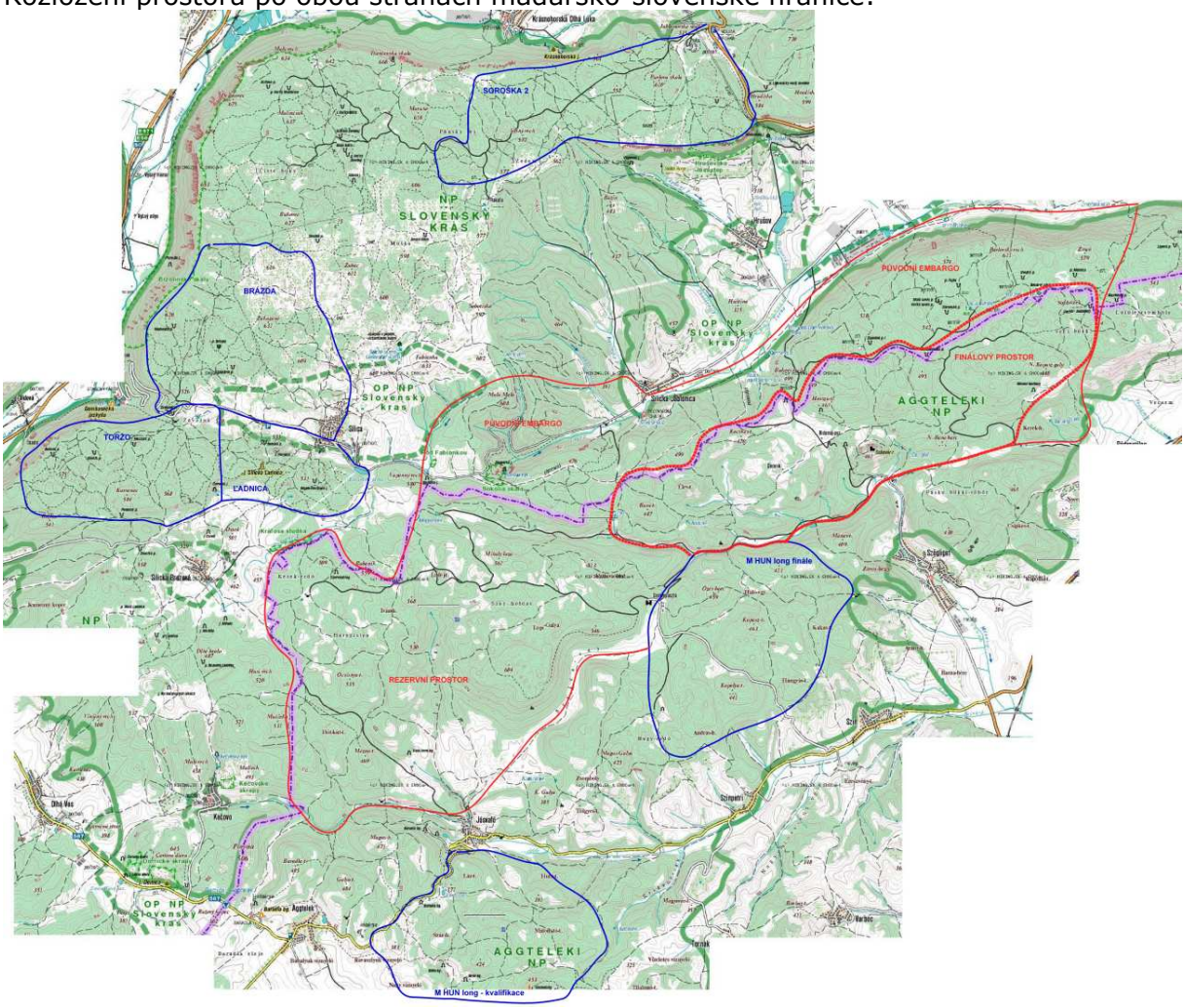
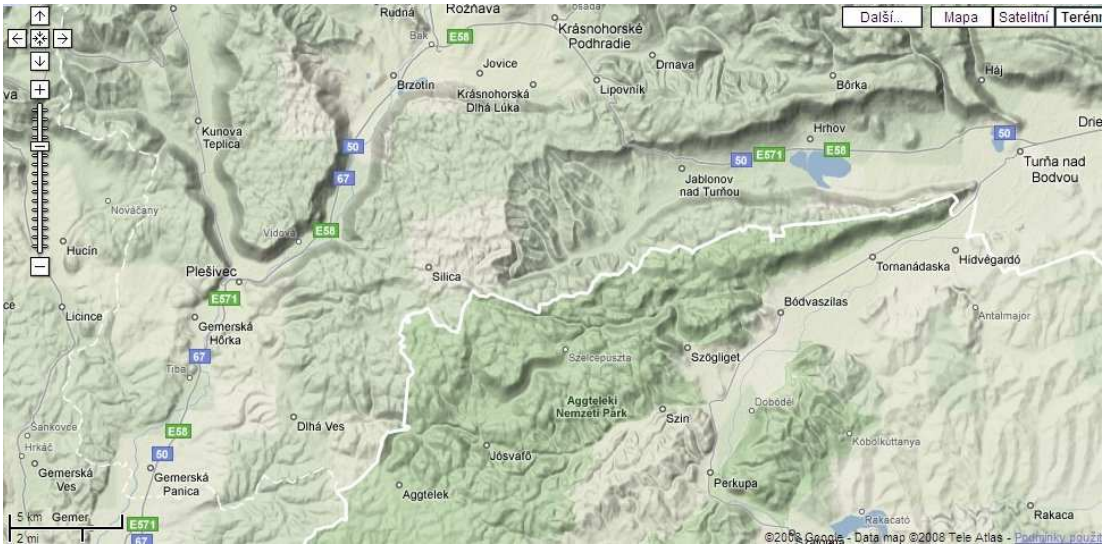
MS Maďarsko 2009 - LONG

Rozložení prostorů po obou stranách maďarsko-slovenské hranice:



(modře tréninkové prostory, červeně embargo, fialově hranice - ten samý plánek v lepším rozlišení bude v příloze, podklad: http://www.turistickamapa.sk/)



Zobrazení reliéfu - zde je vidět, že finálový prostor je kopcovatější než slovenské mapy v okolí Silické planiny. Reliéfem se víc podobá maďarskému mistrovství.

Jak bude vypadat klasika na MS? Jaké nároky bude klást? Jak se rozhodovat ohledně volby postupu?

Po absolvování maďarského mistrovství na klasice můžeme vycházet
- vlastních zkušeností z oněch dvou závodů
- z popisů terénu závodů MS
- z popisu relevantnosti maďarského mistrovství vzhledem k MS
- z porovnání reliéfu závodního prostoru s reliéfem okolních oblastí, ve kterých jsou orienťácké mapy
- ze zkoumání leteckých snímků

N Á R O K Y

Terén má silně fyzický charakter - orientace je spíš hrubého rázu a trať se tak dělí na množství úseků, které je potřeba co nejrychleji překonat. (To ale vůbec neznamená, že je to orientačně jednoduché.)
Běhá se většinou **mimo cesty**, podklad je listnatý (= trochu měkčí) a často kamenitý. Ve finálovém prostoru bude navíc, vzhledem k odlehlosti, cest minimum.
Je potřeba vytvořit si mocnou **silovou kapacitu** tak, aby síla vydržela po celou dobu výkonu a umožnila běžet terénem přímočaře, ofenzivně.
Sílu budou pohlcovat nejen četná stoupání, ale i balancování v kamenných traverzech a průběhy skrz zelené oblasti, které se zřejmě nevyplatí příliš obíhat. Tady se využije i obratnost a silová vytrvalost trupu.

Orientačně se dá terén rozdělit na dva hlavní charaktery
a) středně kopcovité pasáže vysokého lesa s většími závrty, poměrně chudé na detaily
b) polootevřené krasové oblasti

Většina finálového závodu se zřejmě bude odehrávat v terénu typu a). Z leteckého snímku je patrné, že v plánované finálové oblasti nejsou žádná rozsáhlejší polootevřená území - to si lze ověřit porovnáním s tím, jak na leteckém snímku vypadají polootevřené oblasti znázorněné na slovenských mapách. Nějaké otevřené plochy sice v západní třetině prostoru jsou, ale jedná se o celkem jasně ohraničené prvky. (Z toho pohledu se jako mnohem zajímavější jeví severní část rezervního prostoru, který je celkově plošší a kde bychom evidentně narazili na polootevřenou oblast o velikosti cca 1.5km^2.) Naopak ve východní hlavní části finálového prostoru nejsou téměř žádná otevřená území a pokrývá ji souvislý les.

Pořadatelé plánují pro muže 19km na 100min (5:15min/km), pro ženy 12km na 75min (6:15min/km). Z hlediska zkušeností z finále maďarského mistrovství se tyto odhady jeví hodně reálně. Hubmann a Hausken sice běželi rychleji, ale v srpnu bude ještě na stromech listí a podklad má být trochu kamenitější než ve finále maďarského šampionátu. Kopcovitost bude přitom zhruba podobná.

Zkušenosti s terénem typu a) z hlediska orientace:

- celkově poměrně **hrubý způsob orientace** = ne orientace podle objektů, ale spíš podle směru, sklonu svahu, cest a výrazných terénních tvarů

- vzdáleně je to možné přirovnat ke způsobu orientace při horském OB na turistické mapě - i vzhledem k nutnosti překonávat delší hluché úseky s nepřesně zmapovanou/nezmapovanou vegetací a hodně u toho kontrolovat směr

- **směr hraje důležitou roli**; místy snížená viditelnost a minimum objektů k jednoznačnému určení pozice

- přestože je terén členitý, volba postupu paradoxně nehraje hlavní roli - v tom smyslu, že **varianta rovně se téměř vždy ukazuje dostatečně rychlá** (za podmínky, že na to daný borec fyzicky má) - samozřejmě se to netýká postupů, kde by přímá varianta byla z pohledu elitního závodníka sebevraždou, některé věci se prostě oběhnout musí

- cesty často nevedou po rovině, a proto nejsou tolik výhodné, je potřeba podezíravě zkoumat, jestli cestovka neznamená příliš velké stoupání - pak je pomalá

- zelená barva je i přes jižansky pichlavý charakter často poměrně průstřelná (týká se hlavně zelených oblastí v jinak vysokém lese) - světle a někdy i středně **zelené barvě se většinou nevyplatí výrazně uhýbat** (tady je ale rozdíl mezi klukama a holkama - holky by měly víc hledat běžecky snesitelnou stopu, hustník je víc zbrzdí

- úspěšný postup je, zdá se, takový, který vede co nejpříměji při zachování základního respektu k vrstevnicím; někdy je však extrémně rychlou podložku na dně plochého závrtu výhodné využít i za cenu několika vrstevnic navíc
- běh skrze dna závrtů je rychlý jen tehdy, pokud jsou závrty čisté; jinak se jim vyhnout

Terén typu b):
- obvykle směs poměrně rychlých pastvin a pasek s téměř neprůleznými keři
- v takovém terénu je naopak nutné kličkovat po světlinách a mapovat od objektu k objektu - přímočará průraznost může vést k zasekání v křoví a ztrátě kontaktu s mapou (ten je v takových pasážích nutný, protože nízké keře omezují viditelnost na minimum)
- takový typ terénu se určitě vyskytne, ale jen minoritně

F I N Á L O V Á T A K T I K A S T R U Č N Ě

Uspěje fyzicky špičkově připravený závodník, který poběží přímočaře, ofenzivně, nikde směrově neuletí a ustojí několik dohledávkově těžších kontrol v polootevřených oblastech.

K V A L I F I K A C E

- poběží se u Miskolce v terénu, který je v podstatě stejný jako terén pro middle, jen bude asi jinak využitý z hlediska stavby
- takže viz. analýza middlu

M A Ď A R S K É M I S T R O V S T V Í

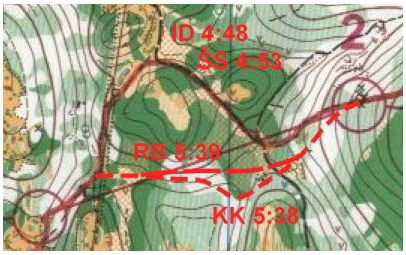
Tréninková účast na závodech nám přinesla neocenitelnou přímou zkušenost s terénem a cenný studijní materiál. Výsledky hoďte totálně za hlavu - vzhledem k fyzickému i silovému rázu lesa je pro porovnání nutné být 100% běžecky in a to většina nebyla.

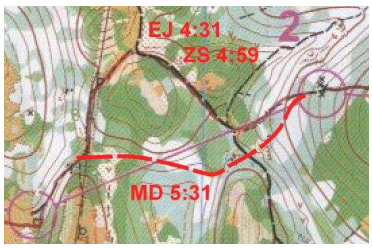
Pokusil jsem se z nasbíraných postupů vyvodit co se vyvodit dalo, i s vědomím toho, že porovnávám postupy lidí běžících tentokrát často hodně rozdílnou rychlostí. Přesto jsou některé věci průkazné, a jiné alespoň zajímavé.

V neposlední řadě je to sbírka postupů typických pro tenhle terén, takže se výborně hodí k teoretické přípravě a lze se k tomu vrátit až to bude aktuální.

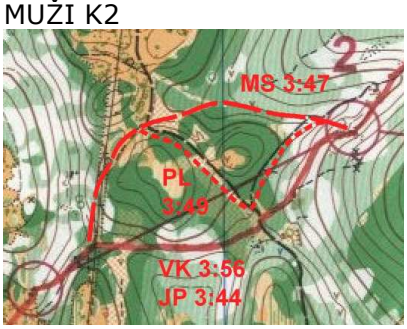
KVALIFIKACE ----------

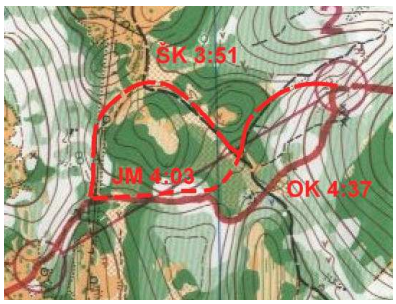
ŽENY K2





MUŽI K2

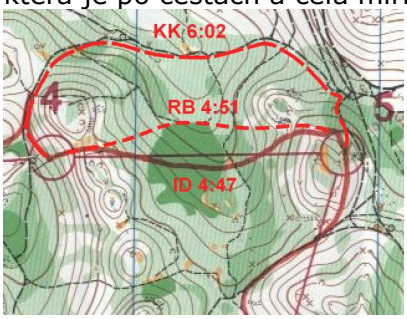


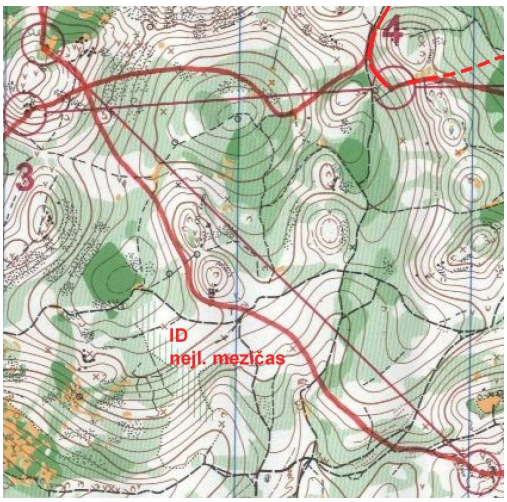


... hodně výmluvná ukázka. Zatímco u kluků vycházejí obě varianty při správné realizaci zhruba stejně, u holek se projevuje menší průraznost a možná i větší váhavost v zeleném - cesta cik-cak je pro dámy o zhruba 40" rychlejší!

W1 - K5

Obíhačka horem (Kristýna) vypadá zajímavě, ale hodně stoupe. Radka a Iveta ukazují, že rovně skrz zelenou to většinou nějak jde. Škoda, že nikdo nevyzkoušel obíhačku spodem, která je po cestách a celá mírně s kopce.



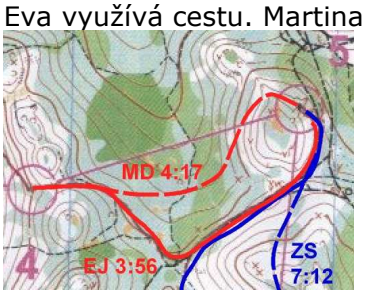


W1 - K8

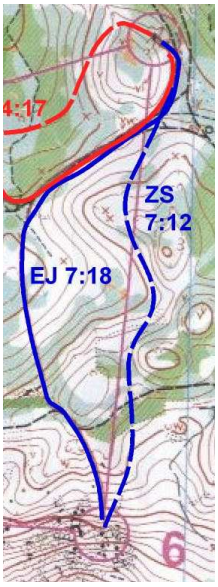
Postup, na kterém Iveta dosáhla ve svém rozběhu nejlepší mezičas, takže ho šla asi správně ;)

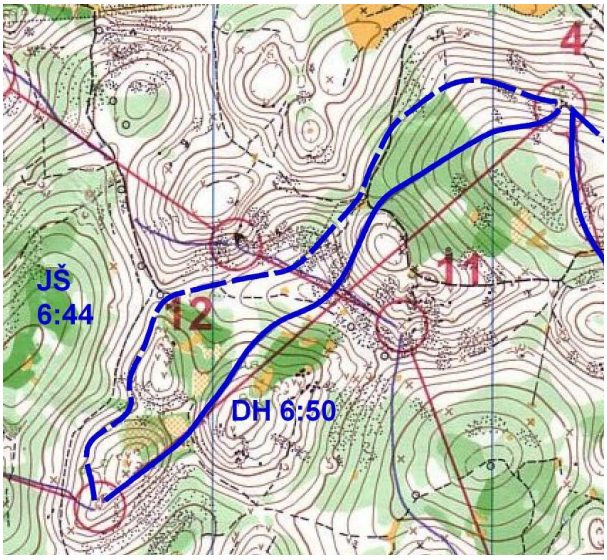
W3 - K5

Eva využívá cestu. Martina skrz zelenou běží docela srovnatelně.



W3 - K6
Přímá varianta Zdenči je vzhledem k aktuální formě Evy asi jasně lepší.



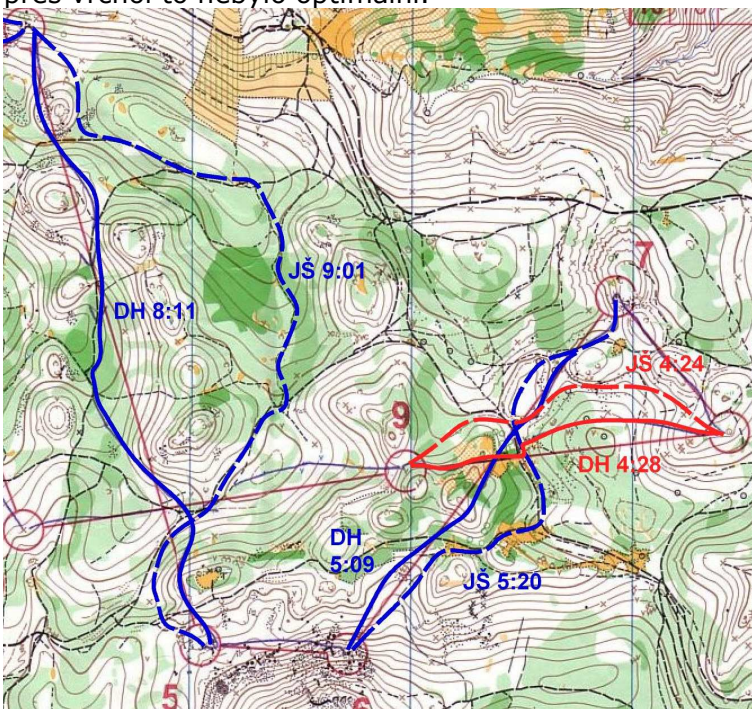


M1 - K4
Hubmann asi zkouší jak vypadá zelená barva... přežil to docela slušně.

M1 - K5
Přímá varianta DH je rozhodně lepší než Šéďova obíhačka, která je o 30% delší. Z toho pohledu je Šéďova ztráta ještě lichotivá.

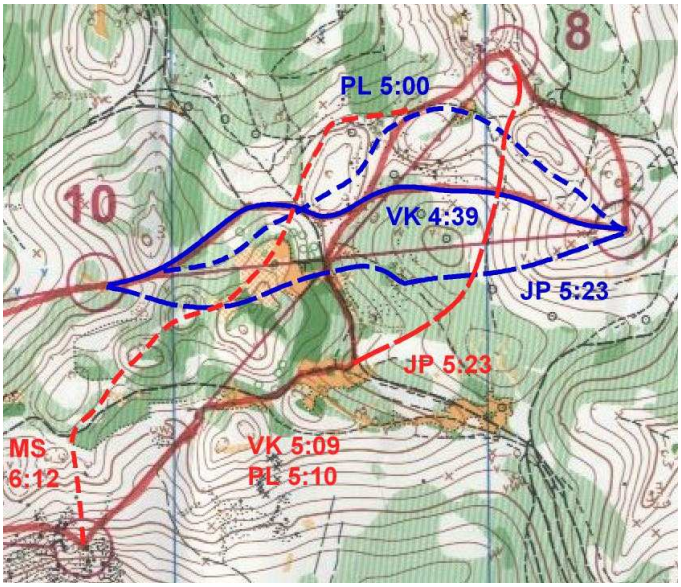
M1 - K7
Hubmann běží přímo skrz zarostlý závrt a ztrácí asi 30" na nejrychlejší mezičas.

M1 - K9
Oproti Šéďovi stoupá DH cca 3-4 vrstevnice navíc a pak ještě sbíhá zelenou. Zdá se, že přes vrchol to nebylo optimální.

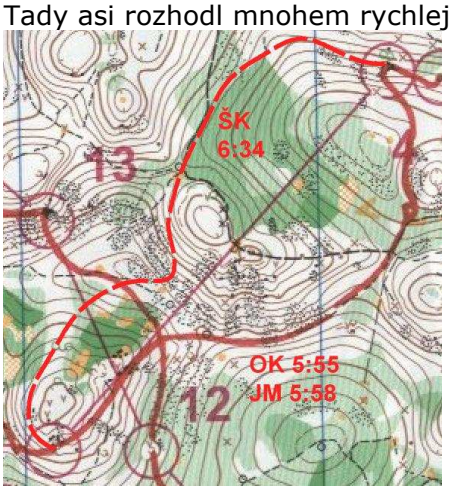


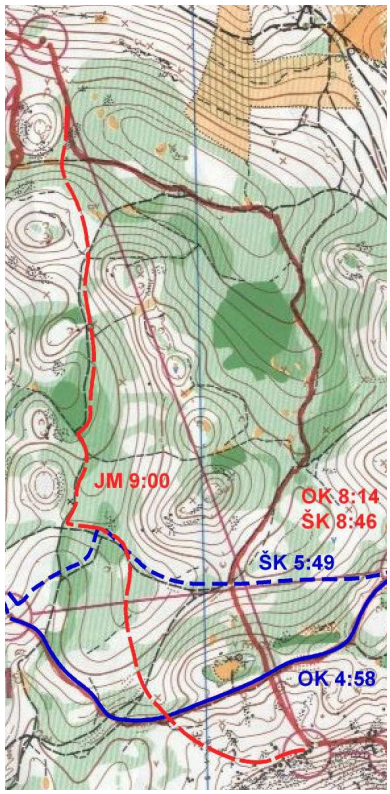
M2 - K8
Bingo experimentuje v závrtech a je výrazně pomalejší. Pomalejší je i Bet, který si přidal stoupání navíc. Optimální varianta vede přímo, s respektem k vrstevnicím a s využitím větších cest.

M2 - K10
Optimální postup našel zase Vojta. Bet si opět přidal kopec a podobně jako Hubmann na stejném místě mírně ztratil (možná i díky horší průběžnosti v závěru?).



M3 - K4
Tady asi rozhodl mnohem rychlejší závěr na pravé variantě.

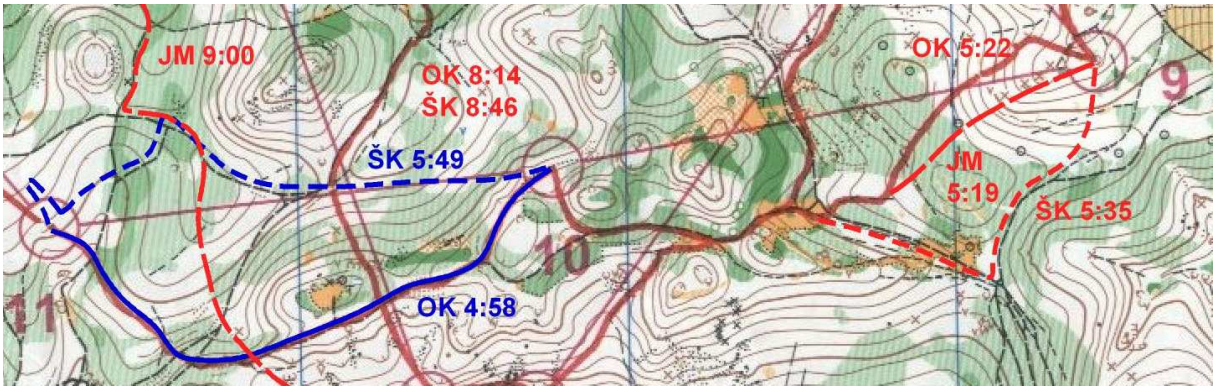




M3 - K6
Obdoba postupu M1 - K5, obě kontroly jsou ale víc vpravo (hlavně ta cílová). Obíhačka zleva rázem vychází jako hodně rychlá (i vzhledem k Hubmannově času v M1). Pro mě trochu záhada - Mrázův postup vypadá rychle.

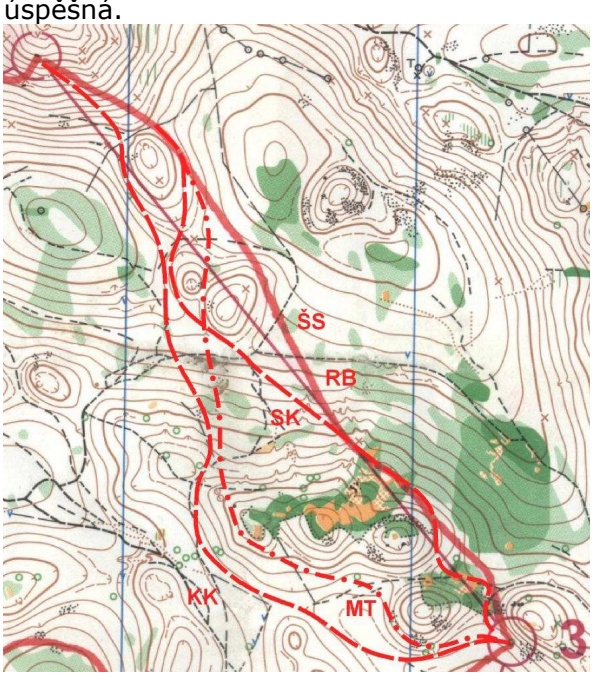
M3 - K10
Kody ušetřil jednu vrstevnici, ale přidal si hodně metrů navíc, i když po cestě. Nikdo z našich nešel zprava kolem kopce, dohledávka z cesty byla příliš lákavá.

M3 - K11
Ačkoliv se zdá, že Osin spodem šetří vrstevnice, je jich na obou variantách stejně. Škoda Kodyho dohledávky, takhle je to neporovnatelné.

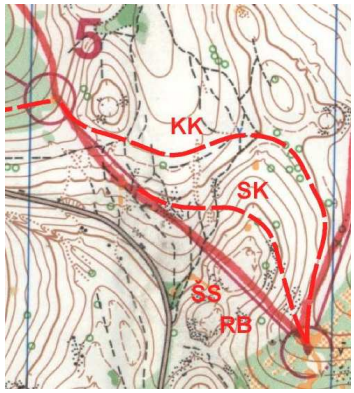


FINÁLE ----------

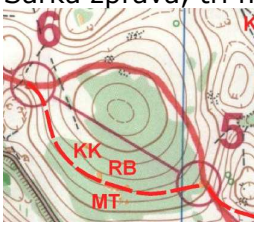
D21B - K3
Šárka tady zvolila přímý postup a la Hubmann a byla z našich suverénně nejrychlejší. Ale těžko posuzovat co je lepší - Radka na stejném postupu zaostala o minutu, takže je vidět, že nasazení hrálo větší roli než volba postupu. Každopádně přímá varianta je úspěšná.



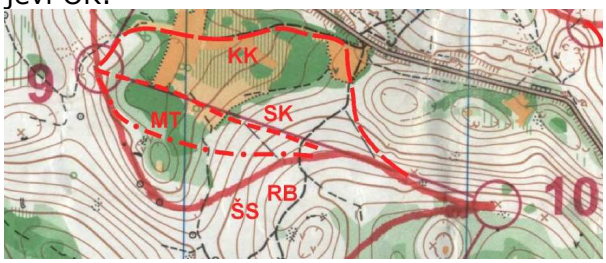
D21B - K5
Nejrychlejší z našich byla Kristýna na obíhačce. To určitě stojí za povšimnutí. (KK 5:17, ŠS 5:30, RB 5:25, SK 5:56)



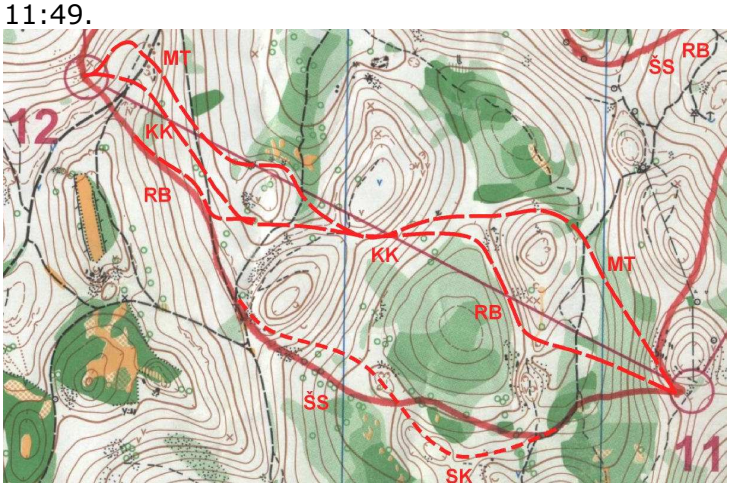
D21B - K6
Šárka zprava, tři holky zleva světle zeleným. Časy podobné: ŠS 3:16, MT 3:18, RB 3:20.



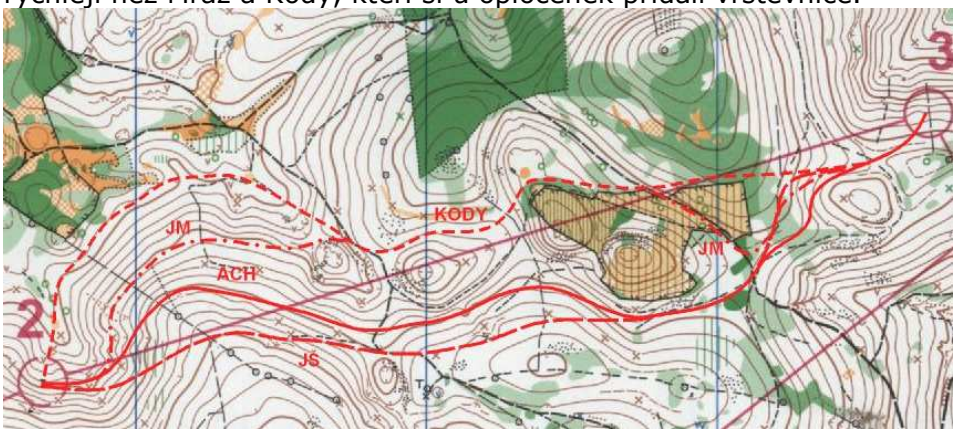
D21B - K10
Šárka a Radka jsou nejrychlejší, ale ostatní ztrácí jen do půlminuty. Všechny varianty se jeví OK.



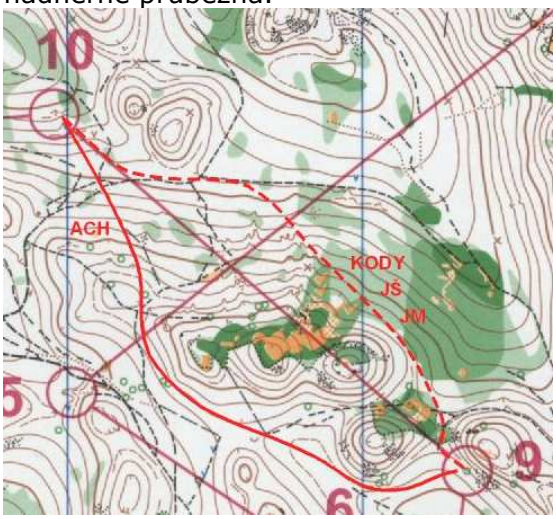
D21B - K12
Docela zajímavý "klasický" postup v závěru závodu, kde už fyzička hraje první housle. Šárka 10:47, Simona na podobné variantě 13:22. Z přímých nejrychleji Kristýna za 11:49.



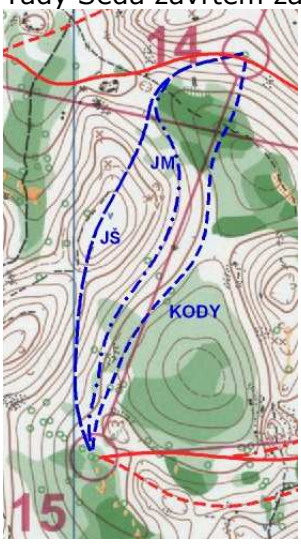
H21B - K3
Jeden z mála postupů, kde se jasně ukázala lepší varianta. Šéďa a Chrobák běželi o 1:10 rychleji než Mráz a Kody, kteří si u oplocenek přidali vrstevnice.



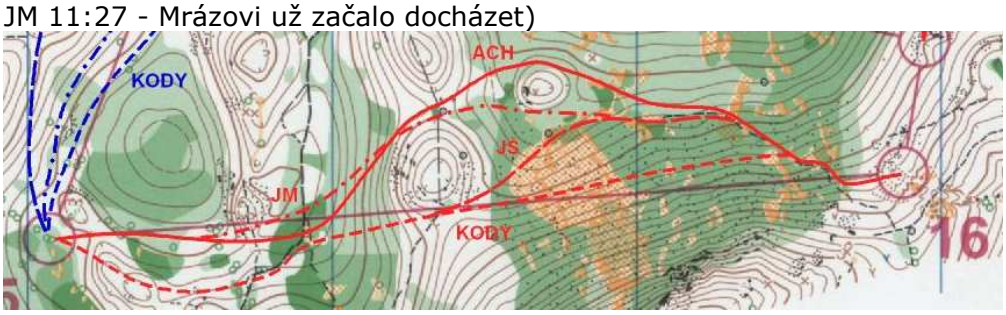
H21B - K10
Šéďa a Mráz 5:20, Adam 5:50. Zelená zřejmě nebyla až tak zelená - podobně jako u D21B K3 se SV svah ukázal jako docela rychlý. A to přesto, že Chrobákova varianta byla nádherně průběžná.



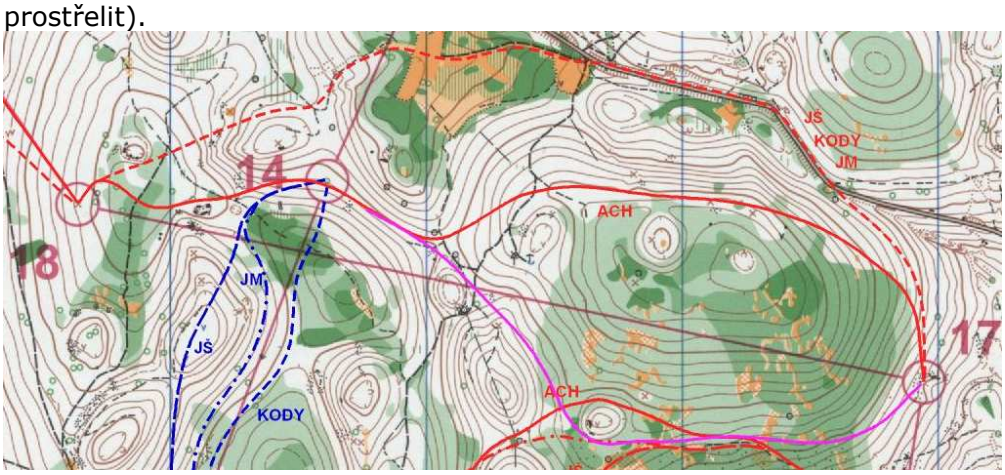
H21B - K15
Jeden z mnoha případů, kdy vymetení dna placatého závrtu bylo docela rychlé, i když znamenalo vrstevnice navíc a vypadá až nerozumně (několikrát praktikoval Hubmann). Tady Šéďa závrtem za 4:46, Kody rovně 5:29 a Mráz kočkopes za 5:16.



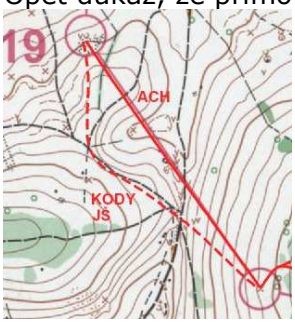
H21B - K16
Adam a Šéďa o minutu rychleji než Kody, který se do toho pustil hodně odvážně. Takový postup je obrovský risk - v tom hustníku mohlo být cokoliv, pochybuju, že ho mapaři prolejzali. Dá se na tom vydělat, ale i zásadně ztratit. Pro štafety bych něco takového rozhodně nedoporučoval. Ale rozhodně zajímavej počin! (ACH 9:49, JŠ 9:56, ŠK 11:05, JM 11:27 - Mrázovi už začalo docházet)



H21B - K18
Závěr tratě. Kody běží obíhačku rychle za 10:43 (Šéďa 11:37). Chrobák se kopce nebojí - 11:44. Docela zajímavý by mohl být výsledek z fialově naznačené varianty, která hodně respektuje vrstevnice (dá se předpokládat, že hustník na začátku šel asi docela v pohodě prostřelit).

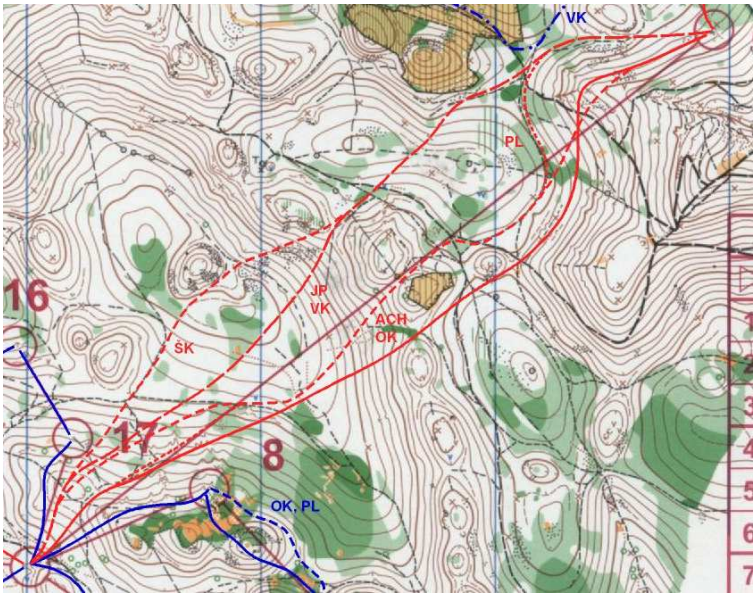


H21B - K19
Opět důkaz, že přímo to jde celkem rychle. Adam 2:43, Kody 2:51.

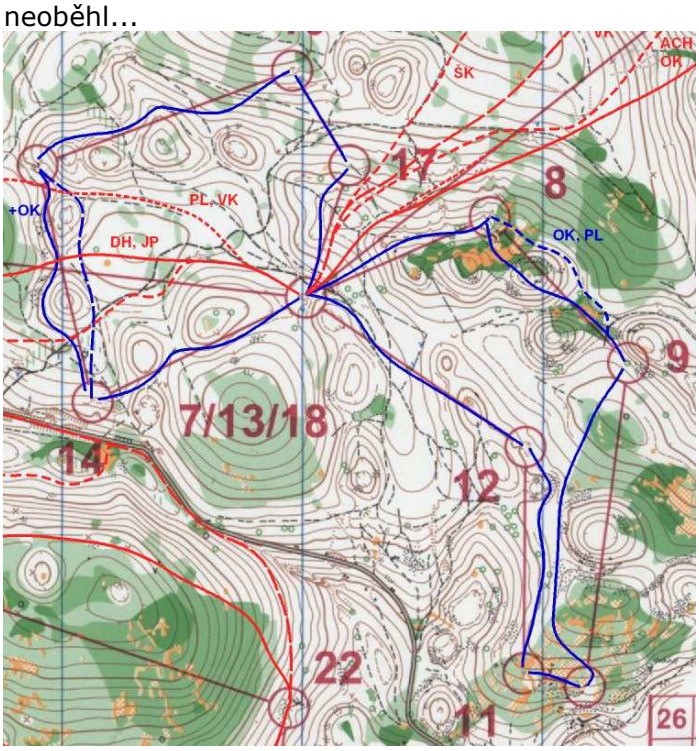


H21A - K5
Plná čára je Hubmann. Fyzicky je na stejném postupu o minutu lepší než Osin a Sosák. Ale to je holt ten podzim. Bet dostává na své variantě 50".

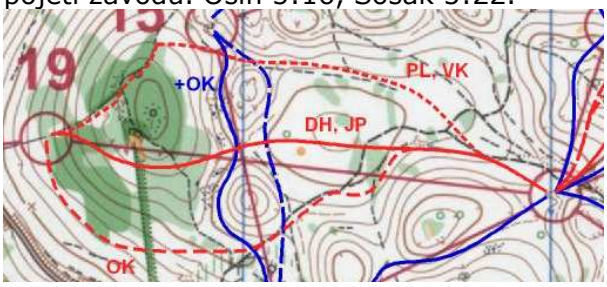
H21A - K7
Stejný postup pro A i B. Hubmann 9:09, z našich nejlépe na podobné variantě Chrobák 10:24. Všechny varianty jsou si celkem podobné, ale Bet a Kody si horem přidávají pár vrstevnic navíc (ale zase tolik netraverzují).



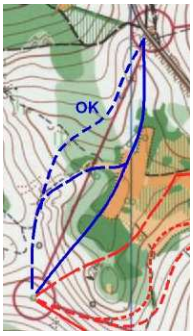
H21A - motýl (modře)
Hubmannovy postupy. Všechno víceméně rovně. Dokonce ani na postupu 12-13 si závrt neoběhl...



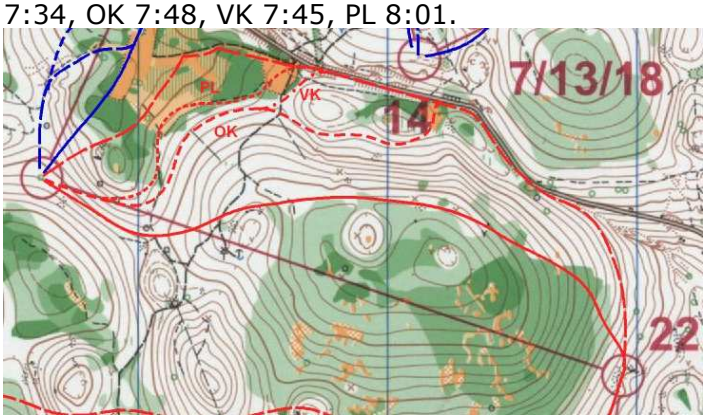
H21A - K19
Hubmann zase rovně za 4:04, Bet na stejné variantě 4:40 - tady se ukazuje rozdíl v pojetí závodu. Osin 5:16, Sosák 5:22.



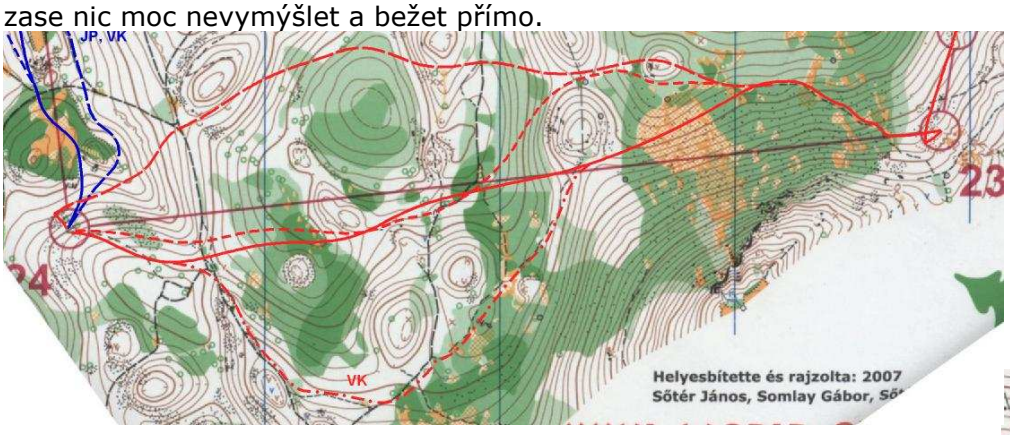
H21A - K21
Tady to Hubmann s tou přímočarostí trochu přehnal a sám si do mapy nakreslil, že to chtělo vzít z louky nahoru po cestě. Přesto DH 3:23, OK 3:28, JP 3:20.



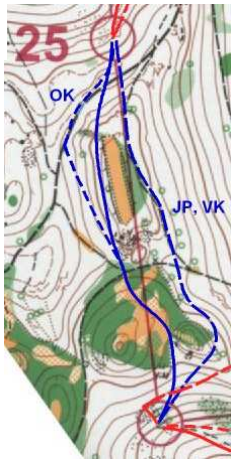
H21A - K22
Opět škoda, že to nikdo nevzal zprava. Naši všichni doleva na silnici, Hubmann zase co nejpříměji. Rozdíl je zase výrazný, ale daný do značné míry nasazením: DH 6:39, JP 7:34, OK 7:48, VK 7:45, PL 8:01.



H21A - K24
Tady už závodí asi jen Dani... DH 10:51, JP 13:56, OK 14:00, PL 14:58, VK 16:25. A zase nic moc nevymýšlet a bežet přímo.



H21A - K25
Překvapivě nikdo nešel zleva do sedýlka na cestu a závěr jako Osin. DH 3:57, JP 4:33, OK 4:42.



30.10.2008, RN
(interní dokument české repre, nešířit!)