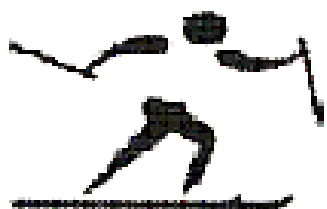


# ROČENKA

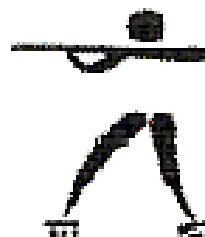
## Sokolák Cup 2010



Běžky



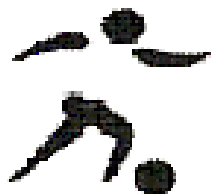
Bedminton



In-line biatlon



Triatlon



Nohejbal



Orientáky



Kanoistika

# Přehledný kalendář

2011

LEDEN					ÚNOR					BŘEZEN					DUBEN					KVĚTEN					ČERVEN																	
týd.	52	1	2	3	4	5	týd.	5	6	7	8	9	týd.	9	10	11	12	13	týd.	13	14	15	16	17	týd.	17	18	19	20	21	22	týd.	22	23	24	25	26					
P		3	10	17	24	31	P		7	14	21	28	P		7	14	21	28	P		4	11	18	25	P		2	9	16	23	30	P		6	13	20	27					
Ú		4	11	18	25		Ú	1	8	15	22		Ú	1	8	15	22	29	Ú	5	12	19	26		Ú	3	10	17	24	31	Ú	3	10	17	24	31	Ú		7	14	21	28
S		5	12	19	26		S	2	9	16	23		S	2	9	16	23	30	S	6	13	20	27		S	4	11	18	25		S	1	8	15	22	29	S	1	8	15	22	29
Č		6	13	20	27		Č	3	10	17	24		Č	3	10	17	24	31	Č	7	14	21	28		Č	5	12	19	26		Č	2	9	16	23	30	Č	2	9	16	23	30
P		7	14	21	28		P	4	11	18	25		P	4	11	18	25		P	1	8	15	22	29	P	6	13	20	27		P	3	10	17	24		P	3	10	17	24	
S	1	8	15	22	29		S	5	12	19	26		S	5	12	19	26		S	2	9	16	23	30	S	7	14	21	28		S	4	11	18	25		S	4	11	18	25	
N	2	9	16	23	30		N	6	13	20	27		N	6	13	20	27		N	3	10	17	24		N	1	8	15	22	29	N	5	12	19	26		N	5	12	19	26	

ČERVENEC					SRPEN					ZÁŘÍ					ŘÍJEN					LISTOPAD					PROSINEC											
týd.	26	27	28	29	30	týd.	31	32	33	34	35	týd.	35	36	37	38	39	týd.	39	40	41	42	43	44	týd.	44	45	46	47	48	týd.	48	49	50	51	52
P		4	11	18	25	P	1	8	15	22	29	P		5	12	19	26	P		3	10	17	24	31	P		7	14	21	28	P		5	12	19	26
Ú		5	12	19	26	Ú	2	9	16	23	30	Ú		6	13	20	27	Ú		4	11	18	25	Ú	1	8	15	22	29	Ú	1	8	15	22	29	
S		6	13	20	27	S	3	10	17	24	31	S		7	14	21	28	S		5	12	19	26	S	2	9	16	23	30	S	2	9	16	23	30	
Č		7	14	21	28	Č	4	11	18	25		Č	1	8	15	22	29	Č		6	13	20	27	Č	3	10	17	24		Č	1	8	15	22	29	
P	1	8	15	22	29	P	5	12	19	26		P	2	9	16	23	30	P		7	14	21	28	P	4	11	18	25		P	2	9	16	23	31	
S	2	9	16	23	30	S	6	13	20	27		S	3	10	17	24		S	1	8	15	22	29	S	5	12	19	26		S	3	10	17	24	31	
N	3	10	17	24	31	N	7	14	21	28		N	4	11	18	25		N	2	9	16	23	30	N	6	13	20	27		N	4	11	18	25		

## Termíny SC pro rok 2011

Sobota	26.3.	<b>Běžky 5 + 5km SKIATLON</b>	Horní Mísečky	Martin Stingl
Sobota	16.4.	<b>Pingpong,</b>	Říčany (kdyby nebylo volno, tak neděle)	Aleš Š./Leoš
Středa	18.5.	<b>Inline biatlon</b>	Říčany-Strašín	Dan/Koubič
Sobota	25.6.	<b>Triatlon</b>	Jurerček, Říčany	Prakin/Kuba K.
Sobota	17.9.	<b>Nohejbal</b>	Tenis Rado, Říčany	Rád'a
Pá-Ne	7.-9.10.	<b>Orientáky</b>	???	David/Verča
Sobota	19.11.	<b>Kanoistika</b>	Marvánek, Říčany	Machy

## Leden 2011

### Bodované disciplíny

SC BĚŽKY  
SC BEDMINTON  
SC IN-LINE BIATLON  
SC TRIATLON  
SC NOHEJBAL  
SC ORIENTÁKY  
SC KANOISTIKA



### Vybrané dobrovolné a doplňkové akce

10.1.2010	<b>Jizerská padesátka</b> (David, Vlád'a Michalička, Dan, Jarda, Martina, Zdeněk, Tomáš, Vráťa, Radek Kim ...)
24.1.2010	<b>Jílelnická padesátka a pětadvacítka</b> (Dan, Jarda, Vráťa, Kuba, Martina ...)
30.1.2010	<b>Biela stopa</b> (Zdeněk, Jarda, Míra, Kim ....)
31.1.2010	<b>Marcialonga</b> (Vráťa, Dan ...)
7.2. 2010	<b>König – Ludvig-Lauf</b> (Dan, David, Vráťa, David Rožek, Rád'a, Tomáš ...)
20.2.2010	<b>Gsieser Tal Lauf</b> (Vráťa, Zdeněk, Aleš, Jarda, Míra ...)
28.2.2010	<b>Šumavský skimaraton</b> (Tomáš G., Tomáš P., David, Dan, Vlád'a, Jarda, Zdeněk, Vráťa, Kuba ...)
7.3. 2010	<b>Vasaloppet</b> (Tomáš, Vráťa, Zdeněk, Jarda, Vlád'a K., Vlád'a Michalička, Kim a Dan, doma necháváme pouze smolaře Leoše s jeho bolavými zády)
21.3.2010	<b>Skadi Loppet</b> (Dan, Jarda, Zdeněk, Vráťa, Míra ...)
15.5.2010	<b>Kvadrathlon dvojic</b>
29.5.2010	<b>Král Šumavy horských kol</b>
5.6.-6.6.2010	<b>Šemýkiáda</b> (na tu letošní totiž budeme vzpomínat zejména díky „Škrtičovi z Babic“ a jeho snědým potomkům)
24.6.- 28.6.2010	<b>Vodácký zájezd na Lužnici</b>
13.7.- 18.7.2010	<b>Pimiáda tentokrát v Rychlebských horách</b>
20.8.- 24.8.2010	<b>Cyklozájezd s Tripem „Korutanská stezka“</b>
28.8.- 29.8. 2010-12-07	<b>Eurohry v Doksech</b> (Knecht team)
11.9.2010	<b>Říčanský desetiboj</b>
22.9.-26.9.2010	<b>Tomášova cyklovýprava do Beskyd</b>
20.11.2010	<b>Zamykání Sázavy</b>

Vráťa

#### 52. týden

PO 27.12 \_\_\_\_\_  
ÚT 28.12 \_\_\_\_\_  
ST 29.12 \_\_\_\_\_  
ČT 30.12 \_\_\_\_\_  
PÁ 31.12 \_\_\_\_\_  
SO 1.1 \_\_\_\_\_  
NE 2.1 \_\_\_\_\_

#### 1.týden

PO 3.1 \_\_\_\_\_  
ÚT 4.1 \_\_\_\_\_  
ST 5.1 \_\_\_\_\_  
ČT 6.1 \_\_\_\_\_  
PÁ 7.1 \_\_\_\_\_  
SO 8.1 \_\_\_\_\_  
NE 9.1 \_\_\_\_\_

#### 2.týden

PO 10.1 \_\_\_\_\_  
ÚT 11.1 \_\_\_\_\_  
ST 12.1 \_\_\_\_\_  
ČT 13.1 \_\_\_\_\_  
PÁ 14.1 \_\_\_\_\_  
SO 15.1 \_\_\_\_\_  
NE 16.1 \_\_\_\_\_

#### 3.týden

PO 17.1 \_\_\_\_\_  
ÚT 18.1 \_\_\_\_\_  
ST 19.1 \_\_\_\_\_  
ČT 20.1 \_\_\_\_\_  
PÁ 21.1 \_\_\_\_\_  
SO 22.1 \_\_\_\_\_  
NE 23.1. \_\_\_\_\_

#### 4. týden a 5. týden

PO 24.1 \_\_\_\_\_  
ÚT 25.1 \_\_\_\_\_  
ST 26.1 \_\_\_\_\_  
ČT 27.1 \_\_\_\_\_  
PÁ 28.1 \_\_\_\_\_  
SO 29.1 \_\_\_\_\_  
NE 30.1 \_\_\_\_\_  
PO 31.1 \_\_\_\_\_

# ÚNOR 2011

## Fotogalerie bodovaných účastníků SC 2010



### 5.týden

PO	_____
ÚT	1.2 _____
ST	2.2 _____
ČT	3.2 _____
PÁ	4.2 _____
SO	5.2 _____
NE	6.2 _____

### 6.týden

PO	7.2 _____
ÚT	8.2 _____
ST	9.2 _____
ČT	10.2 _____
PÁ	11.2 _____
SO	12.2 _____
NE	13.2 _____

### 7.týden

PO	14.2 _____
ÚT	15.2 _____
ST	16.2 _____
ČT	17.2 _____
PÁ	18.2 _____
SO	19.2 _____
NE	20.2 _____

### 8.týden

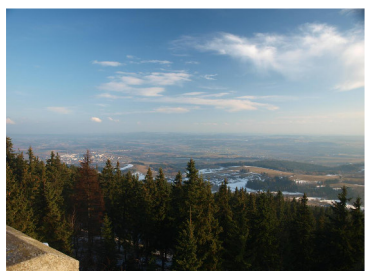
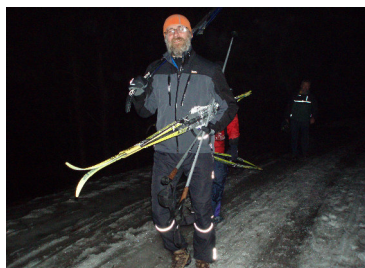
PO	21.2 _____
ÚT	22.2 _____
ST	23.2 _____
ČT	24.2 _____
PÁ	25.2 _____
SO	26.2 _____
NE	27.2 _____

### 9.týden

PO	28.2 _____
ÚT	_____
ST	_____
ČT	_____
PÁ	_____
SO	_____
NE	_____

# BŘEZEN 2011

## SC Běžky (27.3.2010)



Muži	10 km klasicky	start	cíl	čistý čas	na předch.	body
1.	Škoch Michal	0:00	0:40:08	<b>0:40:08</b>	0:00:00	
2.	Michalička David	0:05	0:45:33	<b>0:40:33</b>	0:00:25	20
3.	Oberländer Honza	0:18	0:58:39	<b>0:40:39</b>	0:00:06	
4.	Čech Dan	0:14	0:57:47	<b>0:43:47</b>	0:03:08	19
5.	Kozák Jakub	0:04	0:48:04	<b>0:44:04</b>	0:00:17	18
6.	Kozák Vláďa	0:20	1:05:07	<b>0:45:07</b>	0:01:03	17
7.	Pračka Tomáš	0:02	0:49:38	<b>0:47:38</b>	0:02:31	16
8.	Mátl Radek	0:08	0:55:41	<b>0:47:41</b>	0:00:03	15
9.	Blažek Jarda	0:09	0:57:06	<b>0:48:06</b>	0:00:25	14
10.	Selix Aleš	0:12	1:00:25	<b>0:48:25</b>	0:00:19	
11.	Míka Zdeněk	0:07	0:55:57	<b>0:48:57</b>	0:00:32	13
12.	Čech Vráťa	0:19	1:10:22	<b>0:51:22</b>	0:02:25	12
13.	Macháček Jiří	0:03	0:56:18	<b>0:53:18</b>	0:01:56	11
14.	Mikan Albert	0:11	1:05:09	<b>0:54:09</b>	0:00:51	
15.	Selix Jirka	0:21	1:15:13	<b>0:54:13</b>	0:00:04	
16.	Stingl Martin	0:06	1:01:02	<b>0:55:02</b>	0:00:49	10
17.	Škoch Roman	0:13	1:10:29	<b>0:57:29</b>	0:02:27	
18.	Tomeček Tomáš	0:17	1:17:23	<b>1:00:23</b>	0:02:54	9
19.	Krajník Honza	0:01	1:07:09	<b>1:06:09</b>	0:05:46	
20.	Munduch Pavel	0:16	1:26:21	<b>1:10:21</b>	0:04:12	
21.	Müller Karel	0:15	1:30:47	<b>1:15:47</b>	0:05:26	

### 9. týden

PO	_____
ÚT 1.3.	_____
ST 2.3	_____
ČT 3.3	_____
PÁ 4.3	_____
SO <b>5.3</b>	_____
NE 6.3	_____

### 10. týden

PO 7.3	_____
ÚT 8.3	_____
ST 9.3	_____
ČT 10.3	_____
PÁ 11.3	_____
SO <b>12.3</b>	_____
NE 13.3	_____

### 11. týden

PO 14.3	_____
ÚT 15.3	_____
ST 16.3	_____
ČT 17.3	_____
PÁ 18.3	_____
SO <b>19.3</b>	_____
NE 20.3	_____

### 12. týden

PO 21.3	_____
ÚT 22.3	_____
ST 23.3	_____
ČT 24.3	_____
PÁ 25.3	_____
SO <b>26.3</b>	SC Běžky
NE 27.3	_____

### 13. týden

PO 28.3	_____
ÚT 29.3	_____
ST 30.3	_____
ČT 31.3	_____
PÁ	_____
SO	_____
NE	_____

„Vážený přátelé, tak se s Vámi loučím z dnešního přímého přenosu prvního závodu Sokolák cupu v roce 2010, běhu na lyžích s konstatováním, že vítězem tohoto nejprestižnějšího závodu zimy se stal Michal Škoch zvaný „Majkl“ a všem přeji příjemný zbytek dne.“

„Nashledanou“

„Ty vole, viděls to, to byla zas pecka, co?!“

„No jo, slušnej závod, mákli si, ale někteří se na tom plácáj, to je děs a hrůza. Že na ty prkýnka vůbec lezou.“

„To jo hlavně ty mladí, vono jim je třicet a míň, ale ty chlapy přes pade nedají, to je děs ta nová generace.“

„Ta špička byla ale dobrá, Majkl si hrábnul, ale nakonec Michaldu spláchnul jak svíčku.“

„No nevím, 25 sekund, to je o prsa asijský ženy.“

„Kecáš vole, to je o parník, prostě na něj neměl. Ukecal to sice na intervalovej závod a si myslel, že mu to víc sedne, ale stejně hovno. Třeba příště, musí na sobě ještě dost zamakat.“

Ale ten třetí Obik, to je styl vole,co?! To se jen tak nevidí a nakonec málem Michaldu dal.“

„Ale za nima, to už je díra, já myslel, že někteří snad ani nedojedou.“

„To je sice pravda, ale zas lepší než ty, co seděj doma na prdeli a nepohnou s ní, ani kdyby byly tažení párem volů.“

„Ale stejně ti povím, ty zákulisní boje, už mě na tom sportu fakt nebaví“

„Oni si před závodem prosadí intervalový běh – to je děs. To se zas někomu hodilo do krámu...“

„Lád'ovi Kozákovému ale určitě ne. Pamatuješ, jak se tenkrát chytil Prakina za krk na těch orient'ákách. Tomu by spíš seděl hromadnej start. Ale stejně toho svého synátora pěkně potrápil, všechna čest, co“ „To jo, ty vole“

„Ten Rád'a to je taky pěkněj magor, on to jede v takový číně v krat'asech. Nechápu, asi nějaká sázka.“

„Hlavně to vypadá, že se to snad nikdy nenaučí, plácá se v tom jak chromej, ale toho Prakina dát mohl – 3 s to je fakt pech, vole“

„Jsou to ale stejně všichni tak trochu magoři, celou zimu se furt někde honěj jak splašený. Hlavně ty „starý“ ty toho objezděj za tu zimu a samá prestiž.“

„Kdyby jen starý, ale i ty mlad'oši do toho šlapou, vždyť oni znaj snad píchání jen hůlkama...“

„Víš co, ale na druhou stranu, to pak taky uměj poctivě zhodnotit. Někdy bych ti nepřál je vidět, jak jsou napařený...uvidíš dneska odpoledne.“

„Ale stejně jsou někteří borci, v tomhle věku, to takhle mastit na lyžích, to je paráda. To já už budu dávno sedět někde v křesílku u telky s nohama v teple.“

„A to je SC na ně ještě moc krátký – čím delší, tím jsou lepší. Zatracení chlapy, už ty některý mladý musí fakt drát, že je nejsou schopni zmastit...no jo, zkušenost, to víš. Člověk zraje jako víno, vole!“

„To jo, dneska i Kim dojel, pamatuješ, jak tu jednou chrápal pod stromkem, ale to bylo jiný póčo...“

„Ty jseš taky ale samej chlap, co ženský, jak se ti líbili?“

„Joo super, radost pohledět, je fakt, že u toho vypadaj jinak než ty chlapy.“

„A hlavně někteří chlapy byli rádi, že ženský jely jen ten svůj zkrácenej okruh, myslím, že by jim některé dost nandaly“

„Máš recht, jely fakt dobře – hlavně to mělo št'ávu. Na tu Dášu jsem čuměl, to bylo překvápko. Na Vrbovku neměla, to je holt třída. Vono taky jed' si na kole z Řičan do Klatov jen tak na odpoledne. Dost udělal i ten hromadnej start, je to o dost atraktivnější. Doufám, že to chlapům na příští rok zas dojde.“

„No jo, už se těším, to zas bude odvaz. Ale pádíme, ať je ještě stihneme na Rovinkách trochu při smyslech. Znáš to, přijdeš o chvilku pozdějš a už se tam s nikým česky nedomluvíš...“



## DUBEN 2011

Po několika týdnech hnusného počasí a marastu, kdy říčanští sportovci soupeřili v bahenních cyklo závodech, za lijáku na kánoích a realizovali plno dalších outdoorových nesmyslů, vyšlo konečně slunéčko.

Prostě 17.4. jsme se probudili do krásného rána a počasí přímo vybízelo k strávení v prosluněné tělocvičně na řece Sázavě s badmintonovou pálkou v ruce a košíčkem mihotajícím se nad prověšenou sítí.

No prosluněná tělocvična se možná zdála na začátku, když jsme na palubovku nastoupili. Ale když vypnuly proud tak pro mnohé slabozraké a šerozraké (vzpomněl jsem si na fintu z tenisu, že s Rád'ou se nejlépe hraje těsně před setměním ) nastoupili komplikace.

Po rychlé operativní poradě se skupina inženýrů vedená Davidem Michaličkou ujala projektu "odstranění zatažených žaluzií z oken tělocvičny s použitím moderních postupů a nástrojů uložených v nářadovně".

No bolelo to, ale nakonec se vše podařilo a mohlo se začít.

Do čela skupin byli nalosováni favorité - Houbák ml. (těžící tradičně z nejlepšího vybavení) a Lojza Štěpánek (těžící ze svého nesporného pátkového talentu). Mezi startujícími se poprvé objevili i Honza Obik a Pepa Kršňák, bohužel to v letošním roce byla pro ně labutí píseň. Výrazně později dorazivšímu Houbákovy st., nakonec k lepšímu umístění nepomohlo ani kvalitní vybavení půjčené od synka. Ale mně si podal. Průběh turnaje byl bez překvapení, oba nasazení se dostali do finále, v zápase o třetí místo porazil Rád'a "Vidle" po soustředěném badmintonu Prakina. Největší "issue" finálového zápasu byla volba košíčku (něco jako jestli žlutá nebo zelená tečka). Vzhledem k tomu, že se nakonec hrálo tím pomalým míčkem, tak vyhrál Lojza (s tím rychlejším by prý vyhrál asi skoro Houbák). Kvalitní badminton byl k vidění i v dámské kategorii, kterou letos obohatili mladší ročníky (k mladým dámám se přidali ještě mladší).

Zasloužené vítězství si odnesla nezvykle bojující Martina Buriánková, před nastupující generací prezentovanou Janou Kuběnovou a Katkou Bradovou. Na Verču tentokrát zbyla bramborová medaile.

Po turnaji se ještě část z nás šla "nažrat" do hospody u mostu. Toto nehezké slovo jsem použil záměrně - kdo tam byl chápe, pro ty co nebyli bych naznačil, že se kuchaři nepodařilo zrovna optimálně skloubit množství ingrediencí a chutí, vizuelní stránku jídla a cenu v jeden harmonický celek. Prostě souhra trochu pokulhávala ...

**Tomáš P.**



## SC Badminton (17.4.2010)

1.	Aleš Štěpánek	
2.	Kuba Kozák	20
3.	Rád'a Mátl	19
4.	Tomáš Pračka	18
5.	David Michalička	17
6.	Filip Rozprým	
7.	Marek Holinka	
8.	Vláša Kozák	16
9.	Tomáš Gnad	
10.	Zdeněk Míka	15
11.	Dan Čech	14
12.	Jirka Macháček	13
13.	Pepa Kršňák	
14.	Honza Oberlander	
15.	Jarda Blažek	12

1.	Martina Buriánková	10
2.	Jana Kuběnová	9
3.	Katka Bradová	8
4.	Verča Letfusová	7

### 13.týden

PO	_____
ÚT	_____
ST	_____
ČT	_____
PÁ	1.4 _____
SO	2.4 _____
NE	3.4 _____

### 14.týden

PO	4.4 _____
ÚT	5.4 _____
ST	6.4 _____
ČT	7.4 _____
PÁ	8.4 _____
SO	9.4 _____
NE	10.4 _____

### 15.týden

PO	11.4 _____
ÚT	12.4 _____
ST	13.4 _____
ČT	14.4 _____
PÁ	15.4 _____
SO	16.4 SC Stolní tenis
NE	17.4 _____

### 16.týden

PO	18.4 _____
ÚT	19.4 _____
ST	20.4 _____
ČT	21.4 _____
PÁ	22.4 _____
SO	23.4 _____
NE	24.4 _____

### 17.týden

PO	25.4 _____
ÚT	26.4 _____
ST	27.4 _____
ČT	28.4 _____
PÁ	29.4 _____
SO	30.4 _____
NE	_____

## KVĚTEN 2011

## SC In-line biatlon (26.5. 2010)

4. květnová středa, historicky 4. závod inline biatlonu a 2. na tomto místě. Na okruhu v prostoru nových rodinných domků na Strašíně. Počasí takřka ideální, bezvětrí, teplý podvečer, i když od západu hrozí přeháňky. Slušná účast ostřílených matadorů, ale i několika nováčků.

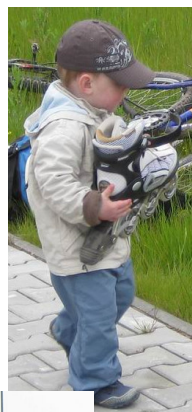
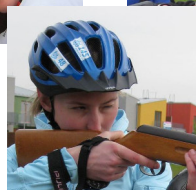
Mírná nervozit: jakou taktiku zvolit, koho mít v rozjíždě, či která ze vzduchovek je nejpřesnější.

A také, zda bylo dostatek "černých" tréninků, z nichž podstatná část byla prozrazena. Jedou se rozjížděky po 5-ti závodnicích, 3 sekce, každá o třech okruzích. A mezi sekcemi je střelba ve stoje po 5-ti ranách, takže celkem 10 ran. Kdo se netrefí jede kolečko či kolečka a plete se do cesty ostatním.

Scéna pro závod je připravena. Startovní povel a pak už následuje řada soubojů se soupeři, ale většinou se svým vlastním tělem (např. Zdenanovy křeče) nebo se střeleckým nádobíčkem - vid' Vráťo.

Já se první tři okruhy držím velice takticky za Jakubem. Mohlo by se zdát, že dojde k souboji Hrubáků, ale po první střelecké sérii ztrácím kontakt a to definitivně. Dojždím s pocitem "zlomeného muže. Nuže MLÁDÍ VPŘED.

Ale pak mě začne těšit, že mezi "starými" jsem udělal dost dobrý výsledek.



	jméno	1.střelba	2.střelba	čas cíl	body
1.	Marek Premus	0	1	17:48,01	
2.	Kuba Kozák	1	0	17:49,91	20
3.	Lád'a Kozák	1	0	17:58,50	19
4.	David Michalička	0	0	18:05,22	18
5.	Dan Čech	1	0	18:33,71	17
6.	Rád'a Mátl	1	0	18:37,31	16
7.	Martin Štingl	0	0	19:04,13	15
8.	Jarda Blažek	0	0	19:06,54	14
9.	Marek Holinka	0	1	19:25,91	
10.	Zdeněk Míka	3	1	21:25,50	13
11.	Aleš Štěpánek	2	4	22:02,42	
12.	Martin Kouba	0	0	22:04,90	12
13.	Vráť'a Čech	2	1	23:02,46	11
14.	Tomáš Tomeček "Kim"	1	0	23:07,40	10
15.	Tomáš Pračka	0	1	23:16,44	9

	jméno	1.střelba	2.střelba	čas cíl	body
1.	Martina Vrbová	1	0	14:31,97	10
2.	Verča Leftusová	0	0	14:41,42	9
3.	Martina Buriánková	0	0	15:33,40	8
4.	Hanka Štinglová	0	0	17:04,50	7

Houbák st.

### 17.týden

PO \_\_\_\_\_  
 ÚT \_\_\_\_\_  
 ST \_\_\_\_\_  
 ČT \_\_\_\_\_  
 PÁ \_\_\_\_\_  
 SO \_\_\_\_\_  
 NE 1.5 \_\_\_\_\_

### 18.týden

PO 2.5 \_\_\_\_\_  
 ÚT 3.5 \_\_\_\_\_  
 ST 4.5 \_\_\_\_\_  
 ČT 5.5 \_\_\_\_\_  
 PÁ 6.5 \_\_\_\_\_  
 SO 7.5 \_\_\_\_\_  
 NE 8.5 \_\_\_\_\_

### 19.týden

PO 9.5 \_\_\_\_\_  
 ÚT 10.5 \_\_\_\_\_  
 ST 11.5 \_\_\_\_\_  
 ČT 12.5 \_\_\_\_\_  
 PÁ 13.5 \_\_\_\_\_  
 SO 14.5 \_\_\_\_\_  
 NE 15.5 \_\_\_\_\_

### 20. týden

PO 16.5 \_\_\_\_\_  
 ÚT 17.5 \_\_\_\_\_  
 ST 18.5 SC In-line biatlon  
 ČT 19.5 \_\_\_\_\_  
 PÁ 20.5 \_\_\_\_\_  
 SO 21.5 \_\_\_\_\_  
 NE 22.5 \_\_\_\_\_

### 21. týden a 22. týden

PO 23.5 \_\_\_\_\_  
 ÚT 24.5 \_\_\_\_\_  
 ST 25.5 \_\_\_\_\_  
 ČT 26.5 \_\_\_\_\_  
 PÁ 27.5 \_\_\_\_\_  
 SO 28.5 \_\_\_\_\_  
 NE 29.5 \_\_\_\_\_  
 PO 30.5 \_\_\_\_\_  
 ÚT 31.5 \_\_\_\_\_



Stejně jako posledních 7 let se v květnu letošního roku konal kvadriatlon dvojic. Závod složený z běhu, kanoistiky, horského kola a orientačního běhu byl zasazen v okolí městečka Sázavy. Srdce celého závodu bylo u koisku Pod Vrbou, kde je příjemné posezení s výhledem na místní klášter. Jak každým rokem stoupá počet závodních dvojic, tak stoupá i náročnost závodu. Letos hlavně kvůli několikadennímu dešti před závodem, který udělal z trať obzvláště těžkou.



Zhruba 7km běžecký úsek vedl lesem, rozbahněnou loukou, velmi technicky náročným kamenitým úsekem podél řeky a nakonec dlouhým asfaltovým seběhem do depa lodí v Leděčku. Jízda na lodi byla tentokrát „pouhých“ jedenáct kilometrů, ale i tak to znamená nekonečné pádlování, po hodině jízdy bolavý zadek a záda a občas nějaký ten vtípek s posádkou, která vás zrovna předjíždí.

Nejhezčí z celé lodě je, když vidíte, že už je konec a čeká vás občerstvení na které se určitě všichni těší.

Letošní horské kolo bylo opět okolo 30km z kopce do kopce, jen s tím rozdílem, že bahna bylo tolik, že někteří i z kopce tlačily. Za to bych vyzdvihl orientační běh, který byl letos pojatý jako městský a tím i pro spoustu mokrých a unavených dvojic zajímavý, že poznali všemožná zákoutí tohoto městečka.

Určitě velké poděkování patří všem organizátorům a sponzorům, kteří se podílejí na tomto závodě a bez kterých by to nemohlo fungovat. Na závěr si myslím, že výsledky nejsou až tak důležité ( i když pro mě osobně v prestižní říčanské kategorii hodně překvapivé), ale hlavní je dobrá nálada a přátelský duch, který je viditelný každý ročník a to nejen v tomto, ale i ve všech ostatních závodech Sokoláku.



**Aleš Štěpánek**



### Výsledky v Říčanské kategorii:

- |                       |                              |
|-----------------------|------------------------------|
| 1. Knecht team Říčany | Jakub Kozák a Aleš Štěpánek  |
| 2. Prak + Pediater    | Tomáš Pracka a Michal Pelant |
| 3. Mrtvice & Plotýnka | Martin Stingl a Pavel Herda  |

## ČERVEN 2011

## SC Triatlon (20.6.2010)

Tak jsem si přečetl, že mám napsat o triatlonu. Hm. Pak jsem se dočetl, že to mělo být včera (v pátek) odevzdáno. Tak to nechám na neděli.

Jenže co napsat. Místo, čas i účastníci byli plus minus tradiční jako v předchozích ročnících, a jelikož se copyright v dnešní době dost hlídá a opisovače čekají kruté tresty, tak to bude tvrdý oříšek. Koukám, že v minulých ročnících byly použity různé formy zápisu, od vyprávění, přes básně a písně, až po nesmysly. Takže tudy cesta taky nepovede.

Jelikož bych tabulku s výsledky musel hledat, a to je práce, tak ani vítěze nemůžu opěvovat. A doufám, že výsledky dodá šéfredaktor Bubů.

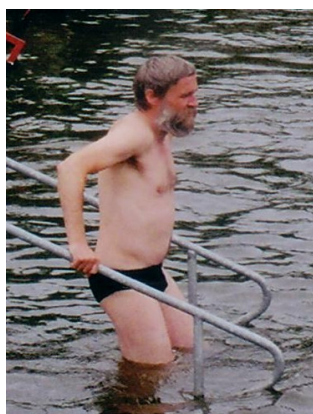
Tak co si teda vlastně pamatuju:

neděle; kocovina; včas nikdo – klasika; málo lidí – budou body; ledová voda; ztráta citlivosti všude; upravená cyklo trať Prakinem pro nevrchaře; křeč; mžitky před očima; Kim za mnou = vítězství

Další vzpomínky mám až po regeneraci v kiosku, které se pak taky jaksi vytrácejí. Tak co vlastně do té ročenky napsat?

No třeba si toho nikdo nevšimne, že jsem nic nenapsal.

**Koubič**



### 22. týden

PO	_____
ÚT	_____
ST	1.6 _____
ČT	2.6 _____
PÁ	3.6 _____
SO	4.6 _____
NE	5.6 _____

### 23. týden

PO	6.6 _____
ÚT	7.6 _____
ST	8.6 _____
ČT	9.6 _____
PÁ	10.6 _____
SO	11.6 _____
NE	12.6 _____

### 24. týden

PO	13.6 _____
ÚT	14.6 _____
ST	15.6 _____
ČT	16.6 _____
PÁ	17.6 _____
SO	18.6 _____
NE	19.6 _____

### 25. týden

PO	20.6 _____
ÚT	21.6 _____
ST	22.6 _____
ČT	23.6 _____
PÁ	24.6 _____
SO	25.6 SC Triatlon
NE	26.6 _____

### 26. týden

PO	27.6 _____
ÚT	28.6 _____
ST	29.6 _____
ČT	30.6 _____
PÁ	_____
SO	_____
NE	_____

# ČERVEN 2011

SC Triatlon (20.6.2010)

Pořadí	Jméno	Plavání		Kolo			Běh				Body SC
		čas	pořadí	čas celkem	čas kola	pořadí kolo	čas celkem	ztráta na předch.	čas běhu	pořadí běh	
1	David Michalička	7:55:00	3.	43:35:00	35:40:00	1.	65:59:00	0:00:00	22:24:00	1.	20
2	Kuba Kozák	9:30:00	13.	46:06:00	36:36:00	2.	71:03:00	5:04:00	24:57:00	4.	19
3	Tomáš Pračka	8:25:00	7.	48:09:00	39:44:00	3.	71:12:00	0:09:00	23:03:00	2.	18
4	Dan Čech	6:45:00	2.	46:47:00	40:02:00	4.	73:59:00	2:47:00	27:12:00	7.	17
5	Petr Vokroj	5:30:00	1.	49:33:00	44:03:00	9.	75:39:00	1:40:00	26:06:00	6.	
6	Radek Mátl	7:58:00	4.	50:24:00	42:26:00	7.	76:23:00	0:44:00	25:59:00	5.	16
7	Martin Štingl	8:14:00	6.	49:41:00	41:27:00	5.	77:19:00	0:56:00	27:38:00	8.	15
8	Petr Němeček	8:33:00	9.	53:30:00	44:57:00	10.	78:16:00	0:57:00	24:46:00	3.	14
9	Zdeněk Míka	8:53:00	11.	50:25:00	41:32:00	6.	79:05:00	0:49:00	28:40:00	9.	13
10	Vláďa Kozák	8:35:00	10.	51:26:00	42:51:00	8.	85:56:00	6:51:00	34:30:00	13.	12
11	Martin Kouba	8:25:00	7.	57:18:00	48:53:00	11.	88:53:00	2:57:00	31:35:00	12.	11
12	Tomáš Tomeček	12:45:00	16.	65:15:00	52:30:00	13.	99:53:00	11:00:00	34:38:00	14.	10
DNF	Vladimír Michalička	9:51:00	14.	defekt kola							

Pořadí	Jméno	Plavání		Kolo			Běh				Body SC
		čas	pořadí	čas celkem	čas kola	pořadí kolo	čas celkem	ztráta na předch.	čas běhu	pořadí běh	
1	Veronika Letfusová	9:53:00	15.	59:14:00	49:21:00	12.	90:40:00	0:00:00	31:26:00	11.	10
2	Marie T.	8:57:00	12.	65:35:00	56:38:00	15.	96:15:00	5:35:00	30:40:00	10.	9
3	Martina Buriánková	8:09:00	5.	61:17:00	53:08:00	14.	98:39:00	2:24:00	37:22:00	15.	8



9. ročník tohoto sportovně naučného výletu proběhl letos, ostatně jako každý rok, o prvním víkendu v červnu.



Páteční technickou prohlídkou prošlo s menšími problémy všech 21 strojů. Účastníků bylo však o 2 více. Mártý, coby řidič safety car a Měchy, jako závaží do vozejku, kdyby byl vítr.

Při jízdě vlakem do Veselí jsme využili chvíli přestupu v Benešově a navštívili opět po roce přílehlou cukrárnu s bufetem. Tady nás Vráťa seznámil se svými kamarády z mládí, kteří asi právě šli ze solárka. To však neměl být jeho snědých kamarádů ještě konec.

Po výstupu z vlaku ve Veselí následovala rutinní cesta na Mláku s již tradiční prohlídkou hradu, zastavením u památných stromů, jihočeských stavení a jezů. Pár jedinců propátralo i škarpy podél cest, zřejmě ve snaze najít nějakého vzácného živočicha.

Na nátlak Prof.Zdenála a Dr. Blažka jsme byli přinuceni zastavit, proti své vůli, i v několika osvěžovnách. To pak mělo za následek u několika jedinců odklonění z trasy. Nic významného se toho dne již neudálo, kromě přiškrcení Seldy a Dr.Blažka pokladníkem výpravy panem Jezevcem alias Macháněm. Bylo takzvané škrčení jednoruč stereo.



Při zpáteční cestě stojí za zmínku snad jen návštěva zájezdního hostince ve Staré Hlíně, kam si opět Vráťa přivedl tentokrát, prý adoptované děti Děža, Laca a Ištvána, a pod záminkou koupě učebnic vyžebrali od pokladníka solidní sumičku z erárního fondu. Většinu členů se z toho udělalo tak špatně, že zbytek zájezdu byl ve znamení bloudění a to týká i hlavního pelotonu. Pokladníka to rozhodilo takovým stylem, že z Metelu chtěl do Veselí doplavat. Náhodnou kolemjdoucí byl však viděn a po jejím upozornění kamarády odchycen. Na oběd do nádražní restaurace dorazil hlavní peloton v půl sedmý večer. Poté následoval již jen návrat vlakem domů. Tedy ke Kozlům, kde jsme celý zájezd probrali a došli k závěru, že takhle teda NE!!!

Dohodli jsme se, že pod vedením Dr.Blažka budeme po celý rok důsledně trénovat a cílevědomě se připravovat na příští jubilejní, již 10. ročník.

S pozdravem Šemýkiádě zdar!  
Dopisovatel z donucení Malaket

## 26. týden

PO	_____
ÚT	_____
ST	_____
ČT	_____
PÁ	1.7 _____
SO	2.7 _____
NE	3.7 _____

## 27. týden

PO	4.7	_____
ÚT	5.7	_____
ST	6.7	_____
ČT	7.7	_____
PÁ	8.7	_____
SO	9.7	_____
NE	10.7	_____

## 28. týden

PO	11.7	_____
ÚT	12.7	_____
ST	13.7	_____
ČT	14.7	_____
PÁ	15.7	_____
SO	16.7	_____
NE	17.7	_____

## 29. týden

PO	18.7	_____
ÚT	19.7	_____
ST	20.7	_____
ČT	21.7	_____
PÁ	22.7	_____
SO	23.7	_____
NE	24.7	_____

## 30. týden

PO	25.7	_____
ÚT	26.7	_____
ST	27.7	_____
ČT	28.7	_____
PÁ	29.7	_____
SO	30.7	_____
NE	31.7	_____

# SRPEN 2011

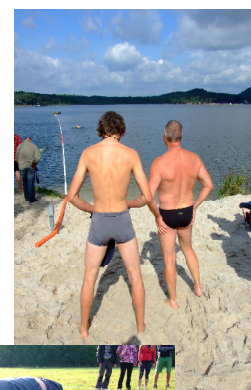
# Eurohry v Doksech



**EURO HRY DOKSY**  
27. - 29. 8. 2010



<http://ehd.doksy.com>



## 31. týden

PO	1.8	_____
ÚT	2.8	_____
ST	3.8	_____
ČT	4.8	_____
PÁ	5.8	_____
SO	6.8	_____
NE	7.8	_____

## 32. týden

PO	8.8	_____
ÚT	9.8	_____
ST	10.8	_____
ČT	11.8	_____
PÁ	12.8	_____
SO	13.8	_____
NE	14.8	_____

## 33. týden

PO	15.8	_____
ÚT	16.8	_____
ST	17.8	_____
ČT	18.8	_____
PÁ	19.8	_____
SO	20.8	_____
NE	21.8	_____

## 34. týden

PO	22.8	_____
ÚT	23.8	_____
ST	24.8	_____
ČT	25.8	_____
PÁ	26.8	_____
SO	27.8	_____
NE	28.8	_____

## 35. týden

PO	29.8	_____
ÚT	30.8	_____
ST	31.8	_____
ČT		_____
PÁ		_____
SO		_____
NE		_____

Poslední prázdninový víkend jsme se stejně jako loni zúčastnili perfektně připravených Euroher v Doksech. Jedná se o soutěž 6-ti člených družstev. Naše družstvo pod hlavičkou **Knecht team Říčany** ve složení: Martina Buriánková, Jakub Kozák, Aleš Štěpánek, Petr Šašek, Pavel Andrlík a Leoš Bébr nastupovalo proti ostatním 99 soupeřům velmi nažhavené. Důležité bylo skončit lépe než před rokem, kdy jsme celkově skončili v polovině startovního pole.

V pátek večer se začínalo první disciplínou, což byl závod na **KOLEČKOVÝCH BRUSLÍCH** na náměstí v Doksech. Diváků bylo hodně, a za tým startoval Aleš Štěpánek. Vedl si skvěle, ale podmínky nám nepřáli, jelikož po dojezdu našeho borce jsme očekávali déšť, který ovšem nepřišel a my se tak celkově dostali těsně do druhé poloviny startovního pole. O to zdravější a důkladnější byla následující rozprava v sousední hospůdce. Když jsme odcházeli, všechny týmy již spokojeně spaly a šetřily síly na další den.

Ráno jsme se probudili do deště a po malém občerstvení jsme vyrazili porážet soupeře. Začínali jsme **LUKOSTŘELBOU**. Přes veškerá večerní ujišťování o formě naší čtveřice, která tuto disciplínu absolvovala, jsme v této disciplíně skončili na 91 místě. No prostě nám zodpovědnost stáhla tětivy. Prozradím, jednalo o náš vůbec nejhorší výsledek za celé víkendové klání. Následovaly další sobotní disciplíny, kde začala naše cesta vzhůru po výsledkové ladině. **KOPANÁ**, 20 místo ze 100 týmů je jistě výborné, **BIATLON** 22 místo opět skvělé, vždyť pozdější vítězové FTVS skončili o jedno místo před námi. **BUNGEE RUNNING**, **JUNGLE CREEK** obě disciplíny výsledkově tak v polovině startovního pole, což byl skvělý výsledek, vzhledem k připravenosti ostatních týmů. **STOLNÍ TENIS** celkově druhé místo, super.



**ORIENTAČNÍ BĚH**, náročný nepřehledný terén (bylo to v lese a na mokru), věděli jsme, že je třeba ze sebe vydolovat po fyzické stránce maximum a přitom se neztratit. Naši tři borci to dokázali, porazili jsme těsně i další FTVS (i s Tondou Gnadem v sestavě) a skončili celkově na 4 místě. **RAFTY**, no dojeli jsme, ale na 80 soupeřů nás porazilo. Na závěr dne překrásný **CYKLISTICKÝ ZÁVOD**, kde nastupovali dva borci z každého týmu. Opravdu perfektní závod s ještě lepším výsledkem pro tým. Doslova neuvěřitelné 9 místo. Dojíždělo se takřka za tmy a tak jsme se opět jako tým přesunuli do osvěžovny k vyhodnocení dne, a také abychom zvolili tu správnou taktiku na neděli.



Neděle, od rána je nádherně, někteří toho mají již dost, ale to se naštěstí netýká nikoho z našeho týmu. Již v 7 ráno začíná opět **ZÁVOD KOL**. Tentokrát jednotlivci za každý tým pouze jeden. V každém týmu je několik závodníků na kole, tak vybrat jen toho nejlepšího je u některých týmů problém. Závod se startuje v intervalech, aby každý ze sebe musel vydat maximum a nedalo se příliš spolupracovat. Výsledek z říše snů 14 místo a skvělý start do neděle. Dohrává se **NOHEJBAL** a **BEACH VOLEJBAL**, jelikož tyto disciplíny se hrály po oba dva dny. V obou disciplínách končíme v druhé polovině startovního pole. Vymlouvat se nechceme, ale příště musí za nás losovat soupeře někdo jiný...

**HOROLEZECKÁ STĚNA**, naše trojice leze opravdu skvěle, ale problém je v tom, že oni ale lezou skvěle úplně všichni. Končíme také těsně za polovinou startovního pole a to je výborné. **PLAVÁNÍ**, plave se v Mácháči, jsou vlny, protivítr a je to daleko. Výhodu mají týmy, kde je závodní plavec a tak se dá hodně získat. Nakonec doplaveme kolem 60 místa. **KUŽELKY** vynikající 10 místo. Kvůli sobotnímu počasí se zrušil **TENIS**, ale jinak vše proběhlo perfektně zorganizované, tak jak mělo.

Je to za námi. Celkově jsme se dokázali ve startovní ladině vyšplhat ze 100 týmů na krásné 32 místo to znamená skončit v první třetině startovního pole. Jako tým se shodujeme, absolvovali jsme perfektní víkend s výsledkem jsme spokojeni a příští rok se sejdeme a opět zlepšíme výsledek.

**Leoš B.**

# ZÁŘÍ 2011

SC Nohejbal (18.9.2010)

Uprostřed září na tenisových kurtech v Radošovicích jsem měl tu čest zúčastnit se velmi nevěšdní akce. Navzdory místu konání se nejednalo o turnaj tenisový, ale o klání při němž sice létaly balony (a někdy nejen ty) přes síť, avšak nikoliv za pomoci raket, ale v zásadě za pomoci všeho, co vlastní tělo může k tomuto účelu poskytnout, samozřejmě s výjimkou rukou.



Přes vysokou a kvalitní účast bylo rozhodnuto hrát systémem každý s každým na jeden set. Boje byly opravdu velmi lité a jediným štěstím pro místní tenisty byla skutečnost, že už se tenisová sezona chýlila ke konci, protože dvorce po dlouhém dni plném soubojů byly ve stavu vhodném spíše na sázení brambor než pro praktikování bílého sportu.



Podatřená akce byla podpořena i ideálním počasím a myslím, že jménem všech účastníků můžu vyjádřit přání, aby letošní ročník nebyl posledním. **Petr N.**



## 35. týden

PO	_____
ÚT	_____
ST	_____
ČT	1.9 _____
PÁ	2.9 _____
SO	3.9 _____
NE	4.9 _____

## 36. týden

PO	5.9 _____
ÚT	6.9 _____
ST	7.9 _____
ČT	8.9 _____
PÁ	9.9 _____
SO	10.9 _____
NE	11.9 _____

## 37. týden

PO	12.9 _____
ÚT	13.9 _____
ST	14.9 _____
ČT	15.9 _____
PÁ	16.9 _____
SO	17.9 SC Nohejbal
NE	18.9 _____

## 38. týden

PO	19.9 _____
ÚT	20.9 _____
ST	21.9 _____
ČT	22.9 _____
PÁ	23.9 _____
SO	24.9 _____
NE	25.9 _____

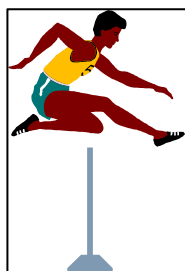
## 39. týden

PO	26.9 _____
ÚT	27.9 _____
ST	28.9 _____
ČT	29.9 _____
PÁ	30.9 _____
SO	_____
NE	_____

## ZÁŘÍ 2011

## Desetiboj - 15. ročník (18.9.2010)

Je krásné slunné ráno 11.zář 2010. V upraveném atletickém stánku v Říčanech se opět po roce schází největší atletičtí borci z města a okolí. Všichni mají jako vždy společný cíl – v rámci boje se sebou samým a zároveň se soupeřem absolvovat známých 10 disciplín a dožít se ve zdraví večera. Počet 15 závodníků je optimální a nepřekvapuje. Jedna třetina startovního pole v podání žen už ale ano. 15. ročník se tak ihned stává historicky nejúspěšnější co se týče počtu závodnic.



Tím však veškeré zápisy do historie letos končí. Závodníci se perou o body, velmi často jdou až na okraj svých sil, některé výkony jsou vzhledem k roční ne/atletické přípravě jedinců obdivuhodné. Odřená kolena nebo zlomená laťka nejsou překážkou ke zdárnému dokončení závodu.

Naopak u závodníků se objevují prvky zdravé vůle po vítězství, dobrých výkonech a uznané projevy pokud se širou náhodou někomu povede cosi výjimečného. Pravda je, že těch výjimečností moc nebylo, ale ne každý rok je posvěcení. Konečné výsledky předních závodníků tak nevyčívají z našeho amatérského průměru. Je třeba ocenit závodníky, kteří se stále zlepšují, na druhou stranu je však třeba pošťouchnout ostřílené závodníky k větší aktivitě, aby se do našeho závodu vrátilo více kvality. Konec konců to o co nám všem šlo jsme si splnili – vyhlášení a večera se ve zdraví dočkali všichni (teda až na ta odřená kolena).

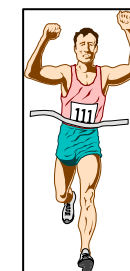
Díky všem co na atletický desetiboj nezanevřeli a přišli se minimálně podívat (David teda musí ještě přitlačit – příště bych to viděl alespoň na pět disciplín ☺).

Marek Holinka

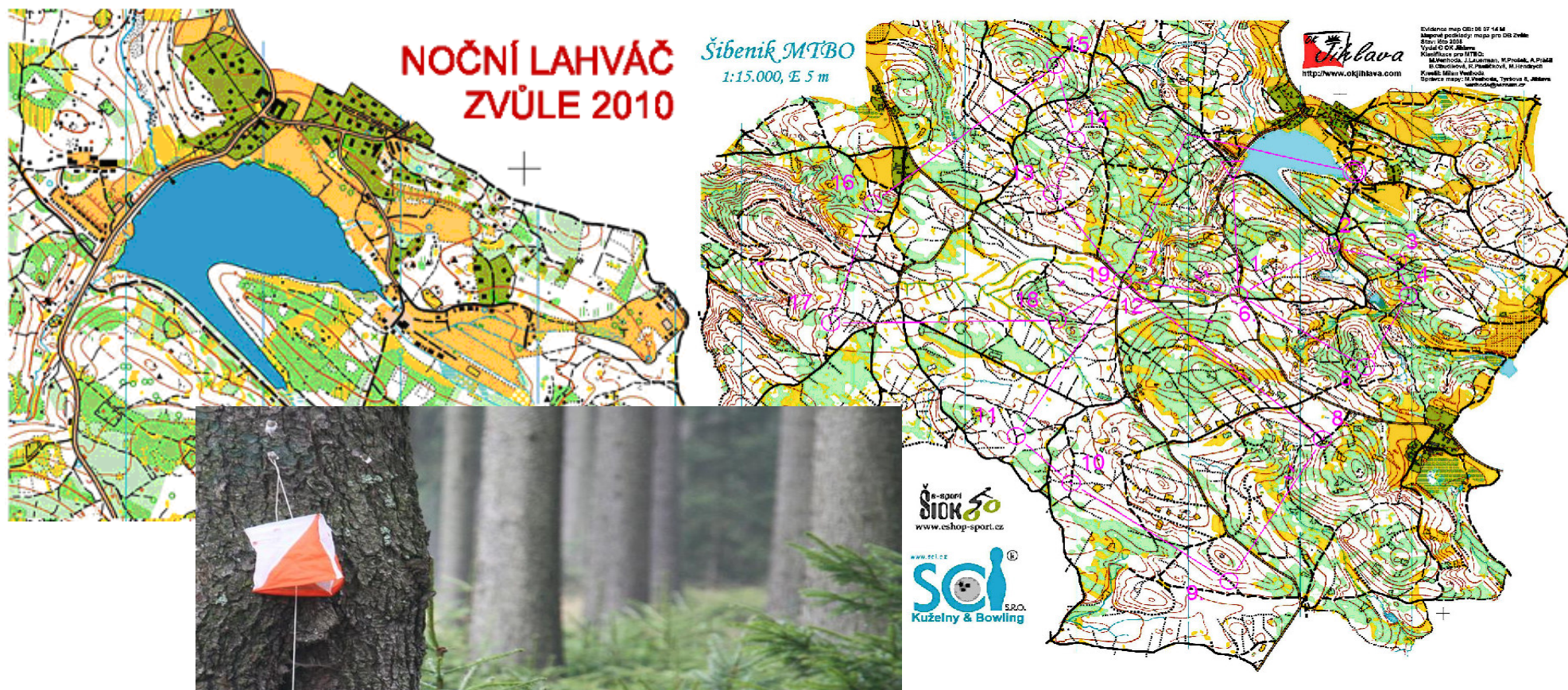
Jméno a příjmení	100 m		Dálka		Koule		Výška		400 m		Překážky		Disk		Týč		Oštěp		1500 m		Body celkem	
	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body	Výkon	Body		
1. Franck Thirouard	73	13,25	388	448	287	9,34	446	160	464	64,85	259	21,09	252	29,12	447	207	153	30,67	309	5:51:50	300	3 305
2. Jaroslav Dykast	77	13,16	402	472	330	9,26	441	160	464	65,00	255	22,84	147	24,47	357	150	54	26,91	256	5:28:80	405	3 111
3. Pavel Mička	82	13,37	370	460	308	8,39	389	155	426	63,17	307	24,16	86	19,50	263	190	121	33,97	355	5:23:10	434	3 059
4. Michal Pelant	74	13,56	341	493	369	8,44	392	165	504	68,02	178	23,16	131	21,27	296	215	169	31,21	316	5:52:70	295	2 991
5. Marek Holinka	83	13,22	393	469	324	7,60	343	150	389	66,84	207	22,65	157	22,99	329	207	153	33,66	351	6:23:10	178	2 824
6. Petr Krejčí	83	13,56	341	473	332	7,80	354	150	389	63,90	286	22,93	142	17,68	229		0	32,33	332	5:47:70	316	2 721
7. Jan Repiský	72	13,19	397	444	280	8,23	380	135	283	69,75	140	28,88	0	21,33	297		0	25,13	231	6:26:90	165	2 173
8. Martin Kouba	83	13,53	346	414	229	7,76	352	140	317	68,00	179		0	19,69	266		0	24,42	222	6:10:20	224	2 135
9. David Dvořák	80	14,19	254	305	72	7,20	319	135	283	69,76	140		0	16,92	215		0	22,74	198	6:08:00	232	1 713
10. David Michalička	80	12,63	490	512	405	8,66	406		0		0		0		0		0		0		0	1 301
1. Martina Buriánková	83	15,00	424	360	220	6,78	321	130	409	78,67	137	21,00	207	17,54	234		0	20,91	306	7:47:84	78	2 336
2. Marie Thirouard	74	16,59	236	353	206	7,14	344	120	312	81,40	89	21,94	147	16,73	220	105	3	15,25	201	6:47:3	263	2 021
3. Zuzana Křivinková	76	16,15	283	376	254	6,58	308	130	409	81,09	94	25,43	9	14,00	172		0	16,35	221	6:50:53	250	2 000
4. Marie Dykastová	80	17,12	185	262	49	6,46	301	125	359	81,40	89	28,47	0	15,63	200	105	3	17,16	236	7:04:41	200	1 622
5. Gabriela Křovinová	87	16,75	220	315	133	5,94	267	120	312	88,38	10		0	13,30	160		0	15,00	197		0	1 299

## ŘÍJEN 2011

## SC MTBO + OB (2. – 3. 10. 2010)







### 39. týden

PO	_____
ÚT	_____
ST	_____
ČT	_____
PÁ	_____
SO	1.10 _____
NE	2.10 _____

### 40. týden

PO	3.10	_____
ÚT	4.10	_____
ST	5.10	_____
ČT	6.10	_____
PÁ	7.10	SC Orient'áky
SO	8.10	---/---
NE	9.10	---/---

### 41. týden

PO	10.10	_____
ÚT	11.10	_____
ST	12.10	_____
ČT	13.10	_____
PÁ	14.10	_____
SO	15.10	_____
NE	16.10	_____

### 42. týden

PO	17.10	_____
ÚT	18.10	_____
ST	19.10	_____
ČT	20.10	_____
PÁ	21.10	_____
SO	22.10	_____
NE	23.10	_____

### 43. týden a 44. týden

PO	24.10	_____
ÚT	25.10	_____
ST	26.10	_____
ČT	27.10	_____
PÁ	28.10	_____
SO	29.10	_____
NE	30.10	_____
PO	31.10	_____

### Orientáky rozhodl 1 kilogram

Třicet závodníků, dalších patnáct doprovod, čtyři kytary, tři závody, dvě mladé servírky, jeden výlet, jedno banjo, jeden pes a nakonec jedno kilo, které rozhodlo. Tak by se dal shrnout tradiční víkend ve znamení orientačních sportů na Zvůli.

Všechny závody přinesly několik novinek a překvapení.

### **1. Orientační běh**

V sobotním závodě nám stavitel David Rožek připravil tzv. „motýla“, takže se nedalo tak jednoduše spolupracovat. Co se týče výsledků, možná se dalo čekat celkové třetí místo Martiny Vrbové či jedenácté místo Dáši Fedákové. Nikdo ale asi nepředpokládal, že třeba borci jako Majkl či Zdenan skončí za Klárou Čechovou, anebo dokonce že Marcela s Martinou vsadí Koubičovi, Vráťovi, Kimovi i Leošovi. Neuvěřitelné bylo i to, že Kim z poslední kontroly, vzdálené cca 300m od cíle, běžel  $\frac{3}{4}$  hodiny.

### **2. Noční lahváč**

Tuto již tradiční vložku sobotního večera si letos vzali na starost Koubič s Pětou. Správně zvolená trať, systém závodu i počet piv v lese znamenali příjemnou tečku za předchozím vítězstvím našich basketbalistek nad Běloruskami při MS. Z celkem jedenácti dvojic nasbírali nejvíce bodů David R. s Jonášem. Naopak neúspěch týmu Prakin-Rád'a byl pravděpodobně důvodem pro předčasný odchod prvního jmenovaného do peřin namísto vyhlášení za 2.místo z dopoledního závodu.

### **3. MTBO**

Nedělní závod, při kterém se na některých projevila únava ze sobotního večera, připravily Markéta se Zuzkou. Díky originálně postavené trati s tzv. „hagaby“ okruhy nebylo opět prakticky možné spolupracovat a výsledky jsou tedy spravedlivé. Zde k žádnému velkému překvapení nedošlo – David Rožek vyhrál, Kim byl poslední.

Podle již druhý rok platných pravidel Sokolák Cupu se oba závody (OB + MTBO) sčítají a vítězí ten, kdo má nejnižší součet pořadí. Při rovnosti pořadí pak rozhoduje vyšší váha. A ejhle, objevily se dvě dvojice se shodným součtem.

Hned v pondělí po závodě byla ustanovena dvoučlenná jury ve složení Rád'a+David. U první dvojice Michal Uhlíř – Leoš Bébr bylo rozhodnuto jednoznačně ve prospěch Leoše, a to bez vážení. Druhý duel Vráti Čecha se Zdeňkem Míkou již tak jednoznačný nebyl, proto muselo rozhodnout převážení. Z pořízené fotodokumentace je vidět, že lepší umístění si zaslouží Vráťa, který musel při závodě nést přesně o 1 kg vyšší váhu než Zdeněk.

**David M.**

### Další „nej“:

- nejstarším účastníkem akce byl podle všeho Karel Müller (DNS = Did Not Start)
- nejmladší účastnicí byla Karolínka od Lídy (DNS = Did Not Start)
- nejrychlejším psem byl Beñas (celkové 3. místo při orientačním běhu)



# ŘÍJEN 2011

SC MTBO + OB (2. – 3. 10. 2010)

Pořadí	Jméno	OB	MTBO	Součet	Body
1	Michalička David	1	2	3	20
2	Kozák Jakub	3	3	6	19
3	Pračka Tomáš	2	5	7	18
4	Mátl Radek	8	4	12	17
5	Vojtěch Jonáš	7	6	13	
6	Čech Dan	5	9	14	16
7	Němeček Petr	4	13	17	15
8	Sašek Petr	10	7	17	
9	Macháček Jirka	9	8	17	14
10	Stingl Martin	11	12	23	13
11	Duška Milan	6	18	24	
12	Škoch Michal	13	11	24	
13	Kouba Martin	16	10	26	12
14	Čech Vráťa	17	14	31	11
15	Míka Zdeněk	14	17	31	10
16	Kozák Vlád'a	12	20	32	9
17	Bébr Leoš	19	15	34	
18	Uhlíř Michal	15	19	34	
19	Blažek Jarda	20	16	36	8
20	Tomeček Tomáš	18	21	39	7
21	Rožek David	0	1		
1	Fedáková Daša	2	1	3	10
2	Vrbová Martina	1	3	4	9
3	Buriánková Martina	4	2	6	8
4	Čechová Klára	3	4	7	7
5	Kuběnová Jana	6	6	12	6
6	Pravečková Martina	9	5	14	5
7	Řeháková Jana	5			4
8	Koželuhová Jitka	7			3

Poznámky

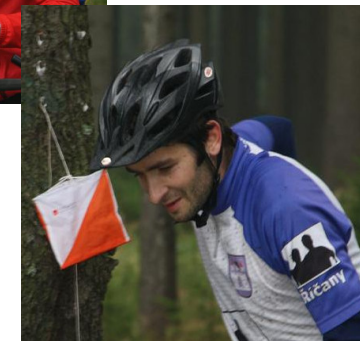
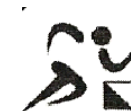
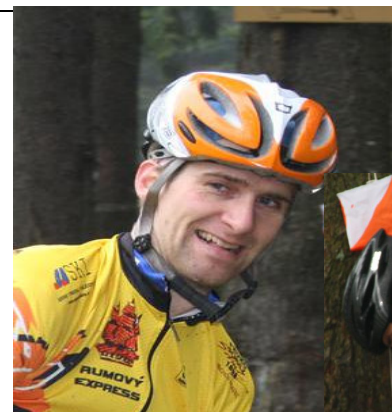


o pořadí rozhodlo lepší umístění v některým ze závodů

o pořadí rozhodlo lepší umístění v některým ze závodů

o pořadí rozhodl SOUBOJ VAH - Vráťa - Zdeněk rozdíl 1 kg viz foto

o pořadí rozhodl SOUBOJ VAH - odborný odhad jury



## Orientační běh

pořadí (kateg.)	Jméno	Start
1 (1)	Rožek David	1:16:46
2 (2)	Michalička David	1:17:42
3 (3)	Kozák Jakub	1:19:06
4 (4)	Mátl Radek	1:34:13
5 (5)	Pračka Tomáš	1:34:44
6 (6)	Vojtěch Jonáš	1:35:09
7 (7)	Sašek Petr	1:35:18
8 (8)	Macháček Jirka	1:35:38
9 (9)	Čech Dan	1:37:00
10 (10)	Kouba Martin	1:40:55
11 (11)	Škoch Michal	1:44:05
12 (12)	Stingl Martin	1:45:19
13 (13)	Němeček Petr	1:56:06
14 (1)	Fedáková Dáša	2:04:38
15 (2)	Buriánková Martina	2:04:45
16 (14)	Čech Vráťa	2:10:05
17 (15)	Bébr Leoš	2:10:48
18 (16)	Blažek Jarda	2:11:04
19 (17)	Míka Zdeněk	2:11:10
20 (3)	Vrbová Martina	2:13:57
21 (4)	Čechová Klára	2:16:20
22 (18)	Duška Milan	2:18:45
23 (5)	Pravečková Martina	2:20:45
24 (19)	Uhlíř Michal	2:26:16
25 (20)	Kozák Vláďa	2:37:22
26 (6)	Kuběnová Jana	2:48:05
26 (21)	Tomeček Tomáš	2:48:05
27 (7)	Šafusová Lída	
27 (7)	Řeháková Jana	

## MTBO

pořadí (kateg.)	Jméno	Start	Čas cíl	Čistý čas
1 (1)	Michalička David	0:46:00	1:24:33	0:38:33
2 (2)	Pračka Tomáš	0:54:00	1:40:32	0:46:32
3 (1)	Vrbová Martina	0:44:00	1:41:15	0:57:15
4 (3)	Kozák Jakub	0:40:00	1:37:50	0:57:50
5 (4)	Němeček Petr	0:42:00	1:40:32	0:58:32
6 (5)	Čech Dan	0:38:00	1:37:50	0:59:50
7 (6)	Duška Milan	0:34:00	1:34:40	1:00:40
8 (7)	Vojtěch Jonáš	0:24:00	1:24:43	1:00:43
9 (8)	Mátl Radek	0:14:00	1:16:30	1:02:30
10 (9)	Macháček Jirka	0:16:00	1:24:52	1:08:52
11 (2)	Fedáková Dáša	0:08:00	1:24:22	1:16:22
12 (10)	Sašek Petr	0:30:00	1:48:10	1:18:10
13 (11)	Stingl Martin	0:12:00	1:31:57	1:19:57
14 (12)	Kozák Vláďa	0:06:00	1:28:28	1:22:28
15 (3)	Čechová Klára	0:18:00	1:40:35	1:22:35
16 (13)	Škoch Michal	0:20:00	1:44:18	1:24:18
17 (14)	Míka Zdeněk	0:22:00	1:48:10	1:26:10
18 (4)	Selixová Marcela+Mart	0:56:00	2:35:00	1:39:00
19 (15)	Uhlíř Michal	0:48:00	2:30:10	1:42:10
20 (16)	Kouba Martin	0:36:00	2:25:10	1:49:10
21 (17)	Čech Vráťa	0:32:00	2:22:20	1:50:20
22 (18)	Tomeček Tomáš	0:10:00	2:01:35	1:51:35
23 (19)	Bébr Leoš	0:28:00	2:25:10	1:57:10
24 (20)	Blažek Jarda	0:02:00	2:22:20	2:20:20
25 (5)	Řeháková Jana	0:04:00	2:25:10	2:21:10
26 (6)	Kuběnová Jana	0:52:00	3:13:12	2:21:12
27 (7)	Koželuhová Jitka	0:50:00	3:13:12	2:23:12
28 (8)	Lída+Petra+Hanka	0:26:00	2:58:00	2:32:00
29 (9)	Pravečková Martina	0:00:00	2:35:00	2:35:00





„Ahoooj, ještě jednu kontrolu a mám to v kapse....“

Jana přijíždí.....  
„Kde jen ta kontrola může být...?“



„.... ale jak se zbavím Jany?  
Asi zavolám Abému...“



„...rychle si to označím, aby mě neviděla....“



„ Kime, vždyť to má být tady...“



„... první rozcestí vpravo...“



„Jani, to musíš támhle, tam ta kontrola určitě bude...“



Kim: říkám ti, že ta kontrola je až na tom druhém rozcestí....“  
Jana: „díky moc, Kime, bez tebe bych byla úplně ztracená..“

Pozn. redakce:  
Kim se shodou okolností umístil těsně před Janou...  
**Martina B.**

# LISTOPAD 2011

## SC Kanoistika (13.11.2010)



pořadí	jméno	čas	body SC
1.	David Michalička	8:44	20
2.	Martin Bílek	8:54	
3.	Dan Čech	8:58	19
4.-5.	Martin Stingl	9:04	18
4.-5.	Zdeněk Míka	9:04	18
6.	Petr Frank	9:17	
7.	Vrát'a Čech	9:22	16
8.	Tomáš Tomeček	9:39	15
9.	Jarda Blažek	9:43	14
10.	Vláďa Kozák	9:46	13
11.	Leoš Bébr	9:49	
12.	Jiří Macháček	10:38	12
13.	Radek Mátl	10:43	11
14.	Tomáš Pračka	11:47	10
15.	Martin Kouba	11:52	9



1.	Dáša Fedáková	5:10	10
2.	Martina Vrbová	5:11	9
3.	Hanka Stinglová	6:17	8
4.	Jindra+Anička F.	6:42	
5.	Martina Buriánková	7:11	7

### 44. týden

PO \_\_\_\_\_  
 ÚT 1.11 \_\_\_\_\_  
 ST 2.11 \_\_\_\_\_  
 ČT 3.11 \_\_\_\_\_  
 PÁ 4.11 \_\_\_\_\_  
 SO 5.11 \_\_\_\_\_  
 NE 6.11 \_\_\_\_\_

### 45. týden

PO 7.11 \_\_\_\_\_  
 ÚT 8.11 \_\_\_\_\_  
 ST 9.11 \_\_\_\_\_  
 ČT 10.11 \_\_\_\_\_  
 PÁ 11.11 \_\_\_\_\_  
 SO 12.11 \_\_\_\_\_  
 NE 13.11 \_\_\_\_\_

### 46. týden

PO 14.11 \_\_\_\_\_  
 ÚT 15.11 \_\_\_\_\_  
 ST 16.11 \_\_\_\_\_  
 ČT 17.11 \_\_\_\_\_  
 PÁ 18.11 \_\_\_\_\_  
 SO 19.11 SC Kanoistika  
 NE 20.11 \_\_\_\_\_

### 47. týden

PO 21.11 \_\_\_\_\_  
 ÚT 22.11 \_\_\_\_\_  
 ST 23.11 \_\_\_\_\_  
 ČT 24.11 \_\_\_\_\_  
 PÁ 25.11 \_\_\_\_\_  
 SO 26.11 \_\_\_\_\_  
 NE 27.11 \_\_\_\_\_

### 48. týden

PO 28.11 \_\_\_\_\_  
 ÚT 29.11 \_\_\_\_\_  
 ST 30.11 \_\_\_\_\_  
 ČT \_\_\_\_\_  
 PÁ \_\_\_\_\_  
 SO \_\_\_\_\_  
 NE \_\_\_\_\_

## LISTOPAD 2011

Je sobota 20.11.2010, počasí přímo vybízí ke splutí naší oblíbené řeky Sázavy, kterou na podzim již tradičně zamykáme a završujeme další úspěšný rok na řekách starého dobrého kontinentu. Dále se zatím, mám ten pocit, nikdo z nás nedostal. Sestava se za poslední roky mnoho nemění, slabší jedinci, kteří kdysi jezdívali, počítali se do jádra vodáků, Ti již nejezdí, zeslábly jim končetiny, kazí se zrak, trávení neslouží, a tak zbývají pouze výmluvy, typu: vždyť je to pořád stejný, musím s manželkou, přijela mi návštěva apod.

Pro letošní zamykání bylo přínosem, že sestava, která loni absolvovala vodu na pramici se nezalekla a letos jela na kanoi. Ono to asi bude lepší, zdálo se borcům Bédovi a Hokimu, kteří vytvořili novou posádku pro zamykání, po loňském neblahém potopení pramice.

Lepší to bylo, obzvláště pro přihlížející vodáky, neboť tito dva šoumeni nám pro zpestření, krátce po odražení do dravého proudu Sázavy, ukázali dno své lodi Vydry. Lehce si zaplavali a dokázali, že patří mezi otrlé vodáky a pokračovali neohroženě dále.

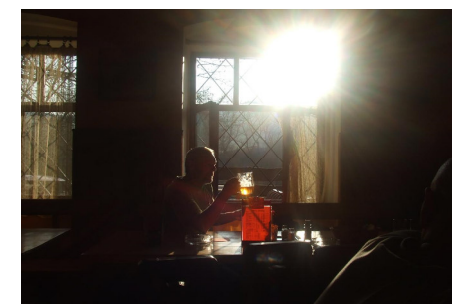
Na řece bylo krásně, slunce zapadalo, ti, kteří se na řeku báli, cestovali alespoň pěšky podél trati Posázavského pacifiku do cíle. Na cestu nám posleze svítil měsíc, popili jsme na zdraví Čochtana svařené víno a klidnými tempy se dostali až k hospodě U Žraloka, kde nás vítala usměvavá vedoucí s pokřikem do kuchyně: Božka vylez, je zle, přijeli Řičany.

Tradiční zábava s hraním byla skvělá, teplo bylo, protože chlapi roztopili okamžitě po příjezdu kamna naplno, předtím se na nich dalo i sedět. Premiérou byla jízda vedoucí v nákupním košíku, který používá na potravu pro kamna. Hofy s Malaketem ji pěkně provezli po krčmě, moc se jí to líbilo, a tak si to v průběhu večera párkrát zopakovala. Děkuji tímto ještě jednou spolehlivému řidiči Šnekovi, který cestu tam i zpět odtrpěl bez alkoholu.

AHOJ za rok **Kim**



## Zamykání Sázavy (20.11.2010)



## PROSINEC 2011

## Klokočná loppet

Začalo to nevinně. Byl mrazivý lednový víkend roku 2010 a chtěli jsme večer na pivo, a Říčany nám byli malé ... A tak jsme se rozhodli vyrazit na běžkách a s čelovkama na Klokočnou, prostě zažít trochu romantiky. Po mailu jsme dohodli místo kde se sejdem (závory) a termín. Když jsem asi s 5-minutovým zpožděním dorazil k závorám, stál tam pouze prokřehlý Dan Čech a v ruce telefon, kde četl SMS od Rádi, že se trochu opozdí. A za chvíli volal David, že už letí. Když David dorazil asi s 20-ti minutovým zpožděním, tak nám oznámil, že volala Martina Vrbová, že právě vyráží z domova.

No abych to neprotahoval, kdo znáte Dana (a navíc prokřehlého) tušíte, že tato "dochvilnost" nemohla zůstat bez odezvy. Prostě se ukázala nutnost elementárních pravidel. Na pivku jsme to doladili, rozdali úkoly (jako kdo vyrobí razítko, pasy, pravidla, apod.) a nový skvělý seriál "Klokočná Lopet" (KL) byl na světě.

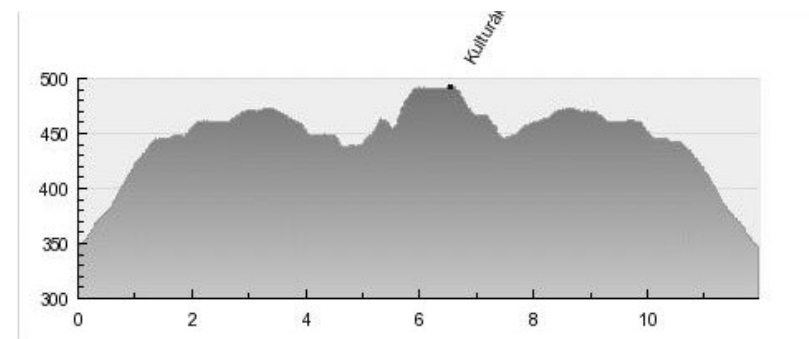
Postupem času nabíral seriál KL na prestiži, kdy svého vrcholu dosáhl v posledním laufu (25.2.) - účastnili se pouze Rád'a a David, kterým do teď příliš nevěříme, že trasu plnou břečky a bahna skutečně projeli podle definovaných pravidel.

Začti se do přiložených pravidel a přidej se i ty do skupiny sběratelů razítek. Napadl sníh a brzy vyrážíme na první lauf letošní sezóny - alias až budeš tyto řádky číst, tak pravděpodobně už bude pár lafů odběhnutých.

**Tomáš P.**



jméno	počet absolovaných lafů					
	2010	2011	2012	2013	2014	celkem
Dan Čech	4	0				4
Radek Mátl	5	0				5
David Michalička	4	0				4
Tomáš Pračka	4	0				4
Martina Vrbová	4	0				4
Veronika Letfusová	1	0				1



### 48. týden

PO \_\_\_\_\_  
 ÚT \_\_\_\_\_  
 ST \_\_\_\_\_  
 ČT 1.12 \_\_\_\_\_  
 PÁ 2.12 \_\_\_\_\_  
 SO 3.12 \_\_\_\_\_  
 NE 4.12 \_\_\_\_\_

### 49. týden

PO 5.12 \_\_\_\_\_  
 ÚT 6.12 \_\_\_\_\_  
 ST 7.12 \_\_\_\_\_  
 ČT 8.12 \_\_\_\_\_  
 PÁ 9.12 \_\_\_\_\_  
 SO 10.12 \_\_\_\_\_  
 NE 11.12 \_\_\_\_\_

### 50. týden

PO 12.12 \_\_\_\_\_  
 ÚT 13.12 \_\_\_\_\_  
 ST 14.12 \_\_\_\_\_  
 ČT 15.12 \_\_\_\_\_  
 PÁ 16.12 \_\_\_\_\_  
 SO 17.12 \_\_\_\_\_  
 NE 18.12 \_\_\_\_\_

### 51. týden

PO 19.12 \_\_\_\_\_  
 ÚT 20.12 \_\_\_\_\_  
 ST 21.12 \_\_\_\_\_  
 ČT 22.12 \_\_\_\_\_  
 PÁ 23.12 \_\_\_\_\_  
 SO 24.12 \_\_\_\_\_  
 NE 25.12 \_\_\_\_\_

### 52. týden

PO 26.12 \_\_\_\_\_  
 ÚT 27.12 \_\_\_\_\_  
 ST 28.12 \_\_\_\_\_  
 ČT 29.12 \_\_\_\_\_  
 PÁ 30.12 \_\_\_\_\_  
 SO 31.12 \_\_\_\_\_  
 NE \_\_\_\_\_



**SOKOLÁK CUP 2010****CELKOVÉ POŘADÍ**

pořadí	jméno	běžky	badminton	in-line biatlon	triatlon	nohejbal	orient'áky	kanoe	celkem	počet účastí
<b>1.</b>	David Michalička	20	17	18	20		20	20	<b>115</b>	7
<b>2.</b>	Jakub Kozák	18	20	20	19	19	19		<b>115</b>	6
<b>3.</b>	Dan Čech	19		17	17	15	16	19	<b>103</b>	7
<b>4.</b>	Radek Mátl	15	19	16	16	18	17	<b>11</b>	<b>101</b>	7
<b>5.</b>	Tomáš Pračka	16	18	<b>9</b>	18	16	18	10	<b>96</b>	7
<b>6.</b>	Vláďa Kozák	17	16	19	12		9	13	<b>86</b>	6
<b>7.</b>	Zdeněk Míka	13	15	13	13	13	<b>10</b>	18	<b>85</b>	7
<b>8.</b>	Martin Štingl	10		15	15		13	18	<b>71</b>	5
<b>9.</b>	Jarda Blažek	14	12	14			8	14	<b>62</b>	5
<b>10.</b>	Martin Kouba			12	11	14	12	9	<b>58</b>	5
<b>11.</b>	Tomáš Tomeček	9		10	10		7	15	<b>51</b>	5
<b>12.</b>	Vrát'a Čech	12		11			11	16	<b>50</b>	4
<b>13.</b>	Jiří Macháček	11	13				14	12	<b>50</b>	4
<b>14.</b>	Petr Němeček				14	20	15		<b>49</b>	3

pořadí	jméno	běžky	badminton	in-line biatlon	triatlon	nohejbal	orient'áky	kanoe	celkem	počet účastí
<b>1.</b>	Buriánková Martina		10	8	8	10	8	7	<b>51</b>	7
<b>2.</b>	Vrbová Martina	10		10			9	9	<b>38</b>	4
<b>3.</b>	Letfusová Verča	8	7	9	10				<b>34</b>	4
<b>4.</b>	Fedáková Dáša	9					10	10	<b>29</b>	3
<b>5.</b>	Štinglová Hanka	5		7				8	<b>20</b>	3
<b>6.</b>	Kubénová Jana		9				6		<b>15</b>	2
<b>7.</b>	Marie T.				9				<b>9</b>	1
<b>8.</b>	Bradová Katka		8						<b>8</b>	1
<b>9.</b>	Selixová Marcela	7							<b>7</b>	1
<b>9.</b>	Čechová Klára						7		<b>7</b>	1
<b>11.</b>	Pravečková Martina						5		<b>5</b>	1
<b>12.</b>	Řeháková Jana						4		<b>4</b>	1
<b>13.</b>	Koželuhová Jitka						3		<b>3</b>	1

**Další závodníci, kteří se nepočítají do celkového pořadí SC - pořadí podle umístění**

<b>15.</b>	Aleš Štěpánek		1	11				<b>12</b>	2	
	Michal Škoch	1					12	<b>13</b>	2	
	Marek Holinka		7	9				<b>16</b>	2	
	Honza Oberländer	3	14					<b>17</b>	2	
	Michal Uhlíř					10	18	<b>28</b>	2	
	Leoš Bébr						17	11	<b>28</b>	2
<b>21.</b>	Marek Premus			1				<b>1</b>	1	
	Filip Krischke					1		<b>1</b>	1	
	Martin Bílek						2	<b>2</b>	1	
	Jonáš Vojtěch						5	<b>5</b>	1	
	Petr Vokroj				5			<b>5</b>	1	
	Filip Rozprým		6					<b>6</b>	1	
	Petr Frank						6	<b>6</b>	1	
	Petr Sašek						8	<b>8</b>	1	
	Tomáš Gnad		9					<b>9</b>	1	
	Aleš Selix	10						<b>10</b>	1	
	Lip					11		<b>11</b>	1	
	Milan Duška						11	<b>11</b>	1	
	Pepa Kršňák		13					<b>13</b>	1	
	Albert Mikan	14						<b>14</b>	1	
	Jirka Selix	15						<b>15</b>	1	
	Honza Krajník	19						<b>19</b>	1	
	Pavel Munduch	20						<b>20</b>	1	
	Karel Müller	21						<b>21</b>	1	
	David Rožek						21	<b>21</b>	1	
	Vladimír Michalička				DNF			<b>DNF</b>	1	

**Pravidla pro rok 2011**

- počítá se nejlepších 6 disciplín
- započítávají se všichni, kdo mají alespoň 3 disciplíny
- za účast na všech 7 disciplínách bonus 2 body
- holky závodí s klukama, počítají se zvlášť

**Děkuji všem, co napsali nějaký článek, Danovi za výběr fotek a Martinovi za tisk.  
Díky moc a za rok ahoj! Martina Buriánková**