tvrdek	H65	Klasika	2014
18. místo	Pavla Vildmonová	D35	Klasika	2014
21. místo	Pavla Vildmonová	D35	KT	2014

Žebříček A:

22. místo	Zdeňka Křivancová	D20A	2014
-----------	-------------------	------	------

Žebříček B:

9. místo	Eva Tvrdková	D60B	2014
13. místo	Ladislav Lejbl	H14B	2014
14. místo	Stano Nosál	H65B	2014

Licence pro rok 2015:

Zdenka Křivancová **A**

Ladislav Lejbl **A**

Lejbl Jakub **B**

Goj Tomáš **B**

