

To je vůl 😊!



... a sakra!
Kim!



Být či
nebýt...ksakru?



... a o co
běží tady?



Kluci, věřte mi, já
jsem opravdu vyhrál

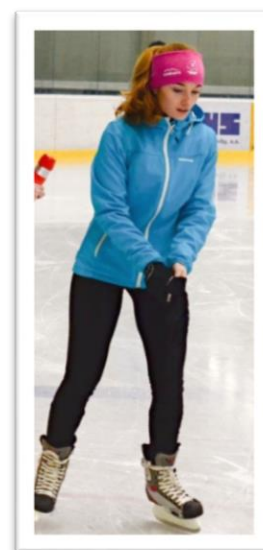


Rychlobruslení

| pořadí | startovní číslo | jméno | čas | ztráta na vítěze | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-----------------|--------------------|---------|------------------|-------------------|---------|
| 1 | 1 | Paulus Míra | 0:02:19 | 0:00:00 | 0:00:00 | 20 |
| 2 | 14 | Kozák Jakub | 0:02:22 | 0:00:03 | 0:00:03 | 19 |
| 3 | 17 | Týč Honza | 0:02:22 | 0:00:03 | 0:00:00 | 18 |
| 4 | 6 | Pelant Michal | 0:02:23 | 0:00:04 | 0:00:01 | 17 |
| 5 | 21 | Michalička David | 0:02:24 | 0:00:05 | 0:00:01 | 16 |
| 6 | 8 | Čech Dan | 0:02:26 | 0:00:06 | 0:00:01 | 15 |
| 7 | 5 | Landkammer Dominik | 0:02:31 | 0:00:12 | 0:00:06 | |
| 8 | 11 | Mátl Radek | 0:02:35 | 0:00:15 | 0:00:03 | 14 |
| 9 | 16 | Kouba Martin | 0:02:37 | 0:00:17 | 0:00:02 | 13 |
| 10 | 15 | Pádivý Richard | 0:02:37 | 0:00:18 | 0:00:00 | 12 |
| 11 | 10 | Štěpánek Aleš | 0:02:44 | 0:00:25 | 0:00:07 | 11 |
| 12 | 7 | Míka Zdeněk | 0:02:45 | 0:00:26 | 0:00:01 | 10 |
| 13 | 12 | Silovský Tomáš | 0:02:46 | 0:00:27 | 0:00:01 | 9 |
| 14 | 2 | Novák Lukáš | 0:02:52 | 0:00:32 | 0:00:05 | 8 |
| 15 | 13 | Pračka Tomáš | 0:02:58 | 0:00:39 | 0:00:06 | 7 |
| 16 | 4 | Paulus Míra jun. | 0:02:58 | 0:00:39 | 0:00:00 | 6 |
| 17 | 18 | Čech Vráťa | 0:03:04 | 0:00:45 | 0:00:06 | 5 |
| 18 | 3 | Tomeček Tomáš | 0:03:14 | 0:00:54 | 0:00:09 | 4 |
| 19 | 9 | Morávek Jakub | 0:03:19 | 0:01:00 | 0:00:05 | 3 |



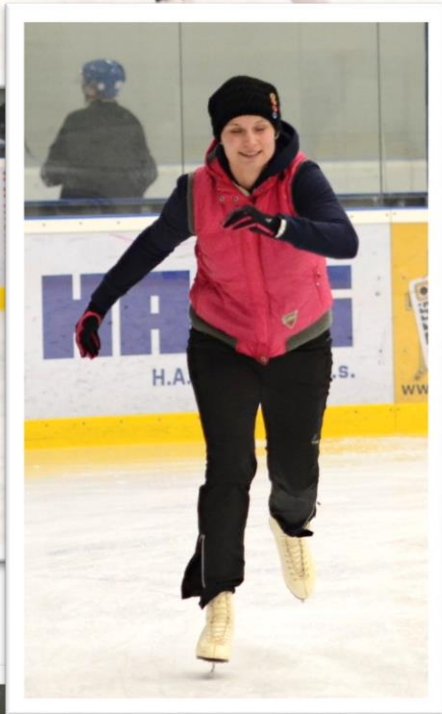
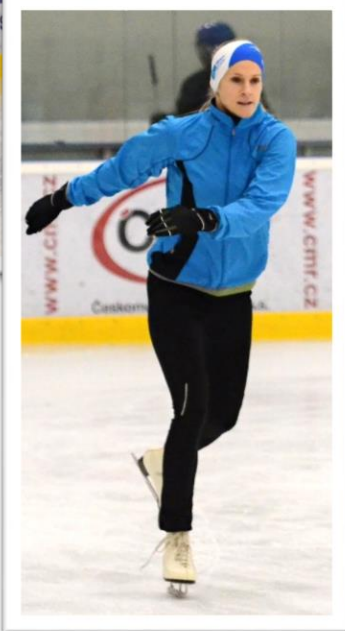
| pořadí | startovní číslo | jméno | čas | ztráta na vítěze | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-----------------|--------------------|---------|------------------|-------------------|---------|
| 1 | 7 | Paulusová Denisa | 0:01:48 | 0:00:00 | 0:00:00 | 20 |
| 2 | 2 | Hubínková Markéta | 0:01:52 | 0:00:04 | 0:00:04 | 19 |
| 3 | 5 | Čechová Tereza | 0:01:55 | 0:00:07 | 0:00:03 | 18 |
| 4 | 6 | Michaličková Verča | 0:02:05 | 0:00:17 | 0:00:10 | |
| 5 | 4 | Víšková Dominika | 0:02:11 | 0:00:23 | 0:00:06 | 17 |
| 6 | 8 | Selixová Marcela | 0:02:13 | 0:00:25 | 0:00:02 | |
| 7 | 3 | Karlachová Jana | 0:02:19 | 0:00:31 | 0:00:06 | 16 |
| 8 | 1 | Selixová Tereza | 0:02:22 | 0:00:34 | 0:00:03 | 15 |



| pořadí | startovní číslo | jméno | čas | ztráta na vítěze | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-----------------|---------------|---------|------------------|-------------------|---------|
| 1 | | Pračka Martin | 0:01:30 | 0:00:00 | 0:00:00 | 10 |
| 2 | | Pračková Emča | 0:01:51 | 0:00:21 | 0:00:21 | 9 |
| 3 | | Mátl Vojta | 0:02:38 | 0:01:08 | 0:00:47 | 8 |



Sokolák Cup 2018



Běžky

Běžky očima vítěze

A je to tady! Sobota 3. března a s ní bezesporu nejprestižnější a nejzajímavější závod letošního Sokolák cupu. Život v celých Krkonoších se zastavil a všichni napjatě očekávají, jak to dopadne...

Bolest hlavy po pátečním večírku mi ráno dovolí napoprvé otevřít jen jedno oko, ale i to stačí k tomu, abych pohledem z okna zjistil, že podmínky mi budou přát. Mlha a déšť, to na běžkách prostě miluju. Rychlá snídaně, pár čerstvých novinových článků vsřebených při pobytu na WC a jde se na věc. Po pár metrech je mi jasné, že dnes nemůžu nevyhrát. Perfektně připravené lyže, skvělý odraz a ještě lepší skluz, to je koncert. V cíli jsem nakonec docela překvapen, jak blízko za mnou skončili moji soupeři. Možná jsem si byl vítězstvím tak jistý, že jsem to trošku podcenil. Ale stačilo to!

Dan

| Pořadí | Jméno | start | 1. kolo | čas 1. kola | pořadí v 1. kole | 2. kolo | čas 2. kola | pořadí v 2. kole | celkový čas | ztráta na předch. | body SC |
|--------|------------------|---------|---------|-------------|------------------|---------|-------------|------------------|-------------|-------------------|---------|
| 1 | Čech Dan | 0:04:30 | 0:33:04 | 0:28:34 | 1 | 1:03:10 | 0:30:06 | 1 | 0:58:40 | | 20 |
| 2 | Kozák Jakub | 0:10:30 | 0:40:33 | 0:30:03 | 3 | 1:11:54 | 0:31:21 | 2 | 1:01:24 | 0:02:44 | 19 |
| 3 | Michalička David | 0:07:30 | 0:38:05 | 0:30:35 | 4 | 1:09:34 | 0:31:29 | 3 | 1:02:04 | 0:00:40 | 18 |
| 4 | Týč Honza | 0:05:30 | 0:35:00 | 0:29:30 | 2 | 1:07:41 | 0:32:41 | 4 | 1:02:11 | 0:00:07 | 17 |
| 5 | Pračka Tomáš | 0:06:30 | 0:38:00 | 0:31:30 | 5 | 1:11:50 | 0:33:50 | 5 | 1:05:20 | 0:03:09 | 16 |
| 6 | Pelant Michal | 0:03:30 | 0:37:26 | 0:33:56 | 6 | 1:12:59 | 0:35:33 | 6 | 1:09:29 | 0:04:09 | 15 |
| 7 | Pádivý Richard | 0:15:30 | 0:49:45 | 0:34:15 | 7 | 1:26:16 | 0:36:31 | 7 | 1:10:46 | 0:01:17 | 14 |
| 8 | Čech Vráta | 0:14:30 | 0:49:12 | 0:34:42 | 8 | 1:25:50 | 0:36:38 | 9 | 1:11:20 | 0:00:34 | 13 |
| 9 | Míka Zdeněk | 0:04:00 | 0:39:04 | 0:35:04 | 9 | 1:15:36 | 0:36:32 | 8 | 1:11:36 | 0:00:16 | 12 |
| 10 | Mátl Radek | 0:12:30 | 0:47:51 | 0:35:21 | 10 | 1:25:11 | 0:37:20 | 10 | 1:12:41 | 0:01:05 | 11 |
| 11 | Pospíšil Tomáš | 0:11:30 | 0:47:28 | 0:35:58 | 11 | 1:25:12 | 0:37:44 | 11 | 1:13:42 | 0:01:01 | |
| 12 | Sedlák Pepa | 0:00:30 | 0:38:21 | 0:37:51 | 12 | 1:20:48 | 0:42:27 | 14 | 1:20:18 | 0:06:36 | 10 |
| 13 | Blažek Jarda | 0:18:00 | 0:58:17 | 0:40:17 | 14 | 1:38:42 | 0:40:25 | 12 | 1:20:42 | 0:00:24 | 9 |
| 14 | Karlach Vladek | 0:02:00 | 0:42:33 | 0:40:33 | 15 | 1:23:49 | 0:41:16 | 13 | 1:21:49 | 0:01:07 | 8 |
| 15 | Štěpánek Aleš | 0:14:00 | 0:53:39 | 0:39:39 | 13 | 1:37:15 | 0:43:36 | 15 | 1:23:15 | 0:01:26 | 7 |
| 16 | Novák Lukáš | 0:15:00 | 0:58:29 | 0:43:29 | 17 | 1:44:02 | 0:45:33 | 16 | 1:29:02 | 0:05:47 | 6 |
| 17 | Tomeček Tomáš | 0:17:30 | 1:01:20 | 0:43:50 | 18 | 1:49:53 | 0:48:33 | 17 | 1:32:23 | 0:03:21 | 5 |
| 18 | Kouba Martin | 0:01:00 | 0:49:40 | 0:48:40 | 19 | 1:43:43 | 0:54:03 | 18 | 1:42:43 | 0:10:20 | 4 |
| 19 | Bébr Leoš | 0:06:00 | 0:59:09 | 0:53:09 | 20 | 1:57:42 | 0:58:33 | 19 | 1:51:42 | 0:08:59 | 3 |
| 20 | Macháček st. | 0:08:30 | 1:02:38 | 0:54:08 | 21 | 2:02:17 | 0:59:39 | 20 | 1:53:47 | 0:02:05 | |
| 21 | Stingl Martin | 0:12:00 | 0:54:29 | 0:42:29 | 16 | | | | DNF | DNF | |
| 21 | Morávek Jakub | 0:02:30 | 1:13:17 | 1:10:47 | 22 | | | | DNF | DNF | 2 |
| 21 | Mácha Petr | 0:00:00 | 1:43:50 | 1:43:50 | 23 | | | | DNF | DNF | 1 |



| Pořadí | Jméno | start | cíl | celkový čas | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-------------------|---------|---------|-------------|-------------------|---------|
| 1. | Zajíčková Dáša | 0:03:00 | 0:37:53 | 0:34:53 | | 20 |
| 2. | Hubínková Markéta | 0:11:00 | 0:48:50 | 0:37:50 | 0:02:57 | 19 |
| 3. | Karlachová Jana | 0:10:00 | 0:47:58 | 0:37:58 | 0:00:08 | 18 |
| 4. | Čechová Tereza | 0:07:00 | 0:46:05 | 0:39:05 | 0:01:07 | 17 |
| 5. | Stinglová Barča | 0:01:30 | 0:42:58 | 0:41:28 | 0:02:23 | 16 |
| 6. | Paulusová Denisa | 0:09:00 | 0:50:32 | 0:41:32 | 0:00:04 | 15 |
| 7. | Pračková Zitka | 0:13:30 | 0:57:11 | 0:43:41 | 0:02:09 | |
| 8. | Kasálková Markéta | 0:13:00 | 0:57:17 | 0:44:17 | 0:00:36 | |
| 9. | Víšková Dominika | 0:05:00 | 0:50:04 | 0:45:04 | 0:00:47 | 14 |
| 10. | Mátlová Petra | 0:50:30 | 1:40:23 | 0:49:53 | 0:04:49 | |
| 11. | Vojtová Štěpánka | 0:09:30 | 0:59:33 | 0:50:03 | 0:00:10 | |



| Pořadí | Jméno | start | cíl | celkový čas | ztráta na předch. | body SC |
|--------|----------------|---------|---------|-------------|-------------------|---------|
| 1. | Martina Pračka | 0:00:00 | 0:45:37 | 0:45:37 | | 10 |
| 2. | Honza Pelant | 0:00:00 | 0:48:34 | 0:48:34 | 0:02:57 | 9 |
| 3. | Vojta Mátl | 0:00:00 | 1:10:49 | 1:10:49 | 0:22:15 | 8 |
| 4. | Evička Mátlová | 0:00:00 | 1:19:35 | 1:19:35 | 0:08:46 | 7 |
| 5. | Kuba Morávek | 0:00:00 | 1:13:13 | 1:13:13 | | 6 |
| 6. | Bára Robátková | 0:00:00 | 1:43:50 | 1:43:50 | | 5 |



Sjezd

Sjezd očima vítěze

Každým rokem vstupuji do závodu ve sjezdu s čím dál většími obavami. Pokaždé se však utvrdím, že zbytečně. Soupeře buď rozhodí aktuální stav nepreparované pisty, tradiční trable s časomírou, popel na cestě, nefunkční vlek anebo zkrátka fakt, že jsem na startu.

Ale vezměme to pěkně od začátku.

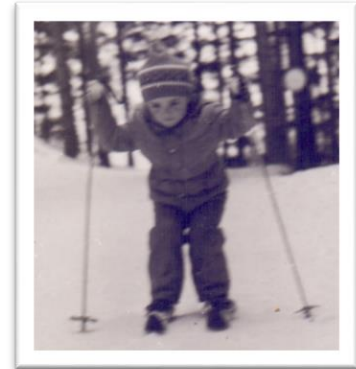


Lyžovat jsem začal již ve velice útlém věku. Výhodou té doby byla skutečnost, že se vyskytoval v hojné míře sních. Jako pražské dítě mne maminka nechávala lyžovat na žižkovských Pecích poblíž horského střediska Vítkov. Prázdniny jsme trávili pravidelně u známých ve Františkově a v Úpě, odkud si pamatuji i první pokusy ve skokanských disciplínách a skibobu. Univerzalitu umožňovalo tehdejší vybavení založené na pružinové patě. Již v té době jsem byl průkopníkem V stylu, i když se poněkud ztrácel v ostatních X, Z nebo O stylech. Až více než po dvaceti letech jsem zjišťoval názvy pro mé skoky - 360° Tail grab, Backside 360 Tail a samozřejmě již tenkrát jsem běžně skákal slavný

Dinner Roll. Pravda, dopad se tenkrát tolik neřešil, za to body nebyly. O bezpečnost se postaraly bezpečnostní šněrovací boty Chopok. Vzhledem k tomu, že jsem vše dědil po starším bratrovci a předpokládám, že ten po matce a ta to mohla mít po dědovi, tak o dvě čísla větší boty doplněné dvěma až třema sadami pletených fusekly zajišťovaly včasné opuštění lyží i bot v jakékoliv svízelné situaci. Na rychlostní disciplíny jsem již tenkrát byl od mámy vybaven pokrokovým oblečením – ještě v době před klasickými šponovkami jsem oblékal její apesní kaljopky. Již tenkrát inspirován velkými borci jsem na hlavu oblékal kohouta po vzoru Ingemara Stenmarka. I vypadávací skla a vytahaná guma brýlí Okula by se daly považovat za bezpečnostní prvek. Ještě si vzpomínám, že jsme s otcem po večerech ladili skluznici lyží hoblíkem a pravidelně dotahovali šroubky na hranách. Už tenkrát jsme experimentovali s epoxidy místo šroubů.

V předškolním věku jsem vedl boje za pokrokové techniky lyžování a místo populárního přivrátového oblouku jsem prosazoval modernější paralelní oblouk. Až s odstupem času vidím, že takovéto rebelie provází celou mou lyžařskou dráhu.

K rapidnímu zlepšení jak stylu, tak výkonnosti došlo během školní docházky. Přicházely nové děděné lyže – vesměs řady Artis Variant a první kožené přezkávče Botas. Tenkrát jsem ještě



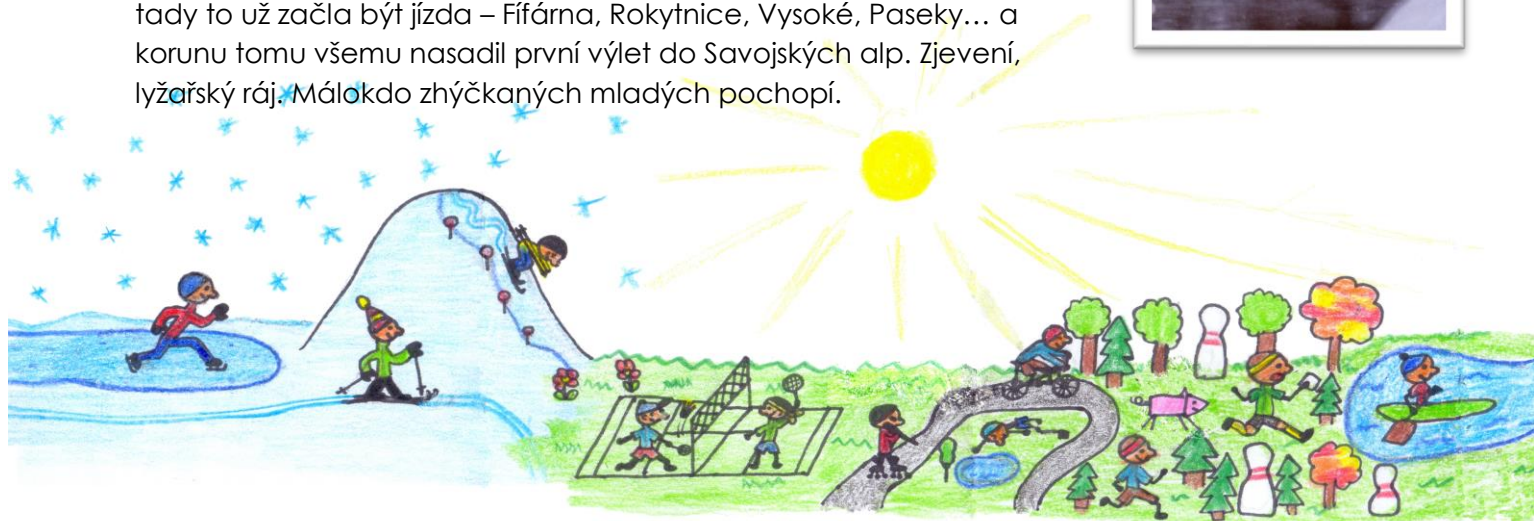
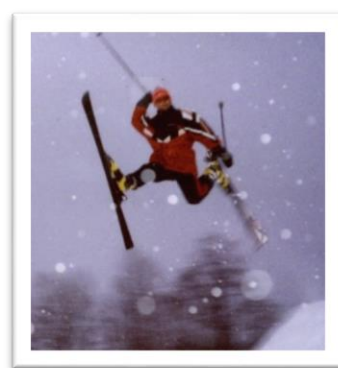
nechápal bratrovy poznámky o španělské botě. Ano, byl to děs. Ale pro lyžování samotné to byl zázrak! Poprvé jsem cítil, že je možné, aby byla noha pevná. A už jsem se těšil, až brácha vyroste z máminých červených Alpin. Dalším výrazným pokrokem byl přesun do podnikové chaty v Rokytnici. Vzpomínám, že postaršen jsem se ve čtvrté, páté a šesté třídě účastnil lyžařských výcviků sedmáků pražských škol. Posměch pubescentů při cestě na hory se změnil v obdiv již při rozřazování do družstev. Z té doby mám veškeré základy pro dnešní freeride – honosný název dnešních zhýčkaných lyžařů – neboť pouze v málo střediscích tenkrát byly rolby a celý den byl velký freeride. A co pamatuju, tenkrát toho umělo nasněžit! Freestyle je opět pouze honosný název pro věci, které jsme na sjezdovce dělali běžně. Moguly jsou moderní disciplínou, kterou ovšem za mého mlada zvládal každý. A bez keců. Všem těmto odnožím se tenkrát říkalo lyžování.



Na druhém stupni přišel vlastní lyžák a další kurzy s pražskými vrstevníky. Rozšířily se obzory – oba Špičáky, Klínovec, Černá hora... ale i třeba dojíždění každé ráno na sjezdovku vlakem, že se dá na lyžích po silnici dojet v Rokytnici až dolu pod náměstí, že šátek může slušet i na svázaných nohách. Tenkrát jsem s narostlými rameny machroval s vázáním G30 systému Gertsch s nášlapnou patou, zatímco ostatní se ohýbali k pružinám. Překotný růst a rozvoj technologií mi umožnil, když ostatní hrdě přecházeli na nášlapné paty, opět mezi nimi machrovat a ohýbat se ke dvěma robustním pružinám paty Marker Rotamat. Stále o krok napřed. A když to nešlo ve výbavě, tak v jízdě vždy. V té době si ještě vzpomínám na neskutečný zážitek z lyžování na Balkáně nedaleko Mirošovic. Záviděl jsem bráchovi, že mohl lyžák v sedmičce strávit právě tam a využít ještě funkčního kotvičkového vleku. Jisté stopy ve mně zanechal tehdejší tělocvikář Staněk, který svými historkami dokázal motivovat k neskutečným výkonům. Právě on mi ukázal Balkán, on ukázal, že není zapotřebí vždy konvenčních upravených svahů – svou slavnou jízdou po čerstvě zasněženém Štuksáku.

Není zapotřebí samozřejmě zdůrazňovat, že veškeré poměřování výkonu se stopkami v ruce, již tenkrát přineslo velké množství vavřínů.

S přechodem na střední přišlo opět mnoho nových výzev a otevřených obzorů. Tělocvikář mi ukázal, že pro lyžování není zapotřebí sněhu, tunové Artis OK s kovovým vázáním Marker M40 jsem vyměnil za slalomky Head s Tyrolkou, rozšířil se okruh dostupných středisek a jejich vybavení. Hlavně se ovšem zjevil další vzor točivých disciplín Alberto Tomba. Okamžitě jsme tehdy klasický alpský styl – pérák sounož – měnili za pokrokový inverzní oblouk s rameny v rovině a nohama dál od sebe. Starší pamětníci nad touto rebélií nevěřičně kroutili očima. A tady to už začla být jízda – Fífárna, Rokytnice, Vysoké, Paseky... a korunu tomu všemu nasadil první výlet do Savojských alp. Zjevení, lyžařský ráj. Málokdo zhýčkaných mladých pochopí.



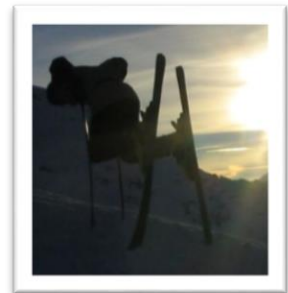
SokolákCup 2018



A pak jak již v historii několikrát, přišla móda zkracování. Tentokrát lyží. Po inverzním oblouku přišla modla dnešní doby – carving. Načetli jsme brožury, v HappySportu pořídili ojeté BetaCarvy a s posměchem, kamže s těmi dětskými lyžemi se hrneme, jsme vyrazili klopit. Základní poučku „Carverovou odměnou je nevynucený kontakt se zemí“ jsme všemi částmi těla plnili hned od počátků. Hůlky se samozřejmě tenkrát nenosily. Zato spotřeba rukavic od té doby rapidně vzrostla. My, co víme svý, jsme módním trendům carvingových brýlí pro širší rozhled,

carvingových hůlek, carvingových ponožek pro lepší přenos sil nepodlehli a prostě jsme dál lyžovali.

A z toho všeho patrně pramení úspěch a kvalita. Nejtěžší na naučení se lyžovat bylo to, odnaučit se návyky z předchozího lyžování. Ale ono to úplně odnaučit nejde a postupem se ani nechce. Zákonitě tento přístup pak vede k rozšiřování dovedností, schopností a všestrannosti pohybu na lyžích – lyžování.



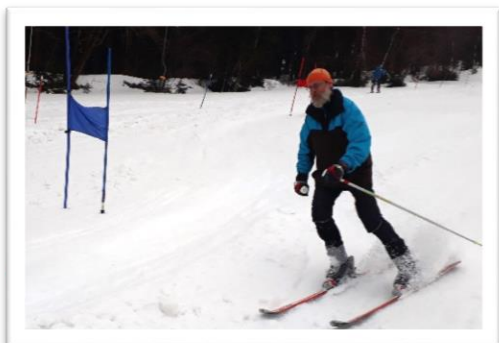
Tolik k letošnímu SokolákCupovému sjezdovému lyžování. Ještě snad vzpomenu mé počátky této disciplíny v rámci SokolákCupu, kdy se v roce 2015 musel sklonit lyžařský padavan Mártý. Další rok jsem ho



přepuštěním nejvyššího stupně přiměl sundat zavřené lyže z hřebíku. Velkorysost slavných. Pak ještě jednou Míra využil nedůslednosti jury a vybojoval první místo.

Na výsledcích z novodobých tabulek je patrné, že geny se podařilo zajistit pro potěšení dalších generací v dostatečné kvalitě.

Michal



| pořadí | jméno | 1. kolo | pořadí1 | 2.kolo | pořadí2 | 3.kolo | pořadí3 | 2 časy | součet časů | Pořadí v součtu časů | SC body |
|--------|-------------------|---------|---------|--------|---------|--------|---------|--------|-------------|----------------------|---------|
| 1 | Pelant Michal | 25,57 | 1 | 25,41 | 1 | 24,15 | 1 | 49,56 | 75,13 | 1 | 20 |
| 2 | Týč Honza | 26,52 | 3 | 25,86 | 4 | 25,08 | 2 | 50,94 | 77,46 | 2 | 19 |
| 3 | Kozák Jakub | 26,79 | 4 | 25,81 | 2 | 25,21 | 3 | 51,02 | 77,81 | 3 | 18 |
| 4 | Čech Dan | 27,02 | 7 | 25,81 | 2 | 25,46 | 4 | 51,27 | 78,29 | 4 | 17 |
| 5 | Paulus Míra | 26,49 | 2 | 26,24 | 5 | 25,78 | 5 | 52,02 | 78,51 | 5 | 16 |
| 6 | Michalička David | 27,00 | 6 | 26,74 | 7 | 25,96 | 6 | 52,70 | 79,70 | 6 | 15 |
| 7 | Pospíšil Tomáš | 26,94 | 5 | 26,53 | 6 | xxxx | x | 53,47 | xxxx | xxxx | |
| 8 | Paulus Míra jun. | 28,29 | 9 | 26,92 | 8 | 27,05 | 7 | 53,97 | 82,26 | 7 | 14 |
| 1 | Paulusová Denisa | 28,31 | 2 | 27,27 | 1 | 26,78 | 1 | 54,05 | 82,36 | 1 | 20 |
| 1 | Martina Pelantová | 27,88 | 1 | 27,56 | 1 | 28,45 | 1 | 55,44 | 83,89 | 1 | 10 |
| 9 | Pádívý Richard | 28,11 | 8 | 27,37 | 9 | xxxx | x | 55,48 | xxxx | xxxx | 13 |
| 2 | Stinglová Barča | 28,15 | 1 | 28,34 | 2 | 28,07 | 2 | 56,22 | 84,56 | 2 | 19 |
| 2 | Honza Pelant | 28,67 | 2 | 27,61 | 2 | xxxx | x | 56,28 | xxxx | x | 9 |
| 10 | Mácha Petr | 28,34 | 10 | 28,14 | 10 | 28,26 | 8 | 56,40 | 84,74 | 8 | 12 |
| 3 | Martin Pračka | 29,40 | 3 | 28,15 | 3 | xxxx | x | 57,55 | xxxx | x | 8 |
| 3 | Zajíčková Dáša | 29,05 | 3 | 28,54 | 3 | xxxx | 7 | 57,59 | xxxx | 7 | 18 |
| 11 | Novák Lukáš | 31,62 | 13 | 29,46 | 11 | xxxx | 18 | 61,08 | xxxx | xxxx | 11 |
| 4 | Selixová Tereza | 31,20 | 4 | 32,68 | 5 | 30,64 | 3 | 61,84 | 94,52 | 4 | 17 |
| 12 | Pračka Tomáš | 31,47 | 12 | 31,07 | 13 | 45,33 | 13 | 62,54 | 107,87 | 10 | 10 |
| 5 | Hubínková Markéta | 31,46 | 5 | 31,68 | 4 | 31,34 | 4 | 62,80 | 94,48 | 3 | 16 |
| 13 | Blažek Jarda | 32,04 | 14 | 31,57 | 14 | xxxx | x | 63,61 | xxxx | xxxx | 9 |
| 14 | Štěpánek Aleš | 34,85 | 19 | 31,06 | 12 | 32,78 | 9 | 63,84 | 98,69 | 9 | 8 |
| 6 | Víšková Dominika | 32,89 | 6 | 32,76 | 6 | 31,55 | 5 | 64,31 | 97,20 | 5 | 15 |
| 7 | Vojtová Štěpánka | 33,15 | 7 | 33,05 | 7 | 38,21 | 6 | 66,20 | 104,41 | 6 | |
| 15 | Čech Vráťa | 32,53 | 15 | 74,73 | 21 | 34,62 | 10 | 67,15 | 141,88 | 14 | 7 |
| 16 | Macháček st. | 33,97 | 16 | 33,37 | 15 | xxxx | x | 67,34 | xxxx | xxxx | |
| 17 | Míka Zdeněk | 34,33 | 18 | 34,93 | 16 | xxxx | x | 69,26 | xxxx | xxxx | 6 |
| 18 | Mátl Radek | 34,23 | 17 | 41,55 | 18 | 35,43 | x | 69,66 | 111,21 | 11 | 5 |
| 19 | Bébr Leoš | 30,09 | 11 | 42,13 | 19 | 45,64 | 14 | 72,22 | 117,86 | 12 | 4 |
| 20 | Kouba Martin | 43,14 | 20 | 38,55 | 17 | 37,22 | 12 | 75,77 | 118,91 | 13 | 3 |
| 4 | Vojta Mátl | 40,00 | 4 | 37,42 | 4 | 41,35 | 2 | 77,42 | 118,77 | 2 | 7 |
| 21 | Tomeček Tomáš | 67,17 | 21 | 46,70 | 20 | 49,27 | 15 | 95,97 | 163,14 | 15 | 2 |
| 5 | Kuba Morávek | 61,38 | 7 | 44,49 | 5 | 52,24 | 3 | 96,73 | 158,11 | 3 | 6 |
| 6 | Evička Mátlová | 57,20 | 5 | 55,52 | 6 | 56,64 | 4 | 112,16 | 169,36 | 4 | 5 |
| 7 | Barča Robátková | 57,28 | 6 | 57,18 | 7 | 58,78 | 5 | 114,46 | 173,24 | 5 | 4 |
| 22 | Morávek Jakub | 68,08 | 22 | 97,17 | 22 | xxxx | x | 165,25 | xxxx | xxxx | 1 |



Badminton

Jak jsem zase vyhrál, tentokrát badminton

Sobota odpoledne, 21. dubna a na řadě je další závod Sokolák cupu – badminton. Hned na srazu okukuji rozpoložení soupeřů a snažím se odhadnout jejich formu. Ale co se děje? Aleš hrát nebude, Lavičák nikde, Vosa nikde, chybí Pepa Goder, účast „starých“ je taky slabá. A sakra, vypadá to na pěknou nudu. Doma jsem nakoukal smrtící údery badmintonisty Petra Soukala a začínám mít strach, že z dostupných soupeřů nebude nikdo schopen moje prudké, chirurgicky přesné a zároveň chytře umístěné rány vracet. Abych si vůbec s někým zapínkal... Nakonec z toho bylo příjemně strávené odpoledne zpestřené bezproblémovým prvním místem.

Dan

| Skupina A | Leoš | Šáša | Tomáš G. | Prakín | | body | sety | Pořadí |
|-----------|------|------|----------|--------|--|------|------|--------|
| Leoš | | 0:2 | 0:2 | 0:2 | | 0 | 0:6 | 4. |
| Šáša | 2:0 | | 2:0 | 0:2 | | 4 | 4:2 | 2. |
| Tomáš G. | 2:0 | 0:2 | | 0:2 | | 2 | 2:4 | 3. |
| Prakín | 2:0 | 2:0 | 2:0 | | | 6 | 6:0 | 1. |

| Skupina B | Dan | Honza T. | Míra ml. | Koubič | David | body | sety | Pořadí |
|-----------|-----|----------|----------|--------|-------|------|------|--------|
| Dan | | 2:1 | 2:0 | 2:0 | 0:2 | 6 | 6:3 | 2. |
| Honza T. | 1:2 | | 2:0 | 2:0 | 0:2 | 4 | 5:4 | 3. |
| Míra ml. | 0:2 | 0:2 | | 0:2 | 0:2 | 0 | 0:8 | 5. |
| Koubič | 0:2 | 0:2 | 2:0 | | 0:2 | 2 | 2:6 | 4. |
| David | 2:0 | 2:0 | 2:0 | 2:0 | | 8 | 8:0 | 1. |

| Skupina C | Kuba K. | Láza | Robátko | Ráďa | | body | sety | Pořadí |
|-----------|---------|------|---------|------|--|------|------|--------|
| Kuba K. | | 2:0 | 2:0 | 2:1 | | 6 | 6:1 | 1. |
| Láza | 0:2 | | 2:0 | 0:2 | | 2 | 2:4 | 3. |
| Robátko | 0:2 | 0:2 | | 0:2 | | 0 | 0:6 | 4. |
| Ráďa | 1:2 | 2:0 | 2:0 | | | 4 | 5:2 | 2. |

| místění 1. - 6. mí | Prakín | Šáša | David | Dan | Kuba K. | Ráďa | o umístění | body | sety | Pořadí |
|--------------------|--------|------|-------|-----|---------|------|------------|------|------|--------|
| Prakín | | 2:0 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 12:10 | 2 | 2:8 | 5. |
| Šáša | 0:2 | | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 2:0 | 10:12 | 2 | 2:8 | 6. |
| David | 2:0 | 2:0 | | 2:0 | 0:2 | 2:1 | skr. | 8 | 8:3 | 3. |
| Dan | 2:0 | 2:0 | 0:2 | | 2:0 | 2:0 | | 8 | 8:2 | 1. |
| Kuba K. | 2:0 | 2:0 | 2:0 | 0:2 | | 2:1 | | 8 | 8:3 | 2. |
| Ráďa | 2:0 | 0:2 | 1:2 | 0:2 | 1:2 | | | 2 | 4:8 | 4. |

| místění 7. - 13. mí | Tomáš G. | Leoš | Honza T. | Koubič | Míra ml. | Láza | Robátko | body | sety | Pořadí |
|---------------------|----------|------|----------|--------|----------|------|---------|------|------|--------|
| Tomáš G. | | 2:0 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 2 | 2:10 | 12. |
| Leoš | 0:2 | | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0 | 0:12 | 13. |
| Honza T. | 2:0 | 2:0 | | 2:0 | 2:0 | 2:1 | 2:1 | 12 | 12:2 | 7. |
| Koubič | 2:0 | 2:0 | 0:2 | | 2:0 | 2:0 | 2:0 | 10 | 10:2 | 8. |
| Míra ml. | 2:0 | 2:0 | 0:2 | 0:2 | | 0:2 | 0:2 | 4 | 4:8 | 11. |
| Láza | 2:0 | 2:0 | 1:2 | 0:2 | 2:0 | | 2:0 | 8 | 9:4 | 9. |
| Robátko | 2:0 | 2:0 | 1:2 | 0:2 | 2:0 | 0:2 | | 6 | 7:6 | 10. |



| ŽENY | Domča | Tereza Č. | Jana K. | Denisa | Markéta H. | Erika | body | sety | Pořadí |
|------------|-------|-----------|---------|--------|------------|-------|------|------|--------|
| Domča | | 2:0 | 2:0 | 0:2 | 0:2 | 2:0 | 6 | 6:4 | 3. |
| Tereza Č. | 0:2 | | 1:2 | 0:2 | 0:2 | 2:0 | 2 | 3:8 | 5. |
| Jana K. | 0:2 | 2:1 | | 0:2 | 0:2 | 2:0 | 4 | 4:5 | 4. |
| Denisa | 2:0 | 2:0 | 2:0 | | 2:0 | 2:0 | 10 | 10:0 | 1. |
| Markéta H. | 2:0 | 2:0 | 2:0 | 0:2 | | 2:0 | 8 | 8:2 | 2. |
| Erika | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | 0:2 | | 0 | 0:10 | 6. |

| Celkové pořadí | MUŽI | body SC |
|----------------|------------------|---------|
| 1. | Čech Dan | 20 |
| 2. | Kozák Jakub | 19 |
| 3. | Michalička David | 18 |
| 4. | Mátl Radek | 17 |
| 5. | Pračka Tomáš | 16 |
| 6. | Šašek Petr | |
| 7. | Týč Honza | 15 |
| 8. | Kouba Martin | 14 |
| 9. | Rajtora Tomáš | 13 |
| 10. | Mácha Petr | 12 |
| 11. | Paulus Míra jun. | 11 |
| 12. | Gnad Tomáš | 10 |
| 13. | Bébr Leoš | 9 |

| Celkové pořadí | ŽENY | body SC |
|----------------|--------------------|---------|
| 1. | Paulusová Denisa | 20 |
| 2. | Hubínková Markéta | 19 |
| 3. | Víšková Dominika | 18 |
| 4. | Karlachová Jana | 17 |
| 5. | Čechová Tereza | 16 |
| 6. | Straškrabová Erika | |



Biatlon

Jak jsem vyhrál in-line biatlon

Dlouho jsem přemýšlel, jak konečně vyhrát nějakou disciplínu Sokolák Cupu a dostat své jméno na pamětní tričko. Nakonec jsem se rozhodl zaútočit na vítězství v in-line biatlonu, kde jsem byl věčně druhý. Vzhledem k tomu, že jsem od přírody línější a nechtělo se mi moc trénovat, rozhodl jsem se, že poručím větru a dešti. Nejdříve se mi podařilo prosadit změnu trasy, takže jsme se letos sešli na lehce kopcovitém závoděšti v Čestlicích. V den konání závodu jsem se nějak necítil ve své kůži. Naštěstí po dvou měsících, kdy z nebe nespada ani kapka, se hodinu před závodem rozpršelo. Závod byl tedy přesunut na další týden.



Za krásného, slunečného počasí jsme se opět sešli na závoděšti. V první rozjíždce, ještě žádný z favoritů nenastoupil, tudíž nebyla potřeba pomoc z nebes. V druhé rozjíždce se představili první favorité na vítězství, bylo tedy nutné jim závod trochu znepříjemnit. Začal jsem silným protivětrem, ale s trénovanými jedinci to nic neudělalo. Proto jsem musel nasadit silnější zbraně. Poté co se první závodníci začali blížit otočce a do cíle jim zbýval jen zákeřný sjezd, snesl se na závodní trať silný déšť. Pro diváky začal být závod konečně zajímavý. Závodníci místo zatáčky do cíle postupně končili, za aplausu přihlízejících, v travním porostu u protihlukové stěny. Mezi favority v druhé rozjíždce se nedopatřením přimíchal i Kim. Po prvním okruhu, když se snažil držet krok s ostatními dosáhl v závěrečném sjezdu neuvěřitelné rychlosti (15 km/hod). V této obrovské rychlosti nedokázal již své brusle ovládat, kolena se mu klepala jak osika, takže místo zatáčky ke střelnici udělal efektní kotoul v trávě u protihlukové stěny. I když je Kim stále ještě ohebný jak proutek, jeho kosti už trochu chřadnou. Naštěstí ukázkou kotoulu odnesl "jen" zlomeninou klíční kosti. Pro další závodníky nebyla trať způsobilá a museli si na svou rozjíždku počkat další týden.

Následující týden v první rozjíždce nastoupili další favorité, v čele s několikanásobným vítězem Davidem M. Závod jsem jim tedy musel opět patřičně znepříjemnit silným protivětrem a lehkou dešťovou přeháňkou. Sám favorit soutěže David M. tvrdil, že mu po celou dobu závodu foukal ostrý protivítr, což mu potvrdili i ostatní účastníci rozjíždky. Ve druhé rozjíždce konečně přišel můj čas a mohl jsem se postavit na start. Těsně před startem trať úplně uschla a vítr začal foukat pouze do zad. V ideálních podmínkách už nebylo těžké v závodě zvládnout.

Rád bych poděkoval organizátorovi disciplíny za kvalitní přípravu trati a slibuji, že příští rok už větru a dešti nebudu poroučet.

Jakub



| pořadí | jméno | čas před 1. střelbou | pořadí1 | 1. střelba | čas před 2. střelbou | pořadí2 | 2. střelba | čas cíl | celkem chyb | ztráta na vítěze | ztráta na předch. | Body SC |
|--------|------------------|----------------------|---------|------------|----------------------|---------|------------|----------|-------------|------------------|-------------------|---------|
| 1 | Kozák Jakub | 4:40:00 | 2 | 1 | 10:49:00 | 1 | 1 | 16:48:00 | 2 | 0:00:00 | 0:00:00 | 20 |
| 2 | Čech Dan | 4:39:00 | 1 | 1 | 11:07:00 | 2 | 1 | 17:46:00 | 2 | 0:58:00 | 0:58:00 | 19 |
| 3 | Rajtora Tomáš | 4:40:00 | 2 | 0 | 11:30:00 | 7 | 0 | 17:57:00 | 0 | 1:09:00 | 0:11:00 | 18 |
| 4 | Michalička David | 4:45:00 | 4 | 0 | 11:15:00 | 3 | 0 | 18:04:00 | 0 | 1:16:00 | 0:07:00 | 17 |
| 5 | Pelant Michal | 4:55:00 | 6 | 0 | 11:24:00 | 5 | 0 | 18:06:00 | 0 | 1:18:00 | 0:02:00 | 16 |
| 6 | Gnad Tomáš | 4:50:00 | 5 | 1 | 11:26:00 | 6 | 0 | 18:07:00 | 1 | 1:19:00 | 0:01:00 | 15 |
| 7 | Pračka Tomáš | 5:32:00 | 11 | 0 | 12:10:00 | 8 | 1 | 18:42:00 | 1 | 1:54:00 | 0:35:00 | 14 |
| 8 | Mátl Radek | 4:55:00 | 6 | 0 | 11:22:00 | 4 | 2 | 18:54:00 | 2 | 2:06:00 | 0:12:00 | 13 |
| 9 | Novák Lukáš | 5:35:00 | 12 | 1 | 12:51:00 | 12 | 0 | 19:08:00 | 1 | 2:20:00 | 0:14:00 | 12 |
| 10 | Čech Vráťa | 5:12:00 | 9 | 0 | 12:15:00 | 9 | 0 | 19:27:00 | 0 | 2:39:00 | 0:19:00 | 11 |
| 11 | Štěpánek Aleš | 5:20:00 | 10 | 1 | 12:30:00 | 10 | 2 | 19:45:00 | 3 | 2:57:00 | 0:18:00 | 10 |
| 12 | Pádivý Richard | 4:55:00 | 6 | 1 | 12:38:00 | 11 | 0 | 20:18:00 | 1 | 3:30:00 | 0:33:00 | 9 |
| 13 | Kouba Martin | 6:09:00 | 15 | 0 | 13:38:00 | 14 | 0 | 20:53:00 | 0 | 4:05:00 | 0:35:00 | 8 |
| 14 | Kozák Vláďa | 5:38:00 | 13 | 1 | 13:20:00 | 13 | 2 | 21:08:00 | 3 | 4:20:00 | 0:15:00 | |
| 15 | Míka Zdeněk | 6:08:00 | 14 | 1 | 15:05:00 | 15 | 1 | 23:46:00 | 2 | 6:58:00 | 2:38:00 | 7 |
| 16 | Blažek Jarďa | 6:52:00 | 16 | 0 | 15:42:00 | 16 | 0 | 25:02 | 0 | 8:14:00 | 1:16:00 | 6 |
| 17 | Tomeček Tomáš | | | | | | | DNF | 0 | | | 5 |

| pořadí | jméno | čas před 1. střelbou | pořadí | 1. střelba | čas před 2. střelbou | pořadí | 2. střelba | čas cíl | celkem chyb | ztráta na vítěze | ztráta na předch. | Body SC |
|--------|-------------------|----------------------|--------|------------|----------------------|--------|------------|----------|-------------|------------------|-------------------|---------|
| 1 | Čechová Tereza | 3:48:00 | 1 | 1 | 9:31:00 | 1 | 0 | 15:00:00 | 1 | 0:00:00 | 0:00:00 | 20 |
| 2 | Hubínková Markéta | 4:01:00 | 2 | 1 | 9:42:00 | 2 | 1 | 15:54:00 | 2 | 0:54:00 | 0:54:00 | 19 |
| 3 | Karlachová Jana | 4:37:00 | 3 | 0 | 10:54:00 | 3 | 0 | 17:36:00 | 0 | 2:36:00 | 1:42:00 | 18 |
| 4 | Selixová Tereza | 4:52:00 | 4 | 0 | 11:30:00 | 4 | 1 | 18:22:00 | 1 | 3:22:00 | 0:46:00 | 17 |



Triatlon

Triatlon – mezi bratry

Neplánované sucho a nenapuštění Jurečka zapříčinily změnu trať. Vyžlovka je ale také dobrá (také se dá část závodu běžet po dně ☺), takže jsem se těšil na dobrý výsledek ve své tradičně silné disciplíně. Při pohledu na startovní listinu jsem ale znervózněl, když jsem uviděl kromě nevyzpytatelných Dana s Kubou a Prakinem také bratry Burianovy. Ale myslel jsem si, že přeci jen jsou ještě mladí a že bych je mohl dát. No... Staršího Matěje jsem viděl naposledy na startu a pak při běhu, kdy on se již vracel s asi 15 minutami náskoku.. Nechápu. Naštěstí mladšího Vojtu, který ještě pře pár lety tahal raketu větší než on sám, jsem v závěru běhu udolal... Přeci jen 23 let zkušeností navíc je znát ☺ Mimochodem, je to stejný rozdíl, jako je mezi mnou a Tomášem Gnadem... tak snad budu také Vojtovi ujíždět na běžkách nebo na kanoi, až mi bude 60 (odkaz na další krátký článek z kanoistiky ☺).

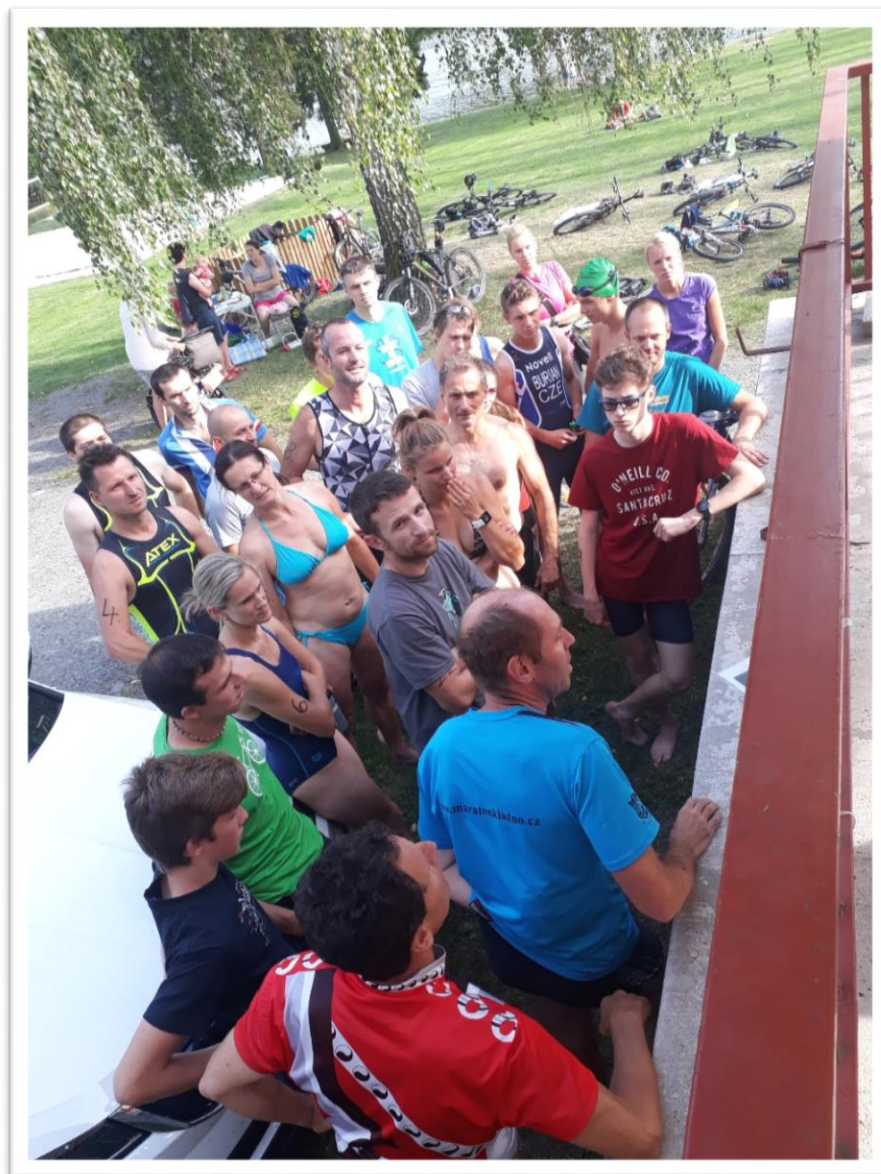
David

| Pořadí | Jméno | Čas | Plavání | Převlek | Start | Cíl | Čas2 | Kolo | Převlek2 | Start3 | Cíl3 | Čas3 | Běh | Celkem | ztráta na vítěze | Body SC |
|--------|--------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|------|----------|---------|---------|---------|-----|---------|------------------|---------|
| 1 | Burian Matěj | 0:06:58 | 1 | 0:00:43 | 0:07:41 | 0:42:05 | 0:35:07 | 1 | 0:00:19 | 0:42:24 | 1:02:35 | 0:20:11 | 1 | 1:02:35 | | |
| 2 | Michalička David | 0:11:25 | 8 | 0:00:53 | 0:12:18 | 0:50:14 | 0:38:49 | 2 | 0:00:31 | 0:50:45 | 1:12:02 | 0:21:17 | 2 | 1:12:02 | 0:09:27 | 20 |
| 3 | Burian Vojtěch | 0:08:47 | 2 | 0:00:46 | 0:09:33 | 0:50:02 | 0:41:15 | 5 | 0:00:28 | 0:50:30 | 1:12:50 | 0:22:20 | 4 | 1:12:50 | 0:10:15 | |
| 4 | Rulc Michal | 0:09:15 | 3 | 0:00:57 | 0:10:12 | 0:50:18 | 0:41:03 | 4 | 0:00:21 | 0:50:39 | 1:14:49 | 0:24:10 | 10 | 1:14:49 | 0:12:14 | |
| 5 | Kozák Jakub | 0:12:00 | 10 | 0:01:32 | 0:13:32 | 0:52:15 | 0:40:15 | 3 | 0:00:30 | 0:52:45 | 1:16:02 | 0:23:17 | 7 | 1:16:02 | 0:13:27 | 19 |
| 6 | Čech Dan | 0:09:35 | 4 | 0:00:59 | 0:10:34 | 0:50:51 | 0:41:16 | 6 | 0:00:28 | 0:51:19 | 1:16:55 | 0:25:36 | 14 | 1:16:55 | 0:14:20 | 18 |
| 7 | Pračka Tomáš | 0:12:17 | 13 | 0:01:45 | 0:14:02 | 0:54:24 | 0:42:07 | 8 | 0:00:59 | 0:55:23 | 1:17:10 | 0:21:47 | 3 | 1:17:10 | 0:14:35 | 17 |
| 8 | Mátl Radek | 0:12:04 | 11 | 0:01:13 | 0:13:17 | 0:53:36 | 0:41:32 | 7 | 0:00:30 | 0:54:06 | 1:17:20 | 0:23:14 | 6 | 1:17:20 | 0:14:45 | 16 |
| 9 | Týč Honza | 0:11:19 | 7 | 0:01:58 | 0:13:17 | 0:54:45 | 0:43:26 | 12 | 0:00:45 | 0:55:30 | 1:18:10 | 0:22:40 | 5 | 1:18:10 | 0:15:35 | 15 |
| 10 | Pelant Michal | 0:12:15 | 12 | 0:01:47 | 0:14:02 | 0:54:57 | 0:42:42 | 9 | 0:00:01 | 0:54:58 | 1:18:58 | 0:24:00 | 9 | 1:18:58 | 0:16:23 | 14 |
| 11 | Landkammer Dominik | 0:11:26 | 9 | 0:00:52 | 0:12:18 | 0:54:30 | 0:43:04 | 10 | 0:00:15 | 0:54:45 | 1:19:53 | 0:25:08 | 13 | 1:19:53 | 0:17:18 | |
| 12 | Lauer Martin | 0:10:38 | 5 | 0:02:15 | 0:12:53 | 0:55:44 | 0:45:06 | 13 | 0:00:51 | 0:56:35 | 1:21:30 | 0:24:55 | 12 | 1:21:30 | 0:18:55 | |
| 13 | Gnad Tomáš | 0:11:15 | 6 | 0:01:38 | 0:12:53 | 0:54:37 | 0:43:22 | 11 | 0:00:24 | 0:55:01 | 1:22:13 | 0:27:12 | 16 | 1:22:13 | 0:19:38 | 13 |
| 14 | Sedlák Pepa | 0:13:51 | 16 | 0:02:24 | 0:16:15 | 1:00:49 | 0:46:58 | 15 | 0:01:13 | 1:02:02 | 1:26:17 | 0:24:15 | 11 | 1:26:17 | 0:23:42 | 12 |
| 15 | Polívka Petr | 0:13:34 | 14 | 0:01:31 | 0:15:05 | 0:59:09 | 0:45:35 | 14 | 0:01:24 | 1:00:33 | 1:27:29 | 0:26:56 | 15 | 1:27:29 | 0:24:54 | |
| 16 | Paulus Míra jun. | 0:14:45 | 17 | 0:02:10 | 0:16:55 | 1:10:03 | 0:55:18 | 17 | 0:00:08 | 1:10:11 | 1:33:40 | 0:23:29 | 8 | 1:33:40 | 0:31:05 | 11 |
| 17 | Kouba Martin | 0:13:46 | 15 | 0:02:34 | 0:16:20 | 1:05:12 | 0:51:26 | 16 | 0:01:03 | 1:06:15 | 1:37:05 | 0:30:50 | 17 | 1:37:05 | 0:34:30 | 10 |

| Pořadí | Jméno | Čas | Plavání | Převlek | Start | Cíl | Čas2 | Kolo | Převlek2 | Start3 | Cíl3 | Čas3 | Běh | Celkem | ztráta na vítěze | Body SC |
|--------|---------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|------|----------|---------|---------|---------|-----|---------|------------------|---------|
| 1 | Zajíčková Dáša | 0:12:03 | 6 | 0:01:48 | 0:13:51 | 0:57:45 | 0:43:54 | 1 | 0:00:40 | 0:58:25 | 1:24:25 | 0:26:00 | 4 | 1:24:25 | | 20 |
| 2 | Hubínková Markéta | 0:11:47 | 3 | 0:01:21 | 0:13:08 | 0:58:22 | 0:45:14 | 2 | 0:00:53 | 0:59:15 | 1:26:06 | 0:26:51 | 5 | 1:26:06 | 0:01:41 | 19 |
| 3 | Čechová Tereza | 0:11:26 | 1 | 0:01:39 | 0:13:05 | 1:00:59 | 0:47:54 | 3 | 0:00:01 | 1:01:00 | 1:26:22 | 0:25:22 | 2 | 1:26:22 | 0:01:57 | 18 |
| 4 | Malovcová Monika | 0:11:55 | 5 | 0:01:37 | 0:13:32 | 1:03:31 | 0:49:59 | 4 | 0:00:13 | 1:03:44 | 1:28:18 | 0:24:34 | 1 | 1:28:18 | 0:03:53 | |
| 5 | Paulusová Denisa | 0:11:52 | 4 | 0:01:29 | 0:13:21 | 1:05:11 | 0:51:50 | 5 | 0:00:11 | 1:05:22 | 1:31:05 | 0:25:43 | 3 | 1:31:05 | 0:06:40 | 17 |
| 6 | Landkammerová Šárka | 0:11:37 | 2 | 0:01:55 | 0:13:32 | 1:09:16 | 0:55:44 | 6 | 0:00:26 | 1:09:42 | 1:47:30 | 0:37:48 | 6 | 1:47:30 | 0:23:05 | |

| Pořadí | Jméno | Čas | Plavání | Převlek | Start | Cíl | Čas2 | Kolo | Převlek2 | Start3 | Cíl3 | Čas3 | Běh | Celkem | ztráta na vítěze | Body SC |
|--------|-------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|------|----------|---------|---------|---------|-----|---------|------------------|---------|
| 8 | Rožek Vilda | 0:05:48 | 1 | 0:01:09 | 0:06:57 | 0:35:59 | 0:30:11 | 1 | 0:00:09 | 0:36:08 | 0:46:35 | 0:10:27 | 1 | 0:46:35 | 0:00:00 | 10 |
| 9 | Rožek Vojta | 0:06:14 | 2 | 0:00:56 | 0:07:10 | 0:45:00 | 0:38:46 | 2 | DISK | | | | | | | |





Orientáky

Povinné vítězství

To by byla ostuda... když sháním mapy, trať vymýšlí mí kamarádi a lampiony roznáší táta, to by bylo smutné nevyhrát. A povedlo se. Ale vážně – orientáky se mi letos opravdu povedly. Na rozdíl od jiných disciplín, kde mé výkony zůstaly daleko za očekáváním, jsem si aspoň zde spravil chuť. Už dlouho jsem tolik nenandal Prakinovi, Kubovi, Michalovi a dalším, kteří mě v posledních letech trápili i poráželi. Možná přispěla i nižší dávka alkoholu než bývá obvyklé při této víkendovce, ale zas tak jsem se také nešetřil. Takže pouze tady vlastně mohu říct, byl jsem nejlepší 😊.



David

Orientáky očima poraženého

Fotbal je jednoduchá hra. Dvaadvacet chlapů se devadesát minut honí za míčem a nakonec vždycky vyhraje Němci. Tento slavný výrok kdysi slavného anglického reprezentanta Garyho Linekera jsem si opět připomenul v kontextu jiného sportovního odvětví.

Letošní orientační víkend zase vyhrál David. Je to prostě tak, byl favorit, je dlouhodobě nejrychlejší, s mapou se naučil a asi není důležité, že si úplně nevzpomínám, jestli měl sebou letos průkazku a kdo obsluhoval cíl.

Vyhrál o pamník, takže konec diskusí.

Když bych měl říct jednu věc, co udělalo město Říčany dobře ... - pardon chyba (trochu se mi to vrylo do paměti) - co jsem udělal jinak než on, tak mne napadla snad pouze návštěva Kadova, malebné vísky s malebnou hospodou, kterou nežádka navštíví i pan prezident. Ale, že by toto mohlo mít vliv na výsledek, to sotva ...

Mimochodem návštěvu perly Vysočiny mohu jenom doporučit. Místo kliků a balančních cvičení jsme probrali vztahovou problematiku a rozšířili geopolitické obzory.

| Pořadí | Jméno | MTBO | OB | Součet | Body SC |
|--------|------------------|------|----|--------|---------|
| 1 | Michalička David | 1 | 1 | 2 | 20 |
| 2 | Pračka Tomáš | 3 | 2 | 5 | 19 |
| 3 | Kozák Jakub | 2 | 7 | 9 | 18 |
| 4 | Čech Dan | 9 | 3 | 12 | 17 |
| 5 | Pelant Michal | 6 | 6 | 12 | 16 |
| 6 | Kouba Martin | 5 | 9 | 14 | 15 |
| 7 | Silovský Tomáš | 4 | 13 | 17 | 14 |
| 8 | Mátl Radek | 12 | 5 | 17 | 13 |
| 9 | Stingl Martin | 8 | 10 | 18 | |
| 10 | Frank Petr | 13 | 16 | 29 | |
| 11 | Karlach Vladek | 10 | 20 | 30 | 12 |
| 12 | Čech Vráta | 17 | 23 | 40 | 11 |
| 13 | Sedlák Pepa | 16 | 25 | 41 | 10 |
| 14 | Novák Lukáš | 19 | 22 | 41 | 9 |
| 15 | Blažek Jarda | 21 | 24 | 45 | 8 |
| 16 | Tomeček Tomáš | | 21 | 21 | 7 |

Takže jak jsem říkal, horda mužů, žen a dětí běhá po lese s mapou, aby nakonec vyhrál David.



Sokolák Cup 2018

| MTBO | Sloupec1 | start | cíl | čistý | rozdíl |
|------|----------------------------------|---------|---------|----------------|---------|
| 1 | Michalička David | 0:04:00 | 0:44:09 | 0:40:09 | |
| 2 | Kozák Jakub | 1:16:00 | 2:05:51 | 0:49:51 | 0:09:42 |
| 3 | Pračka Tomáš | 0:07:00 | 0:58:09 | 0:51:09 | 0:01:18 |
| 4 | Silovský Tomáš | 0:12:00 | 1:06:04 | 0:54:04 | 0:02:55 |
| 5 | Kouba Martin | 0:15:00 | 1:12:08 | 0:57:08 | 0:03:04 |
| 6 | Pelant Michal | 0:21:00 | 1:18:12 | 0:57:12 | 0:00:04 |
| 7 | Pelantová Martina + Pračková Ema | 0:06:00 | 1:06:06 | 1:00:06 | 0:02:54 |
| 8 | Stingl Martin | 0:17:00 | 1:18:12 | 1:01:12 | 0:01:06 |
| 9 | Čech Dan | 0:53:00 | 1:54:54 | 1:01:54 | 0:00:42 |
| 10 | Karlach Vladek | 0:03:00 | 1:06:08 | 1:03:08 | 0:01:14 |
| 11 | Stinglová Bára | 0:05:00 | 1:08:45 | 1:03:45 | 0:00:37 |
| 12 | Mátl Radek | 0:20:00 | 1:24:30 | 1:04:30 | 0:00:45 |
| 13 | Frank Petr | 0:19:00 | 1:31:18 | 1:12:18 | 0:07:48 |
| 14 | Pračková Zitka | 0:08:00 | 1:25:58 | 1:17:58 | 0:05:40 |
| 15 | Fedáková Anna | 0:09:00 | 1:27:43 | 1:18:43 | 0:00:45 |
| 16 | Sedlák Pepa | 0:10:00 | 1:28:53 | 1:18:53 | 0:00:10 |
| 17 | Čech Vráťa | 0:00:00 | 1:19:34 | 1:19:34 | 0:00:41 |
| 18 | Zajíčková Dáša | 0:16:00 | 1:38:28 | 1:22:28 | 0:02:54 |
| 19 | Novák Lukáš | 0:18:00 | 1:54:59 | 1:36:59 | 0:14:31 |
| 20 | Karlachová Jana | 0:11:00 | 1:49:23 | 1:38:23 | 0:01:24 |
| 21 | Blažek Jarďa | 0:22:00 | 2:03:58 | 1:41:58 | 0:03:35 |
| 22 | Vagenknechtová Eva | 0:02:00 | 1:50:38 | 1:48:38 | 0:06:40 |
| 23 | Honza, Martin, Vojta | 0:13:00 | 2:03:55 | 1:50:55 | 0:02:17 |
| 24 | Mátlová Petra + Evička | 0:14:00 | 2:10:40 | 1:56:40 | 0:05:45 |
| 25 | Kozáková Martina + Tereška | 0:01:00 | | | |

Jenom dobře, že v celkových výsledcích Sokoláku je to občas zajímavější, jako třeba letos, ale to bychom se mohli taky začít bavit o tom zkráceném triatlonu. Ale to už je jiná disciplína, tak bych teda radši, aby to napsal někdo jině.

Tak hezké pondělí.

Prakin

| OB | Sloupec1 | start | cíl | čistý | rozdíl |
|----|--------------------|---------|---------|----------------|---------|
| 1 | Michalička David | 0:52:00 | 1:28:36 | 0:36:36 | |
| 2 | Pračka Tomáš | 0:46:00 | 1:31:25 | 0:45:25 | 0:08:49 |
| 3 | Čech Dan | 0:54:00 | 1:42:46 | 0:48:46 | 0:03:21 |
| 4 | Pelantová Martina | 0:32:00 | 1:21:02 | 0:49:02 | 0:00:16 |
| 5 | Mátl Ráďa | 0:14:00 | 1:03:19 | 0:49:19 | 0:00:17 |
| 6 | Pelant Michal | 0:38:00 | 1:28:41 | 0:50:41 | 0:01:22 |
| 7 | Kozák Kuba | 0:00:00 | 0:52:13 | 0:52:13 | 0:01:32 |
| 8 | Pračková Ema | 0:50:00 | 1:42:46 | 0:52:46 | 0:00:33 |
| 9 | Kouba Martin | 0:36:00 | 1:28:48 | 0:52:48 | 0:00:02 |
| 10 | Stingl Mártý | 0:10:00 | 1:03:27 | 0:53:27 | 0:00:39 |
| 11 | Stinglová Bára | 0:48:00 | 1:45:23 | 0:57:23 | 0:03:56 |
| 12 | Zajíčková Dáša | 0:30:00 | 1:28:56 | 0:58:56 | 0:01:33 |
| 13 | Silovský Tomáš | 0:40:00 | 1:40:50 | 1:00:50 | 0:01:54 |
| 14 | Pračková Zitka | 0:20:00 | 1:21:20 | 1:01:20 | 0:00:30 |
| 15 | Fedáková Anička | 0:26:00 | 1:44:50 | 1:18:50 | 0:17:30 |
| 16 | Frank Petr | 0:42:00 | 2:03:21 | 1:21:21 | 0:02:31 |
| 17 | Wagenknechtová Eva | 0:34:00 | 2:03:22 | 1:29:22 | 0:08:01 |
| 18 | Pelant Honza | 0:22:00 | 1:57:09 | 1:35:09 | 0:05:47 |
| 19 | Karlachová Jana | 0:24:00 | 2:03:54 | 1:39:54 | 0:04:45 |
| 20 | Karlach Vladek | 0:12:00 | 1:55:14 | 1:43:14 | 0:03:20 |
| 21 | Tomeček Tomáš Kim | 0:18:00 | 2:04:04 | 1:46:04 | 0:02:50 |
| 22 | Novák Lukáš | 0:08:00 | 1:57:02 | 1:49:02 | 0:02:58 |
| 23 | Čech Vráťa | 0:06:00 | 2:04:02 | 1:58:02 | 0:09:00 |
| 24 | Blažek Jarek | 0:44:00 | 2:47:17 | 2:03:17 | 0:05:15 |
| 25 | Sedlák Pepa | 0:28:00 | 2:41:14 | 2:13:14 | 0:09:57 |
| 26 | Kasálková Markéta | 0:16:00 | 2:41:24 | 2:25:24 | 0:12:10 |
| 27 | Petra + Evča | 0:04:00 | 2:34:47 | 2:30:47 | 0:05:23 |
| 28 | Martin + Vojta | 0:02:00 | 2:41:13 | 2:39:13 | 0:08:26 |



Kuželky

Kuželky očima vítěze

Dne 15.11. proběhla soutěž v kužkách, kterou jsem náhodou vyhrál. Po náročném soustředění v domácích restauracích jsem netušil, že soupeři se tolik přípravě nevěnovali a nechali až na den D. V den závodu bylo rozhodující dostat se do finálové skupiny, udržet nervy na uzdě a pak ji jen vyhrát. Po soutěži mne začala mrzet výhra, protože potichu navrhované hendikepy starších asi nebudou na programu což asi potvrdil Tonda vítězstvím v kanoistice, kterou taky asi omylem vyhrál.



Jarda

Kuželky očima poraženého

Je jasné, že jsem dne 15. listopadu t.r. jel do malé vísky za Řičanami další disciplínu Sokolák cupu (kuželky) vyhrát. Jak jinak, když jsem obhajoval vítězství a sice jsem od té doby netrénoval, ale to nikdo, tak nebyl důvod pochybovat o tom, že jsem favorit.

Od začátku turnaje ani nic nenasvědčovalo tomu, že by tomu tak tento večer nebylo. Postupoval jsem v pohodě – s body přes 20 a finále mohlo začít. Když první dvojice Michal a Jarďa nahodili 17 a 18 bodů, v té chvíli jsem si pomyslel, že čtvrté místo je jisté. Druhá dvojice Houbák s Danem byla dokonce ještě horší, takže teď bylo jisté když tak druhé místo. Prohrát a Alešem nebude ostuda, pomyslel jsem si. A ejhle nic takového, finále je soubor nervů a člověk musí být opravdu zkušený, aby to zvládl. Když se podíváte na složení finále, tak ta opravdu zkušenost byla jen a jen u jednoho účastníka. A ten souboj nervů finálového kola zvládl – zvládl ho excelentně a jeho výkon byl pro mě nepřekonatelný. Dokázal prostě zúročit léta dřiny a odříkání (např. při odchodu z hospody) a prodat je v pravý okamžik. Prostě dokázal, po čem mnozí touží – vyhrát disciplínu v Sokolák cupu a zařadit se tak mezi legendy (mimořádně tam je i bez tohoto vítězství). A zas to těm „mladejm“ ukázal. Oslava u Křečků už byla v režii vítěze – několik malých piv a trochu té kořalky. Jarďo, gratuluji – je mi ctí mi takového důstojného nástupce na trůnu krále kužekáře.

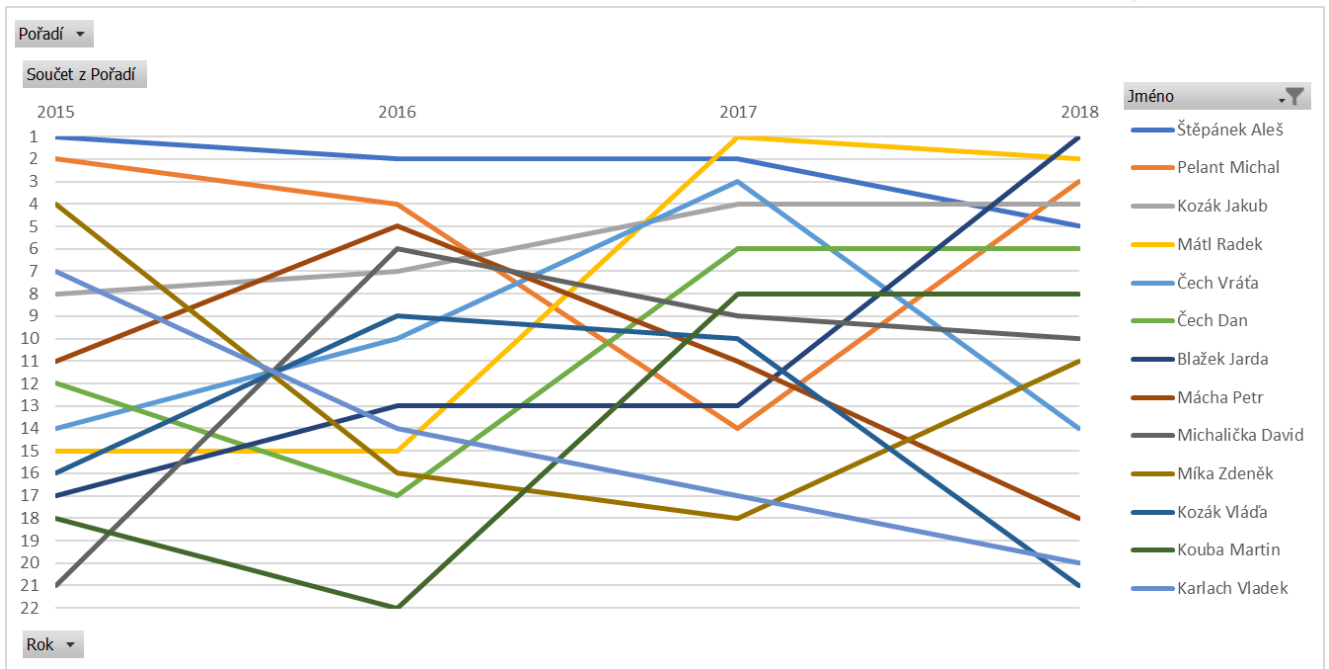
| pořadí | jméno | body SC |
|--------|------------------|---------|
| 1 | Blažek Jarďa | 20 |
| 2 | Mátl Radek | 19 |
| 3 | Pelant Michal | 18 |
| 4 | Kozák Jakub | 17 |
| 5 | Štěpánek Aleš | 16 |
| 6 | Čech Dan | 15 |
| 7 | Bébr Leoš | 14 |
| 8 | Kouba Martin | 13 |
| 9 | Rajtora Tomáš | 12 |
| 10 | Michalička David | 11 |
| 11 | Míka Zdeněk | 10 |
| 12 | Pádivý Richard | 9 |
| 13 | Paulus Míra | 8 |
| 14 | Čech Vráťa | 7 |
| 15 | Silovský Tomáš | 6 |
| 16 | Tomeček Tomáš | 5 |
| 17 | Paulus Míra jun. | 4 |
| 18 | Mácha Petr | 3 |
| 19 | Novák Lukáš | 2 |
| 20 | Karlach Vladek | 1 |
| 21 | Kozák Vláďa | 0 |
| 22 | Kašpar Honza | 0 |
| 23 | Týč Honza | 0 |
| 24 | Gnad Tomáš | 0 |

Ráďa

| pořadí | jméno | body SC |
|--------|-------------------|---------|
| 1. | Honza Pelant | 10 |
| 2. | Martina Pelantová | 9 |
| 3. | Kuba Straškraba | 8 |

| pořadí | jméno | body SC |
|--------|--------------------|---------|
| 1 | Pelantová Martina | |
| 2 | Paulusová Denisa | 20 |
| 3 | Straškrabová Erika | |
| 4 | Čechová Tereza | 19 |
| 5 | Víšková Dominika | 18 |
| 6 | Karlachová Jana | 17 |





| Průměr z Body | 2015 | | | | Průměr 2016 | | | | Průměr 2017 | | | | Průměr 2018 | | | | Průměr | Celkem | | | |
|--------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | K | Č | S | F | K | Č | S | F | K | Č | S | F | K | Č | S | F | | | | | |
| Štěpánek Aleš | 23 | 27 | 22 | 27 | 24,75 | 26 | 22 | 21 | 28 | 24,25 | 18 | 26 | 21 | 24 | 22,25 | 19 | 24 | 33 | 13 | 22,25 | 23,38 |
| Pračka Tomáš | 15 | 23 | 26 | 23 | 21,63 | 25 | 27 | 21 | 32 | 26,25 | 18 | 21 | 11 | 9 | 14,75 | | | | | | 20,88 |
| Mátl Radek | 19 | 15 | 22 | 15 | 17,63 | 17 | 14 | 20 | 21 | 18,00 | 29 | 18 | 20 | 27 | 23,50 | 25 | 22 | 25 | 17 | 22,25 | 20,34 |
| Šašek Petr | 26 | 6 | 28 | 23 | 20,63 | 16 | 18 | 13 | 20 | 16,75 | 23 | 20 | 13 | 26 | 20,50 | | | | | | 19,29 |
| Pelant Michal | 17 | 29 | 17 | 27 | 22,38 | 25 | 22 | 19 | 13 | 19,75 | 13 | 12 | | | 12,50 | 8 | 21 | 26 | 17 | 18,00 | 18,96 |
| Paulus Míra | 10 | 17 | 16 | 20 | 15,63 | 11 | 28 | 16 | 22 | 19,25 | | | | | | 17 | 10 | 26 | 30 | 20,75 | 18,54 |
| Čech Vráta | 20 | 11 | 22 | 17 | 17,38 | 13 | 22 | 11 | 16 | 15,50 | 16 | 28 | 28 | 21 | 23,25 | 20 | 6 | 19 | 24 | 17,25 | 18,34 |
| Kozák Jakub | 8 | 21 | 6 | 21 | 14,00 | 17 | 20 | 12 | 24 | 18,25 | 22 | 19 | 19 | 20 | 20,00 | 18 | 27 | 23 | 16 | 21,00 | 18,31 |
| Míka Zdeněk | 23 | 27 | 17 | 19 | 21,50 | 18 | 20 | 18 | 11 | 16,75 | 26 | 13 | | | 19,50 | 13 | 23 | 12 | 14 | 15,50 | 18,14 |
| Stingl Martin | 8 | 17 | 17 | 21 | 15,63 | 16 | 31 | 17 | 16 | 20,00 | | | | | | | | | | | 17,81 |
| Landkammer Dominik | | | | | | 28 | 15 | 13 | 9 | 16,25 | 26 | 9 | 24 | 18 | 19,25 | | | | | | 17,75 |
| Pádívý Richard | 17 | 28 | 23 | 14 | 20,50 | 29 | 22 | 14 | 8 | 18,25 | | | | | | 28 | 21 | 7 | 0 | 14,00 | 17,58 |
| Silovský Tomáš | | | | | | | | | | | | | | | | 16 | 14 | 19 | 21 | 17,50 | 17,50 |
| Paulus Míra jun. | | | | | | | | | | | 17 | 12 | | 14,50 | 22 | 14 | 22 | 18 | 19,00 | 17,50 | |
| Karlach Vladek | 19 | 17 | 18 | 26 | 19,88 | 18 | 13 | 14 | 21 | 16,50 | 9 | 15 | | 12,00 | 23 | 13 | 16 | 20 | 18,00 | 17,25 | |
| Mácha Petr | 21 | 21 | 9 | 19 | 17,50 | 17 | 20 | 19 | 13 | 17,25 | 12 | 19 | 17 | 17 | 16,25 | 18 | 10 | 21 | 13 | 15,50 | 16,63 |
| Blažek Jarďa | 12 | 10 | 17 | 12 | 12,75 | 19 | 14 | 18 | 22 | 18,25 | 25 | 7 | | 16,00 | 16 | 23 | 15 | 18 | 18,00 | 16,29 | |
| Michalička David | 6 | 12 | 13 | 15 | 11,50 | 15 | 21 | 19 | 10 | 16,25 | 20 | 16 | 16 | 19 | 17,75 | 20 | 20 | 18 | 17 | 18,75 | 16,06 |
| Kozák Vláďa | 12 | 19 | 19 | 13 | 15,75 | 14 | 19 | 13 | 17 | 15,75 | 19 | 21 | 16 | 18 | 18,50 | 11 | 8 | 13 | 19 | 12,75 | 15,69 |
| Bébr Leoš | 12 | 14 | 6 | 13 | 11,25 | 10 | 22 | 13 | 20 | 16,25 | | | | | | 13 | 19 | 12 | 28 | 18,00 | 15,17 |
| Tomeček Tomáš | 11 | 9 | 17 | 19 | 14,00 | 12 | 20 | 10 | 19 | 15,25 | | | | | | 20 | 6 | 17 | 20 | 15,75 | 15,00 |
| Čech Dan | 11 | 20 | 12 | 6 | 12,25 | 11 | 9 | 27 | 11 | 14,50 | 23 | 19 | 17 | 13 | 18,00 | 17 | 17 | 14 | 13 | 15,25 | 15,00 |
| Novák Lukáš | 12 | 8 | 15 | 22 | 14,13 | | | | | | | | | | | 12 | 15 | 13 | 22 | 15,50 | 14,81 |
| Kouba Petr | 16 | 14 | 22 | 7 | 14,75 | | | | | | | | | | | | | | | | 14,75 |
| Gnad Tomáš | 11 | 21 | 20 | 13 | 16,25 | | | | | | | | | | | 12 | 12 | 17 | 11 | 13,00 | 14,63 |
| Kouba Martin | | | | | | 1 | 12 | 13 | 9 | 8,75 | 16 | 18 | 17 | 23 | 18,50 | 9 | 18 | 10 | 25 | 15,50 | 14,25 |
| Kašpar Honza | | | | | | 14 | 24 | 17 | 14 | 17,25 | | | | | | 0 | 10 | 16 | 16 | 10,50 | 13,88 |
| Týč Honza | | | | | | | | | | | 18 | 7 | | 12,50 | 11 | 17 | 11 | 14 | 13,25 | 13,00 | |
| Rajtora Tomáš | | | | | | | | | | | | | | | 0 | 12 | 11 | 20 | 10,75 | 10,75 | |
| Celkem | 14,95 | 17,55 | 17,45 | 17,61 | 16,89 | 16,91 | 19,77 | 16,27 | 17,09 | 17,51 | 19,44 | 16,67 | 18,25 | 19,58 | 18,40 | 15,33 | 15,92 | 17,33 | 17,75 | 16,58 | 17,24 |

Z tabulky a grafu je jasné, kdo je dlouhodobý vítěz kuželek a pořadí za ním. Dále pak, kdo má nejvíc naházeno. Samozřejmě se započítávají jen soutěžící s plnou účastí. No a pak snad i klesající výkonnostní trend stojí za zamyšlení...



Kanoe

Proč jsem vyhrál kanoistiku

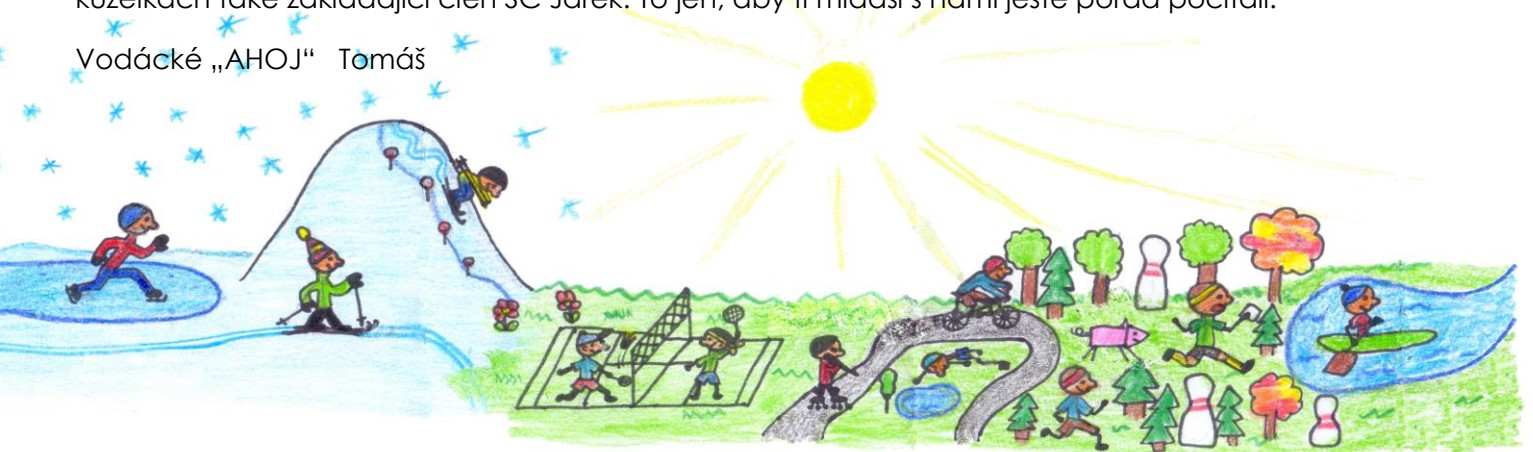
Takový už je vývoj, že se někde dopředu tlačí mládí. Stejně je to i v Sokolák Cupu. U nás, kteří jsme stáli u jeho zrodu, už to je často nastaveno tak, že některou disciplínu z různých zdravotních indispozicí raději nejdeme. Podobně jsem na tom i já, ale třeba kanoistiku jsem si nenechal skoro nikdy ujít. Kdo si doma dlouhodobě archivuje výsledky SC, tak se může přesvědčit, že konkrétně v této disciplíně jsem se do častokrát pohyboval na prvních příčkách, kde mi byli nejbližšími soupeři o pódiové umístění David s Danem. Někdy o našem umístění rozhodovaly vteřiny, někdy dokonce desetinky či setinky, ručně změřené na Kimových stopkách. Do tisícinek se Kim zatím ještě nepouští.

Jak to bylo letos? Moje absence na více závodech SC byla letos z různých důvodů sporadická a tak jsem ani neusiloval o konkrétní umístění, abych taky dopřál aspoň někdy Vráťovi pocit, jak mě porazil (užij si to, Vráťo). Jel jsem asi z osmé rozjízdě společně s Koubičem, výše jmenovaní David i Dan už měli rozjízdky za sebou. Před startem se ke mně naklonil David s nepozorovaně mi sdělil svoje přání, abych porazil Dana o 3 vteřiny, že mu to pomůže k celkovému umístění. Myslel jsem o tom své, proč se takto honit na vylepšení svojí osmnácté pozice nebo pro umístění někoho jiného? David mi to ještě před startem stačil několikrát zopakovat, ale já jsem zůstal klidný, proč taky ne. Když už, tak je raději porazit oba. Vyjel jsem celkem v pohodě a cítil, jak ta loď docela sama klouže po hladině. Inu, začátek byl také po větru, což jsem zjistil až po obrátce, kde to už bylo trochu jiné. Koubiče jsem docela ztrácel za sebou a tak jsem byl vcelku spokojený. Najednou jsem slyšel ze břehu hlasité povzbuzování, na což zase jako ne favorit z našich závodů SC nejsem zvyklý, ale cítil jsem, že mi to docela pomohlo. V tu chvíli jsem ani netušil, kdo mi to tak fandí, zapomněl na únavu a ještě se v závěru do pádla trochu opřel. Za cílovou čárou se podívám na Davida, jak se chytá za hlavu a naopak Dan mi jde poděkovat. Davidovo tajné přání jsem splnil, ale porazil jsem i Davida o propastných 0,6 desetin vteřiny, což mu vůbec nepomohlo, právě naopak. Promiň Davide, měl jsi jet ještě rychleji. A byl to právě jeden jediný bod z kanoistiku, který posunul Davida na celkové třetí místo.



Já jsem si tak vychutnal skoro již ztracený pocit vítězství na SC nejen nad těmito rivaly. A co víc, podařilo se mi navázat na dědkovské double, když v týdnu před tímto závodem zvítězil v kuželkách také zakládající člen SC Jarek. To jen, aby ti mladší s námi ještě pořád počítali.

Vodácké „AHOJ“ Tomáš



Jak vyhrát Sokolák Cup bez jediného vítězství a na konci si ušít pořádnou ostudu 😊

Je to o tom být prostě ve všem dobrý nebo o strategii, jakých závodů se zúčastnit a taktizovat? Moje letošní vítězství v celém Sokolák Cupu je opravdu jedna velká náhoda a shoda okolností. I přesto, že jsem se letos opravdu chtěla účastnit všech závodů, tak to nějak nevyšlo a místo hledání orientačních lampionků jsem zapíjela bratrovu svatbu a bohužel promeškala start holek na kuželkách... Kuba je fakt krutý rozhodčí! ... a skoro jsem to obřečela 😊. Ale všechno zlé (?) je k něčemu dobré a tak jsem s Terkou mohla být na stejném levelu v počtu závodů. I bez jediného vítězství jsem se nějak zázrakem dostala o bod na 1. místo. Velkou náhodou byla skutečnost, že Denča na poslední závod nedorazila a ležela v posteli, což mě velmi mrzí 😞.

Výhodou v naší kategorii je hlavně to, že nás prostě moc není...respektive ne každá je natolik akční a časově nevytížena, aby byla na všech závodech, a pak asi stačí jen se kousnout a jít do závodu. Ačkoliv jsem se kousala, jak chtěla, můj finišový závod kanoistika byla jedna velká tragédie, kdy i děti na břehu se chytaly za hlavu, všichni mi udíleli rady, jak mám do té zatracené branky zacouvat a ono to ...prostě nešlo!!! Jakási tajemná podvodní síla mě stále otáčela a já ji ne a ne překonat. Jen tak mimochodem tato podvodní příšera převrátila i Michala Pelanta – to jsem si téměř jistá! Asi všem se ulevilo, když jsem po 10 pokusech nakonec dorazila na břeh a závod mohl pokračovat 😊.



Je to osobně moje první vítězství v celém Sokolák cupu a i když si ho nezasloužím, tak si toho vážím! A samozřejmě se budu snažit i v příštím roce obhájit vítězství – snad s lepším skóre 😊.

Sokolák Cup je jedna velká zábava a výzva, kdy téměř 3 generace soutěží v různých závodech, vzájemně se podporují, rivalsky pošfuchují a večer to pak vše zapíjí v doprovodu kytárky a zpěvu. závody jsou výborně připravené, promyšlené a pestré, za což všem organizátorům velké díky! Skvělým oživením je rychlobruslení, kdy člověk jednou za rok se postaví na želízka a s hrůzou v očích se rozjede po oválu a doufá, že v cíli to nějak ubrzdí. Podobně je na tom i in-line biatlon, který je masakr v tom, že ukočírovat kolečka a ještě ke všemu mířit z 5 metrů na pet-flašku a trefit



Sokolák Cup 2018

se, je pro mě jako těžký. Ať si kdo myslí, co chce...ale je to fakt těžký 😊. Asi nejobtavnější závod je pro mě triatlon, který má od všeho něco a i když člověk plave 500 prsa téměř na paní Radovou, tak má šanci v další disciplíně dohnat své soupeře.

Mé zamyšlení nad letošní sezónou je u konce. Hodně sil v dalším ročníku. Sportu zdar, nemocím zmar 😊.

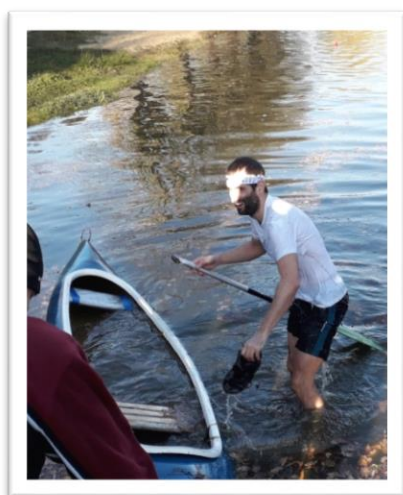


Druhé místo

Nula celá šest vteřiny (0,6s) rozhodlo, že jsem letos v Sokolákcupu skončil na nejhorším místě za posledních minimálně 15 let (aspoň myslím). Ovšem zaslouženě. Když totiž nedokážu porazit ani Tonda, tedy Tomáše Gnada v jeho 60-ti letech, je to opravdu ostuda. Co je platné, že další rivaly jsem tentokrát konečně nechal za sebou, když tenhle nestárnoucí a věčně opálený šlachoun mi to zase nandal a posunul mě tím celkově o bod za druhého Dana. No nic, příští rok začnu trénovat, těšte se.

David

| pořadí | jméno | Čas | ztráta na | ztráta na předch. | body SC |
|--------|------------------|---------|-----------|-------------------|---------|
| 1 | Gnad Tomáš | 0:03:04 | 0:00:00 | 1:00:00 | 20 |
| 2 | Michalička David | 0:03:05 | 0:00:01 | 0:00:01 | 19 |
| 3 | Čech Dan | 0:03:08 | 0:00:04 | 0:00:04 | 18 |
| 4 | Míka Zdeněk | 0:03:23 | 0:00:19 | 0:00:15 | 17 |
| 5 | Pelant Michal | 0:03:25 | 0:00:21 | 0:00:02 | 16 |
| 6 | Tomeček Tomáš | 0:03:26 | 0:00:22 | 0:00:01 | 15 |
| 7 | Týč Honza | 0:03:33 | 0:00:29 | 0:00:07 | 14 |
| 8 | Mátl Radek | 0:03:34 | 0:00:30 | 0:00:01 | 13 |
| 9 | Kouba Martin | 0:03:39 | 0:00:35 | 0:00:05 | 12 |
| 10 | Kozák Jakub | 0:03:48 | 0:00:44 | 0:00:09 | 11 |
| 11 | Blažek Jarda | 0:03:52 | 0:00:48 | 0:00:03 | 10 |
| 12 | Pračka Tomáš | 0:03:53 | 0:00:49 | 0:00:02 | 9 |
| 13 | Bébr Leoš | 0:03:59 | 0:00:55 | 0:00:06 | 8 |
| 14 | Čech Vráťa | 0:04:01 | 0:00:57 | 0:00:02 | 7 |
| 15 | Štěpánek Aleš | 0:04:25 | 0:01:21 | 0:00:24 | 6 |
| 16 | Novák Lukáš | 0:04:42 | 0:01:38 | 0:00:17 | 5 |



| pořadí | jméno | Čas | ztráta na | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-------------------|---------|-----------|-------------------|---------|
| 1 | Čechová Tereza | 0:03:50 | 0:00:00 | 0:00:00 | 20 |
| 2 | Víšková Dominika | 0:04:37 | 0:00:48 | 0:00:48 | 19 |
| 3 | Hubínková Markéta | 0:05:41 | 0:01:51 | 0:01:03 | 18 |

| pořadí | jméno | Čas | ztráta na | ztráta na předch. | body SC |
|--------|-------------------|---------|-----------|-------------------|---------|
| 1 | Pračková Ema | 0:05:19 | 0:00:00 | 0:00:00 | 10 |
| 2 | Pelantová Martina | 0:05:43 | 0:00:24 | 0:00:24 | 9 |
| 3 | Pelant Honza | 0:07:50 | 0:02:31 | 0:02:07 | 8 |



Celkové výsledky

| Pořadí | Jméno | Brusle | Běžky | Sjezd | Bembec | Biatlon | Triatlon | OB | Kuzelky | Kanoe | Bonus | Body_SC |
|--------|--------------------|--------|-------|-------|--------|---------|----------|----|---------|-------|-------|---------|
| 1 | Kozák Jakub | 19 | 19 | 18 | 19 | 20 | 19 | 18 | 17 | 11 | 2 | 151 |
| 2 | Čech Dan | 15 | 20 | 17 | 20 | 19 | 18 | 17 | 15 | 18 | 2 | 146 |
| 3 | Michalička David | 16 | 18 | 15 | 18 | 17 | 20 | 20 | 11 | 19 | 2 | 145 |
| 4 | Pelant Michal | 17 | 15 | 20 | | 16 | 14 | 16 | 18 | 16 | | 132 |
| 5 | Mátl Radek | 14 | 11 | 5 | 17 | 13 | 16 | 13 | 19 | 13 | 2 | 118 |
| 6 | Pračka Tomáš | 7 | 16 | 10 | 16 | 14 | 17 | 19 | | 9 | | 108 |
| 7 | Týč Honza | 18 | 17 | 19 | 15 | | 15 | | 0 | 14 | | 98 |
| 8 | Kouba Martin | 13 | 4 | 3 | 14 | 8 | 10 | 15 | 13 | 12 | 2 | 91 |
| 9 | Blažek Jarda | | 9 | 9 | | 6 | | 8 | 20 | 10 | | 62 |
| 10 | Míka Zdeněk | 10 | 12 | 6 | | 7 | | | 10 | 17 | | 62 |
| 11 | Čech Vráťa | 5 | 13 | 7 | | 11 | | 11 | 7 | 7 | | 61 |
| 12 | Gnad Tomáš | | | | 10 | 15 | 13 | | 0 | 20 | | 58 |
| 13 | Štěpánek Aleš | 11 | 7 | 8 | | 10 | | | 16 | 6 | | 58 |
| 14 | Pádivý Richard | 12 | 14 | 13 | | 9 | | | 9 | | | 57 |
| 15 | Novák Lukáš | 8 | 6 | 11 | | 12 | | 9 | 2 | 5 | | 53 |
| 16 | Paulus Míra jun. | 6 | | 14 | 11 | | 11 | | 4 | | | 46 |
| 17 | Paulus Míra | 20 | | 16 | | | | | 8 | | | 44 |
| 18 | Rajtora Tomáš | | | | 13 | 18 | | | 12 | | | 43 |
| 19 | Tomeček Tomáš | 4 | 5 | 2 | | | | 7 | 5 | 15 | | 38 |
| 20 | Bébr Leoš | | 3 | 4 | 9 | | | | 14 | 8 | | 38 |
| 21 | Sedlák Pepa | | 10 | | | | 12 | 10 | | | | 32 |
| 22 | Silovský Tomáš | 9 | | | | | | 14 | 6 | | | 29 |
| 23 | Mácha Petr | | 1 | 12 | 12 | | | | 3 | | | 28 |
| 24 | Karlach Vladek | | 8 | | | | | 12 | 1 | | | 21 |
| 25 | Morávek Jakub | 3 | 2 | 1 | | | | | | | | 6 |
| 26 | Landkammer Dominik | x | | | | | x | | | | | |
| 27 | Pospíšil Tomáš | | | x | | | | | | | | |
| 28 | Kozák Vláďa | | | | | x | | | x | | | |
| 29 | Macháček st. | | x | x | | | | | | | | |
| 30 | Burian Matěj | | | | | | x | | | | | |
| 31 | Burian Vojtěch | | | | | | x | | | | | |
| 32 | Rulc Michal | | | | | | x | | | | | |
| 33 | Šašek Petr | | | | x | | | | | | | |
| 34 | Stingl Martin | | | | | | | x | | | | |
| 35 | Frank Petr | | | | | | | x | | | | |
| 36 | Lauer Martin | | | | | | x | | | | | |
| 37 | Polívka Petr | | | | | | x | | | | | |
| 38 | Kašpar Honza | | | | | | | | x | | | |



| Pořadí | Jméno | Brusle | Běžky | Sjezd | Bembec | Biatlon | Triatlon | OB | Kuzelky | Kanoe | Bonus | Body_SC |
|--------|---------------------|--------|-------|-------|--------|---------|----------|----|---------|-------|-------|---------|
| 1 | Hubínková Markéta | 19 | 19 | 16 | 19 | 19 | 19 | | | 18 | | 129 |
| 2 | Čechová Tereza | 18 | 17 | | 16 | 20 | 18 | | 19 | 20 | | 128 |
| 3 | Paulusová Denisa | 20 | 15 | 20 | 20 | | 17 | | 20 | | | 112 |
| 4 | Karlachová Jana | 16 | 18 | | 17 | 18 | | 18 | 17 | | | 104 |
| 5 | Víšková Dominika | 17 | 14 | 15 | 18 | | | | 18 | 19 | | 101 |
| 6 | Zajíčková Dáša | | 20 | 18 | | | 20 | 19 | | | | 77 |
| 7 | Stinglová Barča | | 16 | 19 | | | | 20 | | | | 55 |
| 8 | Selixová Tereza | 15 | | 17 | | 17 | | | | | | 49 |
| 9 | Straškrabová Erika | | | | x | | | | x | | | |
| 10 | Pračková Zitka | | x | | | | | x | | | | |
| 11 | Kasálková Markéta | | x | | | | | x | | | | |
| 12 | Mátlová Petra | | x | | | | | x | | | | |
| 13 | Vojtová Štěpánka | | x | x | | | | | | | | |
| 14 | Pelantová Martina | | | | | | | | x | | | |
| 15 | Fedáková Anna | | | | | | | x | | | | |
| 16 | Michaličková Verča | x | | | | | | | | | | |
| 17 | Malovcová Monika | | | | | | x | | | | | |
| 18 | Vagenknechtová Eva | | | | | | | x | | | | |
| 19 | Selixová Marcela | x | | | | | | | | | | |
| 20 | Landkammerová Šárka | | | | | | x | | | | | |
| 21 | Kozáková Martina | | | | | | | x | | | | |

| Pořadí | Jméno | Brusle | Běžky | Sjezd | Bembec | Biatlon | Triatlon | OB | Kuzelky | Kanoe | Bonus | Body_SC |
|--------|-------------------|--------|-------|-------|--------|---------|----------|----|---------|-------|-------|---------|
| 1 | Pelant Honza | | 9 | 9 | | | | 8 | 10 | 8 | | 44 |
| 2 | Pelantová Martina | | | 10 | | | | 10 | 9 | 9 | | 38 |
| 3 | Pračka Martin | 10 | 10 | 8 | | | | 7 | | | | 35 |
| 4 | Mátl Vojta | 8 | 8 | 7 | | | | 7 | | | | 30 |
| 5 | Pračková Emča | 9 | | | | | | 9 | | 10 | | 28 |
| 6 | Mátlová Evička | | 7 | 5 | | | | | | | | 12 |
| 7 | Morávek Kubík | | 6 | 6 | | | | | | | | 12 |
| 8 | Bára Robotková | | 5 | 4 | | | | | | | | 9 |
| 9 | Kuba Straškraba | | | | | | | | 8 | | | 8 |



Proč on?

Proč letos vyhrál právě Kuba? Zkrátka kombinace skvělých fyzických předpokladů a šikovnosti zděděné po předcích, bezchybná životospráva spojená s absolutní abstinencí, neuvěřitelná tréninková morálka a milující manželka vytvářející pohodu rodinného krbu. Není divu, že byl letos nejlepší. Jen díky jeho velkorysosti jsme mohli my, obyčejní smrtelníci, nahlédnout v některých disciplínách na stupínek nejvyšší. O tom, jak je obdivován sličnými fankami Sokolák cupu, svědčí výkřiky, které doprovázely jeho letošní excelentní výkony. Např.: „Kuba není člověk, Kuba to je Bůh!“, „Kuba na hrad!“ nebo „Kuba starostou!“ Nezbývá než smeknout a pogratulovat!

Dan

Proč jsem letos nevyhrála

Když máte za manžela vrcholového sportovce, už nezbývá moc času na vaši přípravu. Navíc se některých závodu nemůžete ani účastnit. To pak chybí body do celkového hodnocení.

Tereza

Proč ona?

Markéta je to bezesporu skvělá závodnice, která má tak výbornou fyzickou kondici, že se na jednotlivé závody nemusí vůbec připravovat. Rychlobruslení zvládne zajet a vyhrát na tupých bruslích, kanoje absolvuje s bolestí a omezenou hybností paže. Prostě tato žena se NIKDY nevzdává. Navíc všechny sportovní klání absolvuje s určitou elegancí a vždy ve vystajlovaném outfitu, za což má ode mne body navíc :-)

Tereza

Rada ženám jak vyhrát SC

Chceš vyhrát kategorii žen?

Stačí chodit jen!

Tereza

Zhodnocení všech vítězů

Jedním slovem pastva pro oči! Je to nejen přehlídka úžasných výkonů, ale i skvělých těl, jejichž majitelé hýří neutuchající dávkou vtipu a šarmu. Je to radost v takovém kolektivu závodit.

Tereza



Očima poraženého

Snad jen, že ani prohru v některé z mých „horších“ disciplín nepovažuji za neúspěch, protože jsem nešla do závodu s vítěznými ambicemi, ale chtěla si to jen užít, a to se podařilo ☺

Jana



Článek jen tak

Tak se prý můžeme oslavně vyjádřit k vítězům letošních disciplín Sokoláku. Myslím si, že všechny disciplíny Sokoláku nemají žádného poraženého, ale jen samé vítěze (i když u Kima na biatlonu si nejsem úplně jistý), protože zúčastnit se tohoto seriálu závodů je potěšením a každému je potřeba poblahopřát k jeho výkonu ať je jakýkoliv.

Ale dobře, opěvuju Mírův skuz a ladný pohyb na bruslích, opěvuju Danův skuz a ladný pohyb na běžkách, opěvuju Michalův skuz a ladný pohyb na sjezdovkách, opěvuju Tomášův skuz po vodní hladině na lodi, opěvuju Houbákův skuz po asfaltu na kolečkových bruslích, u Davida nevím jestli byl na orientačních nějaký skuz který by se dal opěvovat, jestli nějaký byl, tak určitě ne časový, ale Davida bych opěvoval za zhruba 20 minulých ročníků Sokoláku které dokázal vyhrát (jestli jsem ti nějaký ubral tak se omlouvám, tipnul jsem to), no a u Jardy by se dal opěvovat skuz při odhozu koule na kuželkách, ale to k vidění nebylo, tak u něj opěvuju nezdolnou touhu ukázat nám Nepomuk při jedné z naší vyjíždě na kole.

Co mě osobně chybí k tomu abych byl opěvován? Řekl bych zhruba o 500km víc naběhat o 3000km víc najezdit na kole, naučit se plavat a prostě být lepší než všichni ti co jsou přede mnou. Z mého pohledu by to chtělo nějakou změnu buď v pravidlech nebo v disciplínách. Protože je jednoduché jen tak říct, že to chce změnu, tak přicházím s nápady. Divíš se, že Markéta vyhrála bez jediného dílčího úspěchu, navrhuju u holek změnit bodování na 10,7,6, atd. většinou jich víc než deset není a když jo, tak prostě budou bez bodu, to skoro každý z chlapů zná. Dál bych se snažil maximum disciplín dát na víkend, protože by pak mohl proběhnout bez problému večírek, který podle mě ke každé disciplíně patří. Je mi jasný, že rychlobruslení jde jen v pondělí, ale biatlon a triatlon by přesunout šlo. Dál bych zkusil triatlon nahradit (moc starších už ho léta nechodí), jeden rok třeba závodem na kole složeného z časovky na silnici a nějakého mtb, další rok třeba jen závod v běhu nebo plavání. Triatlon bych nechal jako doplňkovou akci (nebo +2body pro toho kdo ho půjde), protože je hojně navštěvován. Také bych zkusil zimní víkend zorganizovat bez sjezdovek (problémy s časomírou a tak) a dal bych závod na běžkách a druhý den zkusil třeba i opravdový biatlon. Taky jsem zaslechl, že je problém s vymýšlením triček, co třeba dát orientačky jako místo kde může každý ukázat svůj návrh a poté o návrzích hlasovat. To samé ročenka, každý rok je stres kdo jí bude dělat, co takhle říct na vyhlášení ve Světicích dělá jí ten a ten (pro další rok bych navrhl Houbáka ml. aby neměl tolik času na přípravu, nebo Honzu s Denisou, nebo ať to určí los). Určitě kdyby každý z nás přinesl nějakou myšlenku o inovaci, tak by se dalo něco vymyslet.

Tak jestli chcete tak přemýšlejte, ale dneska hlavně opěvuňte a oslavujte všechny vítěze a vítězky a taky samozřejmě Michala, který dal ročenku dohromady.

Mějte se Aleš



Óda na štěstí Čechových

Co se stalo, co se děje?
Danovi zas štěstí přeje.
Vidíte toho borce,
nebere to konce.

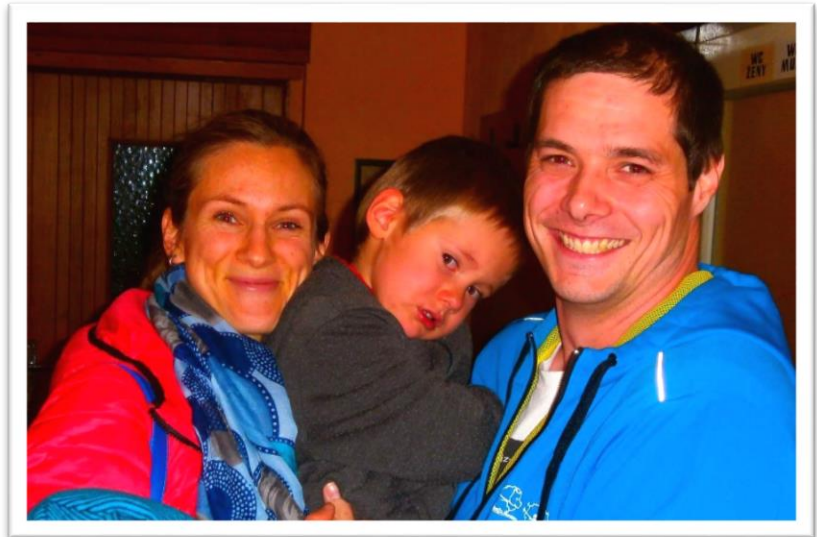
Začalo to v březnu,
já myslela, že zmrznu.
Danovi na běžkách nikdo nestačí,
zpocený tryskem k cíli peláší.

Je tu duben a s ním bendas,
soupeře drtí, je to tvrdas.
Za to v květnu co se děje,
štěstí šlo kamsi do prdele.

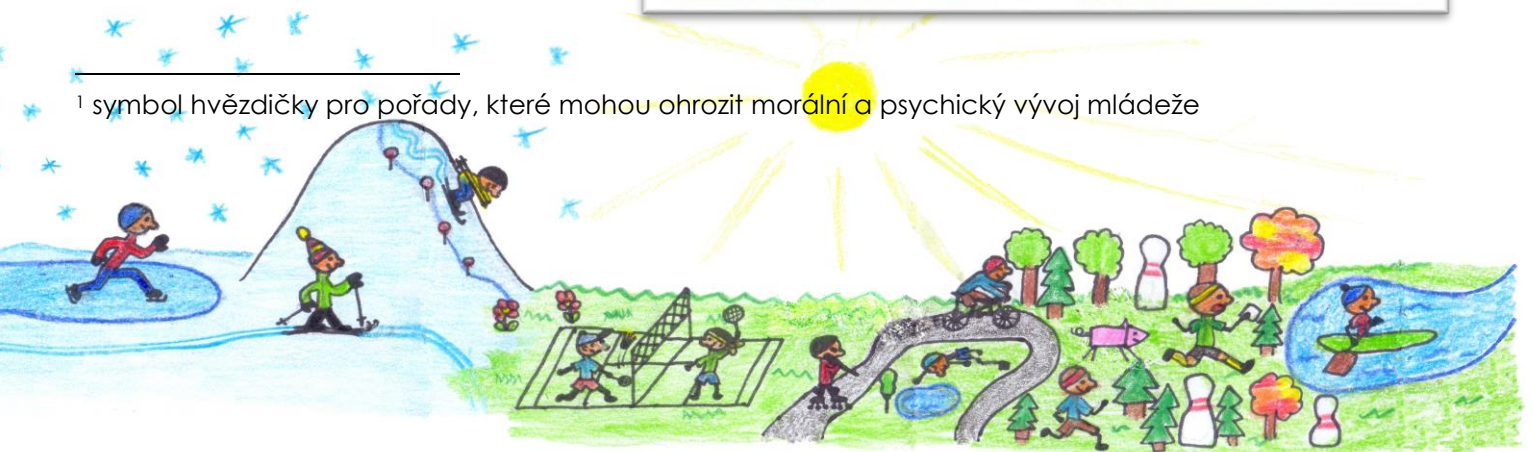
Ovšem Terka ta se blýskla,
k Danovi se štěstím tiskla.
Vyhrála totiž inline biatlon,
ještě že nebyla zase v tom.

Přišel podzim a s ním lodě,
medaile zas z toho bude.
První místo pro nebojácnu Terku,
Dan má štěstí, že má ji za manželku.

Tereza



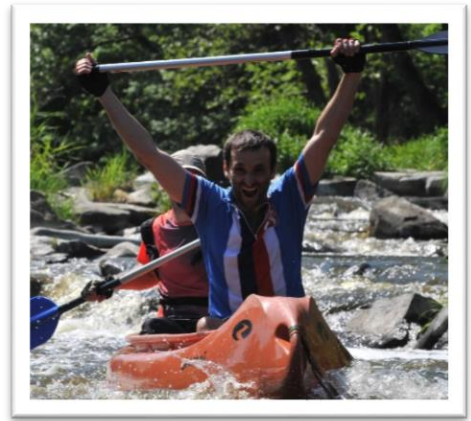
↑ symbol hvězdičky pro pořady, které mohou ohrozit morální a psychický vývoj mládeže



Kvadriatlon



Málokdo z účastníků SokolákCupu dokázal dosáhnout lepšího umístění na slavném Kvadriatlonu dvojic, než se podařilo letos mně s Pavlem. Na prstech jedné ruky by se dali napočítat a to ještě v historických tabulkách a věku přejícím nadlidským výkonům. Najdou samozřejmě tací, kteří různými podkategoriemi v rámci celkového pořadí hledají uspokojení svých ambicí. Jediný v těchto žebříčcích má smysl věk. Neboť prosazení se ve věku pokročilém dokazuje dlouhodobý proaktivní přístup k fyzické kondici.



Jasnou taktiku – co na začátku neurvem, to nemáme – Pavel v první disciplíně – běhu – plnil do takového puntíku, že jsem se až nasazeného tempa trochu zalekl. Silně mi to připomínalo poslední Kvadráč s Dášou, kdy jsem prvních pět kilometrů na kole bedlivě sledoval dezén jejího zadního kola a zpytoval svědomí, jestli jsem trochu nepodcenil přípravu. Nepodcenil. Naopak.



Kvalitní volbou parťáků na závod jsem ze sebe dokázal dostat víc, než jsem od sebe očekával. Odměnou za rychlý běh nám byl poklidný nástup do lodí s jen pár dalšími běžci. Tam jsme byli mezi svými. Lod Týnec – Pikovice je sice malebná, ale otravná. Opět nemohu nevzpomenout rozvodněný stejný úsek před lety s Dášou. A s její Dášeňkou. To byla jiná jízda, když to teklo. Cyklistický úsek sliboval mnoho kol opřených o zábradlí hned v úvodním stoupání. Čekalo tam dost potvor kousajících do lýtek. I této nástraze

jsem se vyhnul a po kochání se z Třeštiboku a průjezdem cyklisticky atraktivními Požáry nás čekal excelentní orienták na Holém vrchu. Tuhle mapu nemám rád. Ale ostřílený borec Pavel mě jím provedl s mým jediným zaváháním, když jsem ho svedl z cesty. Nakonec z toho bylo neskutečné 13. místo v celkovém pořadí a druhé v důchodcích.

Celkový dojem ze závodu by mohl někomu pokazit



ceremoniál, kdy jsme byli omylem vyhlášeni na třetím místě. S Příbylovými jsme si to vyříkali, sami byli překvapeni, medaile jsme si prohodili, koláč už jeden snědli, tak na Pavla nezbyl.



Kvadráč je pro mě jednoznačně závod o volbě parťáka, rozložení sil a celkovému nakoučování závodu. Je příjemné se příjemně unavit a pak ještě být schopen chvíli příjemně posedět. A pak být odvezen domů. Letos se to vše povedlo.

Michal



Desetiboj

Po několikaleté odmlce, ať ze zdravotních anebo organizačních důvodů, jsem se letos opět zúčastnil tradičního sokolského Desetiboje. Jednotlivé disciplíny netřeba představovat, taktiku také ne. Předem jsem se nepřihlašoval, neboť člověk nikdy neví, dožije-li se rána. Dožil, probudil, nasnídal a usoudil, že dneska by to šlo. Svým odhodlaným přístupem jsem strhl i Marka, který se ten den rozhodl jen organizovat, neb prý nemá natrénováno. Jaká malichernost. Novinkou pro mne letos bylo, že levé, do té doby několik desetiletí odrazové koleno, si již zaslouží poněkud šetrnější zacházení. Na stovce jsem si stanovil postupným zrychlováním mez zatížení těla pro tento den a vypadalo to nadějně. Dálka byla prvním testem odrazu z druhé nohy. Legerace celé téhle záležitosti ovšem teprve měla přijít. Trochu mě vyděsil svým pozdním příchodem bratr Zima, neboť mě sesadil z pozice nejstaršího účastníka a vzhledem k veteránským přepočtům ohrozil i mé umístění. Naštěstí svým nerozvázným, ba i naivně mladickým přístupem si natáhl zadní stehno a ze závodu po kouli odstoupil. Přišel pozdě a nestihl se řádně rozcvičit a přepálil začátek. Taktika na výšku byla jasná, základ z pravé nohy, pošetřit levou odrazovou na vyšší výšky. Hloupost. Vzpomněl jsem si na Davida, jak kvůli bolestem skákal z druhé nohy a vypadalo to vcelku lehce. No jo, ale on taky překážky běhá na střídačku. Zajímalo by mě, jak by to měl s polívkovou lžící v levé ruce a dvěma forhendy z obou stran. Výška už vyžaduje koordinaci více pohybů a svalů a zrcadlová pohyby všech údů podle mne vypadaly komicky, alespoň pro mne zevnitř ano. Jenže ještě komičtější byl po deseti skocích z pravé nohy první skok z té přirozené levé. Jak od cizího. Pokorně jsem se vrátil k pravé noze, asi navždy. Volba u překážek byla jasná, bohužel vynechat. Vzpomínám, že v plné formě jsem sotva stíhal hranici nula bodů. S kondicí svých kolen jsem neviděl lepší volbu, zda se z levé nohy odrážet anebo na ní dopadat. Ještě mě napadlo to dát z pravé na pravou Harapes hadr petit échappée, stejně to tak od druhé překážky vypadá u všech... Hody v pořádku, rameno drželo a tyčka snad ani nepotřebuje komentář. Pokaždé si potvrdím, že celý desetiboj snad dělám jen kvůli nádhernému pocitu z oné ladné trajektorie vzduchem. Snad ani nejde o překonání laťky samotné ale o to přetížení při odlepení od země, let vzduchem, beztlíznou rotaci a měkký dopad do peřin. Když jsem se zřítíl mezi stojany, tak mi řekli, ať už toho rači necham. Závěrečná patnáctistovka byla už třesinkou na dortu celého sportovního dne. Jako starý ostřílený kombajn jsem nasadil tempo vhodné pro daný okamžik. Trochu mě polekalo, jak se všichni mladoši splášili, jestli jsem to nerozeběh pomalu. Ale jelikož si blbouni každou disciplínu musí zkoušet patnáctkrát, neodpočívaj, nešetřej se, tak i děsivě vypadající stometrový odstup velice brzo padl. A nebylo to tím, že bych zrychlil. Do té doby vedoucí Pravoš padnul v poslední zatáčce. Do cíle jsem dobíhal s trochou zklamání, že ta patnáctistovka je tak krátká a že už není další disciplína.

A umístění? Ono je zapotřebí jít tomu štěstíčku trochu naproti. Marka už leta nahlodávám se zavedením veteránských přepočtů – samozřejmě podle oficiálních WMA Age Factors. Zkrátka čím jsem starší, tím mám za stejný výkon víc bodů. Jsou to lety prověřené přepočty a tam najednou člověk zjistí, jak ti mladí stojí za prd. Dalo by se to samozřejmě formulovat i obráceně.

Přikládám ukázkovou tabulku veteránských přepočtů k dosažení 2600 bodů, což je průměrný výsledek prvních pěti (vždy bez nejlepšího) z letošního desetiboje. V oficiálních přepočtech je ještě další potenciál na bodový zisk, ten připravím na příští rok. S patřičným koeficientem běhají



chlapi překážky na dámskou výšku a od 50 let pouze na 100 m. Od 70 let pak 80 m. Budou malé body, ale furt lepší než nic. Dále se od 50 let vrhá šestikilovou koulí, od 60 let pětikilovou, od 70 čtyřkilovou a od 80 třikilovou. Disk od 50 kilo a půl a od 60 kilo a oštěp 700 g a 600 g.

| Veteran | 100m | dálka | koule | výška | 400m | překážky | disk | tyčka | oštěp | 1500m |
|---------|-------|-------|-------|-------|-------|----------|-------|-------|-------|---------|
| 0 | 13,76 | 460 | 8,22 | 145 | 69,00 | 24,00 | 23,00 | 180 | 32,00 | 0:06:12 |
| 35 | 13,94 | 454 | 8,11 | 143 | 69,92 | 24,32 | 22,70 | 178 | 31,58 | 0:06:17 |
| 40 | 14,37 | 441 | 7,87 | 139 | 72,04 | 25,06 | 22,03 | 172 | 30,65 | 0:06:28 |
| 45 | 14,82 | 427 | 7,63 | 135 | 74,30 | 25,84 | 21,36 | 167 | 29,72 | 0:06:41 |
| 50 | 15,30 | 414 | 7,39 | 130 | 76,70 | 26,68 | 20,69 | 162 | 28,79 | 0:06:54 |
| 55 | 15,81 | 400 | 7,16 | 126 | 79,26 | 27,57 | 20,02 | 157 | 27,86 | 0:07:07 |
| 60 | 16,35 | 387 | 6,92 | 122 | 82,01 | 28,52 | 19,35 | 151 | 26,92 | 0:07:22 |
| 65 | 16,96 | 373 | 6,67 | 118 | 85,07 | 29,59 | 18,66 | 146 | 25,96 | 0:07:39 |

V každém sloupci je výkon oceněný stejnými body po přepočtu podle věku v prvním sloupci.

Takže stále je potenciál na kvalitní bodové hodnocení a různé věky není možné srovnávat výkony samotnými, ale body.

Michal



AKCE ROKU 2018

získává

TOMÁŠ GNAD

za celoživotní postoj



S Tomášem jezdím rád a to z mnoha důvodů.

Jednak díky rodišti své manželky disponuje obrovským citem pro dobrou slivovici a stává se občas jejím vítaným distributorem.

Také dobrému vínu, především bitému z Moravy se zásadně nevyhýbá .

Jako sportovec - profesionál dokáže přesně teoreticky i prakticky rozfázovat jednotlivé dílčí pohyby běhu na lyžích do detailů které nemohu pochopit, natož opakovat, byť jeho marná snaha trvá již mnoho let.

A pak se velmi rád pohybuji v jeho blízkosti.

Protože neustále potkává. zdraví se. rozmlouvá a laškuje se svými současnými i minulými žákyněmi většinou velmi pohlednými.

A já mu tiše závidím a jen mlčky přihlížím té mladé kráse.

A také mu závidím jeho stále tmavé havrani vlasy, neboť mé šediny mě nemilosrdně posouvají do kategorie rozvázných starců.

Vláda „Houbák st.“ Kozák

