

LYŽAŘSTVÍ

sáňkařství a bobový sport

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

REDAKČNÍ RADA:

JIRÍ FEIX, inž. BRONISLAV HANÁK, inž. MIROSLAV CHLOUBA, dr. IVAN ILAVSKÝ, JAN JUREČKA, inž. VLADIMÍR KOVAN-
dr. OTTO KULHÁNEK, VILÉM NEČESAL, dr. MIROSLAV PROKŠ, JIRÍ RICHTR, JIRÍ SKOPEK, inž. LADISLAV STUPKA
a BOHUSLAV TVRZNÍK. VEDOUcí REDAKTOR JAROSLAV ZOUZAL

ROČNÍK 48

1962

SPORTOVNÍ A TURISTICKÉ NAKLADATELSTVÍ V PRAZE

OBSAH

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
ÚVODNÍKY A VÝCHOVNÉ ČLÁNKY					
Na prahu nového roku	1	1	A takhle celý rok	4	2
Ve Francii byli překvapeni	1	4	Příteli lyžaři — <i>dr. Kratochvíl</i>	11	13
S mládeží na sněh — <i>dr. Miroslav Prokeš</i>	1	4	Novinky ve sjezdových disciplínách	11	14
Za sněhem, za sluncem	1	16	Školí mladé kádry	12	7
Spolehlivou sjezdovou stopou	2	1	Nastoupili jsme cestu tvrdého tréninku	12	11
Pyrrhovo vítězství	2	6	Zavedeme hodnocení rozhodčích stylu?	12	15
Za sněhem, za sluncem — <i>Josef Burda</i>	2	16	ORGANIZAČNÍ ČLÁNKY		
Provokatéři	2	18	Významné zasedání	4	2
Innsbruck pádně odpověděl	2	18	Naše stanovisko	4	5
Sportovní přátelství nikdo nerozbije	3	1	Závazky cenným a skutečným pomocníkem	4	7
Pro co se rozhodnete?	3	9	Se sněhem činnost nekončí — <i>dr. Mir. Prokš</i>	4	8
Roessner navrhuje, Hodler odmítá	3	15	Jeden zo vzorných cvičitelov	4	8
Za sněhem, za výcvikem	3	16	Nová závodní pravidla uspěla — <i>dr. Ota Kulhánek</i>	4	16
Na nezájem mládeže se nevymlouváme — <i>PhMr. Zd. Temele</i>	4	1	Z předsednictva ústřední sekce	4	21
Vizitka chlapců ze Špičáku	4	3	Za masovostí vidět rekordy	5	2
Diskuse na II. sjezdu ČSTV	4	4	Splnili závazek	5	2
Za sněhem, za výcvikem	4	17	Vyhlášení II. ročníku PPOV	5	3
Jarní spánek oddílům nesvědčí	5	1	Cílevědomě se připravovat na ZOH 1964	5	4
Pro květ růží	5	5	Usnesení plenárního zasedání ústřední sekce lyžování	5	5
Záleží na vedoucím	5	9	V průvodě již se závazkem	6	1
Sportem za mír	5	18	Vzali za správný konec	6	2
Dobrá spolupráce rozhodne	6	1	Vrchlabští se měli čím chlubit	6	3
Nemají to lehké	6	18	Nová forma školení se osvědčila — <i>doc. dr. Jiří Jelínek</i>	6	14
Čím dřívě, tím lépe	7-8	1	Z předsednictva ústřední sekce	6	21
Náš komentář	7-8	2	Jak v ústředním školení	7-8	2
Lyžař a horolezectví — <i>Arnošt Černík</i>	7-8	7	Dobry pomocnik — plán	7-8	3
Sport — to je mír!	7-8	18	Úspěšné zasedání MOV — <i>inž. L. Stupka</i>	7-8	4
Před hlavním obdobím — <i>PhMr. Zd. Temele</i>	9	1	Ukazují cestu — <i>Karel Gross</i>	7-8	7
Dobrá práce, dobrý výsledek	9	24	Máme dostatek rozhodčích — <i>Ivo Matoušek</i>	7-8	14
Přátelé nejmilejší	10	1	Škola technických pracovníků	7-8	14
Kdo pozdě chodí — <i>dr. Mir. Prokš</i>	10	6	Bylo — nebylo	7-8	15
Několik slov k propagačně výchovné práci — <i>Fr. Tischler</i>	10	7	Kdo ještě nepožádal? — <i>F. Táborský</i>	7-8	16
Ohlédni se s námi	11	1	Mladým důvěřovat — spolupracovat s nimi	7-8	2
Lyžaři a XII. sjezd KSČ	11	2	Nevidět jen nábor — <i>Mila Beran</i>	9	2
Zahájit společnou činnost	12	3	Nechceli byste to skusit podla nich?	9	3
PROPAGAČNÍ ČLÁNKY					
Úkoly v roce 1962	1	2	Větší péči výběru do ústředních škol	9	3
Ať to frčí	1	2	Sjezdová komise k uplynulému závodnímu období — <i>Jar. Bogdálék</i>	9	6
Odpověděli za všechny	1	3	Třeboň 1962 — <i>Jan Vedral</i>	9	7
Za vyšší úroveň SHM — <i>Vladimír Dohnal</i>	1	8	L. ČSSH — nový radostný úkol	9	10
Pojďte s námi SZBZ	1	12	Hodnocení sjezdových vícebojů — <i>O. Kulhánek</i>	9	15
Rozhodčí rokovali v Harrachově	1	15	Zkušenosti z praxe	9	15
Mezi dvěma sjezdy	2	2	Všude dobře — doma taky? — <i>J. Hořinger</i>	10	3
Proud iniciativy	2	2	Za masovost — za rekordy — <i>Fr. Táborský</i>	10	4
Odborářská rekreace a lyžování — <i>dr. F. Valach</i>	2	3	O novote, ktorá sa nevydarila — <i>J. Mráz</i>	10	14
Problémy okolo lyžovanie na Slovensku — <i>dr. J. Ilavský</i>	2	5	Nečekejte na zimu — <i>dr. Jelínek</i>	10	15
Potřebuje lyžařský závodník diváky? — <i>Sláva Pítl</i>	2	7	Připravují sa na rozhodcov I. triedy	10	15
Problémy kolem nových tabulek — <i>Jiří Čejka</i>	2	14	Než napadne sněh (školíme cvičitele)	11	3
Komisím základního lyžování — <i>J. Leiss</i>	2	15	Připravujete výroční schůze — <i>L. Jakšík</i>	11	6
Dostaneme odpověď?	2	15	Celostátní aktiv I. ČSSH	11	6
Z předsednictva ústřední sekce	2	24	Vyšly nové výpočtové tabulky — <i>J. Čejka</i>	11	14
Nyní do práce!	3	2	Bude u medzinárodných zjazdových pretekov A a B kategória pretekárov?	11	15
Hovořili jsme s delegáty	3	4	Za vyššiu športovú výkonnosť	12	2
Poslání jednotné sportovní klasifikace — <i>F. Táborský</i>	3	15	Hodina tělesné výchovy mládeže	12	6

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
Jmenování trenérů I. a II. třídy	12	6	Rozcvičení před lyžováním	12	9
Ze srazu polských skokanů v Rožnově	12	9	Taktika běžce pro závod	12	10
I. ČSSR — cesta k dalšímu rozvoji tělesné výchovy mládeže a pracujících	12	16	Přivrat jako pomoc při přechodu přes spádnicí	12	12
Jak hodnotit výsledky sdruženého závodu žactva	12	15	Běžecké tratě v Seefeldu	12	13
			Krátký a dlouhý oblouk ve slalomu	12	14

METODICKÉ ČLÁNKY

Nezapomínejte na běžeckou přípravu — dr. M. Prokeš	1	8
Francoouzská škola tentokrát oficiálně — inž. Mir. Chlouba	1	10
Posilovací cvičení skokana v hlavním období — Zdeněk Remsa	1	15
Nejmenší na lyžích — M. Mathauser	2	19
Sněhový můstek a skok mládeže — dr. Mir. Prokeš	2	9
Zdokonalování běžecké techniky — Felix Chovanec	2	10
Taktická příprava běžce — Josef Prokeš	2	10
Cvičitelům mládeže — Rudolf Gryc	3	8
Nouzový nocleh na sněhu — dr. A. Černík	3	8
Běžecká příprava — Felix Chovanec	3	10
Je chlad příčinou onemocnění? — MUDr. Milan Jirásek	3	18
Skoky a tradice v SSSR	3	18
Mezinárodní kongres výuky lyžování	3	24
Letní příprava a orientační závody — Boh. Sýkora	4	10
Přejezd terénní vlny — doc. dr. J. Čtvrtečka	4	10
Trenérům mládeže	5	8
Na hodinku do přírody	5	8
Současná úroveň světové sjezdářiny	6	6
6. mezinárodní kongres výuky	6	7
Trenérům mládeže — Arkadij Birjulín	6	8
Dobré zkušenosti — Jiří Čejka	6	8
Letní výcvikové tábory lyžařů — Zdeněk Effenberg, Zdeněk Šulc a kolektiv	6	9
Kopaná v tréninku lyžařů — Jaroslav Honců	6	10
Sjezdáři v červenci — Vilém Podešva	6	10
Je trénink skoku na umělé hmotě účelný? — Zdeněk Remsa	6	11
6. mezinárodní kongres jízdy na lyžích — doc. J. Čtvrtečka, inž. M. Chlouba	7-8	4
Súčasná úroveň světové sjezdářiny — J. Mráz, O. Kulhánek	7-8	6
Na hodinku do přírody — M. Mathauser, J. Zouzal	7-8	8
Výchova mladých skokanů — Čestmír Kožíšek	7-8	9
Cvičení rychlé síly — Mila Jirsa	7-8	10
Na vodu — Jaroslav Potměšil	7-8	10
Na lyžích bez motorového člunu?	7-8	11
Ako trénujú združenáři v Dukle — Št. Olekšák	9	10
Manuální práce — nejlepší prostředek k získání síly — Boh. Maleňák	9	11
Nejčastější úrazy a nehody při lyžování — MUDr. Jar. Čermák	9	14
Pavel Kolčín radí mladým	10	2
Než napadne sníh — J. Jurečka	10	5
Trenérům mládeže	10	8
Na hodinku do přírody — Břet. Potáček	10	9
Teorie, praxe a zkušenosti — Jiří Kopal	10	10
Tréninková jednotka v tělocvičně — M. Beran	10	12
Zkuste to také — V. Podešva	10	13
Příčina lyžařských úrazů a jejich zábrana — MUDr. Jar. Čermák	10	14
Průpravná cvičení — J. Příbramský	11	7
Slalom na suchu — Vl. Gikalov	11	8
Poprvé na sněhu — J. Prokeš a M. Prokešová	11	9
Taktický plán běžce pro závod — J. Prokeš	11	9
Nové pojetí v přivratné a snožné technice — J. Kopal	11	12-13
Trenérům mládeže	12	8
Sjezdářská košíková	12	8

SOUTĚŽE A HODNOCENÍ

Vývoj závodů FIS	2	11
Lednové úspěchy ve Švýcarsku — Tamele, Lahr	2	20
Týden skoků v Rakousku a v NSR	2	21
Tři závody, tři vítězové	2	24
Sjezdaři bez mistrovství světa	3	6
Mistrovství světa 1962 v Zakopaném — K. Moravec, Vl. Pácl, B. Duffek	3	11
V Praze nemají mládež?	3	21
Úspěch těší a zavazuje — J. Vojtěch	4	9
Blýská se na lepší časy	4	12
Co ukázalo Zakopané — skoky na lyžích — Zdeněk Remsa	4	14
Vyvrcholení zimy v SSSR	4	19
Dobry kolektiv — záruka dobré práce a výkonnosti	5	5
Bez nich by nebylo — O. Kulhánek, M. Klingner	5	10
Sjezdaři poprvé na Chopku	5	12
Zebříček běžců a běžkyň v roce 1961 až 1962 — J. Prokeš	5	14
Kurs rozhodčích FIS v Zakopaném — M. Duffek	5	15
Práce rozhodčích v Zakopaném — Zdeněk Němeček	5	15
Co ukázalo Zakopané — M. Prokešová	5	16
Universiáda Villars	6	12
Hodnocení stylu brzdou rozvoje? — M. Duffek	6	15
Velká cena Slovenska — 1962 — Antonín Husák	6	16
Motejlek vítězí v Klingenthalu	6	24
Zamyšlení nad hodnocením kolektivů v Západočeském kraji — V. Mraček	7-8	3
Junioři v Rumunsku — Jan Mráz	7-8	3
Běh střídavý dvoudobý na MS 1962 — Jan Jurečka	7-8	12
Pohled fyziologa na běh ve vysokých výškách	7-8	13
Hodnocení oddílů a krajů	7-8	24
Sdružený závod a jeho současný stav — O. Kulhánek	9	8
O sněhový krystal — Ant. Husák	9	9
Letní měření sil sjezdařů v Tatrách — J. Zouzal	9	16
Úspěch v zahraničí rozvoji nepomůže — inž. Luděk Šablatura, Karel Moravec	10	6
Běžci potřebují sníh — K. Moravec	11	4
Z přípravy sjezdařů — J. Vedral	11	6
Hodnocení II. ročníku soutěže o »nejvyšší výkon v plnění podmínek odznaku zdatnosti«	12	11

LYŽAŘSKÉ TERÉNY

Zpověď našich hor	1	6
Lyžtáři Banika Mlynky vás pozývají	2	4
Znáte Ríčky? — dr. Karel Čáp	4	6
Jarní lyžování v Ruskom — dr. J. Hlavský	5	7
Mariánské Lázně jak je neznáte — J. Seidl	6	4
Ještěd — zimní středisko	9	4
Napsala nám čtenářka	9	4
Innsbruck sa pripravuje	11	11

RŮZNÉ

Recept na věčné mládí a zdraví	1	9
Naučí vás lyžovat	1	9
Chybami se člověk učí	1	14

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
Napsal nám lékař — <i>MUDr. Zd. Kratochvíl</i>	1	17	Boby, sport odvážných	2	22
Sněmování alpských zemí	1	20	Zahrajte si — <i>doc. dr. Dalibor Zdeněk</i>	2	23
Z oddílů a sekcí	1	20	Sporty na sněhu	2	23
Vložky z Pohtimolampi — <i>dr. Daněk</i>	1	24	Budeme pokračovat	3	22
Rady »otce« Jandery	2	6	Ze světa saní a bobů	3	22
Z přípravy sjezdářů — <i>Jan Vedral</i>	2	7	Mistrovství světa v jízdě na bobech	3	23
Tam, kde nelení	2	12	Mistrovství ČSSR na dvousedadlových a čtyřsedadlových bobech — <i>inž. Pavel Hrubeš</i>	4	22
Z oddílů a sekcí	3	20	O štít Vysokých Tater — <i>inž. Luboš Pásek</i>	4	22
Z oddílů a sekcí	4	20	Zasedání kongresu FIL v Krynici	4	23
Z oddílů a sekcí	4	20	Na okraj VII. mistrovství světa v jízdě na saních	4	23
Bez nich by závody nebyly	5	15	Krynice — <i>inž. V. Horák</i>	4	24
Údržba lyžařských zařízení	5	6	V Jeseníku na výbornou — <i>inž. L. Pásek</i>	5	22
Na slovíčko s Italy	5	17	Skončila sezóna	5	22
Z oddílů a sekcí	5	20	Pohár přátelství národů zůstal v Československu — <i>inž. Br. Hanák</i>	5	23
Nezapomněl jsi na lyže? — <i>Jar. Kadavý</i>	5	24	Mladí sáňkaři v NDR — <i>Miroslav Belda</i>	6	22
Udělejte si přenosný lyžařský vlek	6	15	Obstáli jsme — <i>inž. Bron. Hanák</i>	6	23
Z oddílů a sekcí	6	20	Trénink v létě	7—8	22
Hodnocení kvality sjezdových lyží — <i>Mar. Zigo, Jar. Bogdálek</i>	7—8	15	Rozměry sanic a bobů	7—8	22
Plevelohubné látky pomohou při úpravě sjezdových tratí — <i>Jiří Vacek</i>	7—8	17	Dokončení výsledků přeboru a mistrovství ČSSR	7—8	23
Z oddílů a sekcí	7—8	20	Vytčenou cestou — <i>inž. J. Miňovský</i>	9	22
Z oddílů a sekcí	9	20	Sportovní příprava sáňkařů a bobistů — <i>inž. Kovanda</i>	9	22
Z oddílů a sekcí	10	22	Výsledky mistrovství ČSSR v jízdě na saních	9	22
Z oddílů a sekcí	11	20	Zkušenosti ze závodu	9	23
Z oddílů a sekcí	12	22	Žebříček sáňkařů 1962	10	24
Můžeme si to dopřát	12	4	Saně a boby	11	20
Novinky sportovních prodejen	12	7	Ve znamení příprav	12	3
			Saně a boby	12	18
			Saně a boby	12	18

SÁŇKAŘSTVÍ A BOBOVÝ SPORT

Náš společný cíl	1	22
Dobry nápad — <i>M. Skořepa</i>	1	22
Perspektivy v konstrukci saní	1	22
Systém přípravy sportovce	1	23

Jedlička 4

Slyžarství

sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
LEDEN 1962





Čekají na nás...

1 strana obálky: Odměnou za namáhavý výstup je nádherný pohled na hřebeny našich krásných hor. Na snímku J. Tejnského výstup na vrchol Malého Fatranského Kriváně.



Dokonalá jízda na lyžích je veliký požitek nejen pro jezdce samotného, ale také pro diváka. Často slyšíme povzdech: Kdybych já to tak uměl! Ovšem ovládnout neposlušná »prkýnka«, to není jen tak. Lyžování je jedním z nejtěžších a nejnáročnějších sportů. Vyžaduje nejen talent, vytrvalost, ale především také neúnavného a svědomitého cvičitele. A ruku na srdce. Kolik lidí dnes na horách závistivě hledí na odborářské instruktory, na kursy pořádané lyžařskými oddíly nebo sekcemi ČSTV. Kolik dětí i dospělých by se rádo seznámilo s taji lyžařského »kumštu«! To jsou ti, kteří čekají na nás. Každá škola a každá tělovýchovná jednota by měla proto letos uspořádat jeden lyžařský výcvik. A nejen pro členy ČSTV, ale pro všechny zájemce. A nemusí se zrovna čekat až na zájezd do hor. Cvičit se může i doma, hned jak napadne sníh. Hodně záleží také na iniciativě těch, kteří se chtějí učit. Měli by se více hlásit o svá práva a jistě jim všude lyžaři řeknou — čekáte na nás? Rádi přijdeme a budeme vás učit.

Snímky V. Heckel, K. Novák, J. Klega



NA PRAHU NOVÉHO ROKU

Akým smerom a akým tempom sa bude rozvíjať telesná výchova v budúcich rokoch — táto otázka sa najčastejšie objavovala v predsjazdovej diskusii. Stretávali sme sa s celým radom názorov najmä pokiaľ ide o našu mládež. Často tu bola obava, či pre mnohé záujmy, ktoré má mladý človek, možno do popredia stavať telesnú výchovu v takom rozsahu, aby vyše 50 percent mladých ľudí športovalo.

Zasadnutie ÚV KSC v novembri minulého roku dalo na všetky otázky, dohady a pochyby jednoznačnú odpoveď. Ústredný výbor strany jasne určil postavenie telesnej výchovy v etape budovania komunistickej spoločnosti a vytýčil úlohu: pre našu mládež zabezpečiť denne jednu hodinu aktívneho športovania. Prípravy na II. sjazd Československého svazu telesnej výchovy tak dostali konkrétnu a jasnú náplň. Otázky telesnej výchovy mládeže budú hlavným bodom rokovania II. sjazdu ČSTV. Najjasnejšie to vyjadril v svojom referáte na plenárnom zasadnutí ÚV KSC súdruh Hendrych, keď povedal: »Telesná výchova je neoddeliteľnou súčasťou komunistickej výchovy a kultúry ľudu, dôležitým prostriedkom starostlivosti o zdravie pracujúcich a mládeže a jej prípravy na prácu a obranu socialistickej vlasti. Správne uskutočňovaná telesná výchova, šport a turistika majú veľký význam pre pestovanie družnosti, kolektivismu, zdravej súťaživosti, pre upevnenie disciplíny a húževnatosti.«

V plánovanom rozvoji telesnej výchovy je lyžiarstvo stavané do popredia. Je to radostná skutočnosť, ktorá však súčasne zaväzuje. Nebude potrebné vymýšľať nové formy, ako podchytiť záujem mládeže.

Plnenie odznaku Lyžiar ČSSR, Športové hry mládeže, Otvorené svahy, súťaže o spartakiádnú vložku — v tom všetkom už máme dobrú tradíciu. O tom svedčia príklady z činnosti mnohých našich oddielov napríklad v Otrokoviciach, v Jilemnici, v Stachách na Šumave, v Dýšine pri Plzni, v Kremnici a v ďalších. Dobré skúsenosti máme aj z lyžiarskych zájazdov, zo spolupráce so školami i ROH pri spoločnom zabezpečovaní správnej náplne zimnej rekreácie ROH.

Avšak toto všetko nebude stačiť k zabezpečeniu úloh, pred ktorými budeme stáť po II. sjazde ČSTV. V práci s mládežou totiž nepôjde už len o náhodnú náborovú činnosť, ale o sústavnú prácu. Nepôjde o stovky a tisícky mladých ľudí, ale o desaťtisíce chlapcov a dievčat, pre ktorých musíme pripraviť v spolupráci s ČSM a jeho Pionierskou organizáciou také podmienky, aby lyžiarsky šport v čo najväčšej miere prispel mladým ľuďom k ich zdraviu a fyzickej vyspelosti.

XIX. plenárne zasadnutie ÚV ČSTV sa podrobne zaoberalo výsledkami plenárneho zasadnutia Ústredného výboru našej strany. Závery k otázkam mládeže boli prijaté s plným pochopením a uspokojením. Dávajú jasný smer a cieľ pre našu prácu. Teraz závisí od nás všetkých — od funkcionárov, cvičiteľov, trénerov a rozhodcov v oddieloch a okresoch — ako budeme vedieť túto náročnú úlohu v najbližšej budúcnosti uskutočniť. Naša mládež si zaslúži, aby sme to dokázali čím skôr a bez zvyškov. To bude náš najcennejší príspevok k výchove mladého človeka, ktorý bude žiť v budúcich desaťročiach už v komunizme.

Úkoly v roce 1962

ROZHOVOR S PŘEDSEDOU ÚSTŘEDNÍ LYŽAŘSKÉ SEKCE
KARLEM SMOLOU

Co soudíte o změnách, ke kterým došlo v tělesné výchově mládeže?

»Všichni lyžaři jsou si vědomi velkých úkolů, které je třeba v nejbližší době splnit. Přijali jsme je rádi, neboť dávají možnost rozšířit lyžování prakticky mezi veškerou mládež a velkou část pracujících. To nás zavazuje hledat nové formy práce a zlepšit především činnost komisí mládeže a základního lyžování zvláště v okresech. V současné době pracují funkcionáři mládeže vcelku dobře, ale není jich mnoho. Musíme podstatněji rozšířit jejich počet a na některých místech je přimět k pravidelnější činnosti. Mnoho bude záviset na tom, jak si oddíly a sekce vytvoří spolupráci s pracovníky a orgány ROH, ČSM, školství, Svazarmu atd.«

Jaké konkrétní úkoly čekají lyžařské oddíly a sekce?

»Na poli masového rozvoje půjde zejména o zajištění vzorné propagace a organizace SHM, plnění odznaku Lyžař ČSSR a další masové akce. Bude to práce radostná. Kromě výchovných hodnot a fyzického ozdravení očekáváme zvýšený počet startujících a nové zájemce v jednotlivých disciplínách, což pomůže k růstu dalších reprezentantů naší socialistické vlasti. Pro nás lyžaře je rok 1962 významný tím, že budeme oslavovat 75 let od založení prvního lyžařského kolektivu v naší vlasti.

V závodním lyžování vystupuje do popředí naše účast na mistrovství světa 1962 v Zakopaném. I když trenérské rady a trenéři se s omlazenými družstvy perspektivně připravují až na OH 1964, přesto jsme vytvořili všechny podmínky pro dobré výkony již v Zakopaném. Věříme, že výsledky jednotlivců budou odpovídat těmto podmínkám.«

V únoru bude II. sjezd ČSTV. Jak se připravuje lyžařská sekce?

Největším přínosem lyžařů ke sjezdu je zvýšená aktivita a kvalitní činnost již v letošní zimě. Rozhodující bude vlastní výchovně metodická práce s mládeží i dospělými. Úkoly a závěry II. sjezdu ČSTV projednáme na dubnovém plenárním zasedání lyžařské sekce a rozpracujeme do konkrétních úkolů pro další období.

Využívám této příležitosti, abych poděkoval jménem předsednictva sekce lyžování ÚV ČSTV všem funkcionářům i lyžařům za vykonanou práci v roce 1961. Přeji do příštího roku ještě lepší výsledky v rozvoji lyžování ve všech jeho oblastech a všem mnoho úspěchů ve škole, na pracovištích, ve sportu i v osobním životě.«



■ Jakmile napadne sníh, jsou všechny volné svahy v Praze i jinde zaplněny sportující mládeží. Jaká je to příležitost! Kdyby každý oddíl dokázal poslat na svah ve svém okolí jen jednoho cvičitele, jako v oddíle TJ Slávia Žitkov, oč by se zkvalitnila tato živelná činnost.

AŽ TO FRČÍ

Když jsme se na sklonku minulé zimy loučili s jilemnickými lyžaři stiskem ruky, přidali i krkonošské »přidte pobejt«. Bylo to srdečné, upřímné pozvání. Již tehdy se nám líbila práce jilemnických lyžařů, jejich péče o mladé talentované závodníky i to, jak si dovedli pro svou lyžařskou základnu, při oddílu Slovanu získávat i vychovávat mladé závodníky. Však také jejich činnost byla dobře ohodnocena. V celostátní soutěži lyžařských oddílů se umístili na pátém místě.

Bylo to před vánoce, kdy jsme jejich pozvání využili. Mrzlo jen praštilo, prosincové slunce se pomalu schovávalo za kopečky. Sněhu mnoho nebylo. Po prosvítajících, načervenalých hroudách oranice se procházely vrány. Bylo ticho, mráz zaháněl ke kamnům. Na louce za tělocvičnou prořízlo houstnoucí šero světlo reflektorů. Osvětily 800 m dlouhou dráhu, na níž se jasně rýsovaly stovky lyžařských stop. To jilemničtí přišli s novým »zlepšovákem«. Brzy se stmívá, je potřeba hodně trénovat. A tak ruce brigádníků-lyžařů se spojily a po pár stovkách hodin práce vyrostlo umělé osvětlení. Využívají ho všichni. Mladí i staří, zkušeni závodníci i začátečníci.

Ano, v Jilemnici ke třem skokanským můstkům přibýlo další pěkné lyžařské zařízení. A všechna jsou budována s jedinou myšlenkou — zlepšit tréninkové možnosti především mladých lidí — žáků, žákyň, dorostenců a dorostenek. Nebudeme raději mluvit o těch, kteří se systematicky připravují v lyžařské základně, ale pohovoříme raději o zbývajících, i neorganizovaných, jimž v Jilemnici věnují stejnou péči.

Získat mladé zájemce o lyžařský sport zejména v horských oblastech není tak obtížné. Ovšem udržet jejich touhu po sportu je mnohem, mnohem těžší. Znamená to pořádat pro ně pravidelné soutěže, dát jim možnost dobře si zazávodit. Toho si byli v Jilemnici vědomi. Trenér Václav Mečír k tomu dodává: »Již v minulé zimě jsme pořádali pro mládež pravidelné náborové závody. Na jedny nám dokonce přišlo 590 startujících.

Z některých tříd na školách přišlo dokonce 98 procent žáků. To byl výsledek dobré práce učitelů i naší agtace. Pomohly návštěvy ve třídách i besedy s filmy. Ale na mladé jsme nezapomněli ani v létě. Chodili cvičit a trénovat spolu s našimi žáky a dorostenci. Nejlepší jsme letos vybrali do našeho oddílu. Za minulý rok jsme splnili 120 odznaků Lyžař ČSSR a 111 odznaků Plavec ČSSR. BPPOV a PPOV mají samozřejmě všichni naši členové.

Letos bychom chtěli udělat ještě víc. Dokonce jsme uzavřeli jakousi patronátní smlouvu s jedenáctiletkou a základní devítiletou školou. Znamená, že budeme ještě rozšiřovat vzájemnou spolupráci. Budeme půjčovat žákům zdarma svá sportovní zařízení a od školy zase chceme, aby ještě více podporovala naše akce, přesvědčovala své žáky, že se mají zúčastňovat našich závodů. Věříme, že se nám to podaří. Vždyť nám v tom budou velmi pomáhat učitelé a současně i lyžařští trenéři Štoček a Erlebach.

A tak opět pro letošní rok plánujeme řadu náborových závodů, soutěží Sportovních her mládeže i o odznak Lyžař ČSSR. Zatím se naše spolupráce se školou a učiteli osvědčuje. Myslím, že práce s mládeží je v současné době pro naši lyžařinu nejdůležitější. « Jeho ruka bezděky ukázala na osvětlenou dráhu. Tam jezdila zhruba desítka mladých běžců spolu se svými učiteli.

Ten pohled mne vrátil asi o dva roky nazpět. Bylo sluneční dopoledne. Učitel Kožíšek ze školy ve Vítovicích pořádal se svými žáky náborové závody. Tenkrát zůstali doma jen nemocní. Kolik již podobných soutěží zažily vítkovické strážně. A k jakým úspěchům dovedly ty, kteří se zde pod dohledem svého učitele mnohdy učili prvním lyžařským krokům. Dnes patří Kožíškovi žáci k nejlepším v republice. A takový příklad bychom v Krkonoších a ve všech našich horách našli desítky. Připomeňme jen učitele Holubce z Vrchlabí, Hrabě z Mladých Buků, Vojtěcha z Janských Lázní. Všichni jsou nadšenými propagátory lyžování mezi mládeží. Jistě mají zájem o to, aby »jejich« děti dobře reprezentovaly tělovýchovnou jednotu a školu, ale především jim leží na srdci, aby sportovaly. Chťjí vychovávat zdravé a silné pokolení.

Jsou stovky příkladů, kdy mladí dokázali svůj neutuchající zájem o tělovýchovu a sport. Nyní stojí před našimi lyžařskými pracovníky velký úkol. Co největší měrou se podílet spolu se školami, učiteli i organizace ČSM na naplnění hesla — mládeži hodinu tělovýchovy denně. Jim přejeme do další práce »Ať to frčí«.



■ *Budoucí reprezentanti — tak bychom mohli nazvat náš snímek nastupující lyžařské generace v Peči pod Sněžkou, kde se úspěšně rozvíjí jejich výcvik pod vedením zkušeného lyžaře soudruha Vořechovského a dalších obětavých instruktorů. Tady v horách mají děti největší možnost mít více než hodinu tělovýchovy denně, protože jsou na lyžích každou volnou chvíli.*

ODPOVĚDĚLI ZA VŠECHNY

Výzva zažehnutá v posledním loňském čísle LYŽARSTVÍ měla živý ohlas. V telefonických rozhovorech i dopisech se hlásili ti, kteří odpovídají zvýšenou péčí o mládež na listopadový projev soudruha J. Hendrycha na zasedání ÚV KSČ a ÚV ČSTV.

Velmi nás potěšil dopis soudruha Ivana Hraběte z Mladých Buků, lyžařského trenéra I. třídy. Píše v něm:

»Jsem učitel. Na první pohled by se tedy zdálo, že musím mít děti „až po krk“. Ale právě naopak. Věnuji jim rád každou volnou chvíli. Pravda, dá to hodně starostí, než se z takového caparta vychová dobrý lyžař. Ale ta radost potom, když vám získá titul přeborníka republiky. A chtěl bych zdůraznit, že nám nejde jenom o sportovní stránku věci, že nesledujeme jenom to, aby děcka byla krásně urostlá, ale aby si ze sportu vzala všechny pěkné charakterové vlastnosti, aby z nich vyrostly opravdoví budoucí komunisti. A této ušlechtilé práci, která přináší radost trenérům, učitelům a instruktorům, potěšením mládeži a užitek celé naší společnosti by se měl věnovat každý učitel a každý náš sportovec. Dnes se v naší společnosti práce v tělovýchově začíná více hodnotit. A to je také správné, protože je hodné lidí, kteří by na tomto poli mohli udělat veliký kus práce, ale věnují svůj volný čas raději jiným funkcím, které jsou v „kursu“. Mám tři dcery a někdy jsem si říkal, že bych měl svůj čas věnovat raději rodině. Ale po projevu soudruha Hendrycha vidím, že musím naopak ještě přidat.«

To je jenom výňatek z dopisu nadšence, na kterého musíme prozradit, že už deset let neúnavně vychovává lyžařský dorost v Krkonoších. Byl jedním z prvních průkopníků sportovních škol mládeže. Za deset let dobrovolné trenérské práce mezi mládeží věnoval svým světcům týdně nejméně 8 hodin. To znamená přes tři a půl tisíce hodin dohromady. Za tu dobu vychoval na tři sta mladých lyžařů, ze kterých se mnozí stali přeborníky republiky. To je jistě nejkrásnější vize.

Po Krkonoších se přihlásila Šumava, kde dávají příklad členové Horské služby. Mají sice plno práce při zajišťování bezpečnosti návštěvníků hor, ale přesto se budou ještě s větším elánem věnovat lyžařskému výcviku dětí. Soudruzi Bárta, Havlovic a Mráz mají patronát nad národní školou na Špičáku. Soudruh Kinczel cvičí děti v Kašperských horách a soudruh Říha v Železném Rudě.

To znamená, že po celou zimu se budou školní děti pravidelně, systematicky učit pod dozorem zkušených lyžařů, kteří je budou současně seznamovat s nebezpečím hor a jak se proti němu chránit. Toník Říha bude mít z železnorudské devítiletky na starosti přes 30 dětí, s kterými se bude scházet pravidelně 3krát týdně po dvou hodinách. To je zhruba za zimu přes 70 hodin. Takový je plán. Jak ovšem známe soudruha Říha a ostatní pracovníky Horské služby na Šumavě, tak se dětem budou věnovat mnohem víc.

Lyžaři ze Slávie ÚRO nám oznámili, že po projevu soudruha Hendrycha své úsilí ještě znásobí. Pro 60 dorostenců a žáků se uskuteční vedle vánočního ještě soustředění o pololetních prázdninách a velikonočních. Připraví také první kolo SHM. To by ovšem bylo málo. A proto rozpracovali na celou zimu podrobný plán akcí otevřených svahů. Počítá se s prostory v Krčí, Motole, v Rajsčce a v dalších vhodných místech Prahy. Vedle těchto vítaných akcí zorganizují ještě náborové závody žáků, které se už loni osvědčily. Tehdy pozvali žižkovské školáky na pražské závody. Děti dostaly opravdové startovní čísla a přáli bychom vám vidět ten zápal, a to nadšení. Potom si hráli »na závody« denně pokud byl snh.

Dlouho bychom mohli ještě jmenovat, co všechno udělají obětavci ze Slávie ÚRO v letošní zímě pro rozvoj lyžařství. Ale už jenom to, co jsme napsali, stačí jako příklad pro ostatní tělovýchovné jednoty.

Věříme, že i u vás se jim v péči o mládež vyrovnáte. Nezapomeňte nám o svých úspěších napsat. A nejen v Praze, ale všude z celé republiky, kde jste se pustili do záslužné a dnes vysoce hodnocené sportovní výchovy nastupující generace komunistů.

Bylo to na jaře v Savojských Alpách, kdy jsem měl možnost seznámit se s činností lyžařské školy bývalého mistra světa Francouze Allaise. Má 80 skutečně výborných cvičitelů, kteří chodí jednotně oblečení a mají nejlepší lyžařskou výzbroj a výstroj. Měli jsme možnost sledovat jejich individuální i kolektivní způsob výcviku lyžování. Naši noví přátelé nám také předvedli noční pochodňovou jízdu po slalomovém svahu dlouhém přes dva kilometry. Desítky plamínek pochodní se klíkatilo jako ohnivý drak temnotou. Vše, co jsme viděli, bylo nové, pěkné a okouzlující.

VE FRANCII BYLI PŘEKVAPENI

Samozřejmě, že potom přišla také řeč na naše Československo. Pochlubili jsme se lyžařskou péčí o mládež i zimní rekreací, zejména odborářskou. Francouzi naše vyprávění přijali s obdivem. Nechtěli dokonce věřit, že u nás do nejlepších zimních středisek jezdí lidé na 14denní odborářský poukaz za desetinu měsíčního výdělku. A triumf všeho byl, že ve všech zotavovacích pracích v zimě lyžařský cvičitel, za kterého se nemusí platit. A když jsme uvedli, že tímto bezplatným lyžařským výcvikem prošlo už na odborářské rekreaci v Československu téměř milion lidí, upřímně nám gratulovali, jsme prý opravdovým rájem lyžařů. A pod úžasnými fakty o ČSSR prý bledne krása nádherných francouzských zimních středisek, jedinečných vleků a výtahů a všech technických vymožeností, které tam mají, protože slouží jenom malé skupině lidí.

Přes všechno co máme u nás ve Francii, řekl nám Allais na rozloučenou, jste nás v Československu v péči, kterou věnujete výcviku lyžařů a především mládeži, velmi předstihli a těžko vás doženeme. Můžete být právem pyšní!

Ta slova hřála. Byla myšlena upřímně!

Nebudeme si však nijak zakrývat, že bychom mohli a v budoucnosti budeme muset, pro mládež udělat ještě daleko víc. Přesto, že již řada oddílů pochopila nutnost péče o veškerou mládež, všimněme si kolem sebe těch svahů na kterých se vyžívají děti bez jakéhokoliv výcviku. Tam bychom měli zajistit instruktory a cvičitele. To by byl příspěvek ke zvýšení úrovně lyžařského sportu v ČSSR. A jistě nebudeme přehánět, když si řekneme, že bychom byli opravdu jediní na světě.

SMLÁDEŽÍ



NA SNÍH

V lednu začíná ve světě ojedinělá akce lyžařských výcvikových zájezdů škol. Do hor se sjíždějí tisíce žáků středních všeobecně vzdělávacích, základních devítiletých a středních odborných škol. Letošní výcvikové zájezdy se mohou stát první příležitostí a průběžným kamenem, jak se lyžařské oddíly vyrovnají se základní tezí usnesení XIX. plenárního zasedání ÚV ČSTV, v němž se mimo jiné praví, že je nutno zajistit důkladnou realizaci úkolu, aby každý mladý člověk alespoň jednu hodinu denně cvičil a sportoval.

Výchovné výcvikové lyžařské zájezdy žactva škol svými organizačními zásadami a obsahem dávají ideální příležitost ke spolupráci zmíněných společenských složek. Směrnice výnosu ministerstva školství uvádějí, že výchovné výcvikové lyžařské zájezdy poskytují žákům škol základní lyžařský výcvik, doplňují osnovy školní tělesné výchovy a jsou součástí mimoškolní a mimotřídní práce s žáky a účinným prostředkem branné výchovy. Na první pohled vidíme, že ke zdárnému průběhu zájezdu musí přispět svou pomocí určitou měrou i mimoškolní složky, jejichž činnosti se obsah zájezdů týká. Jsou to složky ČSTV, ČSM a Svazarmu. Naskytá se otáz-

ka, jak se právě lyžařské oddíly tělovýchovných jednot mohou vyrovnat s úkolem spolupracovat se školou, která pořádá zájezd. Nestačí užít tuto spolupráci jen na to, že oddíl nabídne škole vhodné instruktory a cvičitele. Je třeba si uvědomit, že zájezd je organizačně dlouhodobou záležitostí a že prakticky od začátku školního roku pracuje na jeho přípravě vedení školy, sdružení rodičů a přátel školy, školská organizace ČSM nebo PO a zejména učitelé tělesné výchovy. Lyžařský oddíl má i tady přispět v závěrečné etapě příprav letošních zájezdů radou při opatřování vybavení žáků, pomocí při organizování informačních besed se žáky, při zajišťování dopravy i konekcí při zajišťování vhodných objektů. Nestačí ovšem jenom teoretická pomoc ve formě rady, ale je skutečně potřeba přiložit ruce ke společnému dílu. Jistě se najde cvičitel, který pomůže přednáškou o lyžařském vybavení, jiný zase promítne propagační nebo instruktivní film a doprovodí jej komentářem. Ten pomůže vedoucímu zájezdu zpracovat plán výcviku, onen se ujme vedení kondiční přípravy žáků a podobně. Z takové spolupráce se vyvine správný vztah cvičitelů k zájezdu, seznámí se s jeho problematikou, která se podstatně liší od obvyklých výcvikových zájezdů oddílů. Výslednicí tohoto vztahu i k organizátorům zájezdů bude, že škola přijme cvičitelovu pomoc i při vlast-

ním výcviku na horách daleko ochotněji, než tomu mnohdy bývá dosud, a že spolupráce oddílů se školou a naopak zapustí hlubší kořeny v průběhu celého roku.

Tím, že jsme si řekli o významu a nutnosti spolupráce při zajišťování výcvikových zájezdů vám pomáháme jen v části. Vždyť při zájezdech se často projevují základní nedostatky práce pramenící z nezkušenosti vedoucích, nedostatečné plánovitosti a živelné improvizace. Je to i důsledek toho, že není dostatek školených organizátorů a cvičitelů ani dostatek metodické literatury. Nemáme však tolik místa, abychom se podrobně mohli zabývat všemi problémy. A bylo by to skoro zbytečné. Řekli to za nás ve své příručce *Týden na lyžích*, kterou vydalo Sportovní a turistické nakladatelství, autoři V. Dohnal, dr. Čtvrtečka a V. Červenka. O jejím poslání píše: „V týdně na lyžích jsme se snažili rozvést sice stručně, ale konkrétně látku základního výcviku pro začátečníky a pokročilé. Druhé vydání svědčí o tom, že o příručku i v této formě je dosud zájem. Po zkušenostech jsme některé části upravili nebo přepracovali tak, aby text i obrázky odpovídaly dnešní etapě technického a metodického vývoje lyžování. Přehlednost a názornost jsme však ponechali, neboť sledujeme především pohotovou praktickou upotřebitelnost příručky při vlastní organizaci vyučování v průběhu zájezdu.“

I když se obsah příručky váže do jisté míry na zájezdy školní mládeže, snažili jsme se, aby z druhého vydání mohli více čerpat i cvičitelé ČSTV, pracovníci Pionýrské organizace, ČSM, Svazarmu a ostatních institucí nebo zřízení, které se na tělesné výchově mládeže aktivně podílejí.

Výběr látky je přizpůsoben novým jednotným osnovám tělesné výchovy a osnově základního lyžařského výcviku. Tím se změnila do značné míry i technika jízdy, vztah k turistice a k soutěžení. Do programu zájezdů je začleněno plnění podmínek odznaku „Lyžař ČSSR“, příprava SHM i příprava pro zimní orientační závod na lyžích.

Volili jsme formu písemných příprav, které jsou vlastně plány výcvikových půldnů, přičemž jsme odlišili výběr prvků a jejich obměn pro různé stupně lyžařské vyspělosti: pro začátečníky, pokročilé a vyspělé lyžaře. Písemné přípravy doprovázíme kresbami, které metodické zřetele rozvádějí, upozorňují na organizační cvičební prostor a jsou názorným doplňkem textu.

Příručky je možno použít jako přípravy lekce nejen pro učitele, ale i pro celé družstvo. Žáci chtějí vědět, co budou dělat. Ptají se. Proto s nimi nad plánem pobesedujeme. Cviky se tím žákům ujasní, učí se teorii, učí se dívat dopředu. Rovněž pro práci v kroužcích můžeme příručky dobře využít. Není sice psána jako učebnice, ale náměty, jako technologie, turistí-



■ Žáci Košické střední školy před zotavovnou Dětský ráj ve Vysokých Tatrách. Na snímku na str. 4 skupina žáků se svým cvičitelem nastupuje k výcviku na louce pod Petroukou.

ka, běžecké způsoby, hodnocení skoku, trénink pro závodní soutěže a vlastní organizace lyžařských soutěží, získávají zájem čtenářů i z řad žactva.“

Přehlednost příručky podporuje rejstřík, v kterém jsou výcvikové prvky seřazeny podle osnov základního vý-

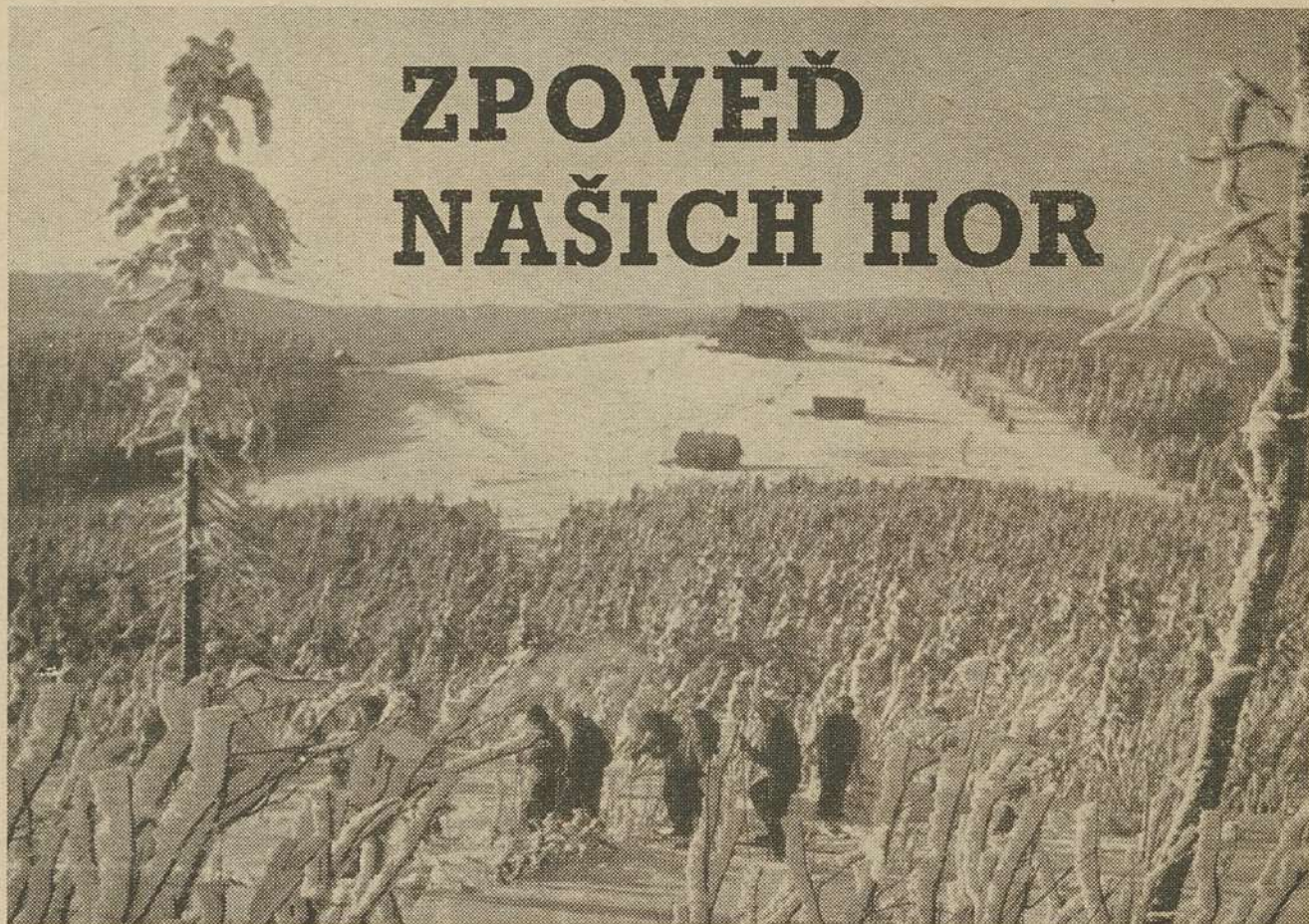
cviku v lyžování. Vyniknou tak jednotlivé souvislosti mezi výcvikovými prvky i jejich nácvikovými řadami, mezi cvičeními základními na louce, terénní jízdou i sportovní přípravou všech tří lyžařských disciplín.

Dr. MIROSLAV PROKS



■ Na tisíce se jich vrací domů odpočtiných, plných nových dojmů. Před nádražní budovou ve Svobodě jedna z četných skupin se připravuje k odjezdu.

ZPOVĚĎ NAŠICH HOR



Rozvoj lyžařství ČSSR nelze dnes oddělovat od výstavby vhodných lyžařských výtahů a vleků, které umožňují milovníkům sjezdových disciplín co nejvíce si zajezdit a zatrénovat a milovníkům zimní turistiky rychle překonávat velké a časově náročné výškové rozdíly.

Ti, kteří byli v zahraničí, si často postesknou; v takovém Rakousku, Švýcarsku, Francii či Itálii, tam vidíš vleky a výtahy skoro na každém kroku. U nás jsme zůstali hodně pozadu. Zůstali. To není třeba zastírat. Víme však dobře proč. Měli jsme mnoho důležitějších a naléhavějších úkolů. A víme také velmi dobře, že se situace v poslední době začíná rychle zlepšovat. Přesvědčí nás o tom i tato krátká zповěď našich hor.

■ Dolní stanice vleků v Deštném Zákoutí v Orlických horách. Vlek je 800 m dlouhý s výstupním rozdílem 200 m.



■ Jímavá krása Orlických hor stále více přitahuje milovníky panenské zimní přírody.

JESENÍKY

»Už nejsme zapomenuté a přehlížené. Můžeme dnes milovníkům zimních krás nabídnout rekonstruovanou chatu Barborku a další zmodernizované horské chaty, máme krásné lyžařské vleky na svahu Klínovce a u Ovčárny. Červenohorské sedlo je zatím naše pýcha. Minulou zimu sem jezdilo každou neděli nejméně 1500 lidí vlaky a další v 30 až 40 autobusech. A důkladný nával byl i na Ramzovou, na Praděd, do Karlova a dalších míst. Máme však vlivem této rychle stoupající konjunktury vážný nedostatek lůžek, restauračních i parkovacích prostor. A proto nás těší, že se počítá s výstavbou nových objektů. Na sedle Skřítek bude chata s 60 lůžky a se srubovým táborem pro 100 lidí. Zveme vás, přijedte se sami přesvědčit o tom, jak se u nás situace rychle zlepšuje.«

BESKYDY »Jsme pyšné na to, že si nás zamilovali havíři a hutníci Ostravska. Ty tam jsou doby, kdy na vrcholky hor jezdily jenom hrstky vyvolených. V zimě hostíme — když je pěkná neděle — nejméně 12 tisíc lidí.

Nejvíce jich jezdí na Pústevny, průměrně kolem 6000. Na Pústevnách bude letos v provozu nová zotavovna a je také opravena stylová chata Maminka a Libušín. Pyšníme se novými krásnými sportovními středisky, jako je Koksář a Optimistka. Výstavba dalších je v plánu. Pro sjezdaře máme k dispozici dostatek technických zařízení. Moderní výkonné výtahy na Pústevny, na Javoroví, na Lysou horu, a dalších sedm lyžařských vleků. V příštích dvou letech jich má dokonce jednu tolik. A je to správné, ostravští pracující si to zaslouží.«

ŠUMAVA

»Naši lyžaři mne zatím plně nedocenili. Ale i tak jsem loni prožila milá překvapení. Na Železnorudském březnovém karnevalu jsem uvítala 3000 diváků. Přijeli 376 osobními auty, 30 autobusy i vlakem. A průměrná nedělní návštěva je kolem 6000 lyžařů. Doslova »obsypán« je sedačkový výtah na Kleť a lyžařské vleky na Zádově, na Špičáku, v Železně Rudě či v Hojsově Stráži. Celkem jich mám sedm. Také ubytovací možnosti se neustále lepší. Nad lyžařským vlekem na Belveder se dokončuje nová chata. Na vánoce byl dokončen hotel Jezerní stěna se 40 lůžky a v hotelu Širotek přibylly nové společenské noclehárny pro 50 lidí. Hodně nového ve velmi krátké době. A přiznávám se, že už na Krkonoše přeplněné lyžaři vůbec nežárlím.«

KRUŠNÉ HORY

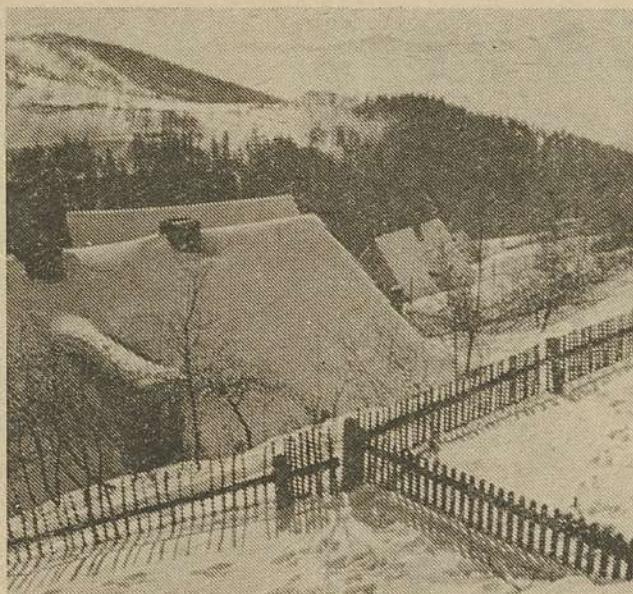
»Asi jako Beskydy pro Ostravské jsme my dnes rekreační rezervací obrovské průmyslové pánve severozápadních Čech. Do Telnice i do Nového Města přijíždějí na neděli desetitisíce návštěvníků. Máme kilometrový výtah na Bouřňáku, dva lyžařské vleky v Telnici a jeden na Pyšné. Naše sjezdové i slalomové tratě uspokojí i nejnáročnější lyžaře. Chybějí nám však ubytovací prostory. Přesto se můžeme pochlubit ubytováním v chatě na Bouřňáku (36 lůžek), v chatě Lokomotivy Louny v Míkulově (40 lůžek), v hotelu Hranice Moldava a v noclehárně Turisty v Teplicích (40 lůžek).«

KRKONOŠE

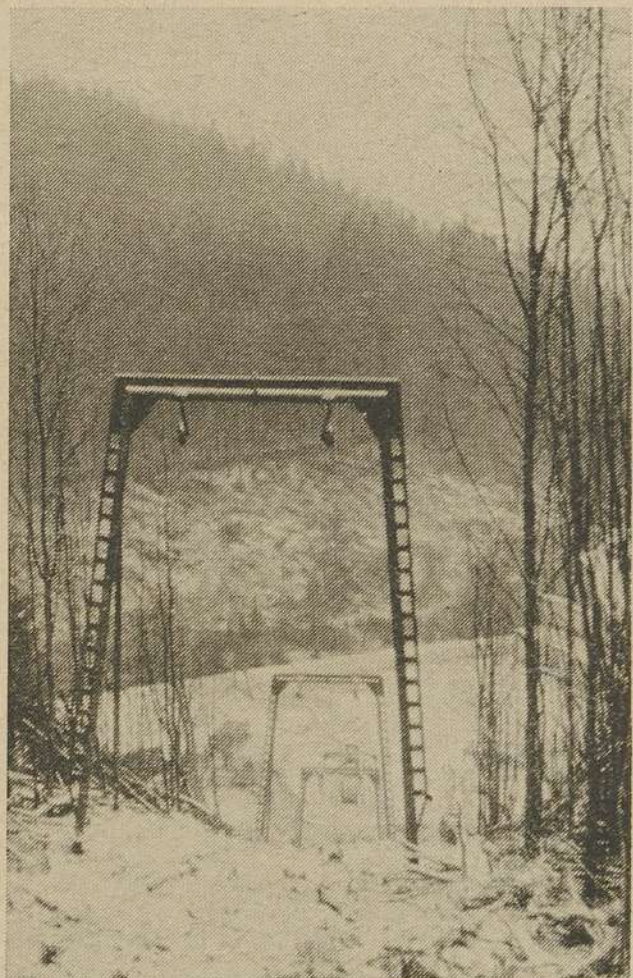
»My se mnoho nepochlubíme. Přesto i u nás jsou zajímavé novinky. — Nad Labskou boudou je postavena nová chata Hanče a Vrbaty, ve Špindlerově Mlýně bude letos nový lyžařský vlek. Povede do Sv. Petra. S ním vyrostly také dvě nové sjezdovky, pro méně zdatné lyžaře. Potěšitelné je, že byly konečně odstraněny nepříjemné pařezy z »hanku« na slalomovém svahu. Rozšířen je také dojezd staré turistické sjezdovky z Pláně. Lyžaře potěšíme více až příští rok, kdy bude uveden do provozu další lyžařský vlek v Peci a na Černé hoře.«

ORLICKÉ HORY

»Jsme zatím v těžké konkurenci ostatních našich hor na posledním místě. Máme pouze dva lyžařské vleky, které budou od letošního roku v plném provozu. První je v Deštné a druhý v Říčkách u Rokytnice. Citelný nedostatek ubytoven pomůže v Deštné odstranit 39 nových menších chat. I v Říčkách začali stavět deset těchto objektů, bohužel však nejsou ještě hotovy. V příštích letech bychom chtěli lyžařům nabídnout daleko více možností, protože krásných terénů je u nás víc než dost.« -Val-



■ Horní Krupka pod sněhem. V pozadí České středohoří, vlevo Kletečná, upravo Milešovka. Snímek K. Prošek



■ Nový vlek ve Špindlerově Mlýně, dlouhý přes půl kilometru, překonává výšku skoro 200 m.

ZA VYŠŠÍ ÚROVEŇ SHM

VLADIMÍR DOHNAL

Celá naše sportovní veřejnost vítá s povděkem čerstvý vítr a nová opatření v tělesné výchově mládeže. Důsledná péče o zdraví a výchovu dorůstající generace stává se prvořadým společenským úkolem pro všechny organizace a instituce, které se poctilejší na realizaci smělých perspektiv výchovy člověka komunistické společnosti.

Základním kamenem masové činnosti s mládeží jsou SHM. Na celostátním aktivním předsedu krajských komisí mládeže lyžařské sekce (v listopadu 1961 v Praze) jsme se podrobně zabývali zkušenostmi z loňska a společně si vytýčili pro práci v krajích a okresech celou řadu námětů, opatření a úkolů.

Prevažný počet účastníků loňských SHM byli žáci škol. Kde učitelé dokázali podchytit zájem a nadšení, žactvo lyžovalo a závodilo — a to nejen při soutěžích SHM. Poměr počtu dorostenců a kategorií dospělých mládeže je však velmi nepříznivý. Pravda je, že právě největší jednoty projevily o uspořádání náborových soutěží mládeže nejmenší zájmu (např. v Praze) a SHM byly mnohde odtrženy od sportovní a závodní činnosti v lyžařských oddílech. Přesto, že nebylo všude dostatek sněhu, rozdíly v počtech jsou velké. Středoslovenský kraj (horský kraj) měl téměř dvacetinásobek účastníků než jeho východnější soused. Dá se to však omluvit. Co se však omluvit nedá, je, že předpokládané množství soutěží a účastníků nesplnily jednoty a okresy, které se na nedostatek sněhu nemohly vymlouvat, např. v oblasti východních Krkonoš. Hlavní příčinou byl nedostatek obětavých cvičitelů a organizátorů. Nepodařilo se získat rodiče dětí, podcenil se nábor, roz-



■ Tvrdé boje jsou již od 1. kol SHM. Vidíme to na snímku F. Pilnaye z průběhu SHM na Liberecku.

lišovala se a neprávem distancovala činnost sportovní (na základních, v lyžařských oddílech mládeže) od základní práce v masovém měřítku.

Orgány ČSTV spoléhaly na iniciativu jednotlivců nebo na místní komise SHM. Důsledně řízení krajem a okresem bylo výjimkou. Letos se pokusíme mnohem usilovněji o zkvalitnění práce ve Sportovních hrách mládeže. Obrátíme pozornost na soustavou výchovnou péči a ještě více posílíme spojení se školami a učilišti. Samostatné akce budeme organizovat tam, kde není výhodná koncentrace mládeže — v závodech a na vesnicích. Doporučili jsme, aby propagace základního a turistického lyžování byla jedním z hlavních úkolů v lyžařských oddílech a aby se tato práce rozvíjela pestřejšími formami i metodami (zájezdy, vycházkami, na otevřených svazích, soutěžemi a utkáními mezi pionýrskými a svazáckými skupinami, také zimními orientačními závody apod.). Soutěže SHM by neměly být už nikdy jednorázovými akcemi prvních kol, které marně čekají na pokračování na sněhu i v tělocvičně.

Nepůjde nám jen o výkaz čísel a formálně splněných závazků (i když může být evidence někde podnětnou propagací tělovýchovné činnosti, vést k soutěživosti nebo alespoň zdůrazňovat významnost určitých sportů a disciplín) — ale půjde o zdraví mládeže, o výchovu k mužnosti, o účelné zaměstnání a využití zájmů

v období dorosteneckého věku, kdy výchovný vliv mohou narušit často nevitane podněty a jevy.

Nejde o vnější efekt, ale o soustavnou péči podnětující soupeřskou soutěživost v bojích ve stopě, mezi praporky nebo na můstku, důsledku poctivé sportovní přípravy.

Třénink, častý pobyt na zdravém zimním vzduchu, celoroční sportování, organizovaná tělovýchovná činnost, výchova ke kázní jedince i celého družného kolektivu — to je hlubší smysl i SHM.

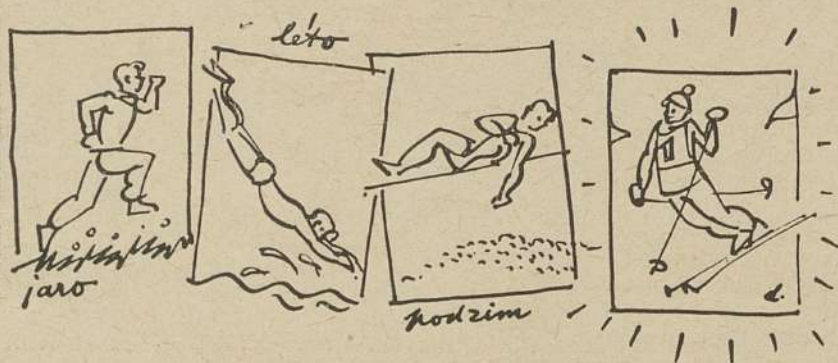
Letošní soutěže SHM jsou organizovány v kolektivech na pracovištích. Znamená to dobrou práci škol (TJ, PO, ČSM, rodičů), učilišť (ČSM, TJ a Svazarm) a závodů. Znamená to lepší připravenost svazáckých a odborářských organizátorů. Závodit může každý, kdo se cítí mlad, třebaž už překročil třicetku. Letos totiž nebude omezována účast dospělých starších 26 let.

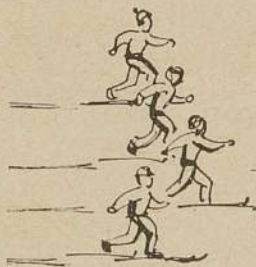
Předsednictvo ÚRO se v březnu 1961 usneslo, aby odborová organizace co nejúčinněji přispívala k rozvoji tělesné výchovy a branné zdatnosti pracujících. Nově ustavení organizátoři na závodech se podle toho usnesení mají stát osou akcí tělovýchovné a branné činnosti na pracovištích, iniciátory masových sportovních soutěží.

Letošní soutěže SHM zahrnují i všechny branné soutěže, dříve řízené orgány Svazarmu. Pro nás připadá zvláště v úvahu Sokolovský závod branné zdatnosti, případně jeho náhrada Sokolovský pochod branné zdatnosti.

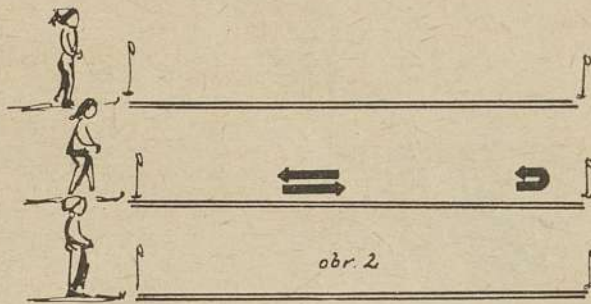
Těžká práce v SHM však zůstane v jednotách a okresech. Jejich úspěch bude záviset na dobré spolupráci všech organizací, které se na výchově mládeže podílejí. Bude záležet na počtu obětavých cvičitelů, vedoucích Pionýrské organizace, trenérů, organizátorů.

Náročné úkoly čekají učitele tělesné výchovy a cvičitele. Mají se stát dobrými metodickými rádci ostatních. Musí soutěže a přípravu k nim dobře řídit po stránce technické i pedagogické. Jen tak se stane z cvičitelské a trenérské práce ta, kterou je možno vysoko vyzvednout jako závažnou veřejnou činnost značného společenského významu.





obr. 1.



obr. 2

Nezapomínejte na běžeckou přípravu

Mnozí cvičitelé dost nedoceňují důležitost chůze a běhu na lyžích pro základní lyžařský výcvik. Na procvičení chůze a základů běhu je třeba klást velký důraz a věnovat této činnosti prakticky co nejdelší dobu. Cvičitel vodí své svěřence do terénu a hlavně do lesa a v křivolakých stopách mezi stromy a s častými změnami směru procvičí rovnováhu a pocit lyží. Důležitou přípravou pro běh je důkladné procvičení chůze skluzem. Na velmi mírném svahu na volné prostěře cvičí žáci v rovné stopě v řadu. Cvičitel vyžaduje hodně dlouhý skluz a neustále zdůrazňuje střídavé zatěžování lyží, aby žáci prováděli správný a vydatný odraz ze sníženého postojení. Nejprve mohou žáci cvičit bez holí kolektivně tak, že napodobují pohyby cvičitele, který ukazuje chůzi před řadem cvičenců, a jdou v příslušné vzdálenosti za ním. Obr. 1. Když v zásadě žáci cvik pochopí, opravuje cvičitel chyby individuálně. Jakmile žáci provádějí správný skluz, změnu

zatížení lyží a odraz, cvičitel zdůrazní pohyb paží a jeho význam pro odraz a tím i pro pohyb vpřed. Obvykle při správném provedení všech hlavních prvků chůze skluzem se zdůrazněním odrazu, změnou zatížení a švihem paží přejdou žáci přirozeně ke střídavému běhu. U procvičování běhu bez holí se cvičitel zdrží dosti dlouho a využívá možnosti různých soutěživých a hravých forem procvičení. Například: Žáci stojí u jedné mety v řadu, rozestup dva a půl metru. Druhá meta je v vzdálenosti 25 m od první. Žáci si prošlápnou rovnou stopu na úroveň druhé mety, prove-

dou jakýkoliv obrat a vrátí se na úroveň první mety, provedou jakýkoliv obrat a postaví se do původního řadu.

Toto je možno provádět též o závod bez holí i s holemi (Obr. 2.). Žáci při stejném uspořádání soutěží o to, kdo ke druhé metě provede co nejmenší počet běžeckých kroků.

Na větším běžeckém kolečku, které má většinu rovných úseků, jsou žáci postaveni ve stejných vzdálenostech. Na povel cvičitele se jeden snaží dohonit druhého.

DR. MIROSLAV PROKŠ

Recept na věčné mládí a zdraví

Mezi neúspěšnými oběťmi, kteří věnují všechny svůj volný čas mládeži, patří bezesporu Květa Lelková z Krkonos - kterou vidíte vždy obklopenou učednickými žákyněmi.



Mnoho lidí na světě si láme hlavu a hledá způsob, jak si uchovat mládí, zdraví a svěžest. Takovým hledačům rádi a nezištně prozradíme návod Květy Lelkové. Dnes jí táhne už na padesátku, ale přitom je svěží jako mladice, plna životního optimismu.

Už v útlém mládí totiž poznala, jak blahodárně působí nejučinnější kořen života — sport. Jezdila na koni, pěstovala lehkou atletiku, jachting, turistiku, horolezectví, motorismus a nejvíce ze všeho lyžování. Devětkrát se stala československou přebornicí v běhu na lyžích, třikrát vyhrála v republice lyžařský trojboj: běh, sjezd a slalom, pětkrát hájila naše barvy v Rakousku jako sjezdařka a jako běžkyně několikrát v Německu, Polsku a dalších zemích.

«Sport je pro mne zdrojem velké radosti,» říká mistryně sportu Květa Lelková. «Nepotřebuji obtěžovat lékaře, neznám, co je to odtučňovací kúra. Správná životospráva a dostatek pohybu, to je to, co učím velmi ráda mladé.»

Ano, Květa Lelková je neúnavnou obětavou trenérkou, která každickou volnou chvíli věnuje děvčátům a předává jim své zkušenosti. Kdykoliv se objeví na horách, má vždycky kolem sebe houf lyžařek.

Dnes pracuje jako trenérka lyžařské sportovní základny Lokomotivy Trutnov, kde má na starosti především běžkyně. Květa Lelková je typem trenéra, který nemusí být nikdy pobízen k činnosti a který po celý život bude dělat vždycky víc, než se od něho žádá. Proto jí mají všichni rádi a proto dosahuje už po mnoha let skvělých výsledků ve výchovné práci s mládeží. Zůstane také celým svým příkladným životem věnovaným rozmachu lyžařství vzorem ostatním.

NAUČÍ VÁS LYŽOVAT!

Komise základního lyžování při OV ČSTV v Olomouci po dohodě s KV ČSTV nabízí všem zájemcům o lyžařský výcvik, začátečníkům i pokročilým, svoji pomoc a pravidelně vždy v neděli od 7. ledna 1962 bude organizovat v akci »Otevřený svah« výcvik v jízdě na lyžích, který povedou nejzkušenější lyžařští cvičitelé. Sraz zájemců bude u chaty Barborka pod Pradědem, kam se dopravíte nejvýhodněji autobusovými zájezdy Turisty. U chaty vás budou do 10.00 hod. očekávat cvičitelé, kteří budou označeni červenými větrovkami s označením lyžařský cvičitel. Výcvik bude organizován podle technické vyspělosti zájemců v době od 10.00—12.00 na přílehlých svazích. Přihlásit se mohou u označených cvičitelů všichni zájemci od 12 let výše. Blíže informace: Dušan Kříž, katedra tělesné výchovy Pl, Olomouc, Žerotínovo nám. 2, tel. 4843.



tu, které dosud neznáme, určí zřejmě obsah další oficiální příručky Francouzské lyžařské federace. Doplněk 1960 obsahuje celkem 4 kapitoly.

V první kapitole jsou uvedeny hlavní principy techniky a vyučování.

V kapitole druhé se mluví o všech cvičích, rozdělených někde podle účelu (např. sjezdy přímé, pluky, sesouvání...), jinde podle techniky provedení (kristianie nadlehčená, kristianie přenášením váhy těla, kristianie nadskočením, moderní kristianie atd.).

Krátká třetí kapitola uvádí experimentální postup výuky sestavený do sedmi tříd.

Ve třídě 7. (nejvyšší třída u Fran-

deme pouze popis techniky provádění dvou experimentálních oblouků, jejichž základem je nadlehčovaná kristianie se souhlasnou rotací celého těla, jejíž obdobný technický popis je uveden v 10. čísle Lyžařství.

Moderní kristianie

Všechny druhy těchto kristianí se liší od nadlehčené kristianie (což je kristianie, kde se impuls pro vychýlení lyží uděluje lyžím zastavením souhlasné rotace celého těla) pouze fází nasazení a s ním související přípravou. Odlehčení je vždy dosahováno snižováním a zvyšováním postoje, ale k impulsu, který vychyluje lyže z původní polohy, se užívá odklonu

FRANCOUZSKÁ ŠKOLA tentokrát oficiálně

V čísle 10 našeho časopisu jsme uvedli stručný výklad techniky lyžování podle známých francouzských autorů Jouberta a Vuarneta. V tomto článku se budeme zabývat výkladem techniky podle poslední oficiální příručky vydané ve Francii, která má název »Additif 1960 au memento de l'enseignement du Ski Français«, což značí »Dodatek 1960 k francouzské lyžařské škole«.

Současný spisek představuje pouze doplněk a dodatek vydání z r. 1959. Znovu přináší některé hlavní technické principy, podává stručný rozbor zmíněných dvou oblouků a určuje skladbu rozličných tříd experimentálního postupu.

Nadlehčovaná kristianie je základní oblouk vyučování. Pohyby, které ji řídí, a samotná nadlehčovaná kristianie jsou v této příručce popsány.

Technická komise v průběhu roku 1960 studovala a popsala dva oblouky, které zavádějí nové prvky. Jedná se o »moderní kristianii« (podle prací Jouberta a Vuarneta) a o »nadlehčenou slalomovou kristianii« (podle prací de l' E. N. S. A.).

Poradní výbor se rozhodl přistoupit v průběhu zimy 1960—1961 k širokému průzkumu a navrhuje studium moderní kristianie a nadlehčené slalomové kristianie, jakož i cvičení, která vedou k novému postupu, tj. k postupu experimentálnímu.

Jak je tedy z úvodu k Doplněku 1960 patrné, zavádí se vyučování těmto dvěma novým druhům oblouků ve Francii zatím jen experimentálně. Výsledky experimen-

couzů vždy znamená nejmenší znalostí) je zařazeno základní seznámení s výstrojí a výzbrojí, chůze po rovině, výstupy, snadný sjezd po spádnicích.

Třída 6. obsahuje v základě sjíždění a pluh.

Třída 5. sesouvání a nerovnosti při sjezdu.

Ve 4. třídě jsou hlavním obsahem nadlehčená kristianie ke svahu (rotační) a oblouky od svahu (cvičení přivrátného smyku a smyku se širokou stopou).

Ve 3. třídě je cílem kristianie od svahu (s nadskočením), dále kristianie přivrátná a se širokou stopou, teprve je zařazeno bruslení a odšlapování od svahu (ke svahu v 5. tř.).

Ve 2. třídě je cílem kristianie nadlehčená a moderní.

V 1. třídě je zařazena nadlehčená slalomová kristianie, cvičení krátkých smyků a kristianie ve všech druzích sněhu a v každém terénu.

(Uvádíme pouze stručný výtah z obsahu jednotlivých tříd.)

V kapitole 4. je uveden popis pohybů a vysvětlení a stanovení nových prvků.

V Dodatku je uvedeno mnoho poučných skutečností, které se týkají výkladu některých technických prvků. Rovněž metodika nácviku moderní kristianie je podrobně probírána a je uveden i popis pohybů průpravných prvků.

Není možné v tomto článku uvést všechny poznatky, které jdou často do velkých podrobností, uve-

s protinatočením trupu nebo i přidáním dalších prvků (např. opory o hůl).

V Dodatku rozeznávají moderní čistou kristianii, při které se užívá výlučně odklonu s protinatočením a nasazuje se bezprostředně.

Moderní kristianii s přípravou (obr. 1), přičemž příprava spočívá ve snížení postoje odklonu trupu s posunutím nižšího ramene a paže vzad. Tato poloha umožňuje oporu o hrany. Pro nasazení se užije stáčivého vysunutí patek lyží docíleného současně změnou odklonu s protinatočením trupu a oporou o hrany.

Moderní kristianii s protiobloukem (obr. 2), kde protioblouk má za účel vyvolat nepatrné brzdění před vlastním nasazením, připravit odlehčení, oporu o hrany a uvést v napětí ty svaly, které budou v činnosti při nasazení (impuls je opět změna odklonu, protinatočení trupu ve smyslu k pohybu nohou a opora o hrany).

Jak vidíme, je impulsem pro nasazení oblouku stáčivé vysunutí patek lyží docílené při odlehčení lyží změnou odklonu trupu (jako protipohyb k pohybu nohou) a opora o hrany.

Protinatočení trupu a odklon mohou být jak polohou (tj. výchozím postojem), tak i pohybem (který způsobí např. protioblouk, tj. smyk ke svahu, při kterém je docíleno výhodného výchozího postoje pro nasazení vlastního oblouku).

Podle našeho názoru se jedná vždy o stejný oblouk, rozdíl je

po pouze nepatrný a ještě by se zmenšil, kdyby byl popisován jeden oblouk z celé vlnovky, při čemž výchozí poloha pro nasazení oblouku vychází z ukončeného pohybu předcházejícího oblouku.

Nadlehčená slalomová kristianie

Při těchto obloucích se vychází přímo z nadlehčené kristianie. Používá se těchto prvků:

- pro odlehčení — pohyb dolů-nahoru-dolů,
- jako impulsu pro vychýlení lyží — opora o sněh a odraz z hran (odraz z hran lze spojit s pícháním holí, s rotačním pohybem celého těla, se změnou odklonu s protinatočením).

Tyto oblouky se vyznačují tím, že

- odklon trupu je polohou, která je vhodná pro nasazení hran,
- trup prakticky nezasahuje jako hybný prvek způsobující vychýlení lyží a může být v různých polohách.

Základním pohybem pro přemístění lyží pod tělem je odraz z hran, vycházející ze silné opory hran lyží o sněh. Tato opora umožňuje provést malý nebo i větší odskok stranou, přičemž se lyže otáčejí okolo špiček.

V Dodatku 1960 je popsána například slalomová kristianie s protiobloukem (obr. 3), ve stručnosti takto:

1. V přípravě se nasadí sesouvání stranou (protioblouk), které se přeruší tím, že se provede současně snížení postoje, silné zahrnutí a zapíchnutí nižší hole. Snížení postoje je rychlé, zahrnutí je zajištěno vytlačení kolena ke svahu spolu s odklonem trupu od svahu.
2. Při nasazení se provede rychlé vztyčení směřující nepatrně ke svahu a vpřed. Je doprovázeno lehkým sevřením nohou. Patky lyží jsou takto »odraženy« pod tělo a »vysunuty«. Vztyčení napomáhá opření o nižší hůl. Lyže se vrací do své původní stopy (stopy před sesouváním), avšak jsou již na vnitřních hranách vzhledem k následujícímu oblouku. Lyžař je v přiměřeném předklonu (podle sklonu svahu) a v poloze opačného odklonu (kolena a pánev směřují dovnitř oblouku) úměrně poloměru oblouku.

V »Poznámkách« je zdůrazněno, že extenze následuje bezprostředně

po flexi návratem do původní polohy; nadskočení je větší na prudkém svahu než na středním nebo mírném, kde patky lyží pouze zametají sněh. Špičky lyží obvykle se dotýkají neustále sněhu, může však dojít i k úplnému zdvižení lyží ze sněhu. Na konci nasazení je trup čelem k lyžím. Lyžař je v položeném poloze, trup nakloněn vpřed, paže před tělem a mírně zvednuty, aby lyžař mohl používat co nejvíce holí. Trup se téměř nehýbe, pohyby dolů a nahoru se provádějí nohama.

3. Od okamžiku, kdy lyže dopadnou na sněh, je průběh oblouku stejný jako u nadlehčené kristianie a řídí se mírou hranění a předklonu. Odklon s protinatočením umožňuje další zkrácení oblouku.

Navazují-li se oblouky za sebou, je konec oblouku předcházejícího analogický s přípravou k nasazení dalšího oblouku. Tyto oblouky se provádějí bez vracení se do mezifází přímé stopy.

Rovněž se připouští nasazení nadlehčené slalomové kristianie bez protioblouku.

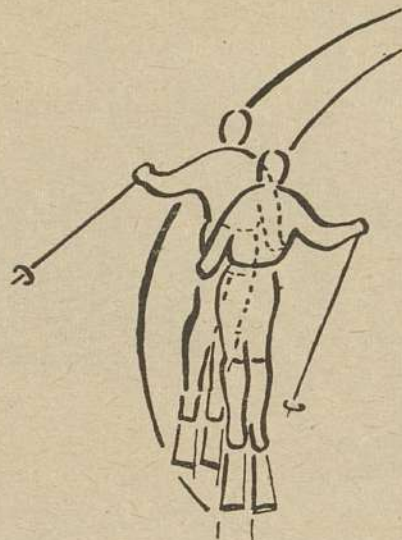
V celkovém pohledu na nové pojetí francouzské lyžařské školy vidíme, že Francouzi opouštějí postupně zastaralé formy oblouků a hledají nové a nové typy všech možných druhů oblouků lišících se od sebe mnohdy jen nepatrně. Chvályhodná je důkladnost, s jakou rozebírají jednotlivé prvky oblouků.

Na urychlené zavádění moderní techniky alespoň formou průzkumu do lyžařské výuky ve Francii má bezesporu vliv olympijské vítězství J. Vuarneta a úspěchy francouzských sjezdařů v posledním roce, neboť sama skutečnost je dostatečně popularizující pro francouzskou lyžařskou školu, i když tyto úspěchy vzešly z progresivních směrů mladých francouzských závodníků a ne tedy z oficiální výuky francouzské lyžařské školy. Kromě toho si jsou zřejmě zastánci francouzské oficiální techniky vědomi, že hlavou zeď neprorazí a že popularita předních mladých sjezdařů je natolik silná, aby ovlivnila obsah francouzské lyžařské školy. Takto se konečně i ve Francii objevují v příručce lyžařských cvičitelů prvky moderní techniky zatáčení na lyžích, i když zatím pouze experimentálně.

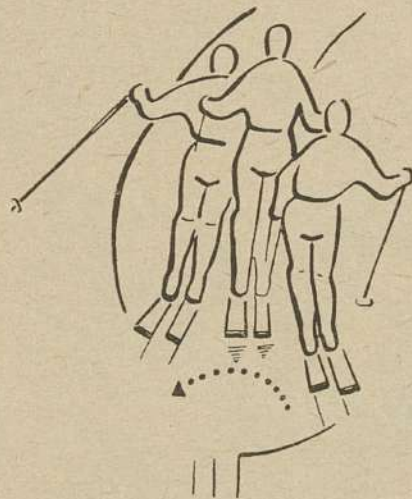
Inž. MIROSLAV CHLOUBA,

člen metodické komise lyž. sekce ÚV ČSTV

(Obrázky převzaty z »Dodatku 1960«.)



Obr. č. 1



Obr. č. 2



Obr. č. 3

UPOZORNĚNÍ. Cena zotavoven ROH v Peci v běžeckých disciplínách uvedená ve Sportovním kalendáři se odkládá na 25. února 1962. Závodů se mohou zúčastnit muži, ženy, dorost i žactvo. Závod se koná na Babích loukách. Pořadatel TJ Slávia Žižkov. Čeete, abychom uveřejňovali výsledky vyšších kol SHM, výsledky kontrolních a jiných významnějších závodů? Posílejte nám je s krátkou zprávou o průběhu, případně s pěknou fotografií. Rádi je uveřejníme.

POJEĎTE S NÁMI



SOKOLOVSKÝ ZÁVOD

března, kdy se koná celostátní mistrovství.

Sokolovský závod se za osm let svého konání stal jedním z nejmasovějších a nejoblíbenějších závodů v naší zemi. Posuďte sami: v roce 1953, kdy byl Svazarmem pořádán poprvé, se ho zúčastnilo 182 000 osob. V roce 1956 již 406 000 a loni dokonce více než půl miliónu! Jeho obliba i kvalita stále stoupá. Je to náročný, namáhavý závod, skutečná prověrka fyzické zdatnosti sportovce-lyžaře. A navíc je závodem branným. Účastníci při něm

plní branné disciplíny — střelbu, hod granátem, zdravotnickou přípravu, plížení a překonávání přírodních překážek.

Ríkáme-li, že jeho obliba stále stoupá, není to nadsázka. Zatímco před 4—5 lety se jej zúčastňovali většinou jen členové Svazarmu, v posledních letech vítáme na startu i mnoho příslušníků tělovýchovných jednot. Je to radostný důkaz dobře se rozvíjející spolupráce s ČSTV. V mnoha případech se o tuto dobrou spolupráci přičinili i aktivní starší závodníci-lyža-



■ Každý granát do cíle — to je snahou všech účastníků SZBZ.

■ Žádný závodník nesmí na trati měnit poškozenou nebo zlomanou lyži. Musí dojet do cíle za každých okolností. Na startu označují pořadatelé lyže kontrolními značkami.

Sokolovským závodem každoročně ožívujeme mezi pracujícími naší země tradici založenou československou vojenskou jednotkou v SSSR v bitvě u Sokolova. Na počest hrdiného pochodu a prvního boje čs. vojáků v SSSR je nazván tento nejmasovější zimní závod na lyžích Sokolovským závodem branné zdatnosti.

Pořádá se na úrovni místních, okresních a krajských přeborů, finálem je celostátní mistrovství. Vítězové přeborů se kvalifikují do vyšších kol SZBZ. Probíhá od listopadu do



ři, kteří přicházejí na start SZBZ jako závodu, ve kterém je na ně pamatováno věkovou kategorií. Jejich aktivní účast pomáhá současně zvyšovat sportovní úroveň závodu. Dnes jsou již mezi závodníky SZBZ dobře známá jména předních sportovců — členů ČSTV — jako Ilja Matouš, Bohumil Kosour, Dana Pochylová, Riedlová, Novotná, Hanuš, Pejsar. Na mistrovství republiky 1960 v Novém Městě na Moravě startovali také mistr sportu Lad. Čepčianský a mistr sportu Jan Matlocha vedle dalších známých jmen naší lehké atletiky. Ti všichni patří mezi nejúspěšnější účastníky Sokolovského závodu. Nestartují v něm proto, aby se »blýskli« nebo aby získávali tituly. Ale proto, že poznali, co jim SZBZ dává: dobrou fyzickou přípravu formou zdravého soutěžení, zvýšení vytrvalosti a branné připravenosti!

Doporučujeme SZBZ každému aktivnímu lyžaři, zvláště těm mladým — to jsou v kostce slova všech, které jsme vyjmenovali. Sokolovský závod není procházka. Je to kus dřiny, ale ušlechtilé, cílevědomé a pro fyzickou přípravu velmi potřebné. Prostě — závod pro pravé sportovce. To vám řekne každý, kdo si tento závod po zásluze oblíbil a nedovede si bez jeho absolvování představit plán své sportovní přípravy, počítáme-li účast na místním, okresním a krajském přeboru.

Jak se jezdí Sokolovský závod?

Délka tratí — jednotlivci: chlapci 15—16 let 3 km, 17—18 let 5 km, muži od 19 let 15 km; dívky 15—16 let 3 km, 17—18 let 5 km, a také ženy od 19 let 5 km. Tříčlenné hlídky: chlapci 17—18 let 5 km, muži od 19 let 15 km; dívky od 17 let i ženy 5 km. Trať vede členitým terénem se stoupáním i klesáním. Na určených úsecích tratě všechny kategorie střílejí na



■ Disciplína »přeprava raněného« vyžaduje od hlídky nejen rychlost, ale i opatrnost při přesunu.

nekrytě ležící figuru vleže s oporou, s lyžemi na nohou: v místních přeborech je to vzduchovka na 10 metrů, v okresních, krajských a při mistrovství republiky je zařazena střelba sportovní malorážkou na 50 m. Každý závodník absolvuje 3 hody granátem o váze 350 g (muži 19 let a starší 600 gramů) do okopu 2x6 m na vzdálenost 25 m, dívky a ženy 15 m. Další disciplínou je přeprava domněle raněného na úseku 25 m. Za chybné zásahy se připočítávají ztrátové časy. Záleží tedy i na tom, jak rychle zá-

vodník přeběhne trať, čímž může snížit eventuální ztrátové časy při špatné střelbě nebo hodu granátem.

Zkuste to a dáte jistě za pravdu všemu, co jsme zde o Sokolovském závodu řekli. Závodníci Svazarmu mezi sebou rádi přivítají i vás. Stačí, informujete-li se na místním či okresním výboru Svazarmu nebo přímo v základní organizaci vašeho pracoviště či školy. Pomůžete nejen své fyzické přípravě, ale i dobrému zvuku sportovní spolupráce ČSTV se Svazarmem!

■ Při střelbě záleží na každém dobrém zásahu. Chybný zásah znamená ztrátový čas.



Bylo to loni v únoru — třináctého. Jistě se pamatujete na ty neuvěřitelně krásné dny, které tehdy vylákaly na vrcholky hor tisíce lidí. Bylo tomu tak i na Šumavě.

Skupinka studentek s učitelem se vydala z Javorné na pohodlný polo-denní výlet na Mústek a Zadní Šmauzy. Bylo to slabých deset kilometrů nenáročné jízdy s krásným opalováním. Děvčátka se uvelebila nad Ovčínem, kde sluníčko pěkně hřálo. Na zpáteční cestu se jim nechtělo. Návrat stále odkládali.

Lahodnou zimní pohodu však náhle kolem sedmnácté hodiny prudce vystřídal nečas. Rychle se oteplilo a v několika minutách se Šumava zachumlala do husté mlhy. Nebylo vidět na pár kroků. Šest mladých lyžařek i s učitelem bylo najednou jako v bílém vězení. Začali spěchat, aby dohnali zpoždění, aby se dostali rychle na cestu vedoucí k domovu. Ten spěch jim však byl osudný. Terén na Zadních Šmauzech je totiž nebezpečný a z hlavního hřebenu odbočuje pět masivů, které jsou si podobné jako vejce vejci. A tak stačila malá nepozornost a skupina se pustila neprávně údolím.

Les přivítal hosty nevlídně. Laviny mokrého sněhu se začaly sypat se stromů a netrvalo dlouho a byli všichni na kůži promočení. Zpočátku přijímali tuto nedobrovolnou stude-

nou sprchu s upřímným veselím. Bylo v tom kus nečekané romantiky. Ale když po třech čtvrtích hod. zjistili, že jsou na nesprávné cestě, a museli se vracet, smích pomalu zmizel.

Mokro za krkem a v botách, hlásící se hlad i počáteční nejistota, to všechno začalo znepříjemňovat pochod. Utekla další hodina a s ní opět kus naděje a sebevědomí.

Pohyb v lese se stával stále horší. Děvčata už ani chůze nezahrňovala, začínala jim být zima. Nechybělo mnoho a mohla celou skupinu zachvátit panika a zoufalství. Není to přece maličkost zůstat v noci na kůži promočen a za takové nepohody v pavučině hustých šumavských lesů.

Najde nás někdo? Půjde nás někdo hledat? Nezmrzneme tady?

Naštěstí učitel v tomto kritickém okamžiku udělal správné rozhodnutí.

CHYBAMI SE ČLOVĚK UČÍ

Připomněl svým svěřenkám, že přece v ubytovně napsali přesně, kudy jdou. Nesmějí se tedy od trasy příliš vzdálit. Člen Horské služby jim na přednášce vyprávěl, jakým způsobem pátrají a že jistě do dvou hodin za nimi přijdou.

Učitelova jistota dodala děvčatům opět síl. Dokonce jedna přes druhou začala vymýšlet, jaké si postaví ve sněhu skryše, jak se budou chránit před chladem a padajícím sněhem.

Když se však začaly hrabat ve sněhu, ruce velmi brzo slably. Promoklý oděv se stával nesnesitelný. Zahřívání stálým pohybem ubíralo rychle síl. Únava se hlásila dříve, než očekávaly. Nebylo možné se jim divit. Byly už přes tři hodiny v tak nezvyklých podmínkách a poprvé v životě prožívaly tuto svízelnou situaci.

Čas se nekonečně vlekl. Ještě štěstí, že nezačalo mrznout. Všechny myšlenky se pomalu a jistě slévaly v jedinou — jestlipak nás opravdu hledají. Podrážděné smysly začaly rychle v šumu lesa objevovat podivné zvuky a dokonce volání. Co chvíličku některá z dívek vyskočila. Slyšeli jste, jak volají? A všichni se dali najednou do křiku.

Ukázalo se však vřdycky, že to byl planý poplach.

A právě v tu dobu se ozývalo v telefonní centrále Železné Rudy — haló, ruším hovor. Spojení potřebuji pro Horskou službu. Haló, volám Hojsovu Stráž!

Soudružka Šmídová měla už po službě. Doma ji čekala rodina, ale ona zůstala v ústředně. Bude jí přece zapotřebí. Teď právě dostala z Javorné zprávu, že se jim nevrátilo sedm lidí. Jde o lidské životy. Musí pomoci členům Horské služby.

Za dvacet minut po vyhlášení poplachu bylo všech osmadvacet bohatýrů Horské služby z Javorné, Železné Rudy, Spíčáku a Hojsovy Stráže v plné pohotovosti. Podle posledních zpráv bylo ztracené vidět naposledy v 16.30 hodin, jak se opalují nad Ovčínem.

Rozkaz zněl: prohledat celý hřeben od Prenetu až po Železnou Rudu. Všichni se rozdělili do dvojic a každá měla přesně stanovený úsek. Sraz všech po skončení byl na Mústku.

Počasi se hodinu od hodiny zhoršovalo a člověk by »psa ven nevyhnal«. Ale sám šel. Vždyť šlo o lidské životy. Za patnáct minut byli všichni

První krůček

na stopě dosud málo prošlapané, a to v literatuře o dětském lyžování, udělal Krajský ústav pro další vzdělání učitelů v Liberci, když vydal

LYŽOVÁNÍ NA NÁRODNÍCH ŠKOLÁCH V HORSKÝCH OBLASTECH.

Autoři tohoto útlého dílka (s půlstovkou stran a čtvrtstovkou obrázků) jsou krkonošští učitelé Kožíšek, Štoček, Sochor a Vojtěch, vesměs zkušení odborníci lyžaři.

Snaží se předat své zkušenosti a ukázat metodicky utříbený postup lyžařského výcviku žactva prvních pěti ročníků základní devítileté školy. Uplatňují takové pojetí, aby se soustavným zvyšováním tělesných a duševních vlastností dětí z našich hor i podhůří vytvořily předpoklady pro masové provádění zimní turistiky žactva a mládeže v těchto oblastech a získávaly se bohaté rezervy nejen pro sportovní lyžařské základy, ale i přirozená lžeň pro budoucí kádry reprezentativní lyžařského sportu.

Na práci se podíleli také přední trenéři M. Bělonožník a V. Měčíř, kteří kromě jiného přidali i zkušenosti učitelů ze Švédska a Norska.

Učitelům nejmenších školáků scházel doposud solidní zásobník základních prvků, her a zábavek na sněhu. Osnovy ČSTV a MSK málo přihlížely

k mentalitě dětského věku — byly jen odleskem osnovy z cvičitelského kursu s dospělými nebo s dorostlejší mládeží školící se na zájezdech. Nedbalo se na výchovu a výcvik vlastností terénního jezdce, nadšení a zájmu dětí a jejich denodenní příležitosti k provozování lyžařského sportu.

Autorům se podařilo sestavit podrobné osnovy a úkoly pro jednotlivé ročníky. Učí v nich hodnotit a správně využívat terén i sněh. Radí, jak usměrnit zájem dětí o pohyb na lyžích, jejich touhu po hrách a soutěžení. Pracovních námětů je tam celá závěť. Jsou prosté, ale úměrné věku dětí i technickému zřeteli při zdokonalování vytyčených prvků. Autoři volili převážně formu záznamů písemných příprav na jednotlivé hodiny (jednotky) s podrobným dávkováním a metodickými připomínkami o postupu a jeho organizačním zabezpečení.

Brožurka je psána pro učitele, ale počítá se, že přijde do rukou svazáků, vedoucích jisker i pionýrů, do rukou cvičitelů tělovýchovných jednot. V duchu jejího poslání by měly okresní pedagogická střediska a komise ČSTV uspořádat v horských oblastech školení. Byl by to druhý a neméně důležitý krok na této dobré cestě a zaručoval by splnění úkolu, který nám všem tane na mysli. Věnovat se opravdu odborně tisícům a tisícům dětí na bílých stopách a stráních, věnovat se mírovému boji o zdraví, radost a zdatnost té naší horské drobtiny.

VLADIMÍR DOHNAL

pátrači na kůži promoklí. Zima jim však nebyla. Spěchali, tuze spěchali. Věděli dobře, že tam uprostřed lesů je už několik hodin skupina mladých lidí, kterým se něco nedobroho stalo.

Bylo tři čtvrti na jedenáct, když nad Zadními Šmauzy vylétla do mlhy zelená raketa. A jako štafeta zablikovaly ve tmě postupně další radostné signály, hlásící, že jedna z hlídek našla pohřešované.

Kolem půlnoci skončilo vzrušující pátrání. Všichni, kteří před čtyřmi hodinami vyrazili do nepohody, se šli promoklí, prokřehlí, unavení a hladoví u Můstku. Ale bylo jim dobře. Pomohli svým bližním. Nečekali na díky, neřku-li na odměnu. Takoví jsou už členové Horské služby. Skromní a obětaví. Záleží jen na nás, abychom vlastní ukázněností, odpovědností a nepodceňováním nebezpečí na horách jim zbytečně nepřidělávali práci.

Chybami se člověk učí, jsme nazvali tento článek. Nečekejte však, až podobnou chybu uděláte i vy. Poučte se chybou, které se dopustil tento učitel. Vždyť ne všechna zbloudění v horách mají tak šťastný konec.

S příchodem zimy začalo nejnepříjemnější období členům Horské služby z celé jejich celoroční činnosti. Je rok od roku náročnější a odpovědnější, protože rekreatantů na horách stále přibývá. Přicházejí na chuť pobytu v nádherné přírodě, ovšem mnohdy si neuvědomují její nebezpečí.

Zatím jsou stále nejfrekventovanější Krkonoše, kde pracuje 146 členů HS. Za uplynulý rok udělal tento kolektiv obdivuhodný kus práce. Odpracoval přes 17 500 hodin. (Na jednoho člena Horské služby to dělá přes sto hodin dobrovolné práce.) Na vrcholky Krkonoš vyvezli 2192 kusů tyčí, barvami označili přes 235 kilometrů cest a tyčemi označili přes 76 km. Na nejdůležitějších místech dali 134 němých značek, postavili nebo opravili devět mostů přes bystřiny, přednesli 400 přednášek atd. A to je jenom část práce, která zabezpečuje náš pobyt na horách. V uplynulý zimě provedli 410 zá-sahů, zúčastnili se 72 větších hledáček pohřešovaných osob a byli na 328 hlídkách na vrcholcích hor.

Kdybychom chtěli hovořit o práci členů Horské služby v plném rozsahu, museli bychom se zabývat rozbořením výsledků vědecké a výzkumné práce a mnoha dalších úseků činnosti. To všechno dělají členové Horské služby dobrovolně pro nás, a proto si jich vážme. [OR]

POSILOVACÍ CVIČENÍ SKOKANA V HLAVNÍM OBDOBÍ

Naši přední skokani-lyžaři trénují již několik let podle dlouhodobých tréninkových plánů. Během přípravného období věnují se převážně zvyšování všeobecné fyzické zdatnosti, zvyšování rychlosti, obratnosti, výbušnosti a trénují skoky na umělé hmotě.

V hlavním období věnovali se dosud výhradně tréninku vlastního skoku na můstku, jízdě v terénu na běžeckých lyžích a několik jedinců i na sjezdovkách. Tento způsob přípravy byl věnován jenom cvičení techniky skoku a nebyl zdaleka tak namáhavý ve srovnání s druhou fází přípravy před hlavním obdobím. Tím se závodníci sice zdokonalovali v technice vlastního provedení skoku, ovšem ztraceli během hlavního období pozvolna svou fyzickou zdatnost, kterou získali v přípravném období a která je velmi důležitá pro vrcholný výkon ve skoku. Podobně v minulosti trénovali i členové reprezentačního družstva. Nevěnovali se pravidelnému cvičení gymnastiky a speciálním posilovacím cvičením.

Vycházejí z dosavadních zkušeností, dospěl jsem k názoru, že během hlavního období je nutné věnovat v přípravě skokana dvakrát v týdnu jeden a půl hodiny posilování. Tato cvičení provádíme v tělocvičně. Na horách, kde není většinou tělocvična, v terénu. Pro trénink v terénu je výhodné použít turistických bot zn. »PO-HORKY«. Gumová vzorovaná podrážka tlumí na zledovatělém zmrzlém sněhu nárazy a nesmeká se.

Příklad tréninkové náplně posilovacích cvičení v tělocvičně:

Rozcvičení Činka 15–20 kg	— všeobecná gymnastika — uchopíme pažemi podhmatem, přitiskneme na prsa, provádíme pětiskoky snožmo	30 minut 3X s 1min. uvolněním
Uvolňovací cvičení Činka 20–30 kg	— uchopíme pažemi podhmatem, přitiskneme na prsa, provádíme výskoky snožmo z dřepu do dřepu	10X s 1min. uvolněním 10X s 1min. uvolněním 10X s 1min. uvolněním
Uvolňovací cvičení Cvičení břišních svalů Činka 80–90 kg	— vzpírání — trhem, tahem a nadhovem	10 minut 10 minut
Uvolňovací cvičení Činka 40 kg	— činku položíme na ramena za hlavou, provádíme dřepy na celém chodidle	20X 2min. uvolňování 10X 3min. uvolňování 10X
Uvolňovací cvičení Výskoky z dřepu do dřepu snožmo		15X 1min. uvolňování 15X 1min. uvolňování 10X 1min. uvolňování
Cvičení na nářadí, hry Uvolňovací cvičení — zakončení		15 minut

V terénu začínáme tréninkovou jednotku opět rozvíčkou, tj. všeobecnou gymnastikou, která nám také zároveň slouží jako uvolňovací cvičení. Pokračujeme prováděním většího počtu skoků do mírného svahu (pětiskoky snožmo, desetiskok z nohy na nohu, trojskok z místa, skok snožmo z místa), výskoky z dřepu do dřepu intervalově s uvolňováním, dřepy na celém chodidle, kliky. Můžeme použít téměř všech tréninkových prostředků, které známe z terénu v předsezónní přípravě.

Tyto výše uvedené formy nebyly dosud našimi skokany v praxi vyzkoušeny. Domnívám se, že přidáme-li k výcviku techniky skoku ještě tyto tréninkové metody posilování, dosáhne se lepších výkonů při provádění vlastního skoku.

Pravidelným tréninkem posilovacích cvičení udrží si skokan svou fyzickou formu získanou v přípravném období po celou závodní sezónu.

Stálé udržování fyzické formy skokana v hlavním období je se spojením správného zvládnutí techniky hlavní součástí vysokého výkonu ve skoku.

Udržováním této fyzické formy nedojde během závodního období k podstatnějším poklesu výkonnosti.

ZDENĚK REMSA,
trenér reprezentačního družstva skokanů

Rozhodčí rokovali v Harrachově

Ve dnech 15. až 17. prosince se v Harrachově sešli ústřední rozhodčí a rozhodčí I. třídy na doškolovacím semináři o nových Pravidlech lyžařských závodů. Zvláštní pozornost byla věnována některým otázkám. Tak například velmi podrobně bylo diskutováno o kritériích pro rozdělování závodníků do skupin při losování, o novém způsobu měření jednotlivých sjezdových závodů, zejména slalomu, o rozšířených pravomocích a povinnostech soutěžního výboru. Pozorně byl vyslechnut referát o zásadách, z nichž vycházejí nové výpočtové tabulky FIS, které z ryze technických důvodů — nebylo možno zajistit jejich vytisknutí — v letošním hlavním období u nás používány ještě nebudou. Předsednictvu ústřední sekce však bylo dolo-

ručeno, aby alespoň mistrovství a přebor juniorů ČSSR byly podle nich hodnoceny. Hodně se hovořilo o závodu ve skoku. Jedním z důvodů, pro který se FIS rozhodla převést na MS 82 v Zakopaném dva závody ve skoku na dvou výkonnostně rozdílných můstcích a vyhlásit dva mistry světa, je zabránit ubývání skokanů. Je nepochybné, že i u nás mnohý ze skokanů předčasně zakončí svou sportovní kariéru jen proto, že z technických důvodů nemá možnost dosáhnout výkonnosti, aby bez rizika se mohl odvážit skákat na výkonnějším můstku, např. v závodech o mistrovství republiky na můstku s P = 70 m. V této souvislosti byla vyslovena úvaha, zda by nebylo účelné také u nás mistrovské soutěže pořádat na dvou rozdílně výkonných můstcích. Kladem semináře bylo praktické procvičení měření času elektrickými měřicími přístroji, kterému bylo věnováno celé dopoledne.

Na semináři byly zastoupeny všechny kraje republiky. OK



ZA SNĚHEM

Invaze na hory už začala. Mezi stovkami zkušených lyžařů přijíždí poprvé za bílou pohádkou každičký rok statisíce »nováčků«. A obvykle se po začátečních rozpacích pouštějí s velkým nadšením do zimního sportování — stávají se z nich členové velké lyžařské rodiny. Lhostejné ať už na odborářské rekreaci, v zotavovacích závodů či jinde.

A těmto tisícům musíme splácet veliký dluh. Často jsme na ně dříve zapomínali. Neporadili jsme. Jen si vzpomeňte, vy zkušení a ostřílení borci na chvíli, kdy jste poprvé v životě stáli před otázkou, co všechno si s sebou vzít na hory. Vzpomeňte, kolik zbytečných omylů jste udělali, než jste získali dostatečné zkušenosti. A proto s námi jistě budete souhlasit, když si nyní pohovoríme o věcech, které právě dosud »neostřílení« návštěvníky hor zajímají.

Tedy především na hory patří batoh a ne kufr. Potřebujete ruce volné pro lyže i jinak. Proto batoh. A nyní co do něho. Složitější to mají ženy. Nedovedou se ani na horách často rozloučit se svými »pavučkami« a různými šněrovačkami, pásy atd. Parádu stranou. Tady se musí ženy přizpůsobit mužům a nahradit silonky pánskými spodky.

V zimě se musíme na horách oblékat tak, aby byl co nejlepší krevní oběh. Aby nic příliš neškrtlo a nestaho-

valo. To je nejen jedna z ochranných proti omrzlinám, ale i proti únavě. Pokud je to možné, má být spodní prádlo vlněné a tenké, aby sálo pot, a přitom hrálo i dovolilo »dýchat«. Vždy je lepší mít dva tenké svetry než jeden tlustý. Svrchní oblek — šponovky a větrovka má být z látky, na kterou se nechytá sníh a vzdoruje vlhku. Nezapomeňte také, že největší péči si zaslouží nohy. Musí být v teple, ne příliš stažené. Ponožky patří pod šponovky a ne jak často vidáme jako ozdoba navrch. Jednak nechrání kotník, a potom se na nich drží sníh, který se teplem těla rozehrívá a promáčí oblečení. Rukavice jsou nejlepší dvojce. Jedny tenké prstové a druhé nepromokavé. Čepici noste bez »kšiltu« (ráda totiž uletí). O oblékání by se dalo hovořit ještě dlouho, záleží na otužilosti, námaze, počasí atd., ale pro začátek to snad stačí.

A nyní několik slov o výzbroji. Předpokládáme, že jedete do hor pěkně si odpočinout a uvidět hodně z té zimní nádhery. Pak vám tedy patří lehčí lyže, řekněme turistické typy Artis nebo Sport s vázáním, které vám na nich dovolí pohodlnou chůzi. Tedy ne žádného »markra«, kde je noha k lyži příliš přitažena. Holě by vám měly dosahovat pod pažďi. Ostatně dnes vám všude v obchodech s lyžařskou výzbrojí rádi a dobře poradí.

Tak a už máte předpoklady, že si hor pěkně užijete. Je k tomu nyní ještě zapotřebí nebát se lyžařského výcviku i prvních potíží s případnými nezday. U lyží totiž patří dvojnásob — každý začátek je těžký, ale kdo vytrvá, může na výlety, může získat odznak Lyžař ČSSR nebo dokonce po několika dnech jet už svůj první závod na lyžích.

Přejeme vám, milí »lyžařští« začátečníci, ať už je vám deset nebo padesát let, hodně úspěchů v letošní zimě. A nezapomeňte nám napsat, co by vás ještě zajímalo.

ZA SLUNCEM

■ Jednou z oblíbených činností na horách je opalování. Nemělo by být celodenním programem. Pobyt na horách tím ztrácí na ceně a nespíná požadavek skutečného odpočinku. Nezapomeňte, všeho moc škodí. Opalování proto raději spojte s vyjíždkami do okolí, na hřebenové túry, a uvidíte, že se domů vrátíte opálenější a spokojenější.



Chcete mít měřítko lyžařské zdatnosti? Splňte si odznak Lyžař ČSSR. Podmínky nejsou nijak obtížné a jistě na ně budete stačit. Říkáte, že jste staří? S tím se nechlubte. Nezáleží na věku. Záleží na tom, kdo se jak cítí. Chce to však překonat pohodnost a někdy i lenost jinými slovy, odznak všude a v teplicku nesplníš, i kdyžs dělal co chtěl. Kdo ho chce opravdu získat, a měl by ho mít každý lyžař, musí ho nejen začít, ale i dokončit.

Získat odznak »Lyžař ČSSR« může každý, kdo splní následující podmínky:

1. Z teorie:

základní znalosti organizace a cílů čs. tělesné výchovy (v rozsahu témat k ideové výchovné části BPPOV a PPOV, hlava A, oddíl II);

základy orientace a čtení map — základní druhy map, jejich měřítka a značkový klíč, použití kompasu s mapou, hlavní zásady orientace podle mapy, orientace v přírodě podle přírodních jevů, letní i zimní značení cest; základní znalosti o bezpečném pobytu v horách a v zimní krajině, o nebezpečí v horách a o Horské službě; první pomoc — znalost ošetření při krvácení, omrznutí, mdlobách, vykloubení a zlomení okončetin; doprava raněného na sněhu nouzovými prostředky.



2. Z technické dovednosti na sněhu:

chůze skluzem: po rovině, nejlépe na tzv. kolečku; obraty na svahu: přednožením nebo překročením i výskokem; přívatný oblouk na mírném upraveném svahu; projetí pěti slalomovými brankami bez pádu (snadný terén); projetí vzdálenosti v terénu: muži 20 km, ženy a dorost 15 km, žactvo 8 km. Časový limit: splnění úkolu do 6 hodin čistého času jízdy. Volba tratě: třetina roviny, třetina výstup a třetina sjezd.

Zkoušet mohou cvičitelé a trenéři lyžování všech stupňů a cvičitelé zimní turistiky; na školách a v učilištích učitelé tělesné výchovy pověřeni lyžařským výcvikem.



■ **Výstup, ať již na chatu či na hřebeny, je vždycky radostný. Jen by neměly být starosti, jak to zvládnout dolů. Nebojte se. Naučili se jít, naučíte se i v. Záleží však nejen na kvalitě cvičitele, ale i na vaší snaze a trpělivosti.**

Znalosti organizace a cílů čs. tělesné výchovy, první pomoci i projetí dané vzdálenosti v terénu tak, jak určují pro jednotlivé věkové kategorie podmínky, mohou zkoušet i potvrzovat všichni rozhodčí, kteří jsou oprávněni rozhodovat v soutěži

A RADOSTÍ

o odznak zdatnosti BPOV a PPOV. Základní znalosti z orientace a topografie, jakož i zásady bezpečného pohybu v horách a znalost jejich nebezpečí mohou zkoušet také vedoucí a cvičitelé turistiky.

Je to velmi široký okruh pracovníků, kteří vám pomohou, poradí a nakonec i potvrdí splněnou podmínku. Na horách se s nimi setkáte na každém kroku. Nezapomeňte si proto vyžádat před odjezdem záznamní list od některé složky ČSTV.

Až budete mít úspěšně splněné všechny disciplíny, předejte záznamní list pořadatelům, který vám ho vrátí s odznakem. Odznaky vydává OV ČSTV.

Koncem letošního roku má mít tento pěkný odznak na 68 000 nositelů-vyspělých lyžařů. Záleží jen na vás, bude-li toto číslo ještě překonáno a stanete-li se i vy jedním z jeho nositelů!

A až tento pěkný a vkusný odznak si budete připínat na větrovku, jistě dáte za pravdu našim slovům. Stojí za trochu té námahy a hřejivý pocit uspokojení a zdravá pýcha nad vlastní zdatností vám bude nejpěknější odměnou.

Napsal nám lékař

Pracuji v Peci pod Sněžkou a denně mám možnost vidět, jak lidé, místo aby se radovali z krásné zimní přírody, odjíždějí v ambulancech do nemocnice. A je to nepřijemná cesta těch 20 km do Trutnova. A když se nad osudem mnohá těchto nešťastných lyžařů zamysleme, zjistíme, že většina úrazů byla zbytečná. Nebezpečí a zálužnost hor jsou vcelku kombinovaná a je třeba je znát. Existuje subjektivní nebezpečí, které je v tobě samém (nedostatečná fyzická a technická příprava, přeceňování sil, špatná výzbroj, výstroj, neznalost terénu, únava, podceňování nebezpečí, špatná životospráva atd.). Anebo je to nebezpečí objektivní, na tobě nezávislé (překážky ve sněhu, zledovatělý terén, kletč, kameny, lavinová pole, špatné počasí atd.). A u nás v Krkonoších má nebezpečí hlavně tyto tři podoby: 1. zranění, 2. zbloudění, 3. zmrznutí. Nejčastější je zranění. Proto nedělej ze sebe za každou cenu závodníka, když to ještě neumíš, a pospíchej pomalu. Zima tě za to odmění nesmírnými krásami. A já budu mít radost, když tě uvidím veselé se prohánět na lyžích, místo abych psal zprávu o tvém úrazu.

Váš MUDr. ZD. KRATOCHVÍL,
obvodní lékař, Pec pod Sněžkou

Umění? Ano, umění dobře a bezpečně jezdit na lyžích. A aby se vám to dařilo, budeme uveřejňovat pro vás i pro vaše cvičitele, co a jak na sněhu dělat a cvičit. Naše rady nejsou a nebudou určeny těm, kteří chtějí dosahovat mistrovských výkonů na sjezdových nebo běžeckých tratích. Naopak, jsou určeny lyžařům-turistům a rekreativním.

V prvním čísle vám chceme připomenout některé zkušenosti, které jsou staré pro zkušené lyžaře, ale pro ty mírně pokročilé, kterých je všude po horách spousta, budou jistě vítaným a potřebným pomocníkem.

Před cestou provedeme pečlivou kontrolu všech součástí výzbroje. Lyže aspoň oprášíme od letního prachu, doplníme ty kousky horních celuloidových i dolních ocelových hran, které pravidelně chybějí (horní celuloidové přilepíme acetonem, ve kterém rozpustíme několik zbytků celuloidové hrany, nebo novým pryskyřicovým lepidlem Exopy 1200 šrouby ocelových hran přišroubujeme šroubovákem, a ne kladívkem), dotáhneme šrouby vázání, Markera promažeme; u holí obvykle chybí talíř nebo alespoň část výpletu talířku, což opravíme kouskem mastného femínku. Hlavice holí, kde je šití povoleno nebo rozpáráno, sešijeme. Boty, které s vyčítkami svědomí důkladně očistíme od dubového bláta, pečlivě namažeme a švy zalijeme rozehtátým, v terpentýnu rozpuštěným včelím voskem s parafinem. Doplníme šroubky u kování bot a chybějící háčky. Batoch, který jsme používali v létě, bude asi v pořádku. Vypereme a naimpregnujeme větrovku a vyžehlíme po rubu, prohlédneme šponovky, rukavice a ostatní součásti výstroje. Pak už jen zabalit potřebný vosk (Skivo 1 až 5), klisť, parafin, rezervní prádlo, tepláky, papuče, jídlo od maminky (nesnáší se dost dobře s benzinem, který obvykle teče ze špatně utěsněné láhve), literaturu lyžařskou a zábavnou, a už se jede.

Toho, kdo sportoval, se nebudě bolavé tělo po prvních dnech pobytu na sněhu ptát, co dělal v létě a na podzim. Bude svěží a pln energie i do večerních radovánek na chatě.

Rádné rozjždění na sněhu je velmi důležité. chceme-li brzo a dobře se zdokonalovat ve svém lyžařském umění. Stejně jako u jiného sportu se hned nehlásíme k nějakému tomu závodu nebo alespoň přeboru jednoty, stejně tak nevlétneme plní nedočkavosti do hlubokého nevyježděného sněhu. Především vhodně namažeme lyže, a pěkně na rovině zkusíme některé cviky pro získání pocitu lyží. Budeme se věnovat chůzi a základu běhu ve všech možných obměnách pro získání pocitu rovnováhy, přenašení váhy těla z lyže na lyži, skluzu, odrazu, práci paží. Sjezdy si zaslouží rovněž pozornosti, a to hlavně bezpečné sjezdy na upraveném sněhu, kde procvičíme různé prvky rovnováhy při sjezdu, potom hledáme členitější terén, zlomy, protisvahy, delší sjezdy, zvyšujeme rychlost. Čím je toto cvičení náročnější, tím lépe získáme pocit rovnováhy při sjezdu. Zkusíme i změny směry sjezdu odšlápnutím, později odšlapováním. Volíme raději terén s bezpečným dojezdem, prvky brzdění přicházejí na řadu až později. Cvičíme sjezd v pluhu, zprvu brzdíme málo a přivrátne postavení střídáme se sjezdem po spádnici, později přivrát zvěšujeme. S nějakými obraty na svahu se nezdržujeme, ty procvičíme dostatečně při výstupech. Po takovém přípravě si můžeme dovolit už nějaký ten menší výlet do okolí. Sice pořádná lyžařská túra to nebude, ale ta přichutí zůstane a bude nás lákat znovu, abychom vyzkoušeli své síly a poznali o něco více než louku u chaty. A co k tomu nacvičíme, o tom až v příštím čísle. Mládeži i starším lyžařům poslouží i poradí knížka »Týden na lyžích«, která právě vyšla v STN.



ZA UMĚNÍM



SNĚMOVÁNÍ ALPSKÝCH ZEMÍ

Pod vedením Roger Bonvina, presidenta Švýcarského lyžařského svazu, a za přítomnosti Marc Hodlera, presidenta FIS, zasedali začátkem listopadu delegáti alpských zemí — s výjimkou Itálie, která zastoupena nebyla — v Bernu, aby projednali řadu důležitých otázek, týkajících se závodního lyžařského sportu. Současně vyslechli zprávy z příprav MS 1962 v Chamonix a v Zakopaném a připravili některá společná organizační opatření.

Běžecské tratě a nadmořská výška

V poměrně značně šíří byla diskutována otázka nadmořské výšky pro běžecské tratě. Jak známo, bojují Finové, v jisté míře i Švédové a Sověti, proti přílišným nadmořským výškám běžecských tratí. Konkrétně je snahou zástupců Suomí dostat do Mezinárodního soutěžního řádu pravidlo, které by zakazovalo pořádání mezinárodních běžecských závodů ve vyšších polohách než 1000 m nad mořem. Alpské země se proti omezujícím předpisům tohoto druhu stavějí zásadně negativně. Uvádí, že obráceně je pro běžce-středoevropana velkým handicapem, kdykoliv běží závod v těžkém přímořském vzduchu ve Finsku, ve Švédsku nebo dokonce i v Norsku. Alpské země mají v úmyslu tuto otázku, která vyústila v aktuální problém, postoupit k vyřešení výzkumníkům. Hlavními odpůrci finského požadavku na zasedání alpských zemí byli Švýcaři, kteří poukazovali na to, že velkými vítězi v běžecských disciplínách na ZOH 1928 a ZOH 1948 ve Sv. Mořici se stali právě Skandinávci. Švédové prý tenkrát dokonce přeložili svůj trénink do výšky Alp Giop a Corviglia. Se zřejmou

demagogií uzavřeli Švýcaři svoji argumentaci poznámkou, že Švédům tenkrát Oberengadin se 1750 m byl zřejmě příliš nízkým.

Další zajímavá usnesení

Biathlonu dávají alpské země přednost před moderním zimním pětibojem; biathlon má figurovat v programu příštích ZOH. V předolympijském roce 1963 má být poprvé v Seefeldu proveden mezinárodní sružený závod Gustl Berauera. V budoucnosti mají být Coupe Kongsberg, Coupe Kurikkala a závod Gustl Berauera sloučeny v jeden závod. Chamonix se pro příští rok musí zříci Kongsberg-Cupu. Francie vedle závodů kategorie A, také závody kategorie B s omezenou účastí. Každá ze šesti alpských zemí má na tyto závody nominovat osm závodníků, mezi nimi také juniory. Tím má být dána příležitost mladým talentovaným závodníkům k častějším mezinárodním startům s možnostmi na mezinárodní umístění. Závody kategorie B by byly vypisovány jen v letech mezi MS a ZOH. Francie byla pověřena vypracováním podrobných pravidel pro tyto závody.

V příštích letech se konference alpských zemí bude konat dvakrát do roka, u příležitosti závodu Kongsberg-Kurikkala-Gustl Berauer pro klasické disciplíny a u příležitosti Arlberg-Kandaharu pro sjezdové disciplíny. Hlavní zasedání alpských zemí bude naplánováno tak, aby mohlo být uskutečněno tři týdny před kalendářním zasedáním FIS.

Letošní zasedání alpských zemí ukazuje, že se uvnitř federace utužuje dosud volná organizace oblastních skupin se zřejmým zaměřením k uplatňování a protěžování svých zájmů na půdě FIS. Bude zajímavé sledovat z tohoto hlediska činnost federace v nejbližších letech. OK

RAKOUSKO

Rakouští běžci použili v letošním tréninku novinky — trénovali se zátěží. Pod vedením Rössnera a Girardiho trénovali běžci i běžkyně s batohy naplněnými pytlí s pískem. Šlo se tak daleko, že po skončeném tréninku se pytle rozdělily mezi závodníky s doporučením, aby metodu zátěže praktikovali i doma při cvičeních mezi 4 stěnami. Účel je posilovat svalstvo. Také švýcařští sjezdaři prý používali rakouské metody. Sjížděli ze Stifiserjochu (2757 m) s těžkými batohy. Francouzci v tréninku používali jiné zátěže, prý si lyže zatěžovali těžkými clověnými deskami.

ŠVÉDSKO

Pod vedením trenéra Bengt Nilssona přijeli italsí běžci-reprezentanti v druhé polovině listopadu do Švédska, do Valadaluenu. Pobýli ve Švédsku do 8. ledna; věnovali se intenzivnímu tréninku a zúčastnili se tří závodů.

Švédský lyžařský svaz rozhodl, že konečná nominace pro MS 1962 v Zako-

paném bude provedena na základě výsledků dosažených na dvou oficiálních národních podnicích, na Lyžařských hrách ve Falunu (20.—21. 1.) a na mistrovství Švédska (28. 1.—3. 2.), která budou v Solleftea. Nils Karlsson, který přípravu řídí, prohlásil: »Dík tomuto rozhodnutí nemusíme organizovat žádné zvláštní kvalifikační zkoušky během měsíce ledna; běžci a běžkyně mohou využít času až do her k zlepšení formy a nemusí se vyčerpávat vylučovacími závody na začátku roku.«

FRANCIE

Zatímco sjezdaři Rakouska, Švýcarska, Itálie a NSR se až do poloviny prosince museli omezit na trénink ve slalomu, měli francouzští sjezdaři do 20. 11. najeto již 300 km ve sjezdu. Celé národní družstvo mužů a žen pokročilo v přípravě natolik, že zkušený trenér Honoré Bonnet koncem listopadu mohl nasadit již týden tréninku ve slalomu. Poté se trénoval opět sjezd. Do poloviny ledna, od prvního mezinárodního střetnutí ve Wengenu, najeli francouzští

sjezdaři 1000 km sjezdu v tréninku. Toni Sailer, trojnásobný olympijský vítěz z roku 1958, najel před Cortinou 500 km.

NSR

Georg Thoma je jedinou nadějí NSR pro Zakopané. »Tolik jsem netrénoval ani před OH ve Squaw Valley,« prohlásil Thoma, olympijský vítěz v závodech sruženém, nedávno novinářům. Thoma není asketickým typem, který by na trati v boji s časem byl schopen vydat ze sebe vše. Skáče s láskou a rád, běžet však jej stojí vždy velké přemáhání. Trenér Freddy Stober jej v tréninku proto zadřadil mezi běžce-specialisty.

ITALIE

Carla Marchellová, která až do OH ve Squaw Valley byla italskou sjezdařkou č. 1, byla na universitě v Janově promována »summa cum laude« na doktora přírodních věd. Prohlásila, že se v zimě 1961/62 vrátí k lyžařině, aby se zotavila ze zkoušek; závodního lyžařského sportu však již zanechá.



■ Masové starty mladých lyžařů. Na přeboru města Novosibirsk v závodě školáků na 3 a 5 km startovalo 450 závodníků ze 42 kolektivů. Normy II. a III. třídy dospělých spínalo 44 účastníků a ostatní získali 228 výkonostních tříd mládeže. V předkolech startovalo několik tisíc chlapců a děvčat. Jen v Kirovské čtvrti startovalo přes 500 žáků a žákyň.

■ M. Gusaková vyhrála v prosinci v Kavgolovu závod zvaný »Cena první lyžařské stopy«. Dva kilometry uběhla za 7:44 min. Po tomto lyžařském »sprintu« se zúčastnila ještě soutěže mužů na 5 km, kde dosáhla času 22:12 min.

■ V Kizele v závodě na 20 km v soutěži DSO Trud vyhrál I. Ljubimov za 1:18:51, 2. V. Kudrin 1:19:11, 3. P. Morščin 1:19:29 hod.

■ V Charkově na Ukrajině zahájili lyžařskou sezónu. Na stadiónu »Pionýr« mají pro mládež 300 párů lyží. Na charkovských vysokých školách se pilně připravují na zimní spartakiádu Ukrajiny.

ПРОГРАММА ВСЕХ СТРАН. СОЕДИНЕННЫХ ШТАТОВ

Лобанюк

Снопин

Redakce »Sovětskij sport« se obrátila na S. A. Bogačeva, sekretáře Federace lyžařského sportu SSSR, s několika otázkami; přinášíme dvě nejzajímavější.

Co bude zajímavého v letošní zimě?

»Významné místo v letošním závodním období bude zaujímat První zimní spartakiáda národů SSSR, která překoná dosud největší masovou soutěž, kterou pořádali v RSFSR. Ve Sverdlovsku se uskuteční od 2. do 12. března závody v běhu a v biatlonu. V Bakurlani (Gruzie) budou soutěžit skokani, sdružení a sjezdaři. Ke startu jsou přihlášení závodníci z 10 republik: RSFSR, Ukrajiny, Běloruské SSR, Kazachstánu, Gruzie, Litvy, Lotyšska, Kirgizie, Arménie, Estonska, dále z Moskvy a Leningradu.

Druhým významným podnikem budou mistrovství světa. Obvykle zde účast i výkonnost bývá lepší než na olympijských hrách. Je ještě příliš brzo předpovídat umístění sovětských účastníků na těchto mistrovstvích. Nelze však přehlédnout, že v minulém roce sovětské běžci nezažili podstatný úspěch na mezinárodních závodech. Zato však skokani a sdružení dobře obstáli na tradičních závodech v Lahti a na Holmenkollen. Mezi vítězi byli K. Cakadze, N. Samov a H. Gusakov. Běžci se poučili z loňských neúspěchů a nyní se připravují velmi intenzivně.«

Objeví se nová jména?

»V reprezentačním družstvu máme mnoho mladých lyžařů. Jsou to I. Moskin, P. Najmušin, B. Gizatulín, M. Idrisov, V. Soldatov. Budou mít velkou práci porazit zkušené závodníky: P. Kolčina, N. Anikina, I. Utrobina, A. Kuzněcova, G. Baranova, kteří trénují velmi tvrdě. U žen si dobře vede olympijská vítězka M. Gusaková, dále A. Kolčinová, R. Jerošinová a po přestávce začala trénovat i L. Baranová. „Tři mušketýři“ na můstku — N. Kamenskij, N. Samov a K. Sakadze — mají silnou konkurenci v V. Palčevském, J. Samsonovovi, J. Zubarevovi, R. Bykovovi a v dalších mladých závodnicích.«

ZAKOPANÉ

Psát o předpokládaných výsledcích umístění na mistrovství světa je vždy nevděčná záležitost. Zvlášť v současné době je úroveň jednotlivých disciplín velmi vyrovnaná a aspirantů na zlaté, stříbrné a bronzové medaile je mnoho. Všeobecně se očekává, že o vítězství rozhodne nejen dokonalá celoroční náročná příprava, momentální forma, namazání lyží, druh sněhu, psychický stav a také — štěstí (nezaměňovat s tím, že náhoda rozhodne o vítězi).

BĚŽECKÉ DISCIPLÍNY

Loňské výsledky hovoří především ve prospěch norských a švédských závodníků. Sovětské běžci a Finové se v rozhodujících závodech neprosadili na první místa. Výsledky prvých letošních soutěží nemohou být jistě směřovatelné. Aspirantů na první místa je hodně. Pro informovanost si některé připomeneme: SSSR — Kolčin, Anikin, Norso — Gröningén, Stensheim, Östbye, Lundemo, start Brendena a Brusveena je nejasný. Švédsko — Jernberg, Rönnlund, Romgard, Larsson, Finsko — Hakulinen (bude-li závodit), Tianen, Mäntiranta. Je ale docela možné, že některý z jmenovaných se neprobojuje do nominace a objeví se nová jména. V druhé řadě počítáme s dobrými výsledky polských a italských běžců. Někteří z nich mohou překvapit a umístít se v první desítce. Další skupina je značně široká a kromě běžců NDR, Francie a Švýcarska sem patří také naši reprezentanti. Úspěchem pro závodníky této skupiny bude umístění mezi prvými patnácti. Zajímavé je srovnání výběru závodníků do reprezentačních družstev. Sovětské běžci mají do MS absolvovat 15 běžeckých závodů, z toho dvě padesátky. Norští běžci mají 6 výběrových soutěží, z toho první byla již 28. prosince minulého roku. Družstvo Švédska bude vybráno na základě výsledků mistrovství Švédska a švédských lyžařských her. U žen je situace poněkud jednodušší.

Nejsilnější družstvo má Sovětský svaz: Gusaková, Kolčinová, Jerošinová, Fajzrachmanov. Za nimi jako celek jsou finské závodnice: Poistiová, Högvová, Lehtonenová, Ruopaová, Rantanenová. Ve druhé skupině jsou Švédky, Polky a závodnice NDR. Z těchto se mohou jednotlivky, jako Biegnová (Polsko), Kallsuová (NDR) nebo některá další, probojovat mezi nejlepší. Za nimi jsou závodnice Bulharska, ČSSR, NSR. Účast norských závodnic, které připravuje M. Stokken, není zatím jasná.

ZÁVOD SDRUŽENÝ

O výsledku v tomto závodě se rozhodne z větší skupiny sdruženářů z různých zemí. Úvaha, kterou jsem psal v č. 4/1961 [Zakopané se připravuje na MS], platí i dnes. Do skupiny silnějších je nutné zařadit ještě rakouské závodníky. Z Norů je opět v popředí Stenersen a hodně se očekává od sdruženářů SSSR, NDR a Polska. O překvapení nemusí být nouze. Naši závodníci mají před sebou velmi náročnou soutěž.

SOUTĚŽE VE SKOKU

Nejvyrovnanější bude závod ve skoku prostém. Uspořádání dvou soutěží na můstcích P = 75 a P = 90 dává možnost uplatnit se dvojnásobně. Zatím nejsilnějším kolektivem se zdají skokani SSSR

— Kamenský, Sakadze, Samov, a Finové — Kirjonen, Kärkinen, Halonen, Silvenoinen a závodníci NDR v čele s Recknagemem, Lesserem. Těsně za nimi je velká skupina národů, kde jedinci mohou získat do bojů o přední místa, např. Norové, Italové, Rakušané, Poláci a Japonci, Jugoslávci a západní Němci, a věříme, že také naši skokani. Neznáme sílu skokanů USA a Kanady, kde vyrůstají také dobří jedinci.

Je zajímavé, že v přípravě využívali všichni trenéři můstku s umělou hmotou. I takoví odpůrci, jako byli Švýcaři a Švédové, plně této možnosti využili.

Za zmínku stojí ta skutečnost, že v roce 1939 na mistrovství světa v Zakopaném poprvé Norové ztratili vedoucí pozici v závodě sdruženém a ve skoku prostém, kde zvítězili tzv. »Středoevropané« [G. Berauer a S. Bradl].

Můžeme všichni očekávat a těšit se na zajímavé, náročné a napínavé soutěže. O překvapení nemusí být nouze. »Domácí« prostředí může přispět k mimořádným výkonům polských závodníků. Píší o tom zvláště proto, že všichni budeme mít příležitost sledovat tyto závody. Buď osobně přímo v Zakopaném, nebo na obrazovkách televizorů. Věříme, že toto mistrovství přispěje k většímu zájmu a propagaci klasických disciplín.

V. PÁCL

CHAMONIX

Základní charakteristikou příprav pro MS 1962 ve sjezdových disciplínách je mimořádná tvrdost tréninkových metod. Obzvláště vážně berou přípravu Francouzi a Rakušané, kterým jde o víc než o vítězství v tom či onom závodě.

Sjezdováním je jedním z mála sportů, ve kterém t. č. mohou Francouzi mezinárodně ještě reprezentovat. Neudivuje proto intenzivní snaha pozvednout prestiž francouzského sportu úspěchy na lyžařských sjezdových traťích při MS 1962. Po neúspěších v Římě se péče o francouzský sport ujaly státní orgány. Byly investovány značné částky i velká péče reprezentantům francouzského lyžařského sportu.

Rozšířený program příprav, výhoda, že mistrovské závody budou na domácích traťích v Chamonix, a v neposlední řadě mimořádný talent Guy Périllata činí z Francouzů vysoké favority. Od poloviny září m. r. je Périllat spolu se svými druhy z družstva v nepřetržitém tréninku. Díky novému sedačkovému výtahu na Mont Blancu mohli francouzští sjezdaři již koncem října započít s tréninkem na sněhu. Pak následoval speciální trénink ve všech třech disciplínách v Chamonix. Jen o vánočních svátcích byla krátká přestávka. Poslední soustředění proběhlo koncem prosince v Chamonix a pak se sjezdaři Francie rozjeli po evropských sjezdovkách.

Příprava Rakušanů nesnese s přípravou Francouzů srovnání. Ještě v polovině listopadu neměli Rakušané najety ani jediný sjezdový kilometr, zatímco francouzští jezdci měli již »v nohách« 300 km. Soustředění v oblasti Weisseho muselo být pro oblevu přerušeno. Sjezdový trénink předvádný koncem listopadu v Cervinii odpadl pro poruchu lanovky. Teprve začátkem prosince bylo započato se sjezdovým tréninkem v Cervinii a v druhé polovině prosince se v něm pokračovalo v Gastelnu. Tréninkové »mank« vůči Francouzům však Rakušané již vyrovnat nemohli.

OK

Z ODDÍLŮ A SEKCI

Na Prachaticku bez lyžařských oddílů?

Jižní Čechy patří bezesporu ke krajům, kde pro lyžování jsou velmi příznivé podmínky. Zvláště okres Prachaticke patřil v minulosti k lyžařským střediskům, která odchovala celou řadu předních závodníků.

Krajská sekce lyžování v Č. Budějovicích se snaží navázat na dobré tradice a plně využít krásných partií Sumavy k obnovení slávy a popularity lyžování, hlavně mezi mládeží.

Plánuje na měsíc únor krajský přebor v bězích na lyžích v Libinském sedle v Prachatic, kde i okresní výbor Svazarmu skutečně okresní přebor Sokolovského závodu branné zdatnosti. Tyto dva závody pomohou jednak propagačně a částečně i náborově k obnovení lyžařské činnosti, která je zatím provozována jen příležitostně v odborech ZTV. Nechce se ani věřit, ale až dosud neměla ani jedna tělovýchovná jednota v prachatickém okrese vlastní lyžařský oddíl!

Jistě zde také pomohou i prvá kola SHM v lyžování a náborové závody mládeže, která krajská sekce spolu s okresní komisí SHM plánuje. Okres Prachatic má podmínky se stát střediskem zimních sportů a rekreačním místem pracujících v zimě. Bez obětavých kolektivů lyžařských oddílů to však půjde velmi obtížně.

Dvě zimní střediska — Ještěd a Jiřetín

Už před 15 lety si lyžařští pracovníci uvědomili, že pohoří Ještědu příznivou polohou, dostatečnou nadmořskou výškou a blízkostí k městu je předurčeno pro dokonalé zimní středisko. Sportovci Liberecka na Ještědu už také odpracovali mnoho tisíc brigádnických hodin. Vybudovali sjezdové tratě na Ještědu, turistickou sjezdovku s Plání, skokanský můstek pod lomem s kritickým bodem 45 m, běžecké tratě od 5 do 15 km se startem a cílem na Pláních a sáňkařskou dráhu. Avšak ani sebevětší nadšení jednotlivců nestačilo zvládnout realizaci rozsáhlého projektu celého zimního střediska Ještěd. Až přišla na pmoc komise cestovního ruchu MNV s pracovní skupinou pro výstavbu zimního střediska Ještěd. Tvoří jí vesměs povolání odborníci, kteří jsou zárukou, že velké úkoly výstavby budou včas a úspěšně zvládnuty.

V letošní sezóně dostanou Pláně pod Ještědem betonové základy pro lyžařský výtah, upraveny jsou sjezdové tratě tak, aby byly sjízdné i při menším sněhu. Do konce března bude zalesněn prostor pro výstavbu dvou velkých můstků s kritickými body 70 a 90 m, připravuje se rekonstrukce sáňkařské dráhy, na kterou se napojí bobová dráha. Upraveny jsou i standartní běžecké tratě na Pláních a hledají se stále nové, lepší se startem a cílem u bývalé budovy KNV. Opravena je i konstrukce můstku u lomu.

Ještě v tomto roce bude v provozu ly-

žařský výtah na Pláně, upravena sjezdová a slalomová trať pro mládež a nejšířší veřejnost v blízkosti výtahu, a bude osvětlen svah. Terén velkých můstků bude upraven natolik, aby mohl být na nich zahájen tréninkový provoz (můstky budou mít přírodní nájezdy). Budou převzaty projekty velkých lyžařských můstků, sáňkařské a bobové dráhy. Podle nich pak budou zahájeny práce.

V roce 1963 mají být postaveny tribuny pro rozhodčí, upravena nájezdová věž velkého můstku, případně i tribuny pro diváky, pokud je bude možno spojit s výstavbou ubytovacího hostince. Vlečný výtah na Černý vrch bude sloužit pro skokany, sjezdaře i turisty. Z Černého vrchu se má ještě upravit slalomový svah. Práce na sáňkařské dráze budou dále pokračovat.

V roce 1964 dostane sáňkařská a bobová dráha svůj konečný vzhled se všemi nutnými zařízeními. Současně budou zahájeny práce na sjezdové dráze z Ještědu ke Spáleníšti.

V roce 1965 bude zakončena výstavba sjezdovky Ještěd—Spáleníště, rekonstruován střední můstek pod lomem a vybudován malý cvičný na Pláních za předpokladu, že zde bude nový hotel s přiměřenou lůžkovou kapacitou. To je tedy lyžařská pětilетка, na jejímž konci stojí dokonalé zimní středisko, budoucnost rozvoje lyžařského a sáňkařského sportu na Liberecku!

V sousedním Jablonceku leží v klínu Jizerských hor Jiřetín, kde se buduje zimní středisko jabloneckého okresu. Byla zakončena první etapa výstavby. Lyžařský můstek a sáňkařská dráha Sokola Albrechtice dostala pěkný přírůstek ve formě krásné sjezdové a slalomové tratě z Bukové hory do Jiřetína s cílem u můstku. Tratě odpovídají všem požadavkům závodního i turistického lyžování. Na výstavbě se nejvíce podílejí příslušníci lyžařské základny v Jablonci n. N., lyžaři Sp. Smržovka a členové Horské služby. Druhá etapa výstavby střediska je připravena na rok 1962. Bude vybudována další sjezdová a slalomová trať ze Spíčáku do Tanvaldu s lyžařským vlekem. Počítá se s tím, že v příští sezóně zde budou okresní a krajské přebory. Příznivci zimních sportů z jabloneckého okresu se mají tedy nač těšit...!

Napsali lyžaři Dukly Tábor

Do základní vojenské služby nastupují každoročně stovky mladých sportovců. Většina z nich se snaží, aby pokračovala v tréninku a závodění i na vojně.

I když sport a závodní činnost nejsou u všech vojenských útvarů doceněny, přesto se dostávají stále více do popředí.

U našeho útvaru za podpory důst. Vokrouhlika a Vyčichla se ustavila skupina lyžařů, výkonnosti na úrovni II. VT. Začala tvrdým a poctivým tréninkem. Trénují pětkrát týdně. Dvakrát v terénu, třikrát v tělocvičně.

Ve svém výhledovém plánu si dali smělé úkoly. Úkolem číslo jedna je získat jeden titul přeborníka Jihočeského kraje, probojovat se do mistrovství ČSSR a umístit se mezi první desítkou ve III. kategorii armádních sportovních her.

Předpoklady, podmínky a odborné vedení oddíl má. Trénink vede J. Nezhyba, trenér II. třídy. NZ

Také v Otrokovicích — mládež především

V nedávných dnech hodnotili otrokovičtí lyžaři na své výroční schůzi uplynulou sezónu. Byl to pěkný pohled zpět, a to nejen na poslední období, ale i na celých 25 let činnosti a práce.

Jedním z úkolů lyžařského oddílu vždy bylo: dát širokým vrstvám pracujících možnost navštěvovat po zaměstnání idyllickou krásu zasněžených hor. Odpočinout si, naučit se lyžovat a nabrat nových sil. Že se to podařilo, svědčila spokojenost všech 143 členů oddílu a velké řady dalších příznivců. Ti všichni pod dohledem početného cvičitelského sboru plně využívali této pohody.

Nejdůležitějším úkolem vždy byla a bude péče o mládež. A té mají tolik, že jim »jde hlava kolem« starostí, ale také radostí. Věřte však, že je to pěkné, mít kolem sebe tolik drobtiny. Oddíl značně pomáhá při vybavování dětí na zimu. Po pěkné podzimní přípravě je vozi na hory za sněhem plných 100 km za 5 Kčs. Však si toho rodiče i mládež vážili! A nově zvolený výbor již předložil také svůj první bod programu: co nejvíce mládeže za pohybem, za zdravím do hor!

Ani na ostatní činnost nezapomínali. Tak závodníci z Otrokovic startovali celkem 226krát, z toho byl 64 startů v různých branných závodech. K řadě pěkných umístění připojili 8 titulů přeborníka kraje. V budovatelském úsilí byli značnou oporou TJ. Na sportovním středisku odpracovala lyž. mládež 232 hodin, členstvo zde splnilo svůj úkol na 110 %, tj. 1083 hodiny. Kromě toho byl v našem zimním středisku na Beskydě vybudován lyžařský vlek v délce 300 m, který značně usnadní výcvik. Bude také sloužit i všem dalším účastníkům různých kursů, školám apod. Toto pěkné dílo si vyžádalo dalších 2074 brigádnických hodin.

Je to jen stručný přehled činnosti, ale ukazuje, jak v tomto lyžařském oddílu pochopili závěry plenárního zasedání UV ČSTV. Čeká je ještě mnoho práce a hlavně mnoho mládeže, kterou je třeba získat pro zdravou tělovýchovnou činnost. Podaří se jim to? V Otrokovicích pevně věří, že ano!

-MZ-

Trenéři zo Slovenska rokovali v Tatranskej Lomnici

Zima je predo dvermi. Je veľa starostí s tým, ako pripravíť masu »lyžovníkačtívcích« mladencov a dievčat na zvládnutie lyží. Hoci zatiaľ niečo všade snehu nadostá, ale predsa čas je tu — a zaiste nebudete už dlho trvať, čo sa pokrýjú lúky a stránne jeho hermelínom potom už nastanú len radovánky pre tých, ktorí pestujú lyžovanie len ako zábavu alebo rozptýlenie — a na druhej strane povinnosti pre tých, ktorí lyžovanie robia pretekove. Na túto dráhu treba viesť i tie »skryté lyžiarske rezervy«. No a tu je i poslanie nadšencov z radov cvičiteľov, ktorých vo vyššom výkonnostnom stupni zverencov nahradia trenéri.

Nuž a za týmto cieľom stretli sa trenéri na IV. trenérskej konferencii. Ich záujmy boli sústredené na fakt, aby táto konferencia vyznela čo najpriaznivejšie a hlavne aby priniesla jasno do viacerých aktuálnych problémov nepretekového i pretekového lyžiarskeho športu.

Termín konferencie bol 2. a 3. 12. 1961. Jej poslaním bolo teda prerokovanie niektorých závažných úloh ďalšieho rozvoja trenérskej práce.

Hlavný referát a diskusia sa niesla v znamení zvlášť významných uznesení ÚV KSC o práci s mládežou, v ktorých sa kladie dôraz na dôležitosť telesnej výchovy ako výchovného a kultúrneho činiteľa. ÚV KSC v nich vysoko hodnotí prácu v telesnej výchove, najmä prácu trénerov a cvičiteľov, ktorej pripisuje veľký spoločenský význam, a zaraďuje lyžovanie medzi tri hlavné športy.

Hlavný referát predniesol podpredseda LS ÚV ČSTV a predseda komisie lyžovania SV ČSTV s. Biednik, mobilizujú v ňom trénerov na pomoc SHM. V dielčích referátoch sa snažili vyporiadať tréneri s touto tematikou: a) technika rozličných zjazdárskych škôl (Zálešák), taktika zjazdárskych disciplín (Gurský), taktika odrazu v skoku na lyžiach (Nemeszeghy), určovanie oddychového času v tréningoch v hlavnom období. Podľa vyhodnotenia, ktoré vykonal docent s. Fr. Sýkora, konferencia bola prínosom pre lyžiarsky šport. Z prijatých 20 uznesení je vidieť, že súčasný stav lyžovania na Slovensku nie je trénerom lyžovania ľahostajný, že ho chce upraviť k lepšiemu a v dôsledku toho zaisťovať sa niektorý zo zainteresovaných trénerov k tejto významnej náplni poslania trénerov ešte vráti.

Zo života lyžiarskej základne v Košiciach

Košická lyžiarska základňa v permanencii — Aj lopata a čakán prispieva k získaniu tvrdosti — Tréner Beaufort: »Pomôžeme odstrániť manko v slovenskom ženskom zjazdárstve.«

Dnes je už neodskriteľným faktom, že v Košiciach vychovali v posledných rokoch viacerých nádejných mladých zjazdárov, ako napríklad Mitru, Kunšťaďta, Gorgoša, Černocho a iných, ktorí dosahovali v kategórii dorastencov slubné výsledky nielen v slovenskom, ale aj v celoštátnom meradle. Na základe dosiahnutých výsledkov a technickej vyspelosti bol v tomto roku mladý Kunšťaďta, člen lyžiarskej základne v Košiciach, zaradený aj do štátneho reprezentačného družstva ČSSR.

Tieto výsledky nie sú náhodné vďaka dlhodobej sústavnej a svedomitej práci dobrovoľných pracovníkov, hlavne trénerov súdruhov Ferenciho a Beauforta, ktorí v minulosti v ŠSM a posledný rok v lyžiarskej základni vedeli zabezpečiť a pripravili pretekárom vhodný tréningový možnosti.

Lyžiarska základňa v Košiciach bola pričlenená k TJ Lokomotiva Košice a má t. č. v starostlivosti 18 výkonných pretekárov, v prevažnej časti dorastencov. Okrem nich stará sa pomocou lyžiarskeho oddielu aj o tzv. »prípravkárov« — žiactvo, ktoré nedosahuje ešte potrebnú výkonnosť, ale má predpoklady pri správne usmerňovanom tréningu v priebehu 2—3 rokov vybojovať si na výberových pretekoch žiactva zaradenie, aj o členstvo v základni.

V lyžiarskej základni pracujú podľa celoročných plánov, čo znamená, že po ukončení hlavnej pretekárskej sezóny nestrácajú kontakt s členmi, ale usmerňujú ich tréning aj v prechodnom a prípravnom období, t. j. v lete a na jeseň. V letnej príprave osvedčilo sa pestovanie doplnkových športov, ako napríklad cyklistiky, plavectva, turistiky a nie v poslednej miere letný lyžiarsky tréning vo Veľkej Zmrzlej doline. Na jeseň sa objavujú košickí lyžiari na atletických dráhach pri plnení disciplín PPOV, svoju formu zlepšujú lesnými behmi v Črmeli, a keď počasie už nedovoľuje pohyb v prírode, stretávajú sa v novičiekej telocvični na Mlynskom náhone.

Pri našej návšteve v telocvični nacvičovala jedna skupina pod vedením asistenta TVK Takáča zjazdárske pohybové návyky na kladine, iná trénovala zjazdový postoj pri šmyku na švédskych laviciach, dievčatá nacvičovali mrštnosť a pohyblivosť pomocou dvoch oproti sebe položených perových mästkov.

Vedúci základne Juraj Beaufort hovoril aj o brigádnických prácach na slalomovom svahu v Črmeli, ktoré sú pre členov základne povinné. Prínosom v práci je kontakt s rodičmi a školami adeptov, lebo tréneri získavajú týmito návštevníkmi celkový obraz o živote svojich zverencov, ktorých vedú ponajviac od útleho žiackeho veku, od prvých nesmelých krôčkov s lyžami.

»V poslednej dobe,« končí pohovor vedúci lyžiarskej základne, »venujeme zvýšenú pozornosť dievčatám a sme presvedčení, že naše nádejné mladočké pretekárky Lýdia Holovská a Darina Kunšťaďtová budú figurovať v tejto sezóne už medzi prvými dorastenkami v celoslovenskom meradle.«

Členovia lyžiarskej základne v Košiciach už nedeochkávajú sledovali poveternostné zprávy z oblasti Vysokých Tatier, lebo po svedomitej suchej príprave s radosťou vyšli trénovať na prvom snehu.

Ako vidieť, môžu dobrí lyžiari vyrásť aj ďalej od horských oblastí — ako to bolo aj v prípade Bratislavčanov Hermana, Uhera, Livorovej — len aby bol dostatok obetavých pracovníkov, starostlivosti a odborného vedenia. (df)

Ze Severomoravského kraje

Krajská sekce lyžování v Ostravě i její komise jsou v plném pracovním tempu. Nemůžeme se ani divit. Vždyť Severomoravský kraj dostal za úkol uspořádat mistrovský přebor republiky dorostu ve sjezdových disciplínách v únoru na Pustevnách. Byla ustavena organizační komise tohoto přeboru v čele se zkušenými pracovníky s bývalými závodníky — Kulišákem, Čurdou, Poliškenským, Medkovou, Vodovou a Jakšíkem. Komise se pravidelně schází každý týden a již dnes je možno říci, že hlavní úkoly mají zhruba zajištěny. Bude však třeba ještě mnoho a mnoho hodin a osobního volna, které budou obětovat ti lidé, aby tento přebor se důstojně zařadil mezi podniky, které v Ostravě vždy byly dobře a řádně zajištěny.

Komise mládeže na výbornou

Komise mládeže Severomoravského kraje byla letošního roku vyhodnocena jako jedna z nejlepších a její způsob práce dává na ústřední komisi mládeže za vzor. V loňském roce bylo v kraji splněno celkem 6323 odznaků »Lyžař ČSSR« a v nastávajícím roce má být toto číslo ještě zvýšeno závazkem celé komise mládeže na 10 400 nositelů. Komise mládeže velmi dobře spolupracuje s komisí základního lyžování a za spolupráce všech okresních komisí mládeže a základního lyžování připravila seminář všech pracovníků na chatě Barborce na Pradědu v prosinci minulého roku.

Rozhodčí nezůstávají pozadu

Jednou z nejlepších komisí krajské sekce je bezesporu komise rozhodčích vedená inž. Němečkem. Jeho zásluhou se celá komise zpevnila a dnes můžeme říci, že evidence rozhodčích lyžování je správně podchycena a dává nám jasný přehled o jejich obětavé práci.

V kraji je celkem 1 rozhodčí FIS, 7 ústředních rozhodčích, 21 první třídy, 47 druhé a 141 třetí třídy. Komise jako

taková přistoupila k novým formám práce. Jsou to dálková školení rozhodčích I. a II. třídy, která již úspěšně probíhají.

Lyžařů v jižních Čechách přibývá

Okresní sekce lyžování pohraničního okresu Český Krumlov se připravila na nastávající rok velmi dobře. Celoroční plán činnosti hovoří o 120 nových členech, 60 odznaků zdatnosti, 15 nositelů výkonnostních tříd a vyškolení 13 rozhodčích a 8 cvičitelů. Letos mají být založeny další dva oddíly lyžování ve Sparťaku Kaplice a Tatraru Loučovice.

Značná pozornost je věnována náborovým soutěžím, hlavně odznaku Lyžař ČSSR, kde v úzké spolupráci s odbory ZTV, učitelé, svazáci a funkcionáři Svazarmu je prováděna úspěšná propagace a popularizování tohoto odznaku. Přebornické soutěže okresu budou uskutečněny v Křemži a sjezdové disciplíny na Kletí. Za dobrou práci byla okresní sekce lyžování v Č. Krumlově pověřena krajskou sekcí uspořádáním krajského přeboru v běhu na lyžích na Lipně. Mimořádnou péči věnují Sportovním hrám mládeže, které probíhají ve třech kolech. V běhu na lyžích se sjede mládež do Sokola Omlenice a na sjezdové disciplíny na Lipno.

Péče a pozornost, kterou v okrese Č. Krumlov věnují jak dospělým, tak hlavně mládeži, přinese rozhodně brzy své zasloužené ovoce, a lyžování se stane v tomto pohraničním okrese masovým sportem. -BB-

Áno, skúsili sme a . . .

podarilo sa. V 11. čísle »Lyžařství« navrhují lyžiari Banika Ostrava zjazdárom, aby si letnú prípravu preverili v preteku v slalomu na suchu.

Znovu aktivizovaný lyžiarsky oddiel Lokomotivy Bratislava usporiadal v polovici novembra na ideálnom teréne blízko Bratislavy na Kamzíku pre mladých pretekárov slalom na suchu. Bol to pomerne ťažký pretek; jednak preto, že bolo nepriaznivé počasie, pravé zimné podmienky, hustá hmľa, a potom na prvýkrát aj pomerne dosť bránok, a tak pretekári sa dobre zadýchali, kým došli do cieľa. Startovalo vyše 50 pretekárov, hlavne mladých. V našich podmienkach to bol hneď na prvýkrát značný úspech.

Pretek sa veľmi páčil a pretekári sa hneď domáhali jeho opakovania už o týždeň. Na základe týchto dobrých skúseností budeme pretek podobného druhu častejšie opakovať.

Teda na základe našich skúseností môžeme len spolu s lyžiarmi ostravského Banika aj my adresovať výzvu: Skúste to tiež — a istotne sa vám to zapáči. -Mr-

Nový mústek v Plavech

V Plavech na Jahlonecku si postavili už v roce 1928 lyžařský mústek, který hořtil starší generaci čs. reprezentantů Fr. Šimůnka, Bartoně, Koldovského, Vránu, Hynka, Pecha, z mladších pak Bělonožníka, Lenemayera, Felixe, Jebavého, Bulína a další. Byl několikrát přestavován až do doby, kdy v těsném sousedství vyrostla konkurence — největší mústek v Severočeském kraji s kritickým bodem 78 m. Byl postaven obětavostí členů lyžařského oddílu v Plavech a mnoha občanů. Nový mústek, jehož výstavba byla dokončena koncem minulého roku, stojí na severní straně a bude mít dobré sněhové podmínky.

Závažný a odpovědný úkol má a v budoucnu ještě více bude mít tělesná výchova. V programu KSSS se jasně říká: »Volný čas lidí bude více věnován veřejné činnosti, kulturnímu životu, duševnímu a tělesnému rozvoji, vědeckotechnické a umělecké tvorbě. Tělesná výchova a sport se stanou trvalou součástí každodenního života lidí.« Jednání II. sjezdu ČSTV bude plně zaměřeno k dosažení tohoto cíle. Pro nás je hlavním úkolem učinit vždy a za všech okolností vše, aby bylo tohoto krásného cíle s našim přispěním co nejdříve dosaženo!

NÁŠ SPOLEČNÝ CÍL

Návyky na pravidelnou tělovýchovnou činnost se nejlépe utvrzují v mládí, v dětství, v údobí, kdy se organismus rozvíjí. Chceme, aby se pravidelná tělesná výchova stala organickým návykem — a proto péče o tělesnou výchovu mládeže je teď pro nás prvořadým požadavkem!

Organizujeme upravování sáňkařských prostorů a sportovních drah, svépomocnou údržbu a výrobu saní i bobů.

Nepodceňujeme teorii, zlepšujeme volní vlastnosti; připravíme kvalitní SHM v jízdě na saních a mistrovské soutěže — to vše nejlépe prověří naši práci a podíl při uskutečňování hesla: »Práce — kniha — sport!« Jedině tím pomůžeme uskutečnit požadavek dneška: »Mládeži alespoň jednu hodinu tělesné výchovy nebo sportu denně! Saně jsou skoro v každé rodině, mrzne a padá sníh taky všude. Využijeme sáňkování, spojuje nám společenskou zábavu s rekreací v zimní zdravé přírodě spolu s hodnotnou tělovýchovnou činností a k uskutečnění tohoto hesla může velmi pomoci.

Členové oddílu saně a boby Slávie VŠ Praha začali již před několika lety dělat na cyklistické dráze ve Strašnicích pokusy s jízdou na kolečkových saních tažených motocyklem. Pokus se podařil a dal sáňkařům možnost suchého celoročního tréninku a doplnil tak jejich mezeru v přípravě, kterou měli proti bruslařům nebo lyžařům, jimž moderní technika umožňuje jezdit na bruslích nebo lyžích celý rok. I když se uvažuje na některých našich drahách (Mar. Lázně) o zavedení pomocného umělého chlazení, nemohou zatím sáňkaři počítat s tím, že by mohli jezdit na umělém ledu nebo jako lyžaři na umělé hmotě.

A tak kolečkové saně jsou jakousi kopií kolečkových bruslí. Strašnická cyklistická dráha se ukázala velmi vhodnou. Má dostatečně klopené zatáčky, aby si na nich sáňkař zvykal na jízdu na ledových mantinelech zimní sáňkařské dráhy. Technika ovládnutí saní a vlastní jízdy je velmi podobná jako na ledové dráze. Saně jsou totiž taženy lanem v těžišti. Byla tedy nalezena velmi vítaná tréninková pomůcka. Ovšem jako všechno i toto mělo určitou vadu. Když byla dráha mokrá, byla jízda na motocyklu nebezpečná.

Inž. Dašek, náš přední sáňkař a hlavní spoluautor myšlenky a konstrukce kolečkových saní, jezdí také na motokáři. A tak ke slovu přišla motokára. Výsledek byl až překvapivě dobrý. Obavy, že nebude pro tento účel dostatečně výkonná, se rozplynuly ihned po startu, kdy motokára se saněmi ve vleku předvedla vynikající akceleraci. Rychlost, která je nutná k tomu, aby sáňkař vyjel v klopených zatáčkách dostatečně vysoko, se pohybuje mezi 60—70 km/hod. Daškova motokára ji dokáže. Tato tréninková metoda je jistě unikátní v celém světě a pro sáňkaře, kteří nyní stojí před velkými úkoly, je skutečně významná.

M. SKOŘEPA

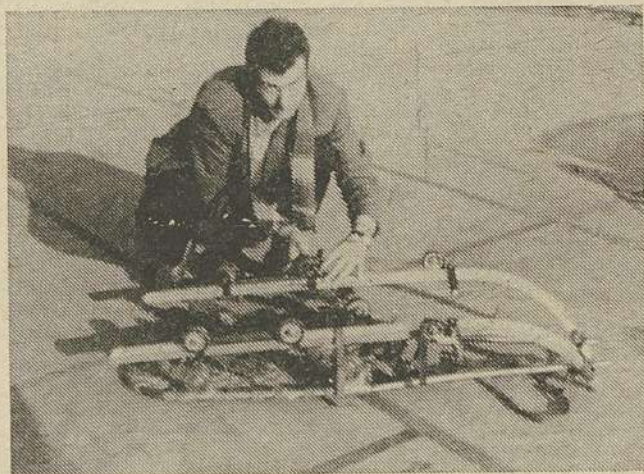
Perspektivy v konstrukci saní

Lze očekávat, že i v konstrukci a stavbě sportovních saní široké potřeby se vbrzku zase uplatní další zlepšení, která se nyní osvědčují u saní závodních. Jsou to například kovové nožičky s oplínky z jednoho kusu, které lépe vzdorují provoznímu namáhání než dřevěné. K usnadnění řízení saní bez drhnutí nohama o zem za vyšších rychlostí se saně uvolňují v čepích. Čepy se ukládají v gumě (silensbloky), časté je i řešení s teleskopickými odpérovacími nožičkami. Stále aktuální a snad nejdůležitější zůstává otázka uplatnění nových hmot na skluznici s menším koeficientem tření nebo při použití oceli tak alespoň jejich lepší úprava tepelná i povrchová, včetně nových mazacích vosků a techniky mazání zajišťující mazací schopnost i při vysokých specifických tlacích na hraně skluznice. Objevují se i různé aerodynamické kapoty snižující odpor vzduchu a chránící jezdce před padajícím nebo při jízdě od sanic odletujícím sněhem. Bývají vybaveny kapsou pro vosky a příslušenství nebo občerstvení. Zvláště u dvousedadlových saní se vynalézají záďové opěry, opěry nohou a zdvojená vodítka. Vedle lepených skluznic je největší novinkou možná změna jejich úhlu nakosení pro měkčí sněhovou a tvrdší ledovou dráhu, nebo dokonce měnící se podélné prohnutí sanic úměrně poloměru křivosti zatáčekové stěny v závislosti na vzrůstající odstředivé síle.

Nezbytným doplňkem sportovních saní jsou ochranné »bačkory« tvořící kryt na skluznici. Musí být snadno a rychle nasazovatelné a upravené i pro využití při přejíždění a dopravě saní.

V budoucnu lze očekávat uplatnění nových hmot místo dřeva i kovu.

KOV



■ Na prvním snímku E. Poláka vidíte upevnění koleček k saním. Na druhém saně ve vleku za motokárou řízenou inž. Daškem na cyklistické dráze v Praze.

V počátcích rozvoje sportů se používal objem (množství) práce, ale nikdy se nemělo být dosaženo úspěchu. Dnes již nevystačujeme s touto praxí a zařazujeme cvičení všeobecně rozvíjející (doplňkové sporty, hlavně základní tělesnou výchovu a lehkooiletické disciplíny v komplexu BPOV a PPOV). V současném systému sportovního tréninku nabývají stále většího významu speciální tělesná cvičení určená pro rozvoj, nácvik a výchovu vlastností potřebných ve zvoleném druhu sportu. Je to pochopitelné, neboť pouhým opakováním cvičení zvoleného sportovního odvětví nelze dosáhnout potřebné-

smí snižovat její intenzita. Hodnota praceschopnosti mozkových nervových buněk se velmi rychle mění a protože podmiňují provádění daného druhu sportu, dochází tak ke snížení praceschopnosti sportovce v době, kdy jsou požadavky na ně obzvláště vysoké. Stačí trénovat jen několik dnů se sníženou intenzitou a je po vytrvalosti — po kondici.

Technika rozhoduje vše!

Toto heslo platí stejně v národním hospodářství jako ve sportu. Zavádění nové techniky ovládnání saní a bobů je tedy hlavním předpokladem dosažení vysokého mistrovství a zvyšování sportovní hodnoty v sánkařství a bobovém sportu. Máme Instrukční plakát a asi v březnu budeme mít přednáškové osnovy pro trenéry a cvičitele s podrobně vypracovanými metodickými řadami výcviku v jízdě na bobech a na saních. Zbývá už jen trénovat!

Nedostatky v technice jsou především důsledkem nedostatků v nácviku sportovců, zejména mladých. Namnoze jim stačí osvojení si pouze minima nové techniky, bez něhož se není možné obejít, a honem na závody! Je přirozené, že potom je sebemenší překážka, mimořádná situace nebo zvětšená rychlost vyvede z míry se všemi důsledky. Odsuzujeme »jednonohého« fotbalistu, hokejistu střílejšího jen z jedné strany, rohovníka s malou zásobou úderů atp., a sami na saních a bobech se spokojujeme velmi často s mnohem menší zásobou techniky. Sportovní výkon není riskování! Dokud tedy není vytvořena náležitá technická připravenost, nedoporučujeme soustředění. Alespoň ne často. Narušuje to vytvoření správných pohybových návyků.

SYSTÉM PŘÍPRAVY SPORTOVCE

ho většího rozvoje síly, rychlosti, vytrvalosti, kloubní pohyblivosti a obratnosti, jako speciálními cvičeními.

Pro naše oba sporty je obzvláště důležité zaměřit se na rozvoj svalové síly a na osvojení si dokonalé techniky. V systému tréninku má velký význam, vedle obsažených a mnohotvárných metod tělesných cvičení, též výchova volních vlastností, nácvik sportovní techniky a taktiky a psychologická příprava.

Víme, ale neděláme

Praktická realizace tréninkového systému často a v mnohém zaostává za jeho teoretickými základy. Nedoceňujeme například princip všestrannosti, ačkoliv v praxi dobře víme, že po všech stránkách dobře připravený sportovec nováček docílí ve svých sportech dříve vrcholných výkonů. Všestranná příprava je jediným způsobem, který zabezpečuje základ pro náročný, speciální trénink.

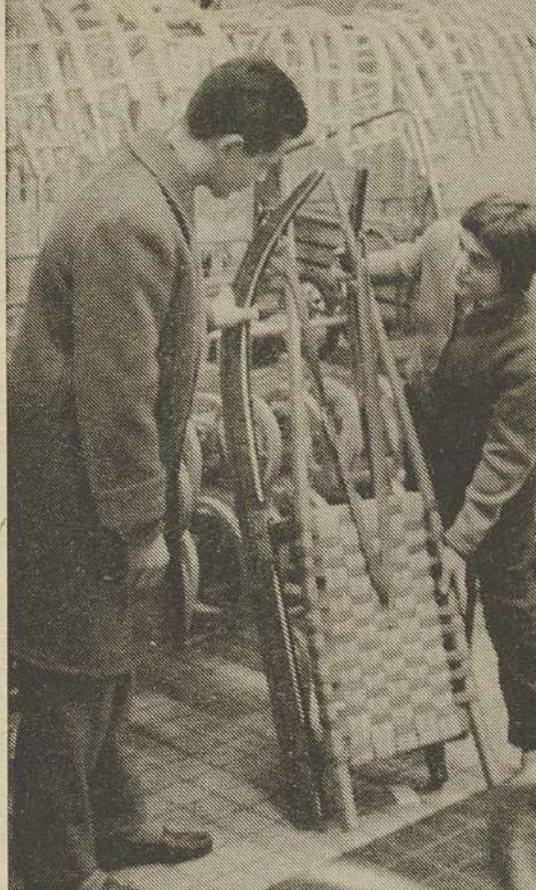
Tělesná příprava je jen tehdy efektivní, je-li celoročně systematicky a pravidelně prováděna. Nyní v hlavním období mezi závody je méně intenzivní. V přípravném období však se musela náročnost vyrovnat požadavkům a námaze v soutěžním období. Proto předpokládá využití souborů speciálních cvičení stále ve větší míře, až do 50 % celkové doby tréninku. Podle mých zkušeností je možno připravit se na závody při dvou tréninkových jednotkách v týdnu za čtyři a u nováčků za pět i více měsíců. Každodenní samostatné cvičení ráno před začátkem v délce 20–30 min. zkracuje a z kvalitňuje přípravu. Závodník v tréninku musí absolvovat práci většího objemu a intenzity, než jaká bude v soutěži. Opakovanými cvičeními »do krajnosti« se nejefektivnějším způsobem rozvíjí síla zvětšením svalové hmoty a posiluje vůle ovládnout organismus na hranici lidských možností. Trénuje se tak též nervosvalová koordinace. Výzkumy je též zjištěno, že cvičení se vzrůstajícím zatížením je prospěšnější než s konstantním po dlouhou dobu. Ani v období 1–2 týdny před velkými závody v hlavním soutěžním období nelze opomíjet nebo snižovat dávkování. Snižování tréninkových dávek před velkými závody prováděné zmenšením objemu a intenzity tréninkové práce snižuje úroveň trénovanosti. Závodník pozbývá nashromážděnou sílu a svěžest! V případě potřeby plného zotavení a odpočinku je možné snížit pouze

Individuálně nebo kolektivně?

Jak už sama podstata přípravy i závodní činnosti v obou našich sportech napovídá, je i trénink převážně kolektivní záležitostí. Tak je to také správné, neboť společný trénink značně podněcuje rozvoj rychlosti, síly i vytrvalosti a pomáhá řešit i ostatní jeho úkoly. V kolektivu se slabší snaží vyrovnat silnějším, lepší svým příkladem nadchnou a strhují ostatní, pomáhají si navzájem, vzájemně se učí pozorovat a hodnotit jeden druhého — to vše utužuje kolektiv. Neznamená to provádět trénink sportovců stejné specializace podle jednotného plánu, aniž bychom brali v úvahu individuální vlastnosti a stav trénovanosti každého zvlášť. Trénujeme-li v oddíle společně, muži, ženy, dorostenci a dorostenky, někdy i žactvo, rozdělujeme je do družstev, kterým jsou stanoveny přesné cíle, objem i intenzita tréninkové práce. To platí v tělocvičně i na sněhu.

Tendence rozvoje

- Podle posledních poznatků ze zdokonalování systému přípravy sportovců v zahraničí i u nás přistupuje se k souběžnému (paralelnímu) řešení všech úkolů tréninku.
- Přečehází se na vícedenní (až každodenní) tréninkový týdenní cyklus. U mnohých sportů se stále častěji využívá denní dvoufázový trénink.
- Značně se zvyšují tréninkové jednotky, jednak formou zvětšení objemu — v přípravném období, jednak zvyšováním intenzity, v hlavním období a využíváním speciálních cvičení zaměřených na daný sport.
- Prosazuje se zásada uvědomlostí. Sportovci musí vědět, co, jak a proč je třeba to nebo ono dělat v tréninku i při závodě. To tam je heslo — Za sportovce myslí trenér! Naopak vědomosti trenéra jsou známé i závodní-



■ Nákupem dobrých sportovních saní »Ještěd« (170 Kčs) a pomocí instrukčního plakátu »Jízda na saních« bojíte za vyšší sportovní hodnotu a bezpečnost sánkování na široké základně!

kovi, se všemi metodickými i teoretickými zdůvodněními.

- Pro rozvoj pohybové koordinace je třeba v tréninku vytvářet složitější a obtížnější podmínky než budou v závodech (handicapy).
- Aby se podpořilo zdokonalování techniky, používá se v přípravě soutěžních metod s hodnocením techniky (bodovým či procentovým).
- Trénink se uskutečňuje za jakéhokoliv počasí a ztížených podmínek.
- Velký důraz se klade na samostatnost sportovců v tréninku — učí se spolupracovat sami na sebe.
- Jak na závodech, tak v tréninku musí být stanoven určitý úkol, jehož cíle nutno dosáhnout.
- Nelze podceňovat ani otázky přízpůsobování režimu dne odpovídajícího náplni i časovým rozvržením vrcholným závodům.
- Objevuje se též nový pojem »produktivita tréninku«, hodnotící a hledající optimální míru a tím jeho vyšší účinnost.

Aplikovat poznatky systému tréninku, výchovy morálních a volních vlastností atd. jistě budeme v našich sportech provádět také. Ale musíme se učit tyto nové poznatky umět přetvářet pro naši potřebu a udržet si i v tomto směru určitý předstih.



Koncem listopadu to vypadalo na našich horách se sněhem beznadějně. Zdálo se, že trénink našich reprezentantů lyžařů-běžců, kteří se připravují na mistrovství světa v Zakopaném, bude vážně narušen. Nebyl. Přijali jsme s povděkem pozvání finské dělnické sportovní organizace TUL, a tak mohla skupina vybraných reprezentantů se dvěma trenéry a lékařem, který zároveň zastával funkci vedoucího výpravy, odjet dne 28. XI. do finského sportovního střediska v Pohtimolampi. Toto středisko se nalézá v jižní části Laponska, asi 30 km severně od polárního kruhu. Teprve tam jsme našli snh. Stále stejné, neměnné se povětrnostní a sněhové podmínky dávaly možnost kvalitní a plánovité přípravy. Plně jsme využívali času po celých 11 tréninkových dnů, které jsme za polárním kruhem strávili.

■ Uvítali nás přátelé

Přijetí, které nám představitelé TUL připravili, bylo skutečně srdečné a přátelské. Pečlivě se o nás starali. Na nádražích nás očekávali tlumočníci, novináři a tělovýchovní pracovníci. Zájem o nás byl veliký. Několik časopisů přineslo reportáže o našem zájezdu a zpráva o tom proběhla i ve finském rozhlase. Také na samotu do Pohtimolampi přijela za námi skupina žurnalistů. Lyžování je národním sportem a sport vůbec má dosti významnou úlohu v politickém životě Finska.

■ Finsko z jiného pohledu

Finsko je buržoazní republikou. Přijeli jsme právě v době příprav presidentských a parlamentních voleb, které se budou konat v únoru tohoto roku. Finsko má šest politických stran. Pokrokovou je »Demokratický svaz finského lidu«, ve kterém je hybnou silou komunistická strana.

NOVINKA

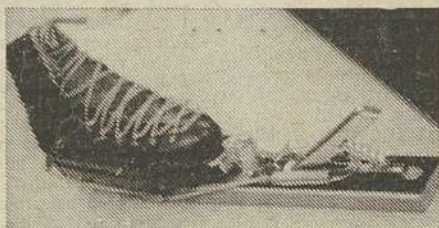
Sportovní a technické potřeby, n. p., připravují pro trh nový bezpečnostní napínač lyžařského vázání vhodný pro nejširší okruh lyžařského sportu.

Dosavadní typy bezpečnostního lyžařského vázání, které jsou v prodeji, neodstraňují nebezpečí pohmoždění nohy při pádu dopředu. U tohoto nového bezpečnostního vázání se otevře při nebezpečném pádu páka napínače, čímž se uvolní lanko přidržující botu. Nastavení mechanického vypínání se provede jednoduchým seřizením pojistky jednou provždy podle váhy lyžaře a jeho požadavku na moment otevření.

Další výhodou tohoto napínače je měkkí pružená lanka zavěšeného na dvou perech, což je vhodné při turistickém lyžování. Snadné zavírání zámku zašlápnutím a otevírání pomocí bodce lyžařské hole oceníme zejména při velkých mrazech. Funkční část zámku je řešena tak, aby nebylo nebezpečí zamrzání.

Použití tohoto zámku vhodně kombinovaného s některou čelistí, ať již pevnou nebo otočnou, dává předpoklad k dalšímu snížení úrazovosti při lyžování.

Na snímku J. Hejry vidíte tento typ vázání v kombinaci s vázáním ZPB inž. Bažanta, o kterém se zmíníme příště.



Demokratický svaz má v poslanecké sněmovně 50 mandátů ze 200. Proti této straně stojí pravicová strana, kterou je ve Finsku strana sociálně demokratická. V jejím čele je Honku. Nynější prezident Urho Kekkonen, zastávající linii přátelství se SSSR, je členem strany agrární, která je tak asi uprostřed mezi pravicí a levicí. Má u finského lidu velké sympatie a zdá se, že ve volbách bude zvolen. Neklid v politickém životě se projevuje stávkami

■ V Pohtimolampi

Sedíme ve vytopené jídelně, zařízené s finskou střízlivostí, jednoduchostí a účelností. Hlas čs. reportéra, čtoucího zprávy našeho rozhlasu, je rušen atmosférickými poruchami. Slyšíme, že hlásí odpolední teploty na území Československé republiky +14 až +18°C. Náš teploměr u vchodu do budovy však ukazuje -19°C. A to máme dnes saunu. Již jste se koupali v jezeru ve vysekané díře v ledu? Nechceme však dělat hrdiny. Po rozehrátí v sauně je to docela příjemný a přirozený zážitek. Jenom se nesmí zapomenout, že voda rychle zamrzá a za 15 minut je již asi 0,5 cm silná vrstva ledu na hladině, o kterou si můžete potmě nepřijemně odřít záda. Tma a krátký den nám vůbec dělaly určité starosti. Museli jsme nutně upravit denní program. Ještě v 9.00 hodin, kdy se vyjíždělo na trénink, bylo tma. Ve 14 hodin se již opět začínalo šerit.

■ Tvrdý, ale zdravý je život a trénink za polárním kruhem

Neměli jsme vážnějších problémů s aklimatizací. Jen v prvních dnech soustředění trpělo několik z nás poruchami spánku, hlavně špatným usínáním. Jistě zde měla vliv jiná zeměpisná poloha a něco padalo snad na vrub času, který ve Skandinávii je o hodinu před naším. Nízké teploty jsme celkem dobře snášeli. V Laponsku je totiž daleko menší vlhkost vzduchu a téměř úplně bezvětrí, takže i -20°C nepůsobí velkých potíží.

Těšili jsme se, že ve sportovním středisku uvidíme při tréninku vynikající finské běžce. V tomto směru jsme však byli zklamáni. Závodníci Martti Maatela a Mäntyranta odřekli naše pozvání s odůvodněním, že mají od 10. XII. soustředění finského družstva.

■ Sobí maso nám chutnalo

právě tak, jako nám chutnala finská kuchyně. Hodně zeleniny a ovoce, mléko, máslo a černý chléb byly podstatou naší stravy. K jednomu jídlu bývalo 4 až 5 druhů zeleniny. Ke každému jídlu a ke každé příležitosti se pije mléko. Říká se, že přijede-li do Finska ten, kdo nerad pije mléko, odjíždí za měsíc z Finska jako jeho notorický piják. Myslíme, že by česká kuchyně, zbytečně oplývající moučnými a tučnými jídlami, si mohla brát vzor.

■ »Korona« součást aktivního odpočinku

Mezi svačinou a večeří býval program vyplněn politickými aktualitami, zpěvem, poslechem čs. rozhlasu a podobně. Po večeři se hrávala dáma, šach nebo »korona«. Je to hra podobná kulečnicku, avšak na ploše asi o polovinu menší. Pomocí tága a větší ploché kruhové destičky zvané »laatka« se shazuje v co nejkratší době 8 menších barevných kruhových destiček do čtyř otvorů umístěných v rozích.

Při plně tréninkové práci nám náš krátký pobyt ve Finsku rychle uběhl. Náš pobyt jsme zakončili zápisem v pamětní knize sportovního střediska se znakem ČSSR, znakem ČSTV, slovy »Sportem za přátelství a mír na celém světě«.

Lyžařství

ROČNÍK 48. ČÍSLO 1

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinná služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-18*21046



Jižní část Finska — země tisíce jezer — při pohledu z letadla.

Titulní strana časopisu dělnické sportovní organizace TUL s reportáží o čs. reprezentantech. Fotografie jsou z uvítacího banketu v Helsinkách. Odleva: Jeřábek, Baluch, dr. Daněk, Čillík, Tvrzník, Hrubý. Dolní obrázek: Srnková, Paulusová, Škodová, Prokešová.

Voimistelijat valmistautu huolellisesti "Manchesterin" pidettäviin SM-kilpailuihin

TIIRIKU — TUL:n toiminta perustuu voimien valmistautumiseen SM-kilpailuihin, joiden kisa 18. pöytä Suomen Manchesterissa. Tammikuun 18. päivän 1953 TUL:n toiminta on ollut voimien valmistautumiseen. Terveystieteellinen ja urheilullinen aikakauslehti on ollut voimien valmistautumiseen. Terveystieteellinen ja urheilullinen aikakauslehti on ollut voimien valmistautumiseen.



Vuorokauden... on ollut voimien valmistautumiseen. Terveystieteellinen ja urheilullinen aikakauslehti on ollut voimien valmistautumiseen.

Joulukeräys on päässyt vauhtiin TUL:n liittotoimikunnan kaunis teko velvoittaa

TUL:n joulukeräys... on ollut voimien valmistautumiseen. Terveystieteellinen ja urheilullinen aikakauslehti on ollut voimien valmistautumiseen.

Tšekkien M-kisahiilisaapuivat harjoittelen Suomeen kahdeksi viikiksi

Tšekkien M-kisahiilisaapuivat harjoittelen Suomeen kahdeksi viikiksi. Terveystieteellinen ja urheilullinen aikakauslehti on ollut voimien valmistautumiseen.

Pietarsaarelahjoitti In... Asiasta enemmän "Ki...



4. strana obálky: Kilometr za kilometrem zdolává hřídkka při Sokolovském závodu lesní terén. Je to velká námaha, ale i krásna a romantika. Snimek. J. Křivan.

Družstvo mužů po skončení dopoledního tréninku. Odleva: Tvrzník, Jeřábek, Čillík, Hrubý, Baluch. V pozadí Škodová.

Mírně zvlněná krajina jižního Laponska s vrcholky vysokými 200–300 m nad mořem za poledního slunce, svítícího půl hodiny. Laponsko rozlohou odpovídá naší republice. V celém Laponsku žije asi 200 000 obyvatel.

Snímky fotografoval autor reportáže za špatných světelných podmínek. V poledne například exponoval clonou 2,8 a jednou padesátinou vteřiny na film 21/10 Din. Omlouváme proto jejich nedostatečnou kvalitu.





Lýžařství

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
ÚNOR 1962



MALÁ, ČINEM VELKÁ



Tělovýchovná jednota Sokol Albrechtice v Jizerských horách jistě nepatří počtem členů ani tradicí mezi ty nejslavnější. Přesto se jim v mnohém vyrovná. Například v péči o mládež nebo v odvaze uspořádat veřejné závody žactva, což je velmi odpovědný a nanejvýš aktuální úkol, kterému se až dosud vyhýbá řada velkých lyžařských oddílů. A záslužný úkol. Příklad bychom vám vidět to nadšení zúčastněné mládeže, bojovnost a zájem o změření své zdatnosti. Ne nadarmo se hovoří o rozšíření sportovních forem mezi mladými lidmi. A právě v tom, jak od slov dokázali přejít v čin — přestože nečekaně velká účast byla příčinou některých drobných organizačních nedostatků těchto závodů — dáváme tuto malou jednotu za příklad.

NA TITULNÍ STRANĚ

Pěkným startem do nové závodní sezóny našich lyžařů byly první tři závody roku — Silvestrovské štafety v Harrachově, Štít Jizerských hor v Horním Polubném a XII. ročník Kořenovského běhu. Záběr z tratě od J. Hejry.



U startu a cíle, který byl na jednom místě uprostřed obce, panoval velký ruch. Rodiče, funkcionáři a především mláď, nadšení závodníci vytvořili prostředí hodné filmové kamery.

O obětavé pomocníky také nebyla pouze. Na snímku maminka některého ze závodících — ve funkci šatnářky — a soudruh Pišner, dělník z nedaleké továrny, sbírající čísla od závodníků. Na náš dotaz, jak se k této funkci dostali, nám ve chvatu odpověděli: »No co mám dělat? Vidíme, že je to potřeba a udělat se to musí.« Neří to jedna z možností, jak získat ke spolupráci i rodiče?



SPOLEHLIVOU SJEZDOVOU STOPOU

Každý, kdo jen trochu přičíchl k lyžím a závodění ví, jakým spolehlivým závodnickým kompasem a po-
žehmáním je dobře vyjetá, správná stopa. Blahořečí jí na trati závodník v běžkách i skokan na nájezdovém můstku, koneckonců i milovníci slalomových svahů, když jim například prvních dvacet jezdců vyjede v nepřehledném lese slalomových tyčí spolehlivé koryto, z něhož »vypadnout« lze už jen vzácným neuměním.

Takovou spolehlivou, jistě a bezpečně k cíli vedoucí stopu narýsoval celému našemu tělovýchovnému hnutí nedávno skončený II. sjezd ČSTV. Jeho závěry by měly pohnout svědomím mnohého z nás a přinutit ho otevřít ve svém srdci jakýsi běžný účet dobré vůle »má dáti—dal«, k splnění stanovených úkolů. Bez toho to sotva jinak půjde, protože ani sebelepší směrnice hřiště a tělocvičny nenaplní. V hlavním referátu i v diskusních příspěvcích na sjezdu bylo usneseno nemálo přitažlivých příkladů jak na to, aby to šlo co nejlíp, i těch, které byly varovným poučením. Nelze tedy bloudit, stopa je spolehlivá!

Zvýšené materiální i společenské předpoklady ve třetí pětiletce mají znásobit podíl a náležitě uplatnění tělesné výchovy v životě naší socialistické společnosti. K prospěchu i pro radost, zdraví a štěstí příslušníků obou našich národů, zejména pak mládeže. Není tedy žádnou náhodou, ale přímo v duchu zákona o organizaci tělesné výchovy v naší zemi, že významné zasedání naší organizace probíhalo ve znamení ústředního hesla: »Práce—kniha—sport«. Což její provozování nespojuje důležité úkoly zdravotní, vzdělávací a výchovné?

Ano, odstartovali jsme k velikému závodu. Nechceme být jen pasivními diváky, ale aktivními účastníky boje, v němž jde především o znásobení podílu zdravého tělesného pohybu v režimu dne člověka naší doby. Jednotlivé formy práce i postupné cíle stanovil uvážlivě v hlavních rysech nedávno skončený sjezd ČSTV. To je ta spolehlivá, neselhávající stopa, vedoucí k cíli, to je udaný směr vpřed. Je zcela přirozené, že s jeho materiály budeme nyní soustavně pracovat, rozebírat je a hlavně je uplatňovat v naší každodenní lyžařské praxi. S kolektivní i osobní iniciativou, které se meze nekladou, se zaujetím i zápallem, z něhož vyrůstá každá dobrá lidská práce. Tak s chutí do toho!



... v současné době je nejdůležitějším úkolem sportovních sekcí a oddílů aktivní spolupráce a pomoc při rozvoji jednotlivých sportů na školách, v pionýrské organizaci, ve sportovních kroužcích ČSM, při vnitropodnikových soutěžích ROH i na rekreaci apod.

Usnesení ÚV KSČ o mládeži jasně ukazuje cestu a směr této práce: zajistit jednu hodinu aktivního sportování denně. Máme již řadu dobrých a osvědčených zkušeností z této činnosti. Například otevřené svahy s lyžařským výcvikem pro všechny zájemce, soutěž o Spartakiádní vločku, o odznak Lyžař ČSSR, instruktáže a besedy našich reprezentantů, otevřená hřiště, soutěže o odznaky zdatnosti, Plavce ČSSR, Turistu ČSSR apod. Půjde nyní o to, tyto zkušenosti plně využít v podmínkách vytvořených po II. sjezdu ČSTV.

MEZI DVĚMA SJEZDY

Zpráva o činnosti tělovýchovné organizace v období od I. do II. sjezdu ČSTV konstatuje rozvoj všech odvětví naší tělesné výchovy. Také lyžařský sport zaznamenal další růst masové základny, přestože právě v posledních čtyřech zimních obdobích nebyly příznivé sněhové a povětrnostní podmínky, a tím byla značně narušena soustavná činnost lyžařských oddílů.

V těchto krajně nepříznivých sněhových podmínkách se nejvíce projevila obětavá a usilovná práce funkcionářů lyžařských oddílů, bez které bychom dnes nemohli vzpomínat všech úspěchů, kterých jsme v lyžařském sportu dosáhli. A právě tuto obětavou práci je nutno postavit na prvé místo při hodnocení úspěchů dosažených v období od I. do II. sjezdu ČSTV.

V posledních čtyřech letech byl také několikrát při různých příležitostech vyzvednut v oficiálních projevech představitelů našeho veřejného života význam lyžařského sportu pro upevnění zdraví. Hovořilo se o něm v usnesení ÚV KSČ o práci mezi naší mládeží, v referátu tajemníka ÚV KSČ soudruha J. Hendrycha z listopadu 1961 i v referátu předsedy ČSTV soudruha Vodsloň, předneseném na II. sjezdu.

Dnes patří lyžařský sport k nejmasovějším sportům u nás. Není žádnou nadsázkou, když řekneme, že není rodiny, ve které by některý z jejích členů nelyžoval.

K získání co největšího okruhu naší veřejnosti k aktivní lyžařské činnosti byla v období posledních čtyř let uspořádána celá řada úspěšných akcí. Uvedeme alespoň některé z nich.

■ Ústřední lyžařská sekce jako prvá ze všech sportovních odvětví vyhlásila již v listopadu 1957 na počest II. CS. 1960 soutěž o Spartakiádní vložku. Celková účast 249 000 chlapců a děvčat svědčí o velké popularitě této soutěže mezi mládeží. To byl nejkonkrétnější příspěvek lyžařů ke II. CS.

■ Po skončení této soutěže v roce 1960 byla vyhlášena nová akce — soutěž o plnění podmínek odznaku Lyžař ČSSR. Již v prvním roce jejího trvání splnilo podmínky odznaku 27 631 lyžařů. To byl úspěch, který ani největší optimista neočekával.

■ V prvním ročníku nově vyhlášených SHM startovalo 121 422 účastníků. Závazek vyhlášený v tomto směru ústřední sekci na počest II. sjezdu ČSTV byl daleko překročen.

■ Při uvádění úspěchů dosažených za poslední čtyři roky nelze zapomenout na činnost lyžařských cvičitelů při zimní rekreaci pracujících, v rámci které projde základním lyžařským výcvikem na 100 000 rekreatantů — nejlepších pracovníků našich továren a podniků.

■ Také růst členstva v oddílech z 27 000 v roce 1957 na 33 000 v roce 1961 svědčí o zájmu široké veřejnosti o organizovanou lyžařskou činnost. Tomuto číslu odpovídá i o půl tisícovky zvýšený počet cvičitelů a trenérů. K dnešnimu dni je řádně jmenovaných 2923 trenérů a cvičitelů.

■ Úroveň a růst výkonnosti dokumentuje na 9740 registrovaných závodníků a jimi splněných 594 I. výkonnostních tříd, zatímco v roce 1957 bylo jen 212 evidovaných výkonnostních tříd.

Uvedená čísla dokazují rozvoj tělovýchovné činnosti na úseku lyžařského sportu. Na první pohled se zdá, že bychom mohli s uspokojením založit ruce v klín. Připomeňme si však závěry plenárního zasedání ÚV KSČ na podzim minulého roku a ty části hlavního referátu předneseného soudruhem Vodsloňem na II. sjezdu, který nanejvýš konkrétně a objektivně hodnotí klady i kritizuje dosavadní nedostatky v organizaci tělesné výchovy v ČSSR. A právě z pohledu rezoluce II. sjezdu ČSTV, z pohledu poslání tělesné výchovy v socialistické a komunistické společnosti se ukazuje, že s výsledky nemůžeme být naprosto spokojeni. Čeká nás ještě mnoho práce.

PROUD INICIATIVY

Kolik pěkných nápadů a rozhodnutí se zrodilo mezi našimi lyžaři od listopadového zasedání ÚV KSČ. Kolik nových závazků bylo ke II. sjezdu. Všude chtějí něčím přispět, aby se zlepšila péče o mládež. A i když se stávají této iniciativě do cesty nedostatky stávu, máme dosti zpráv o pěkných výsledcích.

V čele všech je komise základního lyžování krajské sekce v Ostravě, která za přímé účasti okresních lyžařských sekcí pořádá každou neděli v nejnavštěvovanějších oblastech svého kraje výcvik mládeže i dospělých bez ohledu na členství v ČSTV. Cvičitelé jsou označeni červenou větrovkou a páskou Lyžařský cvičitel. Jednotlivé okresní výbory ČSTV mají na starosti tato střediska. Přerov se stará o výcvik na Tesáku, Vsetín na Portáši, Olomouc na Pradědu, Opava v Karlově Studánce, Šumperk na Červenohorském sedle a Karviná na Skalce na Polomu a

Ostrava na Pustevnách. Průměrně se zúčastňuje výcviku 30—40 lyžařů v každém středisku.

S dobrým nápadem přichází i lyžařský oddíl Slavoje Vyšehrad v Praze. Chtěli se věnovat výcviku mladých adeptů závodního lyžování. Neměli však dostatek finančních prostředků, aby pro tyto svěřence opatřili výzbroj a pomohli uhradit i jízdné za tréninkem do hor. Přesto však nesložili ruce v klín. Protože jezdí pravidelně do Malé Úpy v Krkonoších, nabídli Vyšehradští svou pomoc tam. Brzy bylo sestaveno osmičlenné družstvo žáků a dorostenců, kterým se dva cvičitelé oddílu už o své vánoční dovolené začali systematicky věnovat. Chuť do této záslužné práce mají všichni a někde se už nějaká výzbroj sežene. Jestliže vytrvají a překonají i překážky, které se jim jistě do cesty postaví, zůstanou příkladem i těm ostatním.



ODBORÁŘSKÁ REKREACE A LYŽOVÁNÍ

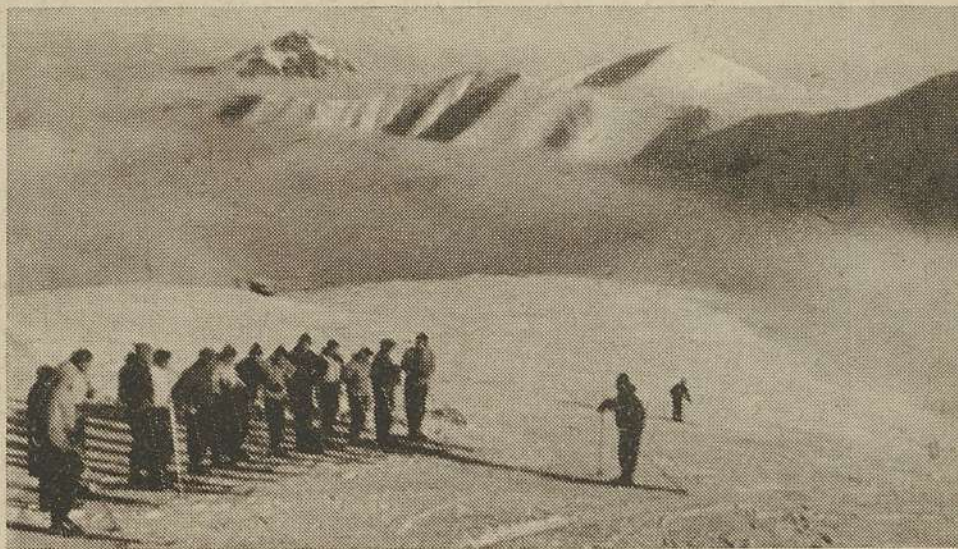
Dr. Fr. Valach

Kdybych měl odpovědět na otázku, co je u nás v lyžování nejpozoruhodnějšího, řekl bych odborářská rekreace. My v Československu máme totiž poměrně dobře propracováno něco, čím se nemůže pochlubit nikdo na světě. Lyžařským výcvikem v zotavovacích ROH prošlo už totiž bezplatně přes půl miliónu pracujících. Jestli je dnes u nás lyžování masovým, vpravdě lidovým sportem, tak na tom má ROH lví podíl.

Domysleme jenom, jak obrovský se tedy stal převrat. Mohli dělníci za prvé republiky myslit na zimní radovánky na horách, když jich bylo stále tolik bez zaměstnání a stěží sháněli na živobytí? A trvalo dlouho, než jsme po revoluci lidí z továren, havířů a hutníků naučili jezdit v zimě na hory a »na stará kolena« si oblékat na nohy lyže.

V odborářských zotavovacích u nás je tisíce lyží i lyžařských bot, které jsou k dispozici rekreantům. Na každé zotavovně je jeden nebo dokonce dva lyžařští instruktoři, kteří se po celý týden věnují začátečnickům. Většina rekreantů, kteří nastupují často poprvé v životě do lyžařského kursu, nebývá členy žádné tělovýchovné jednoty. Ale přesto se zařazují do početné lyžařské rodiny.

Lyžařský výcvik na odborářských zotavovacích byl dlouho »odborníky« přehlížen. Ovšem neprávem. A to je třeba na-



■ Na lyžařském cvičišti záleží, jaká bude úroveň výcviku rekreantů. Bude-li dobrý, lehko je získá k soustavnému provádění tohoto krásného sportu.

pravovat a věnovat největší pozornost rozvoji lyžařské péče na zotavovacích. Přes všechny pěkné úspěchy je ještě hodně nevyužitých rezerv.

Problémem číslo jedna zůstává stále veliký počet cvičenců. Zájem o lyžařský výcvik je veliký a první den se postaví do řady před instruktora často 50, 60 i více lyžařských začátečnicků. Pracovat s takovým velkým družstvem je opravdu namáhavé a vyčerpávající a samozřejmě výsledky nejsou uspokojivé. Znamená to, že vedle výkladu se může instruktor za půldne věnovat každému účastníkovi, i kdyby nikoho »neošidil«, dvě minuty. A to ještě za předpokladu, že nebude mít žádné »ztrátové časy« a že bude celé dvě hodiny nepřetržitě instruovat a opravovat.

V posledních letech se u nás už značně zvýšila všeobecná průměrná úroveň lyžování a z toho vyrůstá problém číslo dvě, který je také třeba řešit. Do zotavoven jezdí stále více lidí, kteří už určité znalosti lyžování mají. Chtěli by přirozeně pokračovat ve výcviku dál a ne se »zdržovat« s úplnými začátečnickými. Jak na to? Věnovat se úplným začátečnickům je základním úkolem a instruktor se rozpálit nemůže.

Před nějakou dobou se pokusili o velmi dobré řešení v Janských Lázních v Krkonoších, kde k tomu jsou příhodné podmínky. Lyžařští instruktoři ze tří zotavoven se spojili dohromady. Vytvořili tři rozdílná družstva podle výkonnosti. V prvním jezdili nováčci ze všech tří zotavoven, v druhém pokročilejší a ve třetím byli už vyspělejší lyžaři. Tato koordinace, lépe řečeno specializace, byla rekreanty velmi kladně hodnocena a výsledky byly daleko větší. Spokojenost byla tedy na všech stranách. Ovšem tento skutečně pokrokový způsob se zatím nestal záležitostí celé odborářské rekreace. I tady jsou jako se zaváděním nových pracovních metod těžkosti. Pravda, všude nebývá tolik zotavoven pohromadě. Ovšem je možno vytvořit spolupráci dvou zotavoven anebo i v jediné zotavovně hledat řešení svépomocí. Mno-

zí ze stálých lyžařských instruktorů, kteří jsou na zotavovacích sami, pracují často na »dvě směny«. První den se věnují výhradně začátečnickům a každý další den přidávají potom hodinu ihned po obědě pokročilejším. Nebo dávají mezi výcvikem začátečnickům 15minutovou volnou jízdu a zatím instrují pokročilejší. V těchto »špičkách« ochotně vypomáhají i kulturní referenti. Je skutečně chválné, že z rekreace mizí taková kulturní referenti, kteří se na lyže ani neumějí postavit.

Nu a jsme-li u otázky kvalifikace, tak si musíme přiznat, že také výběru stálých lyžařských instruktorů není věnována ještě dostatečná péče a v mnohých případech i naše organizace tomu napomáhá.

I když je v zimní odborářské rekreaci jednou z hlavních náplní lyžování, sánkování a jiné zimní radovánky, zůstává skutečností, že ne všichni správci zotavoven věnují otázkám tělovýchovy zaslouženou pozornost a více se věnují povinné akumulaci a hospodářským problémům. Jakmile se tato praxe změní, najdou jistě všude podle svých podmínek a možností hodně různých zlepšení. Není myslitelné, že by na zotavovnu přijali špatného kuchaře. Ale je stále ještě pravda, že se přijímají nebo v rekreaci pracují sportovní referenti velmi slabé úrovně. Má-li správce o tělovýchovu zájem, a když jí také rozumí, pomáhá »agitovat« váhající začátečnický, aby si vypůjčili lyže, zúčastnili se výcviku i závěrečných závodů, a samozřejmě vyžaduje od instruktora největší péči. Dobrým příkladem jsou Pec pod Sněžkou, kde získávají do funkcí správců mladé lidi, kteří jsou zárukou nejen dobrého hospodaření, ale kteří také rozumějí sportu i kultuře.

Vedle stálých instruktorů přijde ještě v letošní zimě do zotavoven přes 100 instruktorů na týdenní poukazy. Ne vždy však bývá vysílán jednotami skutečně schopný cvičitel. Lyžařské oddily ještě práci na odborářské rekreaci hodně podceňují a myslí si, že na to může stačit i nezkušený instruktor. Nejednou však už »pohořel« a rekreanti ve svých hodnoceních takovou »pomoc« právem kritizují.

Dnes jsme jenom nafukli některé z palčivých problémů, o kterých budeme hovořit i v dalších měsících. A má to všechno jediný cíl, ještě více zlepšit a rozšířit masový lyžařský výcvik.

■ Záleží také na nás, jak dlouho bude ještě platit, zejména u těch starších rekreantů, názor, že nejlepším odpočinkem je co nejmenší pohyb a hlavně dobré jídlo a pití.

Snímky J. Tejnský a F. Říha



LYŽIARI BANÍKA MLYNKY VÁS POZÝVAJÚ



osád. To ich je len časť, čo horujú zjazdárskym disciplínam. Oveľa viac je však tých, ktorí sú vyznávačmi lyžiarskych behov. Začína to tu už od predškolského veku. Od schodíkov školy sa rozbiehajú stopy lyží ozaj každým smerom...

Lyžiarsky oddiel miestnej TJ Baník a jeho zápalisti funkcionári vedú usmerniť tento živelný záujem miestnej mládeže. Robia to tým, že z roka na rok sa množia bežecké preteky mládeže nimi usporiadané. Myšlienka SHM je tu teda náležite aplikovaná na lyžiarsku prax. No niežby sa usporiadaním behov záujem funkcionárov končil. Veď ich zjazdárske preteky v obrovskom slalome o »Banícky kahanec« sú tiež široko-ďaleko známe a štartujú na nich naši poprední pretekári. Tak isto je tomu i v bežeckých pretekoch dospelých.

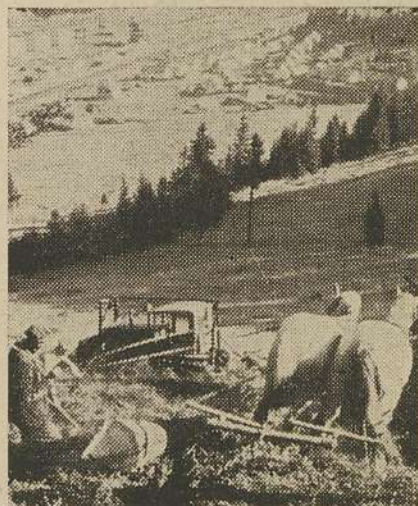
Ak vás cesta povedie touto dolinou — zastavte sa v Mlynkoch — naozaj neobanujete.

Malebná dolina Stratená sa naozaj našla. Postavili sa v nej veľké diela. Jedným z nich je priehrada v Dedinkách, ktorá priamo rozprávkovým spôsobom deň čo deň ťahá späť tisícky kubíkov svojej vody, keď predtým vykonala prácu v dobšinskej hydroelektrárni. Pár sto metrov nižšie priehrady sú už domky i väčšie stavby Mlyniek. Ich banícky ráz sa zračí z každého kroku. Pásik železnice opentlený oceľovými stuhami kolajnic len tu i tam vybehne z úvozu a už sa zasa skryje v čierňavej tunelovej spleti. Na malebnej mýtine, akoby prilepená, je aj železničná stanica. Na chvíľku si tu odpočinie i rýchlik. Vychrlí v zime z útrov vykurených vozňov desiatky lyžiarov.

Veľa si ich totiž posledné roky zvyklo sem chodiť.

Krásne a dobre prístupné Mlynky sú ozaj v nadidlom i pre tých najnáročnejších lyžiarov. Veď len na pár metrov od stanice je údolná stanica lyžiarskeho vleku. Táto stanica má čulú frekvenciu, najmä v nedeľu je tu veľmi živo. Konečná stanica vleku poskytuje možnosť nádherných výhľadov po blízkom i ďalekom okolí. Čudesné sú pohľady na východné svahy Nízokých Tatier ako aj na značnú časť Rudohoria. V jeho objatí si čupia stavby mlynianskych baníckych zariadení...

Upravená stráň s kvalitnou dráhou pre obrovský slalom vychováva synkov a dcéry z okolitých baníckych



Aktivní členů lyžařského oddílu nekončí s odchodem zimy. V letním období zlepšují lyžařské tratě, ubytovací objekty, skokanské můstky a v neposlední řadě opravují a technicky vylepšují vlek, který je nejen jejich dílem, ale i chloubou. Na prvním snímku Ladislava Daneše vidíme prostředí populárního obřího slalomu O kahanec Baně Mlynky. Na snímku dole náročnou úpravu sjezdové trati loňského roku v létě. Oba snímky názorně ukazují ideální podmínky tohoto sportovního střediska pro sjezdové disciplíny: železniční stanice doslova u cíle sjezdovky a vleku, členitě a dostatečně příkré terény a konečně dostatek sněhu dlouho do jara.

Rád by som ozrejmil vo svojom príspevku niektorými postrehami problematiku masového lyžovania v malebnom prostredí slovenských oblastí. Veď lyžiarstvo zapustilo za krátkych 40 až 60 rokov silné korene v celej krajine od Tatier k Dunaju, prípadne naopak.

Škoda len, že pri mohutnom záujme o lyžovanie neboli sme schopní organizačne a evidenčne podchytiť a do radov organizovaného členstva ČSTV získať všetkých priaznivcov nášho bieleho športu. Veď ročné kvantá lyží, ktoré sa vykúpia zo skladov športových predajní, idú na desiatky, ba stovky tisícok. Nečudo potom, že vari nieto dedinky, kde by sa mládež nehémžila v sobotňajších a najmä nedeľňajších sietách po stráňach na lesklom bielučkóm snehu.

Nie je to však lyžovanie s určitým zameraním. Lyžuje sa živelne. Tento spôsob — hoci prýšči zo zdravého jadra a snahy más po ovládaní jazdy na lyžiach — je živelný. Málo je takých miest, kde by sa začiatočníkovi dostalo usmernenia, názorného príkladu — skrátka odborného vedenia. Hoci, česť výnimkám, i takýchto miest je už viacero, kde si pripravujú masy záujemcov už v predzimnom období (lyžiarska škola pri lyžiarskom oddiele TJ TTS Trenčín). Viaceré lyžiarske oddiely pertraktovali potrebu sústavnejšej starostlivosti o lyžiarske masy i na svojich tohoročných oddielových výročných schôdzkach. Tak napríklad LO 1j Bank Kremnica má v zpráve o základnom lyžovaní nasledovnú stať: »Vedľa pretekárskej činnosti hlavným ťažiskom práce oddielu musí byť základné lyžovanie. Na tomto úseku sa v uplynulej sezóne urobilo málo. Bude nutné, aby sa v nastávajúcom období urobila rozhodná náprava, pretože ďalší rozvoj a existencia pretekárskeho lyžiarstva závisí od širokej masy lyžiarov, ktorí ovládajú základnú lyžiarsku techniku. Do budúcnosti bude potrebné zorganizovať pravidelné kurzy základov lyžovania pre žiakov kremnických škôl. To bude prvým krokom k získaniu mládeže pre lyžiarsky šport. K tomu bude treba využiť neделе a polročné prázdniny a celú akciu uskutočniť v úzkej spolupráci s riaditeľmi škôl. Náborové preteky usporiadať potom pre mládež až po absolvovaní niekoľko hodín výcviku.«

Z toho je zrejme, že funkcionárske kádre našich lyžiarskych oddielov správne chápu veľké poslanie lyžovania v našej spoločnosti a vyvíjajú veľkú snahu priviesť na bázu organizovaného lyžovania — teda do ČSTV — čo najviac mládež, zdravej krvi.

Práca kremnických pracovníkov — a tak je tomu i v mnohých ďalších lyžiarskych oddieloch — chce ísť priamo do škôl medzi lyžiarsku mládež. No žiadalo by sa, aby na školách, najmä v prostrediach, kde sú pre lyžovanie podmienky, viedli už súdruhovia učiteľia mládež organizovane na svahy. Tam — v školách — musí mládež získať, súc pod odborným vedením, pevné základy ovládania lyží! Aj takýchto škôl sa už nájde slušný

Dr. JÁN ILAVSKÝ

PROBLÉMY OKOLO LYŽOVANIA NA SLOVENSKU

počet (Tatranská Lomnica, Važec), a to nielen v horských prostrediach, ale i inde. Napr. na ZDS v Bratislave-Karlovej Vsi je dobre fungujúci športový krúžok lyžovania. Za porozumenia príslušných školských orgánov v mieste má aj rekvizity. Ziaľ, že rok čo rok je na zimu dobre pripravený — ale snehu býva tu veľmi málo. Takto príslušnosť krúžku k veľkej lyžiarskej rodine sa prevažne dokumentuje len usporiadaním jesenných lyžiarskych behov a vzorným ošetrovaním školského lyžiarskeho materiálu! Veď dva-tri dni, čo je tu možné lyžovať, ani zďaleka nestačí uspokojiť záujemcov o lyžovanie. Ba ani viac razy pripravené tábory cez polročné prázdniny do prostredia pod Javorinou sa nemohli pre nedostatok snehu uskutočniť.

Žiadala by sa však všeobecne väčšia dôslednosť pri vedení lyžiarskych školských zájazdov do hôr. Z týchto veľkých investícií rozhodne treba pre sústavné lyžovanie vyťažiť viac. Samozrejme, že v mnohých prípadoch nemá tá-ktorá škola dostatok schopných cvičiteľov. Nuž a tu je na funkcionároch príslušných jednôt, do obvodov ktorých takéto školy na zimné zájazdy dôjdu, aby dali vedeniam výprav k dispozícii svojich lyžiarskych cvičiteľov. Títo cvičitelia nielenže poznajú okolie, spestrú repertoár kratších túr, ale mladým adeptom precíznejšie predvedú i základy lyžovania.

V samotných podhorských a horských oblastiach by sa žiadalo, aby si lyžiarske oddiely vybudovali svoje cvičiteľské styčné orgány s miestnymi školami. Takéto orgány by si »podávali« záujemcov z radov žiakov formou »od učiteľa k cvičiteľovi« — a udržiavali by v nich natrvalo záujem o lyžiarsky šport. Je veľa prípadov, že takéhoto »podávania« nie je ani treba, lebo učiteľ či učiteľka je zároveň i cvičiteľom oddielu.

K takýmto prechodom sa žiada lyžiarstvu i pomoci širších aktívov z rozličného prostredia. Mám tu na mysli najmä využitie miestnej tlače, rozhlasu, násteniek a schôdzí masových zložiek k stručnému, ale čo najpopulárnejšiemu propagovaniu lyžiarskeho športu. Kus dobrej práce vykonajú pre tento cieľ i v mnohých oddieloch pravidelne usporadúvané »lyžiarske besedy spojené s premietaním filmov« (Nováky, Liptovský Mikuláš, Bystrica, Košice atď.). Osobitný význam má zariadenie populárnej besedy do programu celooblastného

vysielania Čs. rozhlasu (17. 1. 1962 napr. s majstrom športu Lukášom Mihaľákom), prípadne vkusné zábery v programe televízie, aj dlhšie priame vysielania z lyžiarskych podujatí.

Nuž ale nielen to; bolo by potrebné, aby sa v početnejších prípadoch objavili i námety kultúrnych a celovečerných filmov s prímeranou lyžiarskou tematikou. Ba nebolo by od vecí, keby i naši »majstri pera« tu i tam načreli vo svojich literárnych dielach či už poézie alebo prózy do vďačnej lyžiarskej tematiky. Vítané by boli i námety lyžiarskeho pohybu na plátnach a v rukách výtvarníkov.

Pre získanie dospievajúcej mládeže, ale i starších, stále sa žiada dôslednejšej práce telovýchovných či kultúrnych referentov závodných výborov ROH. I na týchto úsekoch je veľa pekných poznatkov. Aspoň náhodne spomeniem činnosť súdruhov z krompašských tovární (SEZ, Kovohuty i Energetika). Tam spoločným snažením vytvorili pre lyžovanie a jeho rôznych pekné dielo.

Nie na prehliadnutie v tomto smere je aj akcia zimných rekreácií ROH. Aj tu sa vytvorí často kolektív hodný nasiedovania, a to v mnohých turnusoch. Zvlášť keď je iniciatívny a spôsobilý lyžiarsky inštruktor. Dobré poznatky má v tomto smere lyžiarska komisia SV ČSTV, ktorá zabezpečuje delegovanie cvičiteľov s rekreačnou starostlivosťou SOR.

Zvlášť cenným prínosom pre rozvoj dopravných i náborových možností k získaniu lyžiarov pre pravidelné zájazdy do hôr je práca národného podniku Turista. I do jeho zariadení vysiela lyžiarska komisia SV ČSTV svojich cvičiteľov. Škoda len, že na niektorých miestach stoja ladom cenné zimné komunikačné zariadenia (napr. vlek v Kremnici).

Nie je možné vypočítať všetky možnosti, ktoré slúžia, prípadne by mohli lepšie slúžiť »skvalitneniu širokej základne neorganizovanej i organizovanej masy lyžiarstva«. Zvlášť teraz, keď v intenciách najvyšších straníckych i telovýchovných zložiek dáva sa do popredia starostlivosť o mládež. Keďže iniciatíva a vynaliezavosť nepozná hraníc, bolo by v záujme vecí, keby sa na stránkach Lyžařství objavilo mnoho poznatkov z rúk toho množstva lyžiarstvu oddaných funkcionárov, ktorým sa mládež v rukách priamo stváruje, teda organizátorov, trénerov i cvičiteľov!

Vraťme se ještě několika poznámkami na rozhraní uplynulého ledna a února. Toto období bylo pro nás v mnohém poučné. Řada událostí ve světě ukázala, že politická nadřazenost vlády USA i na západní polokouli se pozvolna bortí. Některé události připomínaly tak trochu legendu o epeirském králi Pyrrhovi, který ve své dobováčské cestě do Itálie v roce 279 sice zvítězil, ale měl takové ztráty, že byl vlastně také poražen.

Zahraniční politika USA utrpěla značné a povážlivé trhliny. Na konferenci v Punta del Este se jednalo, jak známo, nejen o vyloučení Kuby z Organizace amerických států, ale byly připravovány tvrdé sankce proti revolučním vymoženostem Kuby. Jak

PYRRHOVO VÍTĚZSTVÍ

hlasování dopadlo je dobře známo. Šest zemí, v nichž žije 70 procent obyvatelstva Latinské Ameriky, Argentina, Brazílie, Mexiko, Chile, Bolivie a Ecuador odmítly rezoluci schválit. Toto jednání, o němž předpokládal tajemník D. Rusk, že bude uzavřeno během několika hodin jednotným schválením všech amerických návrhů, skončilo nakonec neslavným vítězstvím USA. Vítězstvím, jež odhalilo nejednotu orgánu OAS a při kterém musely USA mnoho slevit ze svých požadavků.

Na mysu Canaveral byl již po šesté odložen let amerického kosmonauta Glenna pro poruchy na raketě Atlas, konference v Havaně odsoudila postup americké delegace v Punta del Este. Prostě bylo toho mnoho, co americké politice neudělalo prestiž.

Vraťme se však ještě ke sportu. Stále přísnější sankce bloku NATO proti vstupu občanů NDR do země NATO znemožnily konání mistrovství světa ve sjezdových disciplínách v Chamoniix, mistrovství rychlobruslařů v Norsku a mistrovství Evropy ve stolním tenisu a vážně ohrozily mistrovství světa v ledním hokeji v Colorado Springs. Spojenecká komise v západním Berlíně, v níž zasedají zástupci Anglie, USA a Francie, nevydala sportovcům NDR vstupní víza.

Tato hanebná politika vyvolala velké rozhořčení po celém světě. Předseda Mezinárodního olympijského výboru Američan Average Brundage klasifikoval tato rozhodnutí jako »krajně nepodařená«, mnoho listů na Západě tato rozhodnutí přísně kritizuje. Například anglický »Daily Mirror« ústy svého redaktora Wilsona velmi ostře a nesmlouvavě odsuzuje postup amerického departmentu, který má hlavní zásluhu na tom, že sportovcům NDR byla uzavřena cesta do země NATO.

Sportovci NDR nepojedou do některých západních zemí dnes, možná, že ještě ne zítra. Je samozřejmé, že s jejich požadavky budou solidární i ostatní země socialistického tábora. A k čemu tato situace povede?

Poslední velké mezinárodní závody,

Rady „OTCE“ JANDERY

Už je to tak mezi lidmi, že proti každému i dobře míněnému pokynu či nařízení se ježí a hned hledají cestičky, jak ho obejít.

Tato zkušenost byla hlavním důvodem, proč komise odznaku zdatnosti doporučovala, aby plnění podmínek soutěže nebylo pro sportovce povinné. Vycházela z předpokladu, že je lépe o výhodách účelné všestrannosti přesvědčovat, než plnění podmínek nadekretovat.

Jak praxe ukázala, bylo to správné rozhodnutí.

Za krátkou dobu trvání soutěžního odznaku zdatnosti se ukazuje, že lyžařské sekce patří k těm pokrokovějším stejně jako členové lyžařských oddílů, kteří se v hojném počtu zařadili do rodiny nositelů PPOV. Tato okolnost svědčí, že nejen veaeni sekce, ale i řadoví členové pochopili kladný vliv soutěže na tělesnou zdatnost a uvědomili si, že rychlost, vytrvalost, obratnost a síla získaná v letním období jim přijde vhod i na sněhu.

Už dávno jsem odpovídal, že právě ti nejlepší sportovci dávají do závodu celou duši, zapomínají na všechno a jen se derou kupředu. A právě takoví neradi cvičí jen tak pro cvičení, oni i v přípravě chtějí mít radost ze soutěžení, i kdyby bylo jen o buřta nebo o bod.

To je také důvod, proč nová soutěžní náplň odznaku zdatnosti většinou dobrých sportovců vyhovuje. I v přípravě a tréninku mít neustále měřítka výkonnosti, získávat stále větší počet bodů, s někým soutěžit.

Lyžování není v podmínkách soutěže PPOV zaženo. Jen uchazeči nejstarší věkové kategorie mají možnost si zaběhnout na lyžích, muži 10 km a ženy 3 km. K tomu bych měl několik poznámek.

Při konečném hodnocení nejzdatnějších nositelů OZ se poukazovalo na všechny možné skuliny, kterými se uchazeči snaží proklouznout, jen aby získali pokud možno vysoký počet bodů. O lyžařských squičích v PPOV jsem slyšel také nějakou tu poznámku. Víme, že na jedné a téže běžecké trati se nikdy nedosáhne shodného času; každou hodinu je jiný sníh a jiné počasí, proto také nejsou lyžaři zrovna tak úzkostliví na nějaký

ten metr. Sám jsem byl jednou delegován na lyžařské závody. Když závodníci doháněli a jeden za druhým měl dobrý čas, prohlásil tehda starý horský vlk, mám na mysli onoho s tou věčnou lulkou — Krňoula: »To zase měli trať alespoň o 2 km kratší!« ... a měl pravdu, jak se pak zjistilo. Protože však jinak podmínky byly pro všechny stejné, tak se na poradu nic neměnilo, čili skutečně na nějakém tom metru nijak nezáležel.

Jinak je to ovšem v soutěži o PPOV; když už nemáme vliv na počasí a na sněh, chtěli bychom mít alespoň záruku správného vyměření trati. Proto také požadavek, aby cíl byl pokud možno na místě startu nebo ve stejné nadmořské výšce, abychom měli alespoň nějaké podmínky společné. Vzájem dosažený čas se boduje. Čím poctivější bude závod, tím větší důvěra ve zdravé soutěžení a sport.

Již po léta s mnohem větší přesností než s pásmem vyměřují přespolní běhy pomocí kola. Přední kolo se pořádně nahustí a změří jeho obvod, a to tak, že se na něj upevní barevná stužka. Kolo se vede po rovné čáře kolmo. Úsek mezi dvojím dotykem značky na zemi se změří a udává nám přesný obvod kola. Trať se pak projede, přičemž se označuje každá desátá obrátka. Počet obrátek násobný obvodem kola dává přesnou délku tratě. V SSSR využili tento způsob měření i pro tratě běhu na lyžích. Vyjmou přední kolo i s vidlicí a tuto nasadí na delší bambusový prut. Na galusku každých 10 až 15 cm připevní lepicí páskou (leukoplasti) hřeb se širokou hlavicí a lehký obrátkoměr. Pro jistotu si mohou změřit na rovném sněhu, kolik metrů se naměří při pěti obrátkách, a pak už každý dobrý lyžař může klidně jet a dráhu přesně proměřit.

Další hodnocení nejzdatnějších nositelů odznaku zdatnosti bude až za rok a věřím, že se mezi lyžaři najde mnoho těch, kteří zasáhnou do bojů o prvá místa.

OTAKAR JANDERA,
zasloužilý pracovník
v tělesné výchově

mistrovství světa i olympijské hry dokázaly nejpřesvědčivěji, že vrcholných výkonů téměř ve všech sportech dosahují reprezentanti socialistických zemí. A jejich výkonnost bude neustále stoupat. Na druhé straně je třeba vidět, že drtivá většina sportovců na Západě si přeje stýkat se závodníky

NDR i ostatních socialistických zemí, ale jejich vlády je odsuzují do izolace. Sami jistě dokáží porazit na hlavu tento nesmyslný a nelogický zákaz. Přátelství mezi sportovci zvítězí.

Politika studené války vlády USA připomíná vítězství Pyrrhovo, přinášející budoucí porážku a krach.

POTŘEBUJE LYŽAŘSKÝ ZÁVODNÍK DIVÁKA?

Lámeme si již delší dobu hlavu nad tím, jak zlepšit výkonnost našich reprezentantů. Omladili jsme družstva, rozšiřujeme trenérské kádry, dovážíme prvotřídní výzbroj, budujeme můstky s umělou hmotou, běžecké tratě, lyžařské vleky, sjezdové dráhy, jezdíme se učit a měřit své síly na zahraničních závodech.

Je toho všeho dostatek? Dost naivní otázka. Kdo by nechtěl víc toho, co pomáhá? Odpovídat výkon naší špičky vynaloženým prostředkům? Těžko odpovědět. Kde je přesné kritérium, podle kterého dělat soudce?

Rozhodně však odpovídají jak výkon našich reprezentantů, tak i vynakládané prostředky zájmu širokého okruhu občanstva naší republiky. Situace, ve které náš lyžařský sport je, není nikterak růžová. Skutečnost je, že dnes jako kdybychom si závodili vlastně jenom pro sebe.

Slovo do diskuse

Rozhlédli jste se někdy na lyžařských závodech? Opuštěná skupina pořadatelů, skupina závodníků s trenéry a sem tam nějaký ten samotář — rodinný zájemce na malých, stejně jako na velkých závodech. A kolem se line nepřetržitý proud lyžařů rekreantů. Například na cestě ze Spindlerova Mlýna do Petra a na okolních loukách se vozí tisíce rekreatantů na lyžích a ani je nenapadne se zajímat o nějaký lyžařský závod. To jsou také lyžaři!

Zajímá je vůbec něco o lyžování? Asi těžko. Jaká je potom propast mezi závodním lyžováním a milióny docela obyčejných smrtelníků, kteří na lyžích ještě ani nestáli. Porovnejte je třeba s milióny těch, kteří v živoš neměli brusle na nohou, ale mohou si umáčet palce, když poslouchají, jak hraje hokej se Švédskem. Jak formálně pak zní slova o odpovědnosti reprezentanta, že jeho výkon sledují pracující celého národa. Koho vlastně reprezentuje? Ty, kteří se o jeho výkon zajímají. Trenéry, spolumávodníky, pracovníky v lyžařském sportu, svým způsobem pracovníky ČSTV a pár osobních přátel. Jeho výkon, tréninkové úsilí a výsledek je zákonitě spjat se silou a hodnotou morální podpory, kterou mu věnuje jeho okolí. A tady jsme na tom, my lyžaři, dosti špatně.

Závodník je produktem společnosti a bez její mohutné morální podpory je slabý jedinec, proti kterému stojí v podobě jeho soupeře, třeba takového Perillata nebo Sailera — celá Francie a celé Rakousko.

Pomalu jsme si na to naše »samotářství« zvykli a stávají se z nás závodníků i pořadatelů morousové, kteří poslední příznivce závodního lyžování honí lopatou od tratě, »aby jim ten vozembouch nepošlapal stopu«, a hádají se s ním do krve ve frontě na lanovce. Jen ti skokani sem tam někoho v té manéži oberou o vstupné.

Naši závodníci jsou dobří. Rozhodně nejsou z jiného masa než ti, co je dnes porážejí. Trénují, dřou, pachtí se a bojují. Ale do cíle jim musíme pomáhat všichni. Ne jenom my zasvěcení lyžaři, ale vůbec všichni. Lyžařský závodník potřebuje více než kdo jiný, aby nezůstal na své trati sám. Potřebuje podporu statisíce, miliónů spřízněných duší, morální podporu masy diváků, fanoušků. I když je nemůže vidět, musí je cítit, že bojují s ním. Těch, kteří mu budou držet palce přímo na trati, musí být víc a ještě víc jich musí fandit jeho výkonu při televizním přenosu a radovat se při hlášení úspěšných výsledků ve sportovním rozhlasovém zpravodajství.

Tělovýchova a sport není u nás ponechána živelnému vývoji. Plánujeme sportovní a závodní činnost, zkoumáme morální a fykulturní hodnoty jednotlivých druhů sportu a podle toho je řídíme. Lyžařský sport patří mezi ty, které jsou vysoko hodnoceny. Chceme, aby se rozvíjel, chceme lepší výsledky! K tomu nám ale nemůže stačit rozumná úvaha a podpora tělovýchovných pracovníků. Potřebujeme širokou, všestrannou a především vysokou morální podporu široké veřejnosti. A té je třeba závodníka při-

blížit. Seznamovat ji soustavně se vším, co se kolem závodního lyžování děje, informovat o technice, jménech, způsobu tréninku, střípkách, prostě o závodnících-lidech, o jejich práci i problémech, o jejich dřině, nebezpečí a boji.

Potřebujeme větší pomoc tisku, který letos tak slibně začal, potřebujeme, aby referáty sportovních novinářů byly podrobnější, méně studené a vyjadřovaly dramaticnost boje na trati.

Potřebujeme televizi, aby ještě více ukazovala našemu divákovi z domácích vrcholných závodů to, co zatím přenášejí jen z ciziny, filmaře a jejich častější záběry pro filmové noviny a rozhlas s aktuálním zpravodajstvím. Potřebujeme, aby nás spojili s lidmi. A ti nám při poctivé práci našich závodníků nedovoli prohrávat.

SLÁVA PITTL

Z PŘÍPRAVY SJEZDAŘŮ

Poslední zimy se chovají k lyžařům velmi macešsky. Nejvíce na tuto skutečnost doplácí sjezdaři. Bez možnosti zahraničního tréninku byli zpočátku odkázáni pouze na domácí sněh a terény. Trénink na sněhu zahájili 7. prosince minulého roku na Chopku, který byl jediným způsobilým místem u nás. Tedy v době, kdy již všichni zahraniční závodníci, závodníky NDR a Polska nevyjímaje, měli za sebou již minimálně měsíc na sněhu.

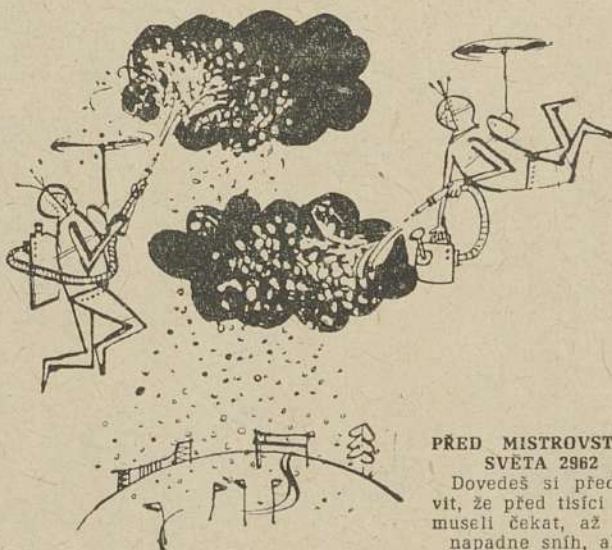
V takových podmínkách ovšem nepomůže ani sčelejší letní příprava, která zvláště letos byla u družstva mužů skutečně kvalitní a náročná. Přesto proti roku 1960 měli možnost trénovat sjezd, i když celková délka úseku nepřesáhla 1 km.

Za povšimnutí stojí i skutečnost, že reprezentační družstvo bylo nuceno v Jasně čtyřikrát měnit místo ubytování. Také postoj naší veřejnosti k přednosti členů družstva v používání lanovky byl někdy až zarážející. Potěšitelé je, že omlazení družstva zvláště u žen se projevilo velmi kladně. Živcová a Bambasová budou již letos velkými soupeřkami loni nejlepší, mistryni sportu Evě Mrklasové. U mužů je vyrovnaná výkonnost prvních čtyř, Soltyse, Jandy, Mohra a Brůny. Z nových členů se dobře projevují Novák a Petřík. Je pochopitelné, že první sněh nedává možnost přesného hodnocení a sezóna může přinesť řadu překvapení.

Velkým kladem je snaha všech závodníků po maximálním využití tréninkových možností. Projevilo se to tím, že účastníci slavili společně Štědrý večer u vánočního stromku v chatě Tří domky.

Přes slabší přípravu na sněhu věříme, že členové reprezentačního družstva v této sezóně prokáží růst výkonnosti.

JAN VEDRAL



PŘED MISTROVSTVÍM SVĚTA 1962

Dovedeš si představit, že před tisíci lety museli čekat, až jim napadne sněh, aby mohli trénovat?



■ Nástup družstva kursu předškolních dětí na Fučkové chatě v Krkonoších.

Málokde na světě najdete tolik dětí ve věku kolem 3. stí let, které se mohou pochlubit vlastními lyžemi, jako u nás. Svědčí to nejen o neustále se lepší životní úrovni, ale i o velkém sportovním uvědomění rodičů. Žel skoro každoročně, vyjma na horách a v podhůří, tato dobře míněná investice přijde na zmar. Sněhu je čím dále tím méně. Vždyť v Praze i jinde jsme se letos ještě na »prkýnkách ne-svezli«.

Protože jsme však — stejně jako rodiče kupující malé lyžičky — přesvědčení, že sníh napadne, chceme poradit co a jak s dětmi tohoto věku na sněhu provádět. Je naprosto pochopitelné, že výcvik nemůže být veden podle osnov základního lyžařského výcviku. Mentalita tak malých dětí, fyzické předpoklady i cíle výcviku jsou podstatně odlišné od mentality, předpokladů a výcviku starších dětí či dokonce dospělých.

Vlastní výcvik

Cílem všech rodičů i cvičitelů těchto malých dětí má být zvládnutá jízda na projetych cestách i v terénu za příznivé kvality sněhu. Z postupných cílů uvádíme: přenášení, připínání, odpínání lyží a držení hůlek; získání pocitu ujíždění na sněhu; bezpečný a ekonomický pohyb na rovině s obraty odšlapováním; základní druhy výstupu, sjezd, zatáčení (nikoliv oblouk) na uježděném terénu, a bezpečné zastavení pádem. Brzdění přivratem, oblouky v přívratu a zastavování pomocí těchto prvků úmyslně nezařazu-

jeme. Dítě se bez nich lehkou obejde, protože nedosahuje velkých rychlostí, je malé s nízkou položeným těžištěm, takže pády nejsou pro něj nebezpečnou nebo nepříjemnou záležitostí. Spíše naopak. Tím, že předčasně učíme tyto děti přívratu, pluzení apod., živíme jejich podvědomý strach a obavu z větší rychlosti a z pádu.

Jak postupovat?

Připínání a odpínání lyží, držení hůlek: ukážeme a vysvětlíme, několikrát vyzkoušíme tak, aby dítě nepotřebovalo pomoc dospělé osoby.

Chůze a obrat na rovině: střídá chůzi sunem s chůzí se zvedáním lyží a přidupnutím. Před nácvikem chůze skluzem z mírného svahu nacvičovat skluz z rozběhu několika kroků. Současně nacvičujeme obraty na místě odšlapováním. Zpočátku cvičíme bez hůlek. Pro zpestření výcviku zařadíme obrat na místě malými výskoky i obrat s přednožením jako cvičení rovnováhy.

Přenášení a ukládání lyží: nepodceňujeme a věnujeme mu stejnou péči, jako ostatnímu výcviku. Vyzkoušíme přenášení lyží (viz obrázek) v náručí, v každé ruce hůlku a lyži (lyže držíme za vázání, hůlky visí za poutka

nebo hůlky provlékneme vázáním a neseme za ně); svázané na rameni a konečně ve vleků za sebou, což je oblíbenou hrou.

Výstupy a sjezd: Na mírném svahu s bezpečným dojezdem do roviny nebo protisvahu cvičíme výstup s přidupem a sjezd přímo, do zastavení. Střídáme s výstupem šikmo svahem a s kratším ale rychlejším sjezdem. Současně využijeme dětského zášibení v krátkých prudkých sjezdech a naučíme je výstupu stranou a výstupu oboustranným odvratem spolu se sjezdem ve sníženém postoji. Je samozřejmé, že tyto krátké prudké sjezdy s ostrým přechodem do roviny končí pádem. Nejsou však nijak na škodu, protože tyto sjezdy jsou hodnotným cvičením odvahy a dítě postupně ztrácí strach. Sjíždění věnujeme velkou pozornost a péči. Snažíme se, aby dítě získalo co největší cit pro rovnováhu. Proto zařazujeme i zábavné prvky například: sjezd se snižováním a zvyšováním postoje, zvedání střídavě levé a pravé špičky lyže za jízdy i jízdu z mírného svahu s připnutou jen jednou lyží (jako na koloběžce) (obr. 1).

Zastavování pádem: Cvičíme současně s nácvikem sjezdu. Pád provádíme vyseďnutím stranou vedle patek lyží (obr. 2).

Změna směru jízdy: Již v úvodu jsme hovořili o zatáčení nikoliv o oblouku či smyku. Děti tohoto věku těžko pochopí podstatu snožného smyku a oblouky v přívratu jsme vyloučili již z uvedených úvodů. Uježděný svah i cesty, po kterých se tyto děti pohybují, jejich lyže a malá váha, umožní jim zatáčet v široké stopě neuvědomělým ztáčením patek a malou rotací (obr. 3). Podmínkou je však

NEJMENŠÍ NA LYŽÍCH

překonání strachu a zvládnutý rychlejší sjezd. V hlubokém sněhu učíme děti měnit směr jízdy odšlapováním. Ovšem také po předchozím výcviku ve sjíždění.

Jízda v terénu: Je vyvrcholením nejen celého výcviku, ale i každodenního pobytu na sněhu. Vzdálenosti při porovnání se staršími dětmi jsou minimální. Zpočátku asi jen 500 metrů. Při dobře vedeném výcviku již po třech dnech však tuto vzdálenost můžeme prodloužit na jeden až dva kilometry v přiměřeném terénu. Rozumíme zde členitější terén s krátkými sjezdy a s překážkami v podobě návějí a zavátého řídkého porostu na pasekách.





■ Čtrnáctidenní výcvik plně postačí k zvládnutí nezbytných prvků potřebných k bezpečnému pohybu v terénu.

Závěrem zdůrazňujeme

Chceme-li dosáhnout nějakých výsledků ve výcviku, musíme nutně respektovat povahové vlastnosti těchto dětí. Jejich soustředěný zájem o výcvik nebývá delší deseti minut. Nelze proto ve výcviku postupovat metodou běžnou u dětí starších.

Denní výcvik na lyžích by také neměl být delší než dvě hodiny dopoledne a hodina odpoledne. Dosáhneme toho tím, že při pobytu na sněhu zařazujeme různé hry a hříčky, skoky do závějí, klouzání, sáňkování, již zmíněná jízda po jedné lyži, slalom bez lyží mezi hůlkami, koulování a stavby ze sněhu apod. Vidíme-li, že děti ztrácejí zájem o výcvik, okamžitě měníme činnost.

Nepodceňujeme lyžařský výcvik dětí tohoto věku. Základní pohybové návyky zde získané nesmírně ulehčí osvojování náročnějších pohybových prvků a urychlí pozdější výcvik.

Výstroj a výzbroj

Vhodné oblečení je závislé na povětrnostních podmínkách. Doporučujeme punčochové kalhoty, vlněné ponožky, kamaše nebo teplákové kalhoty, nátělník, flanelovou košili a svetřík nebo teplákovou bundu. Navrch nepromokavé kalhoty a větrovku bez podšívky, aby po promočení rychle usychaly. Čepici přes uši, vlněné rukavice navlečené do palcových nepromokavých a šátek nebo šálku. Na nohy jsou nejvhodnější kožené boty s teplou vložkou obuté do přezůvek. Pevně stahují nohu a nepromácejí se. Kombinězu nedoporučujeme, protože neumožňuje dostatečnou volnost pohybu, obtížně se svléká a příliš dlouho trvá než proschně. Lyže nakupujeme u začínajícího dítěte ve velikosti shodné s jeho výškou, u pokročilejších o 10 až 15 cm delší. Kluzáky a příliš krátké lyže dítěti ztěžují pohyb. Vázání může být patičkové, správně seřízené. Hůlky opatříme raději delší (až po ramena).

M. MATHAUSER

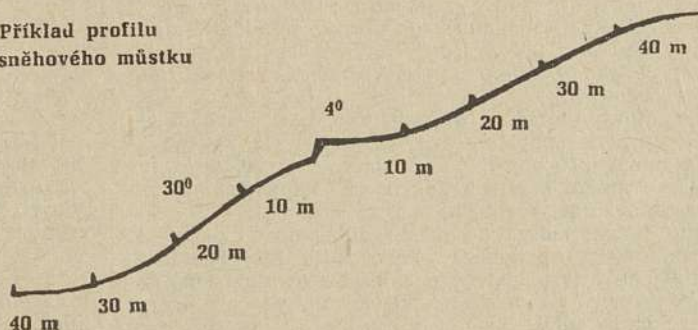
SNĚHOVÝ MŮSTEK A SKOKY MLÁDEŽE

Stačí lopata, hrábě, příhodný svah a hlavně chuť a zájem cvičitele. Mladí se do skákání nutit nemusí. Sněhový můstek postavíte z několika kvadrátů sněhu, které vyplníte sypkým sněhem a uhladíte. Můstek polejte vodou a nechte zmrznout. Délce vydrží. Plocha stolu má být dostatečně dlouhá a široká s vrstvou dobrého vodivého sněhu. Nájezd i dopad musí být bezvadně rovný, vysněžený a dostatečně široký. Dojezd vyžaduje prostornou rovinu.

Skákat začneme nejprve na malém můstku, se skoky v délce asi dva metry. Svěřenci si na začátku výcviku sjedou přes můstek a dají se pasivně vyhodit do vzduchu. Když se jim nakonec daří i skoky a nemají pocit strachu, přejdou na větší můstek. Nájezd se zpočátku upraví tak, aby se skákalo kolem 10 m. S mládeží skácame na sněhových můstcích maximálně do 20 m. Profil můstku upravíme podle příkladu.

Mládež zvykáme již od začátku na dvojí hodnocení skoku. Podle délky a podle stylu. Bodováním stylu zároveň cvičitel odstraňuje podstatné chyby a přivývá svěřence správným návykům. Vhodné je hodnocení podle Bradleye, které je jednoduché a přitom zdůrazňuje důležité prvky. Mladí mu dobře a snadno porozumějí. Je založeno na předpokladu, že dvěma nejdůležitějšími prvky skoku je správný náklon při letu (vychází z kotníků) a dopad. Těmto dvěma prvkům se dá dobře naučit i na sněhovém můstku. Oba prvky se bodují nejvýše 10 body. Za styl lze tedy získat celkem 20 bodů. Body za styl se přičtou k bodům za délku skoku. Nejdelší dosažený skok se hodnotí čtyřiceti body, kratší skoky úměrně méně. Délka se pro jednoduchost zaokrouhluje na celé metry. Hlediska pro hodnocení stylu je vidět na obrázcích. Nakonec desatero:

Příklad profilu sněhového můstku

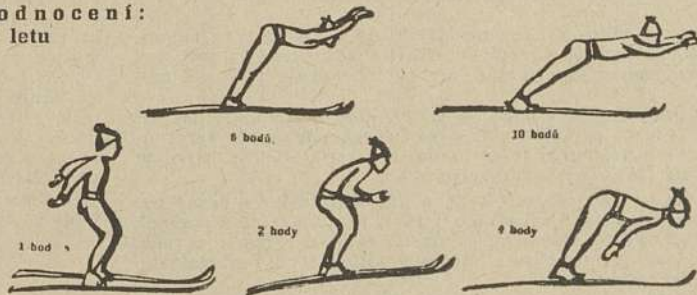


1. V prostoru dopadu a dojezdu nesmějí být žádné stromy, keře nebo překážky.
2. Celý můstek, tj. nájezd, stůl, dopad i dojezd musí být stále dobře a natvrdo ušlapán lyžemi.
3. Neskákejte za deště nebo při oblevě.
4. Před každým výcvikem několikrát celý můstek projedte se svěřenci.
5. Vázání musí být upraveno tak, aby při těžším pádu spadlo z nohy. Pozor na pojistné řemeny a spodní tah. Pro skok se nehodí.
6. Neskákejte za příliš silného větru.
7. Délku skoků regulujte délkou nájezdu tak, aby byl bezpečný dopad i dojezd.
8. Všichni mají určené pořadí a v něm skáčí. Všichni se podřelí na úpravě.
9. Cvičitel dává k jednotlivým skokům každého svěřence výsledný povel.
10. Skákání není nebezpečné, musí však dodržovat přísnou kázeň a tato základní pravidla.

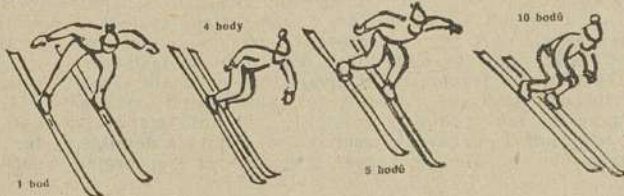
DR. MIROSLAV PROKŠ

Hodnocení:

a) letu



b) dopadu



ZDOKONALOVÁNÍ BĚŽECKÉ TECHNIKY

Zdokonalovat techniku lyžařského běhu znamená osvojit si co nejekonomičtější a co neúčelnější pohyby. Základní pohybové provedení jednotlivých prvků běžecké techniky je stejné a společné. Toto základní provedení je však doplněno určitými odlišnostmi, které jsou vytvářeny individuálními vlastnostmi jednotlivce. V průběhu výcviku si každý závodník vytváří svou vlastní osobitou techniku, svůj styl, který umožňuje maximální využití techniky běhu vzhledem k anatomickým, fyziologickým a psychickým vlastnostem závodníka.

Současné pojetí techniky běhu na lyžích spočívá především v její dynamičnosti. Projevuje se v úsilí závodníka dosáhnout vhodným pohybem a rychlou správnou reakcí na terénní nerovnosti a změněné sněhové podmínky jak hospodárný, tak hlavně rychlejší pohyb vpřed. Aby výsledný pohyb byl účelnější a rychlejší, musí být zintenzivněna a časově prodloužena pracovní perioda. Místo pasivity některých pohybových fází musí nastoupit neustálá pohybová aktivnost. Není tudíž ideální dlouhý skluz, v němž se běžec staticky vezl, ale dlouhý, přitom však rychlý skluz. Ve skluzu musí být patrný účinek všech složek, přispívajících k zrychlení celého pohybu.

Zdokonalování techniky, zejména v běhu na lyžích, je úzce a neoddělitelně spjato s rozvojem a stupněm fyzické připravenosti běžce. Bez určitých fyzických předpokladů a jejich dalšího rozvíjení není ani možné zdokonalování běžecké techniky.

Zdokonalování techniky se musí zpočátku provádět při nepřilíš rychlém pohybu. Avšak správná technika, vypracovaná pouze při pomalém pohybu, se ihned porušuje, jakmile se přejde k jejímu použití za skutečných podmínek, v odpovídající rychlosti.

Dokud běžec nedosáhne určité dokonalosti, dokud si neupevní patřičný pohybový návyk, do té doby je nácvik techniky nutný za pomalého pohybu. Na to však musí navazovat nácvik a zdokonalování techniky i při krajně rychlém tempu běhu.

Při zdokonalování běžecké techniky se zaměříme především na:

- a) odstranění zjištěných nedostatků v technice běhu,
- b) zdokonalení jednotlivých prvků techniky běžeckých kroků (např. zdokonalování odrazu, přenášení váhy těla, práce trupu apod.),
- c) zdokonalování techniky běhu do kopce,
- d) nácvik taktického využití techniky běhu.

Jedním z nejdůležitějších prvků běžecké techniky je odraz, jehož zdokonalení věnujeme největší péči. Dokona-

lý odraz je hlavním činitelem k zvýšení rychlosti a tím celkové výkonnosti v běhu na lyžích. Při zdokonalování techniky odrazu klademe důraz na tyto prvky:

1. zachování správné koordinace a časové posloupnosti jednotlivých pohybů při odrazu,
2. součinnost a podporu vlastního odrazu vydatnou prací svalstva trupu,
3. rychlý a intenzivní tlak špičky chodidla při dokončení odrazu,
4. aktivní práci švihové nohy zapojením stehenního svalstva,
5. natáčení a vysunování pánve při přenášení váhy těla (uvolněnost pánve).

K vypracování co nejjemnějšího specializovaného vjemu »pocitu sněhu«, tj. vycítění spojení lyží se sněhem i velikosti dávky tlaku při odrazu při různých podmínkách, používáme běhu bez holí do svahů s různým sklonem a různou rychlostí.

Při zdokonalování techniky běhu do kopce postupujeme tím způsobem, že nejdříve provádíme výcvik na kratších úsecích (50—60 m) s poměrně větším sklonem, později pak na úsecích až 300 m dlouhých. Zásadou musí být uvolněnost a hospodárnost pohybu při zachování rychlosti běhu.

Metodika výcviku spočívá v častém opakování krátkých úseků se zvětšenou rychlostí. Když se nám podaří získat patřičnou rychlost, soustředíme se na zdokonalení odrazu tak, aby běžec při výstupu maximálně využíval skluzu.

Zvláštní pozornost také zásluhuje uvolněnost a lehkost pohybu. Toho nejlépe dosáhneme na dlouhých, mírných výstupech (500—800 m), kde se snažíme zachovat pravidelné tempo s vynaložením co nejmenší námahy.

Při dosažení vysokého stupně technické dokonalosti hraje důležitou úlohu umění využití a přizpůsobení techniky běhu podmínkám závodu, terénu, stopy a sněhu. Účelné využití jednotlivých prvků techniky vzhledem k terénu a charakteru stopy, střídání různých způsobů běhu, jejich tvárné a pružné přizpůsobení měnícím se podmínkám sněhovým, terénním, to vše pomáhá k udržení vysoké dynamičnosti a aktivitě běhu.

Taktické využití techniky běhu znamená např. prodloužit a zkracovat skluz podle terénních nerovností, měnění rytmu kroku, frekvence vzhledem k nastupující únavě, přizpůsobení intenzity nebo rychlosti odrazu, polohy trupu apod.

FELIX CHOVANEC

TAKTICKÁ PŘÍPRAVA BĚŽCE

POZNÁVEJTE PŘEDEM ZÁVODNÍ TRÁŤ

Jestliže závodník v běhu na lyžích má dosáhnout co nejlepšího výkonu, znamená to, že musí být shoda nejen ve vrcholné fyzické a technické přípravě, ale také dokonalé přípravě taktické.

Dříve rozhodovala v běhu na lyžích hlavně technika, později přibyla fyzická připravenost a v současné době při vyrovnání fyzické i technické připravenosti běžce se stává středem pozornosti taktická stránka přípravy.

Přes svou velkou důležitost je u nás taktika běhu dosud nedoceněna a trenéři i závodníci ji znají jen z živelně získaných zkušeností. Nejde ovšem jen o vlastní taktiku přímo v závodě, ale taktická příprava musí být součástí celého pravidelného tréninkového procesu.

Chci se zde zmínit jen o malé části taktické přípravy, taktice poznání závodní tratě a o prohlídce trati. Poznání závodní tratě a správně volená i provedená prohlídka jistě usnadní běžci výkon v závodě a pomůže mu k nejlepšímu výsledku. Má-li závodník možnost trénovat přímo na trati, na které jede závod, je to pro něho nejceňnější. Provádí-li na trati všechny druhy tréninku (rychlostní, vytrvalostní) a použije všech metod (střídavé, opakované, rovnoměrné). Nejdůležitější ovšem je opakovaný trénink rychlosti, ve kterém závodník maximálním tempem projíždí opakovaně všechny úseky tratě a detailně se s nimi seznamuje. Tím, že závodník mnohokrát trať projel

a dobře aktivně ji zná, již tím se mu v jeho představách trať značně zkracuje.

Běžec se naučí všechny nesnadné úseky tratě co nejekonomičtěji projíždět, případně časovým měřením těchto úseků zjistí nevyhodnější použití techniky. Po kontrolním tréninku na celé závodní trati si předběžně stanoví s trenérem taktiku pro vlastní závod. Nemá-li možnost trénovat přímo na závodní trati, musí o ní získat co nejvíce teoretických znalostí.

Diskutuje s trenéry a závodníky, kteří se tam již závodu zúčastnili, použije map, literatury apod. Nejlépe získá-li plánec tratě a její profil. Vzhledem k těmto poznatkům si postaví tréninkovou trať, případně zvolí trénink v terénu podobném se závodní trati. Alespoň v zásadních rysech má tréninková trať odpovídat trati závodní.

Jestliže se má závodník k poznání tratě spokojit pouze s prohlídkou trati před závodem, je to skutečně málo.

PROHLÍDKA TRATI

Součástí posledních tréninkových dnů před závodem je prohlídka tratě. někteří závodníci uznávají prohlídku tratě jako formu aktivního odpočinku před závodem, jiní s prohlídkou spojují poslední (lehký) trénink. Na který den si závodník prohlídku tratě určí, záleží na jeho zvyklostech, na časových možnostech, kdy na závody cestuje, a v neposlední řadě na organizaci závodu. U nás, kdy závody jsou většinou v neděli, provádí se prohlídka tratě obvykle den před závodem — v sobotu. Poslední tréninkový cyklus má být proto zhruba tento: čtvrtek — lehký trénink rychlosti, pátek — odpočinek, sobota — prohlídka tratě, neděle — závod. Jiné uspořádání je

VÝVOJ ZÁVODŮ FIS

Na mezinárodním lyžařském kongresu, který se konal v Chamonix v rámci I. zimních olympijských her (ZOH) v roce 1924 a na kterém byla ustavena mezinárodní lyžařská federace, bylo usneseno pořádat každoročně mezinárodní lyžařské závody.

Vzhledem k úspěšným mezinárodním závodům, které se konaly u příležitosti pražského mezinárodního lyžařského kongresu v roce 1923, bylo pořádání prvních závodů, které se konaly pod patronací FIS, svěřeno Československu.

Tyto závody konané v roce 1925 v Janských Lázních, skončily při silné zahraniční konkurenci devíti evropských národů, avšak bez účasti skandinávských závodníků, význačným úspěchem našich závodníků, kteří zvítězili ve všech disciplínách.

Jak první zimní olympijské hry, tak i první závody FIS znamenají novou etapu sportovního lyžařství, etapu rozvoje mezinárodních styků, rychlý růst výkonnosti v dosavadních disciplínách a rozšiřování programů soutěží o nové disciplíny.

Každoročně pořádané závody FIS se staly vlastně neoficiálním mistrovstvím Evropy. V roce 1929 při závodech v Zakopaném se kongres FIS rozhodl tyto závody pojmenovat jako »Závody FIS«. S pokračujícím rozvojem se pak kongres FIS usnáší, že počínaje rokem 1937 se závody FIS konají jako mistrovství světa.

V roce konání zimních olympijských her jsou tyto konány současně jako mistrovství světa.

Po druhé světové válce bylo první mistrovství světa v lyžování až v roce 1950 v USA a bylo rozhodnuto, aby se mistrovství světa konalo vždy jednou za dvě léta v období mezi ZOH.

PŘEHLED VÝSLEDKŮ KLASICKÝCH DISCIPLÍN A UMÍSTĚNÍ NASICH

1929 Zakopané Polsko	18 km	1. Saarinen V.	Finsko
		9. Donth Fr.	ČSR
	50 km	1. Knuutila	Finsko
		8. Donth Fr.	ČSR
	skok	1. Ruud B.	Norsko
		11. Burkert R.	ČSR
	sružený	1. Vinjarengen	Norsko
		17. Burkert R.	ČSR

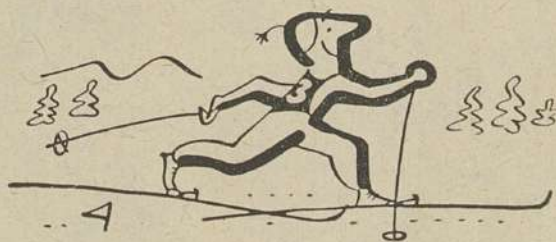
při prohlídce tratě dva dny před závodem například: čtvrtek — lehký trénink rychlosti, pátek — prohlídka tratě, sobota — odpočinek, neděle — závod. Sovětský závodník, zasloužilý mistr sportu Pavel Kolein, používá následující zařazení prohlídky tratě: úterý — rychlost, středa — lehký trénink spojený s první prohlídkou tratě, čtvrtek — odpočinek, pátek — druhá prohlídka tratě, sobota — odpočinek, neděle — závod. Toto rozdělení však vyhovuje jen pro skutečně vrcholný závod, nehodí se pro závod, který je součástí další přípravy.

Prohlídku tratě nesmí podcenit ani domácí závodník nebo běžec, který na závodní trati delší dobu trénoval, vždyť poslední úpravy provedené pořadatelé mohou trať poněkud změnit. Prohlídkou tratě získá závodník definitivní obraz, pozná konečnou úpravu, stav stopy, kvalita sněhu i případně rozdílnou kvalitu sněhu na různých úsecích tratě. Závodník, který vidí trať poprvé, musí ji důkladně prostudovat. Má projíždět velmi pomalu, od začátku posuzovat obtížnost terénu, použití nejvhodnější techniky, promýšlet předběžné rozvržení sil pro závod. Technicky obtížnější úseky projede třeba i několikrát. Prohlídku tratě má závodník absolvovat ve shodnou dobu se startem závodu, neboť, zůstane-li stejně počasí, získává přehled o stavu sněhu na trati vzhledem k mazání lyží. Spojuje tedy s prohlídkou i zkoušku mazání lyží. Prohlídl-li si důkladně trať po všech stránkách, má možnost i při změně počasí v den závodu posoudit, jak se pravděpodobně sníh na různých místech tratě změnil. Závody na 30 a 50 km jsou pořádány většinou na kratších okruzích, takže je možnost i ty si prohlédnout během několika dnů. V nejhorším se závodník seznámí alespoň s nejobtížnějšími úseky a se závěrem tratě.

JOSEF PROKEŠ

1930 Holmenkollen Norsko	18 km	1. Rudstadtstun	Norsko
		56. Německý J.	ČSR
	50 km	1. Utterstroem	Švédsko
		1. Andersen R.	Norsko
	skok	42. Německý J.	ČSR
		19. Německý O.	ČSR
	sružený	1. Vinjarengen	Norsko
		25. Německý O.	ČSR
1931 Oberhof Německo	18 km	1. Gröttumsbraaten	Norsko
		12. Bartoň A.	ČSR
	50 km	1. Stenen O.	Norsko
		7. Bartoň A.	ČSR
	skok	1. Ruud B.	Norsko
		8. Dick W.	ČSR
	sružený	1. Gröttumsbraaten	Norsko
		12. Weende F.	ČSR
1933 Innsbruck Rakousko	18 km	1. Englund N.	Švédsko
		7. Bartoň A.	ČSR
	50 km	1. Saarinen V.	Finsko
		8. Novák Vl.	ČSR
	4 X 10 km	1. Švédsko	
		2. ČSR (Šimůnek, Novák, Bartoň, Musil)	
	skok	1. Reymond M.	Švýcarsko
		2. Burkert R.	ČSR
	sružený	1. Erikson S.	Švédsko
		2. Bartoň A.	ČSR
1934 Solleftea Švédsko	18 km	1. Nurmela S.	Finsko
	50 km	1. Viklund E.	Švédsko
	4 X 10 km	1. Finsko	
	skok	1. Johansen Ch.	Norsko
	sružený	1. Hagen O.	Norsko
1935 Štrbské Pleso ČSR	18 km	1. Karppinen K.	Finsko
		13. Musil C.	ČSR
	50 km	1. Englund N.	Švédsko
		12. Koldovský	ČSR
	4 X 10 km	1. Finsko	
		5. ČSR (Musil, Kadavý, Šimůnek, Bartoň)	
	skok	1. Ruud B.	Norsko
		12. Steinmüller	ČSR
	sružený	1. Hagen O.	Norsko
		8. Lahr V.	ČSR
1937 Chamonix Francie	18 km	1. Bergendahl L.	Norsko
		13. Berauer G.	ČSR
	50 km	1. Nienni	Finsko
		13. Kovář	ČSR
	4 X 10 km	1. Norsko	
		5. ČSR (Musil, Berauer, Vrána, Šimůnek)	
	skok	1. Ruud Birger	Norsko
		20. Budárek O.	ČSR
	sružený	1. Roen	Norsko
		5. Berauer G.	ČSR
1938 Lahti Finsko	18 km	1. Pitkanen	Finsko
		90. Musil B.	ČSR
	50 km	1. Jalkanen	Finsko
		24. Musil B.	ČSR
	4 X 10 km	1. Finsko	
		7. ČSR	
	skok	1. Ruud A.	Norsko
		25. Lahr V.	ČSR
	sružený	1. Hoffsbakken	Norsko
		15. Berauer G.	ČSR

(Pokračování)





■ Malá, ale útulná je chata lyžařského oddílu TJ LIAZ Rýnovice.

■ Základní hygiena vyžaduje sportovní pojetí. A tak o významu otužování se mnoho nemluví, ale provádí se v praxi. Demonstrují Brdička a Volf.



Tam kde nelení

»Pozor, už jede! Prosím, počkejte, nepřecházejte« upozorňoval náhodné chodce, turisty a běžce jedoucí po cestě z Harrachova na Studenov anebo vracející se z hřebenů dolů jeden z členů lyžařské základny ze Mšena nad Nisou. Také my jsme se zastavili. Na stráni nad námi, od skupiny chlapců, v nízkém sjezdovém postoji se rychle blížil jeden z nich.

Mihl se kolem nás a v okamžiku zmizel za boulí, kterou tvořila cesta, na které jsme stáli. Dojede, nebo upadl? Než jsme si domysleli otázku, chlapec dole pod námi zastavoval dlouhým obloukem podél potoka.

Trať byla opět volná. »Další,« zavolala hlídka. »Prosím, počkejte chvílenku a...« Tak jako my jsme nevyužili možnosti pokračování v cestě v okamžiku, kdy přešel jezdec kolem nás, nevyužili toho ani ti ostatní.



To bylo naše první setkání s členy lyžařské základny. Druhé a třetí nebylo již náhodné. Vyhledali jsme je druhý den ráno v Rýnovické chatě, kde byli ubytováni. Spěchali však na trénink slalomu a na dlouhé povídání nebyl čas. Jedině fotograf si přišel na své, hlavně proto, že se nemusel na nic vyptávat. A tak jsme je opět sledovali na svahu a obdivovali, s jakou dravostí, chutí a pílí trénovali. Potřetí jsme se setkali večer. Ptali jsme se a Zdeněk Špringl, jejich trenér, odpovídal. Lyžařská základna ve Mšeně je jednou z nejmladších v republice. Byla založena v létě minulého roku. Skupinu běžců a skokanů vede mistr sportu V. Lahr a skupinu sjezdařů vedoucí Z. Vokatý s trenérem Z. Špringlem. Prvá skupina je asi padesátičlenná, druhá čtyřicetičlenná. Největší počet členů je ve věku od 18 do 19 let. Mimo tento počet mají 30 žáků a žákyň, které vede soudruh Hošic. Obě skupiny pracují samostatně. Proto se Z. Špringl omluvil, že nám o činnosti té druhé mnoho neřekne.

■ Večery na chatě jsou nejkrásnější. O zábavu v kolektivu mladých není nikdy nouze.

■ Po předcházejícím tréninku sjezdu přišel na řadu slalom. Trenér Zdeněk Špringl byl nucen neustále přestavovat branky. Bylo málo sněhu a po projetí několika trénujících se jezdilo po tvrdé zemi. (Nahoře.)

■ Kdo ráže, ten jede. Zdá se, že Ilsa Fiedlerová si toto osvědčené heslo vzala za své. Přejeme jí, aby stejně dobře namazala při přeborech kraje. (Vpravo nahoře.)





Jak už to bývá, hovoří se především o potížích. Líbila se nám slova soudruha Špringla. »Jsou potíže, a máme jich hodně. Například nedostatek peněz. Potřebovali bychom daleko víc, ale s tím si už nějak poradíme.« Větší problém viděl v přílišné vzdálenosti, odkud dojíždějí členové základny. Již v létě trénovali z těchto důvodů na třech místech. Ve Smržovce, Tanvaldu a ve Mšeně. Touto roztržitostí však trpěla úroveň tréninku. Ani s tréninkovými možnostmi na sněhu nebyl příliš spokojen. Trénují sice i ve všední dny, v pondělí a ve středu na osvětleném svahu v Janově, ve Smržovce v Desné a na soboty a neděle dojíždí sem do chaty oddílu TJ LIAZ Rýnovice v Harrachově. Nemají však možnost trénovat dlouhé rychlé sjezdy.

Minulou sezónu to bylo lepší. Většina těch, kteří jsou nyní soustředěni v lyžařské základně, jezdila do Rokytnice nad Jizerou. Je tam jedna z nejlepších tratí pro trénik sjezdu, tedy daleko výhodnější podmínky než v Harrachově, tradičním středisku klasických disciplín. Bohužel, s odchodem některých vynikajících rokytnických závodníků z aktivní závodní činnosti ochabl i zájem ostatních. Jedině tak si vysvětlují, že se neustutečnila nabízená brigáda na úpravu sjezdovky. »Věříme však,« říká Zdeněk Špringl, »že se situace zlepší a sjezdovka v Rokytnici se stane tím, čím byla dříve.« Vždyť členové reprezentačního

družstva Brůna a Janda děkují právě této trati za své úspěchy.

Podobným problémem pro něho jako trenéra bylo nezařazení osmnáctileté členky základny Ilsy Fiedlerové alespoň mezi náhradníky reprezentačního družstva, ačkoliv dosáhla potřebných výsledků. »Ale to bychom si jen naříkali«, mává nad tím rukou, konečně výsledky dokáží, jestli ji nepřeceňujeme.«

Ta radostnější slova trenéra základny — a bylo jich také hodně — hodnotila velkou podporu OV ČSTV Jablonce nad Nisou, především jeho tajemníka soudruha Plívy, věnovanou základně. Také pochopení zaměstnavatelů jednotlivých členů základny, kteří umožnili na pracování sobot, a tím i delší a hodnotnější trénink na sněhu. Svědčí to o novém pohledu v závodech a podnicích na sportovní činnost pracujících. Velkou pomocí je i činnost členů reprezentačního družstva sjezdařů Mrklasové, Brůny a Jandy, kteří předávají své zkušenosti členům základny a zejména v létě se podstatně podílejí na tréninku.

A jaké mají plány do budoucna? Také optimistické a radostné. V tomto závodním období chtějí obhájit prvenství ve sjezdových disciplínách na přeborech Severočeského kraje (závodníci základny získali většinu titulů) a připravit dva členy základny tak, aby si svou výkonností vybojovali členství v reprezentačním družstvu ČSSR.

V letním období chtějí pře-



vším pokračovat v budování zimního střediska Jiřetín. K vybudované 900 m dlouhé trati pro obří slalom a slalom připravují 1400 m dlouhou sjezdovku ze Špičáku do Jiřetína. Také o vleku uvažují, aby se už v příští sezóně umožnil kvalitní trénink hned s prvním sněhem.

Mohli bychom ještě dále popisovat činnost sjezdařů lyžařské základny ze Mšena nad Nisou. Nemáme však místo a konečně vše, co jsme o nich věděli, jsme napsali. Snad ještě připomeneme, že by se možná někde na Slovensku našla podobná základna, ve které skupina běžců by raději vyměnila strmé a srázné svahy Malé Fatry nebo Nízkých Tater za krásné běžecké terény Jizerských hor. Hory se vyměňovat nedají, ale lidé si navzájem mohou pomáhat. Proč by si nenapsali a na týden neuskutečnili výměnný zájezd družstev?

■ Celý kolektiv vánočního soustředění pohromadě: zleva Z. Špringl, Vokatý, Belda, Šírek, Fiedlerová, Volf, Brdička, Štoček, Ginter, Dlask, Urban, Kovář a Švitorka.



PROBLÉMY KOLEM NOVÝCH TABULEK

JIRÍ ČEJKA,

člen ústřední komise rozhodčích

Lyžařská veřejnost byla již seznámena se zásadami, které byly podkladem pro sestavení nových tabulek, s jejich hodnotami, rozsahem i s rozdíly v přepočtech proti tabulkám starým. Přepočty byly provedeny jak u nás, tak i v jiných státech. Ukázalo se, že za určitých mimořádných okolností může dojít i podle nich k jistým nespravedlnostem. Například v některém kole se dosáhne mimořádně dlouhého skoku. Při velké progresi nových tabulek, dostanou pak nízké ohodnocení i dobré skoky ostatních skokanů a jsou škrtnuty jako nejslabší, zatímco jejich skoky z druhých kol, kde nejdelší skok není tak mimořádně dlouhý, škrtnuty nejsou, i když jsou podstatně horší.

Proto kongres FIS již při loňském stanovení patnosti tabulek rozhodl, že výpočet bodů pro délky skoků nebude vycházet z absolutně nejdelšího skoku příslušného kola, ale z délky skoku, vypočítané z průměru pěti nejdelších v tom kole. Je jasné, že absolutně nejdelší skok pak bude ohodnocen nad 60 bodů příslušným koeficientem nejvyšší známky.

■ Vyrovnat hodnocení běhu a skoku

Při tomto jednání byl vysloven názor, že by se měla vyrovnat též hodnota výkonu skokana hodnotě běžce. Totiž že nejlepší běžec obdrží vždy známku 240, zatímco nejlepší skokan nemůže této známky nikdy dosáhnout. Je to tím, že známka skokana se skládá z různých ocenění a sice dvakrát známkou za délku a dvakrát známkou za styl. V praxi se nevyskytuje případ, aby jeden skokan v každém kole dostal nejlepší ocenění jak při délce, tak při stylu. A i když při délce je možné ocenění 60 body, anebo dokonce i nad 60 bodů, nikdy se tak nestalo u stylu, i když by se jednalo o sebelepšího skokana.

To by samo o sobě nebylo podstatné, neboť již několikrát bylo zdůrazněno, že při hodnocení sruženého závodu nejde ani tak o absolutní výši bodů, jako spíše o vzájemné ohodnocení mezi jednotlivými závodníky. Ovšem při dnešních tabulkách je to poněkud jiné, protože u Schmidovy metody, podle které jsou tabulky sestaveny, právě toto vzájemné ohodnocení není stejnoměrné. Je proto docela logické, aby i hodnota za styl, vyjádřená body stylových rozhodčích, byla změněna do křivky s progresí podle Schmidovy metody.

Podle dodatečného návrhu se má

vypočítat i z pěti nejlepších stylových známek v každém kole a tento průměr ohodnotit vždy 60 body. Všechny ostatní stylové známky budou pak zvýšeny o hodnotu, odpovídající tomuto zvýšení podle zvláštní tabulky, sestavené rovněž na základě Schmidovy křivky s kvocientem středního výkonu 0,86. Také tady by se dosáhlo i přes 60 bodů a to u skokana, jehož stylové známky jsou nad vypočítaný průměr.

A konečně, aby těmto propočtům odpovídaly i propočty závodu v běhu, nebude se brát za základ pro výpočet 240 bodů čas vítěze, ale průměr z pěti nejlepších časů, neboť i zde by mohl mimořádný výkon některého běžce silně ovlivnit ohodnocení výkonů slabších běžců. Kromě toho i zde se tímto počtem objeví běžci, kteří budou ohodnoceni nad 240 bodů, pokud jejich čas bude lepší než vypočítaný průměr.

Zkoušky u některých sružených závodů, provedené podle těchto návrhů ukázaly, že jsou naprosto přesnými výpočty, neboť střední výkony jak běžců, tak skokanů vyšly na přesně stejné, bodové ohodnocení. Dá se tedy očekávat, že návrhy tabulkové komise budou schváleny.

Rovněž naše komise rozhodčích se těmito problémy zabývala. Zatímco přepočet délky skoků podle průměru z pěti nejdelších skoků v každém kole je již předsednictvem sekce schválen pro naše tabulky, způsob propočtu časů v běhu podle průměru z pěti nejlepších časů a propočtu stylových známek rovněž podle tabulek na základě průměru z pěti nejlepších stylových známek se ještě projednává. Jde totiž o to, že propočet podle průměru pěti nejlepších časů a pěti stylových známek již zdaleka tolik výsledky neovlivňuje, zatímco na druhé straně, zejména při přepočtu stylových známek, je to značné zatížení pro počítáře, neboť tam je zapotřebí navíc další tabulky s předchozím zaokrouhlováním průměru na plné půlbody.

■ Závody mládeže

U nás bylo třeba řešit ještě další otázku a sice možnost použití tabulek pro kratší časy jak hlavně při běhu, tak částečně i při sjezdových závodech. Tabulky FIS totiž neuvažují se sruženými závody dorostenců, anebo dokonce žáků, takže jejich nejnížší tabulka je pro časy vítěze až od 45 minut. Ukázalo se však zcela jednoduché řešení. Schmidova křivka je pro všechny tabulky v běhu jen

jedna, zrovna tak, jako je jen jedna tabulky slalomové a pro tabulky sjezdové a obřího slalomu. Je to docela logické, protože v zájmu zjednodušení Schmidovy metody byl vzat jen jeden kvocient středního výkonu a to 0,86 pro délky skoku, 1,10 pro běh, sjezd obří slalom a 1,12 pro slalom, tj. obvyklý kvocient, který se nejčastěji při závodech vyskytuje. Jestliže tedy čas vítěze je nižší, než který vykazují nejnížší tabulka, pronásobíme jej takovým způsobem, abychom dosáhli některého času, na který jsou již postaveny oficiální tabulky. Obvykle k tomu bude stačit dvojnásobek, nejvýše — a to ještě jen u běhu — trojnásobek. Tímto násobkem musíme pak vynásobit samozřejmě časy všech závodníků a body vypočítáváme normálně, jako by dosahovali těchto vynásobených časů.

Jak jsme již uvedli, tohoto způsobu bude nejčastěji použito v běhu, prakticky skoro vůbec ne ve slalomu, kde začíná nejnížší tabulka časem vítěze již od 50 vteřin, a někdy u kratších sjezdů neb obřích slalomů, protože tam je nejnížší tabulka pro čas vítěze již od 80 vteřin.

■ Již mistrovství ČSSR?

Komise rozhodčích připravovala vydání nových tabulek, aby mohly být podle nich počítány výsledky již v této sezóně. Nebylo však možné zajistit jejich vytištění. Do prodeje by přišly až koncem závodního období. Předsednictvo sekce proto správně rozhodlo, aby ještě i pro letošní sezónu byly používány tabulky staré. Komisi rozhodčích je tím umožněno všechny problémy s tabulkami vyřešit správně podle definitivního rozhodnutí FIS, bez dodatečných změn. Tabulky budou vydány v konečné úpravě a především dostatečně včas před závodním obdobím 1962—1963, aby všichni rozhodčí se mohli s nimi a se způsobem výpočtu dobře seznámit.

Mezinárodní závody pořádané letos u nás, ovšem budou počítány podle nových tabulek. Stejně jako naše mistrovství v roce 1962, aby zde byla možnost správného porovnání výsledků. Vzhledem k nevyjasněným otázkám — přepočet stylových známek podle Schmidovy křivky a základ pro výpočet bodů za běh z průměru pěti nejlepších časů, jak se o tom zmiňujeme v dnešním článku, je zatím jen návrhem tabulkové komise — předsednictvo lyžařské sekce rozhodlo, aby výpočet podle nových tabulek na mistrovství ČSSR byl prováděn takto:

U skoku prostého: za základ pro hodnocení délky vzít průměr z pěti nejdelších skoků, zatímco hodnocení stylu provádět dosavadním způsobem, tj. bez přepočtu podle zvláštní tabulky;

u závodu sruženého: výpočet bodů za skok jako u skoku prostého, při hodnocení běhu vzít za základ čas vítěze, nikoliv průměr z pěti nejlepších časů,

sjezdové víceboje: hodnotit podle nových tabulek.

KOMISÍM ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ

Jedním z úkolů komisí základního lyžování je zajistit v roce 1962 získání 68 000 odznaků Lyžař ČSSR.

Ke splnění tohoto úkolu, který byl ještě zvýšen závazkem předsedů krajských komisí základního lyžování na aktivu v Klánovicích na počest II. sjezdu ČSTV o 5 %, bude třeba zmobilizovat všechny síly.

Při aktivech cvičitelů i na cvičitelských kurzech, které budete pořádat, je nutno vy zdvihnout důležitost pravidelného plnění disciplín odznaku Lyžař ČSSR. Doporučujeme vám:

- Prostřednictvím oddílů organizovat postupně plnění limitů při sobotních a nedělních zájezdech na hory.
- Ve spolupráci s učiteli tělesné výchovy ve školách zajistit, aby mládež při výcvikových lyžařských zájezdech na hory plnila limity odznaku.
- Spolupracovat s pionýrskými mládežnickými organizacemi, se stanicemi mladých turistů i s pracovníky základní tělesné výchovy i Svazarmu, aby i tam se plněn podmíněk odznaku Lyžař ČSSR stalo součástí jejich výcviku na lyžích.
- Také při akci otevřených svahů je možno plnit některé disciplíny v místech, i tam, kde je sniž jen někdy. V každém případě začít s plněním a předáním záznamního listu těm, kteří projeví zájem.
- Navštívit rekreační chaty ROH a po dohodě s vedoucím promluvit s cvičiteli a přesvědčit je o účelnosti plnění podmíněk odznaku s rekreaanty. Pořadit jim.
- Po splnění posledního limitu vydávat odznaky přímo na horách nebo hromadně v lyžařských oddílech. Zajistit však řádnou evidenci získaných od-

znaků podle krajů, případně podle okresů.

- K propagaci využívat všech dostupných forem, tj. místního rozhlasu a tisku, požádat o spolupráci i obchody sportovními potřebami, které jistě vyjdou ochotně vstříc. Na pracovištích je možno použít po dohodě se závodními výbory ROH i podnikových časopisů k tomu, aby co nejvíce občanů se o odznaku Lyžař ČSSR dozvědělo.

- A ještě krátkou připomínku: V žádném případě nezapomínat, že splněním stanoveného čísla není samoúčelné, ale pouze jedním ze způsobů, jak naše občany zapojit do aktivního provádění tělesné výchovy v rámci našich oddílů.

O svých zkušenostech nám napište, pošlete nám i fotografie, pomůžete nám v propagaci, a vaše dobré zkušenosti se stanou příkladem i pro jiné oddíly.

Odznaků i záznamních listů je dostatek, proto vzhůru za splnění směrného čísla.

J. LEISS,

předseda komise základního lyžování ústřední lyžařské sekce.

Dostaneme odpověď?

Vlastní práce komisí základního lyžování i oddílů je závislá na dostatečných počtech lyžařských cvičitelů, jejichž kvalifikace se musí stále udržovat na požadované výši a úroveň nejspolehlivějších se musí stále zvyšovat.

Těmito problémy se zabýval i celostátní aktiv předsedů krajských komisí základního lyžování v říjnu minulého roku v Klánovicích. Na tomto jednání byli předsedové krajských komisí seznámeni s tím, že kurs pro instruktory lyžařských cvičitelů připravovaný na začátku roku 1961 nebyl uspořádán pro nedostatek přihlášek z krajů. Byl proto naplánován náhradní kurs na prosinec 1961. Tato okolnost byla včas publikována ve zprávách sekce. Jaké bylo rozčarování těch, kteří kurs připravovali, když došli jen přihlášky krajů: Středočeského, Jihočeského, Severočeského, Jihomoravského, Západoslovenského a Středoslovenského. Z deseti krajů naší republiky je to trochu málo. Jen namátkou. Kde zůstaly přihlášky z komise MV Praha, Východočeského kraje i Západočeského a co moravská komise základního lyžování ze Severomoravského kraje? Proč nechtějí zvyšovat kvalitu cvičitelů svého kraje. Mají vše v pořádku, tj. další instruktory nepotřebují, nebo jde o »pouhou« nedbalost?

A tak se stalo, že patroni krajských komisí z ústředí psali osobní dopisy na kraje, zřejmě však zbytečně. A stejně

zbytečně nám propadly i finanční prostředky, a tím i možnost splnit směrné číslo na rok 1961 na úseku školení instruktorů.

Nový kurs byl uspořádán v lednu 1962 v Božím Daru. K posílání přihlášek byly opět krajské komise včas vyzvány, bohužel přihláška se všemi náležitostmi byla zaslána jen Východočeským krajem a vůbec nedošla ze Severomoravského a Východoslovenského kraje.

Jak posuzovat to, že komise nahlásí sice dvě jména, ale bez jména křestního, bez adresy a ostatních samozřejmých náležitostí? Ptáme se pracovníků krajských komisí základního lyžování: je to nedbalost nebo neznalost?

A nyní ruku na srdce. Byl postoj některých komisí k celé akci opravdu tak špatný, nebo se snad o konání kursů ani nedozvěděli? Napište nám, půjde-li o organizační nedostatky, rádi vám je pomůžeme odstranit.

- Na závodech mládeže v Albrechticích se setkali u stolu rozhodčích oběťavci, kteří svou práci zasvětili mládeži: Vojta Havel z Jiskry Lučany, Hlaváček z Prahy, Z. Novák, Holý, Dynter, M. Novák a další. Patří jim náš srdečný dík za práci, která ponese ovoce možná až za několik let.

Já vím, jsou ještě mezi námi 'akovi, kteří je považují za zbytečnou přítěž. Novináři se na ně často zlobí, že nemají výsledky dříve, než skončí závody. A někdo ani jedina soutěž by se bez jejich obětavé práce neobešla. Naši lyžaři rozhodčí dělají svou práci obětavě a s láskou.

Na prvních kvalifikačních závodech v Kořenově nebylo zrovna nejlepší počasí. Vlezavý, vlhký chlad nepříjemně zalézal i pod nejtěplejší svetr. U cíle za malým stolkem seděl harrachovský učitel Karel Špringr. Počítal časy. Jeden za druhým se mu hromadil pod rukama. A Špringr počítal a počítal. Ruka byla prokřehlá mrazem. Celkem 318 časů musel spočítat. Výsledky chtěl znát závodníci, kteří odjížděli domů, novináři i hlouček diváků. A nejen prvních deset. Harrachovští Okulíř a K. Dvořák jeli »na sebe«. Kdo z nich bude lepší. I to se od něj brzy dozvěděli.

Odpoledne se konal závod ve skoku ve Vysokém nad Jizerou, tradiční »Šachty«. V jednom okénku pro rozhodčí stylu byl také vysoký Josef Zita. Po celý týden ve dne i dlouho do noci pracoval na přípravě můstku. Na dosko čišťe i na nájezd spolu s ostatními členy navdžel sniž, jen aby se mohl závod konat. Byl iniciátorem a organizátorem všech prací. A v neděli odpoledne ještě poctivě a přesně rozhodoval.

Jsou to dva příklady z jedné neděle. Našli bychom však takových celé stovky. Vzpomeňte jen ty, kteří stojí dlouhé hodiny za mrazu a zimy na vzdálených kontrolách běžeckých tratí, na obětavé strážce branek, na startéry, rozhodčí v cíli, prosíťe na všechny ty, bez nichž by se lyžařské závody nemohly uskutečnit.

Není to však jediná činnost našich rozhodčích. Většina z nich je i obětavými funkcionáři nebo vychovateli mládeže. Například učitelé Kožíšek, Hrabě, Doubalík mají pěkné úspěchy při tréninku našich nejmladších. Jejich svěřenci dosáhli již pěkných úspěchů i v celostátních závodech. Jiní zase pracují jako činovníci oddílů. Jsou to prosíťe lidé, jimž lyžařina již od mládí přirostla k srdci, kteří si bez ní nedovedou ani svůj život představit. Obětují jí všechn volný čas. Proto si zasluhují naše uznání. Vždyť na jejich práci záleží nejen hladký průběh jednotlivých závodů, ale mnohde i činnost lyžařských oddílů.





ZA SNĚHEM

CO S SEBOU?

Možná, že i vy si tuto otázku kladete stejně jako řada dalších lyžařů rekrcantů před nástupem dovolené na horách. V minulém čísle jsme již trochu napověděli co a jak připravit a vzít s sebou. Jistě se však na nás nebudete zlobit, vrátíme-li se podrobněji k této otázce. Dobře miněnými radami chceme přispět k tomu, aby vaše rekreace byla skutečnou rekreací a aby po jejím zakončení, osvěžení na duchu i na těle jste s chutí pokračovali v úspěšné práci na svých pracovištích.

NA REKREACI

ať je to kamkoliv, jen s veselou myslí. Veškeré starosti a »práci domů« je přísně zakázáno brát s sebou!

OBLEČENÍ NA CESTU

Především účelné, a teprve potom mrkneme okem, jak jsme na tom s módou. Oblečení takové, abychom v dopravním prostředku mohli vrchní díly oděvu snadno odložit. Nejvhodnější jsou dlouhé kalhoty, svetr, bunda, balonový či podobný plášť (vločka vítána), na hlavu čepice s možností zakrytí uší, ženy pletenou čapku nebo šátek. Boty sněhovačci (horalky), tatranky, přezuvky nebo lehké lyžařské. Čeká-li nás ještě výstup na chatu, upravíme oblečení tak, abychom ho absolvovali bez přílišného zahřátí.

ZAVAZADLO

Jedeme-li do zotavoven či hotelů v centru zimních středisek, to znamená, že od dopravního prostředku nejsou příliš vzdáleny, je vhodnější kufr, jako skladnější zavazadlo (a také máme kam lepit nálepky), v ostatních případech volíme batoh s kovovou nebo rákosovou konstrukcí.

CO SI ZABALÍME?

Sportovní oblečení (o tom si povíme v dalším odstavci), dále záložní prádlo, ponožky, kapesníky (vše v množství podle potřeby), ručník a mýdlo, kartáček na zuby s pastou, krémem na obličej, zelené brýle, muži holení, kartáč na oděv, krém a kartáč na boty (i na horách se čistí a hlavně krémují a domácí obuv na přezutí. Pro znásovení své radosti z pohybu na lyžích nezapomeneme nikdy na lyžařské vosky (skivo, na jaře i klistr) a korek na jejich rozftrání. Potom si přibalíme malou krabičku s náhradními šroubky různých velikostí (a k tomu i šroubovák), závlačku a kožené poutko pro připevnění talíře na hůl, upotřebíme i kousek hadříčku na utření lyží, případně lahvičku s benzínem na umytí vosků. Máme-li vlastní lyže s lankovým vázáním, tak i náhradní lanko. Také kapesní baterka přijde vhod. Vezmeme s sebou i malý chlebiček na svačiny (s igelitovým sáčkem) a další drobnosti, které máme denně při sobě. Fotoamatéři samozřejmě nezapomenou na své náčiní, aby mohli fotografovat na každém kroku, a t.m. samozřejmě neúmyslně brzdit tempo skupiny na výletě. Někam dospod zastrčíme i nutnou duševní potravu, kterou opět vybalíme po návratu domů v netknutém stavu — nebo ne? A protože čert nikdy nespí, přibalíme i pružné obinadlo.

Kdybys raději hrál fotbal. Měli bychom aspoň pořádnou jeskyni.

Jsem spíše pro mamutí kůtu než pro mamutí můstek.

*Prvopočátky blatlonu.
Kreslil Ilja Matouš*

PRAVĚK
LYŽOVÁNÍ



JAKOU VÝZBROJ?

Máme-li vlastní, je tato záležitost vyřízena. Nemáme-li a jedeme na rekreaci ROH, máme možnost v zotavovněch si lyže vypůjčit, případně i s obutím. Nicméně doporučujeme k pročetí následující článek Běžky nebo sjezdovky. Kdo vydrží až do konce, jistě se při nákupu rozhodne pro vhodnější lyže.

VÝSTROJ?

V zimních měsících (je skutečně zima) nátělník, bavlněnou nebo vlněnou košili (samozřejmě kostkovanou — to letí), muži trenýrky a »b lé šponovky s vlasem dovnitř«, ženy buď v jisté obměně totéž nebo krepšilonové punčochové kalhoty, ponožky v potřebném množství, šponovky (úzké kasilonové v pastelových barvách — to také letí), vlněný svetr, větrovku, na krk lehkou šálku nebo šátek (červený s bílými puntíčky — to musí také být), na hlavu kulicha nebo kuklu z balonového hedvábí, ženy totéž nebo šátek. Rukavice prstové kožené s nápletem a vložkou nebo palcové celťové také s vložkou. A abychom nezapomněli — budeme potřebovat i boty, ale i to je u nás snadná záležitost, z těch takzvaných univerzálních pro široké masy lyžařů jsou v obchodech pouze dva typy. Ten první starý (má určitě vousy jako krkonošský Krakonoš) asi za 350 Kčs a druhý typ novější v ceně asi 540 Kčs. Nebo dáte přednost obuvi pro speciální použití? Na běh lehké běžec-ké asi za 400 Kčs, na sjezdování sjezdařské komíny, pevné neohebné (nejsou vhodné ani pro chůzi ani na parket) za 1250 Kčs?

Pro jarní měsíce, kdy se na nás sluníčko směje ze všech stran, upravíme úměrně i své oblečení. Upustíme od teplého spodního prádla, teplý svetr vyměníme za lehčí (ženy mají vždy značný výběr), větrovku uvážeme v pase nebo dáme do batohu. Doma ji necháváme jen tehdy, jezdíme-li v blízkosti chaty. Na jistotu počasí se nikdy příliš nespolehneme.

ZA SLUNCEM

NA HORY

Jedeme s pevnou vůlí, že za pomoci lyžařského cvičitele vnikneme do všech tajů lyžařského umění, a že získáme punc správného lyžaře splněním podmínek odznaku »Lyžař ČSSR«.

LEGITIMACE

občanská, bez té ani krok, legitimace tělovýchovné jednoty s platnou turistickou známkou nám umožní zlevněné jízdné na lanovkách ČSTV a nezapomeneme ani legitimaci ROH, jedeme-li na odborářskou rekreaci. Na konci rekreace nám přibude další, která nás bude opravňovat nosit odznak »Lyžař ČSSR« (když se do toho dáme, a všechny podmínky splníme).

RADA NA ROZLOUČENOU

není vlastně radou jako přáním: dobrou cestu na rekreaci, výborné sněhové podmínky, slunečné dny a šťastný návrat.

JOSEF BURDA

BĚŽKY NEBO SJEZDOVKY



Byly kdysi doby, na něž se pamatují já a ještě někteří jiní »starci«, kdy existoval pro širokou (tehdy ne moc širokou) lyžařskou veřejnost pouze jeden druh lyží; prostě Lyže s velkým L. Měly špičku, patku, žlábek a byly vybaveny vázáním různého druhu, tvaru a značky, avšak se společným jmenovatelem, jímž byla volná pata. Mazaly se skarem a nej-různějšími specialitami podle založení majitele. Hole byly dostatečně dimenzovány pro odpíchování i pro případný boj s divou zvěří, měly náramnou výšku s náramnými talíři dole a náramnými bambulemi nahoru.

S touto výzbrojí se chodilo terénem, dýchalo svěží horský vzduch, semtam fotografovalo na deskový aparát se stativem, příležitostně sjíždělo technikou spíše účelnou než efektní a do kopců se lezlo jako moucha (vlivem toho skare). Prostě pěstovalo se typické turistické lyžování.

Jsou starci, kteří na tyto doby vzpomínají jako na zlatý věk a něžně chovají relikvie své někdejší činnosti ve sklepech na uhlí, kde se dodnes obdivují bytelnosti tehdejších výrobků. Já k nim nepatřím, protože nelze dobyt opominout neobyčejný technický pokrok ve výzbrojí i v jízdě na lyžích za posledních třicet let, i když uznávám, že vývoj se někdy neubíral zrovna směrem účelným pro rekreačně turistické lyžování. A je to právě vývoj výzbroje, kde se ledacos zaspalo.

Málokterého člena druhu *homo sapiens* napadne, aby se vy-

A RADOSTÍ

dal na taneční večer v gumových holínkách. Prostě proto, že uznává, že tento druh obuvi je pro tanec nevhodný, i když je vhodný třeba pro jarní orbu. Ale tentýž *homo sapiens* si v 90 % případů zakoupí pro rekreační turistiku těžké sjezdové boty, těžké sjezdové lyže s umělou skluznicí a vázání s pevnou patou, ačkoliv je to stejná nepřehlednost jako třeba s těmi holínkami. Jen trochu méně nápadná.

Byla kdysi doba — a to doba nedávná, ne-li dnešní — kdy ideálem lyžaře byl fantastickou rychlostí se řítící rozmazaný stín šiflené odvážné sjezdaře nebo elegantně mambující slalomový kouzelník a lampy na trikotu. A od těchto prototypů odhoukali vnější znaky ti ostatní a navlékli se do trikotů a do kominů, připnuli Markra a šli řádit na loučku. Bohužel v tom spěchu zřejmě zapomněli si osvojit i perfektní techniku sjíždění, což je chyba, protože jinak bychom hráli v mezinárodní sjezdářině přece jen snad méně trapnou úlohu.

Když některé rozumnější přece jen napadlo podívat se, co je asi támhle za tím kopečkem a dále než tři sta metrů od chaty a lanovky, zjistili, že vývoj výzbroje došel mezitím tak daleko, že na lyžích nejde už opravdu nic jiného dělat než jet s kopce a do kopce se nechat tahat lanovkou.

Nastaly doby v lyžování, kdy spousta sjezdařů zjišťuje, že se vlastně ošídila o to, co je na lyžování nejkrásnější — o volnou přírodu, zasněžený terén, radost z pohybu, poznávání nových krajů. A vracíme se k terénu, to jest tam, kde jsme začínali.

Vyvstala ovšem otázka výzbroje; sjezdová výzbroj se pro výjizdky do terénu nehodí, i když jsme se pokoušeli o různé úpravy. Sjezdová výzbroj se hodí pro sjezdovky a pro turistiku pouze v terénech, kde sjezd převládá. Většina našich hor, Krkonoše v to počítaje, jsou však v převážné části typickým terénem pro výzbroj běžeckou. Běžecká výzbroj splňuje požadavky turisticko-rekreační jízdy mnohem lépe než sjezdová. Princip volné paty, lehké výzbroje, dlouhých holí a skluznice upravené pro stoupání se znovu dostává do popředí našeho zájmu. Je pravda, že dosud v obchodech postrádáme dostatečně široký sortiment běžek (nejsou např. běžky pro turistiku), ale i výzbroj, která je na trhu, splňuje většinu našich požadavků.

Rozhlédnete-li se po horách, všimnete si jistě, že lyžaři na běžkách stále přibývá, a my vás ujistujeme, že bude přibývat stále více. A vám, kdo jezdíte na hory pro turistiku a rekreaci, můžeme jenom poradit: Kupte si běžeckou výzbroj a výstroj. Je pohodlnější, lehčí a levnější než sjezdová a způsobí vám tisíce krásných chvil na našich horách.

ZDENĚK BROŽ

Posledně jsme si psali o tom, jak nejlépe na sněhu začít. Zdůrazňovali jsme především rozjezdění. Dnes se ještě jednou k němu vrátíme. Však víte sami, jak se neustále podceňuje. Jezdit pořádně na mírném kopečku a ještě k tomu rovně, když ti vedle to »mrskáje« zleva doprava, jako kdyby na tom nic nebylo. Přiznáváme, je to otrava, musíte však být trpěliví. Však i vy se dočkáte. Rekneme si však otevřeně, že to nebude dřív, dokud na lyžích nezdomácníte, dokud sobě a lyžím nebudete natolik věřit, že pojedete z mírného svahu jen po jedné noze a s druhou vysoko zvednutou před sebou nebo za rychlejší jízdy střídát dřep na celých chodidlech se základním sjezdovým postojem a podobné kratochvíle. Možná, že někteří podobné atrakce ze zásady odmítnou, ale udělají chybu. Vždyť právě ty různé oblouky, křivky a všelijaké to točení na lyžích je základem na dokonalém zvládnutí rovnováhy i na odlehčování či zatěžování lyží. Proto jsme zde pro vás připravili několik kontrolních prvků, které když zvládnete a suverénně zajedete, můžete být sami se sebou a svým výcvikem spokojeni.



Mimo již uvedené prvky to jsou:

- jízda z mírného svahu s bezpečným dojezdem střídavě po jedné i druhé lyži. Jízda má být bez většího zakolísání, jistá a nejméně pět metrů po jedné noze;
- sjezd přes terénní nerovnosti (boule);
- odšlapování za jízdy vlevo a vpravo;
- z velmi mírného svahu chůze s dlouhým skluzem po jedné i druhé lyži i běh dvoudobý střídavý;
- bruslení na lyžích (obdobné jako na bruslích).

Bezpečné zvládnutí těchto základních prvků vám současně umožňuje turistickou činnost v zimní přírodě v mírně zvlněném terénu. Využijte toho a vyjďte si na kratší asi dvouhodinový výlet do vzdálenosti 5 km. Nebudete litovat.

Neméně velkou péči budeme věnovat návčivu sjezdu šikmo svahem. Je to velmi důležitý prvek, bez kterého se neobejdete ani při jízdě v terénu, ani při návčivu různých druhů oblouků. Abychom se na svahu udrželi a nesousvali se stranou, musíme hrant. Dosáhneme toho tím, že čím prudší svah, šikmější směr sjezdu a tvrdší sníh, tím více přikláníme kolena ke svahu, zatímco trup odkláníme od svahu. Protože vyšší lyže, koleno, bok i rameno jsou poněkud vpředu, provádíme zde jakýsi předklon směrem dolů do údolí. Nižší lyže je více zatížena.

Sjezd šikmo svahem nacvičujeme na širokých cvičných loukách i při jízdě v terénu. Doporučujeme vám střídání sklon svahu. Správné provádění poznáte podle toho, že stopa vašich lyží je přesná a zřetelná a že se nesousouváte stranou ani na příkrém svahu. Plynulost jízdy i s nutnou změnou směru dosáhneme odšlapováním. Nebude také škodit, zařadíme-li do návčivu sjezdu šikmo jízdu po nižší lyži, hmitání v podřepu a úroky do vyšší stopy.



ZA UMĚNÍM



PROVOKATÉŘI

Neustále rostoucí spolupráce sportovců z různých zemí je trnem v oku světové reakci. V poslední době došlo k mnoha narušením obvyklých norem spolupráce, vyplývající z tradic a poslání mezinárodních sportovních styků. V některých západních zemích odhazují poslední skrabošku, za kterou se řadu let skrývali, a stavějí se do řad provokatérů mírového soužití. Nejde jen o samotný fakt, že funkcionáři některých sportovních svazů nechápou závažnost širokého rozvoje sportovního hnutí, který je možný jedině za předpokladu mírového soužití. Horší je, že také hrubě porušují zásady olympijské charty, která byla přijata všemi národními olympijskými výbory, kde se prohlašuje: »Nepřipouští se rozlišování země nebo osob z důvodů národnostních, náboženských i politických«.

INNSBRUCK PÁDNĚ ODPOVĚDĚL

Páni ze západoněmeckého sportovního svazu, jejichž úkolem je zapráhnout sportovce Německé spolkové republiky do káry studené války, dostali v Innsbrucku při německo-rakouském skokanském turné pádnou odpověď.

Západoněmečtí účastníci závodu na Berg-Isel přišli, aby se se skokany z NDR srdečně pozdravili. Přišli, i když poněkud rozpačitě. Věděli, že Recknagelovi, jedinému skokanu světa kterému se podařilo dosud třikrát zvítězit v tomto turné, bylo směrnicemi vydanými v Bonnu zabráněno obhajovat úspěchy z minulých let. Věděli také, že rakouští spolupřátelé s rozhodnutím západoněmeckých funkcionářů absolutně nesouhlasili, neboť oni sami si skokany z NDR na své útraty do Innsbrucku a Bischofshofenu pozvali.

»Kdyby záleželo na nás,« řekl omluvou Recknagelovi nejstarší ze skokanů NSR Max Bolkart, »byli byste skákali s námi i na našich místech. Bez vás není turné úplné.«

Ale nejen skokani mezi sebou se těšili ze setkání. Dr. Lugger, sportovně založený starosta města Innsbrucku, se při tréninku obzvláště srdečně pozdravil s Recknagelem a s jeho spolubojovníky. Postavil se s nimi i před početné fotoaparáty a filmové kamery a dal tím jasně najevo nesouhlas s rozhodnutím Bonnu. Novinářům dr. Lugger řekl: »Již dvakrát jsem H. Recknagelovi předával čestnou cenu města Innsbrucku. Lituji velice, že tento sympatický sportovec nemohl obhajovat své dřívější úspěchy také tentokrát. Naše město stálo vždy za myšlenkami sportu, které národy spojují, a bude za nimi bezvýhradně stát i v budoucnosti. Sportovci z NDR nám jsou vždy srdečně vítáni.«

Emmerich Pepeuing, hlavní organizátor závodu na Berg-Isel vyprávěl, že on a organizační výbor v Innsbrucku podnikli vše, aby západoněmečtí spolupřá-

a ejhle, ti funkcionáři, kteří neustále mluví o čistotě sportu, o olympijských ideách, je sami hrubě porušují.

Nechme hovořit fakta:

Lyžařský klub Adelboden ve Švýcarsku přerušil veškeré kontakty s lyžaři socialistických zemí. Nebude je zvát na soutěže a ani jeho závodníci se nesmějí zúčastnit závodů v našich zemích. Stejně je usnesení řady katolických organizací. Zdá se, že ani úzké spojení s katolickými spolky, ani se »všemohoucím bohem« nepomohlo.

Letošní mezinárodní závody byly odvolány pro naprostý nedostatek sněhu. Zbývá položit otázku: jak na toto usnesení reaguje Švýcarský svaz lyžařů, který je statutem FIS zavázán »... přispívat k upevnění přátelství mezi národy«.

Švýcarský hokejový svaz vyloučil trenéra národního družstva R. Delnona za to, že je příslušníkem Švýcarské strany práce a že v rozhovoru s novináři prohlásil, že je pro socialismus. »Tomu se říká, že politika do sportu nepatří.«

Švýcarský katolický gymnastický a sportovní svaz se usnesl v listopadu 1961 na tom, že přeruší veškeré sportovní styky se socialistickými zeměmi a že členové se nesmějí zúčastnit žádných soutěží, kde budou startovat naši sportovci. Výjimku tvoří pouze mistrovství světa, mistrovství Evropy a olympijské hry, pokud se budou konat v kapitalistických státech. »To jsou neutrálové!«

Také v Itálii docházejí zprávy o problémech, které měli v lednu nejlepší italské běžci (příslušníci armády, pohraničních jednotek a policie) s uvolněním pro start v Zakopaném.

-lyž-

SSSR

Z usnesení VI. pléna ústředního výboru Svazu sportovních organizací SSSR. Na úseku sportu a při zvyšování sportovního mistrovství pokládá plénum za nutné, aby v jednotlivých družích sportu tělovýchovné organizace, sportovci a trenéři usilovali:

— aby se značně zlepšila a zintenzivnila masová práce ve všech družích sportu, na základě toho se zvýšily sportovní výsledky;

— aby byly splněny a překročeny přijaté závazky a plány přípravy sportovců I. výkon. třídy a mistrů sportu, zvláště v těch sportovních disciplínách, které jsou zařazeny do programu olympijských her;

— aby sovětské sportovci dosáhli nových světových rekordů a úspěchů a vybojovali první místa na většině mistrovství světa a Evropy.

Práce zaměřená na masový rozvoj sportu musí zajistit úspěšné provedení I. zimní spartakiády národů SSSR v roce 1962 a III. spartakiády národů SSSR v roce 1963, a také vysokou úroveň přípravy sovětských sportovců na XVIII. letní a IX. zimní olympijské hry v r. 1964. Velké úkoly, které stojí před tělovýchovnými organizacemi, vyžadují zlepšení propagace tělovýchovy a sportu. Cílem této práce je, abychom přišli ke každému sovětskému člověku, do každé rodiny s přesvědčivými slovy, s dobrou knihou, článkem, filmem, rozhlasovým pořadem, které dokazují nutnost zabývat se tělovýchovou a sportem.

NDR

Československý olympijský výbor obdržel dopis z NDR: »Draží sportovní přátelé. V listu Neues Deutschland jsme se dočetli, že vystupujete rozhodně proti sportu nepřátelskému chování úřadů NSR a že při Turné čtyř místků se zúčastníte pouze soutěží v Rakousku. Vaše podpora našich skokanů — H. Recknagela a ostatních — je pro nás dalším důkazem úzkého přátelství mezi sportovci ČSSR a NDR. Všichni se velmi radujeme z vašeho roz-

datel »Čtyřmístkového turné« pozvali skokany z NDR také do Obersdorfu a do Garmische. Ti neodmítali, už k vůli divákům, zajeli dokonce až do Düsseldorfu k Daumemu, avšak zde ztroskotali na stanovisku pánů ze západoněmeckého sportovního svazu.

Tiskový šéf celého turné Toni Thiel vyslovil to, co mysleli i mnozí západní Němci: »jsme toho názoru, že jde o skandál, který nesmíme strpět.«

To je správná odpověď Bonnu.



Vynikající sovětský hudební skladatel Kara Karajev, delegát XXII. sjezdu, prohlásil: »Umění a sport — to jsou dva důležité prostředky komunistické výchovy člověka. Hluboký smysl je v tom, že sovětské umělci i sportovci tak triumfálně obhajují svou vlast a v soutěžích, či závodech, je to proto, že umění i sport má právě v sovětském lidu své hluboké kořeny.«

K tomuto tématu přináší »Sovětský sport« nejen velký článek, ale i vtipnou kresbu, kterou otiskujeme (karikatura I. Massina).

Nad klavírem: »Hledáme nejlepšího sprintera pro olympijské družstvo.«

A v hledišti: »Ono totiž v běhu na 100 m se umístilo stejným výsledkem (9,0) 1200 běžců. A tak bylo rozhodnuto, že do olympijského družstva budou přijati jen nejlepší interpreti Bacha.«



■ Pohled na známé lyžařské středisko v NDR — Klingenthal, kde se konají 3. až 4. března 1962 mezinárodní závody.

hodnutí a přejeme všem československým sportovcům v roce 1962 mnoho úspěchů.

Harry Glass, třetí nejlepší skokan na ZOH 1956 v Cortině, zanechal závodění a přešel na trenérskou činnost. K tomu rozhodnutí dospěl s ohledem na následky svého zranění, které utrpěl při skoku v Innsbuku v roce 1959.

FINSKO

Maratónský vítěz z Holmenkollen — Fin Eöre Kolehmainen, se nesmazatelně zapsal do dějin závodního lyžařství tím, že po tři neděle za sebou vyhrál maratón na 50 km, oslaví v březnu 1962 již své 44. narozeniny. Do roku 1963 chce ještě závodně lyžovat, bude-li mu zdraví sloužit jako dosud.

Kolehmainen žije na malém, kamenitěm ostrově na finském jezeře Saima. Sám si upravil na ostrůvku terén pro stavbu obytného domku, který si rovněž postavil svými rukama. V roce 1945 začal náruživě lyžovat a již za 2 roky zvítězil v Kuoppo na 50 km. A další úspěchy přicházely: Holmenkollen, Oslo, Sverdlovsk, Lahti. V Cortině d'Ampezzo byl sice čtvrtý, ale jeho skvělý čas — 2:56:17 — mu tehdy záviděl mnohý mladší závodník. Před dvěma roky se stal mistrem Finska na 50 km, zanechav za sebou Viitanena, Riasianena, Tlainena a ostatní, loni zvítězil znovu v Pudasjärvi a svým časem — 3:10:42 — předčil svého nejbližšího soupeře K. Ansala o 6 minut.

»Sport pomáhá v práci a práce pomáhá sportovci ve výkonnosti,« říká Kolehmainen. A tím se také řídí: Pracuje v lese, rubá dříví, staví plnometry, ze zmrzlého močálu odstraní metr silnou sněhovou pokrývku a motykou rozryl půdu tak, že ji připravil na jarní setí. A přímý trenink na lyžích? Za nejlepší považuje běh na obyčejných polních cestách. Pokud jde o stravu, tvrdí, že nejdůležitější je zelenina, lesní plody a ryby.



MISTROVSTVÍ SVĚTA 1962

V době, kdy většina čtenářů dostává do rukou únorové číslo Lyžařství, jsou přesně známé výsledky z mistrovství světa v Zakopaném. Medaile jsou rozdány. Na jedné straně je radost z úspěchů a na druhé straně se provádějí rozbory a přemýšlí se o tom, proč výsledky neodpovídají předpokladům. V jedné věci dosáhli úspěchů téměř všichni — v upevnění spolupráce a přátelství mezi jednotlivými národy.

Náš měsíčník nemůže posloužit takovou aktuálností jako denní tisk. Za to jsme pro čtenáře připravili pro další čísla speciální zprávy našich odborníků. Přineseme podrobné popisy průběhu soutěží i zprávy ze zákulisí lyžařské kuchyně mistrovství světa. V této souvislosti se také vrátíme k výsledkům velkých mezinárodních závodů v lednu a začátkem února. Tak budeme mít možnost porovnat růst nebo stagnaci výkonů světových špiček. V tomto čísle si připomeneme stručně některé události oněch lednových dnů, kdy příprava vrcholila a hodnotily se výsledky prvních mezinárodních závodů.

NĚKOLIK POZNÁMEK ZE ZEMÍ NAŠICH PŘÁTEL

Ve Skandinávii se často ozývaly kritické připomínky k běžeckým tratím. Vlastní průběh soutěží prověřil její hodnotu. Postavit dobré běžecké tratě hodně potrápilo pořadatele. Časopis Przeglad Sportowi v lednu napsal:

»Nikdo v Polsku netvrdil, že běžecké tratě jsou velmi těžké, ale nemůže se říci, že jsou lehké. J. Figura dosáhl při velmi dobrých podmínkách a rychlém sněhu na trati 15 km času 52 min.«

Poláci se chlubí tím, že soutěže FIS

pořádané v letech 1929, 1939 a nyní 1962 měly vždy řadu nových věcí. Např. v roce 1929 se poprvé zkoušely sjezdové soutěže a běh žen, tehdy ještě neoficiálně.

V roce 1939 byly mrazy —39°. Během soutěží závodníci poznali všechny rozmary počasí. Pořadatelé doufají, že v letošním roce bude dostatek sněhu a klidné počasí. Soutěže jsou obohaceny o běh žen na 5 km, další soutěže ve skoku prostém a bude se hodnotit podle nových bodovacích tabulek FIS.

Polští běžci měli potíže s lyžařskými vosky, lyžemi a botami. Byl nedostatek sněhu a nekázeň ostatních lyžařů v Zakopaném bránila dokonale využít běžeckých tratí, na kterých bude pořádáno mistrovství světa.

V Sovětském svazu výběrové závody v lednu komplikovaly život trenérů zvláště v běhu. Nestálé počasí, časté změny v kvalitě sněhu a nezvyklé podmínky pro mazání lyží se odrazily ve výsledcích, které často ukázaly porážky osvědčených reprezentantů.

Trenéři NDR měli starost, především s tím, že pozdě nastal sněh. H. Renner, trenér skoku, hledal cesty k správnému přechodu z tréninku na umělé hmotě na trénink na sněhu a jeho maximální využití. H. Friedl, trenér sdruženářů, řešil problémy vzniklé s použitím nových tabulek FIS, kde skok do závodu sdruženého není tak vysoko hodnocen jako dřívě. Důvod: Nejlepší sdružení NDR — G. Flauger, R. Dietel, Meinhold — jsou především dobrými skokany. V běhu se nejvíce spoléhají na K. Wernera, E. Rödera a M. Weidliča. L. Schröder, tajemník lyžařského svazu, neztratil optimismus a prohlášoval: »Jsem přesvědčen, že Zakopané ukáže další vztup lyžování v NDR a že budeme patřit k nejlepším Středoevropanům.«

Kdo seje vítr...

Všichni příznivci lyžování, aktivní lyžaři a závodníci přijali s rozhořčením zprávu o negativním stanovisku orgánů NATO k udělení viz sjezdařům NDR do Chamonix. Nic nepomohlo, že se francouzští činitelé snažili uniknout před odpovědností světové sportovní veřejnosti a zachovat vážnost své »demokracie« tím, že se skrývají za rozhodnutím cestovního úřadu NATO v západním Berlíně. Ukázalo se, že sami nemají zájem na tom, aby lyžaři NDR do Francie přijeli a nebylo to poprvé, neboť již v minulosti nevydali vstupní víza např. cyklistům a dalším sportovcům. Předseda FIS M. Hodler podnikl všechny kroky pro to, aby lyžaři NDR se mohli mistrovství zúčastnit: telegrafoval o povolení presidentu Kennedymu, de Gaullovi a předsedovi vlády Macmillanovi. Vystavil pro sjezdaře sportovní pasy podepsané Mezinárodním olympijským výborem a FIS. Vše nadarmo. A tak musela nastat poslední fáze jednání, a to — zákaz mistrovství světa ve sjezdových disciplínách. Francouzští pořadatelé, kteří projeví snahu při zabezpečování účasti NDR, musejí poděkovat těm, kdož sejí vítr nepřátelství v mezinárodních vztazích, neboť sami sklídili bouři protestů a odsouzení. Pokroková sportovní světová veřejnost plně podporuje rozhodnutí předsednictva FIS ze dne 4. února 1962.

LEDNOVÉ ÚSPĚCHY VE ŠVÝCARSKU

Navázali jsme na dobrou tradici dřívějších let. Vzpomeňme jen na vítězství J. Prokeše v běhu na 15 km v roce 1957, na velmi dobrá umístění Matouše, Melicha, Martiňáka, Riegera a Felixe, kteří patřili mezi nejlepší závodníky minulých ročníků. Letos se našli důstojní pokračovatelé v Kuthelovi, Olekšákovi a Fouskovi.

Hlavním znakem letošního ročníku byla silná mezinárodní konkurence a značně nepříznivé, proměnlivé počasí. Při příjezdu závodníků bylo v Le Brassus jen nepatrně mokrého sněhu a přes noc napadl čerstvý prašan. V pátek odpoledne začal prudký liják, který pohltit veškerý sníh. V sobotu nás také déšť probudil a v místě původního startu v Le Brassus bylo jen nově velké jezero vody. Dopolední závod 13. ledna ve skoku do závodu sdruženého byl proto odvolán. Odpolední běh na 15 km se konal na těžké, technicky obtížné trati, vzdálené 5 km od Le Brassus ve výšce 1300 metrů nad mořem. I zde neustále přišlo a jen díky obětavosti místních občanů se podařilo upravit trať v těžkém rozmoklém sněhu. Vrtkavé počasí se těsně před závodem změnilo, část přešel v husté sněžení a počalo mírně přituhovat.

Za obtížných podmínek se na startu shromáždilo 117 závodníků — mužů a 30 juniorů ze 13 států: Finska, Francie, Itálie, Kanady, NDR, Norska, NSR, Polska, Rakouska, Španělska, Švédska, Švýcarska a CSSR. Velký letní chlév u místa startu se změnil v mazárnu lyží, hlučící všemi světovými jazyky.

Ve 14.30 hod. vyrazil závodník č. 1 na obtížný sedm a půl kilometrový okruh, který se projížděl dvakrát. Trať plná různých smyček, náhlých změn směrů, prudkých výstupů a sjezdů s výškovým rozdílem 100 metrů. Již mezičasy ukazovaly dobré výsledky našich závodníků. Např. Fousek měl v prvním kole druhý nejlepší čas mezi běžci a Olekšák s Kuthilem čtvrtý a pátý čas mezi sdruženáři. Konečné výsledky nás velmi potěšily, neboť

Fousek časem 52:55 min. skončil na výborném 5. místě a sdruženáři se ještě polepšili. Olekšák s časem 55:38 min. byl na druhém místě mezi sdruženáři a Kuthel s 58:08 skončil jako čtvrtý, Farský jako sedmý a Mazánek osmý. Závodníci se umístili takto: Kolářik 28., čas 55:17; Baluch 59., čas 57:36 min. Závod vyhrál 36letý Fin Hannu Tolsa před Švédem Samuelssonem 52:30 a Italem De Dorigo 52:40 min. a Polákem Zelekem 52:51 min. Z výborných známých závodníků byl Ital De Florian 12., Francouz Mermet 13., Finové Manonen 19. a Huhtala 21.

Vítězem běhu pro závod sdružený se stal Nor Groetli časem 55:01. Třetí Švýcar Kaelin měl čas 55:50, Švéd Dalguist byl časem 56:32 pátý, Nór Stenersen, 57:35, byl osmý před Finem Klinkou, olympijským vítězem Thomou NSR, Schiffnerem NSR, Herzerem NDR a dalšími.

V neděli ráno nás probudilo slunce a pohled na opět zasněžené Le Brassus. Zlepšilo nám to náladu. Skákat se bude!! Nejdříve nás však čekaly štafety, které se konaly na prodlouženém okruhu trati na 15 km. Italové naprosto dominovali. Jejich švédský trenér B. H. Nilsson sestavil z přítomných 29 závodníků tři rovnocenné štafety, které se umístily na 1., 3. a 6. místě. První štafeta byla o více než dvě minuty před Finskem (Itálie: Steiner, De Florian, De Dorigo 1:39,25, Finsko: Mannonen, Huhtala, Tolsa 1:41,42). Třetí Itálie II. 1:42,05 hod., čtvrtá byla štafeta Švédska a pátá Francie I. Naším závodníkům se nedařilo. Kolářik skončil na 1. úseku na 9. místě, 1:30 min. za vítězem, ale Baluch s Fouskem toto umístění nedokázali udržet a naše štafeta skončila jako 16. v čase 1:49,22 hod. Nejrychlejší úsek zajel Ital De Florian 31:50 min.

Odpolední závod ve skoku (současně druhá část závodu sdruženého) zhlédlo 7000 spokojených diváků. Ze soboty na neděli napadlo 10 cm nového suchého sněhu, a tak můstek [P 79] byl dobře upraven. Konkurence skokanů byla dobrá. Zvítězil Wolfgang Happle, NSR, s 224,5 body (80, 81 m) před Scheideggerem, Švýcarsko, 215,5 bodů (78, 79 m) a Italem De Zordo Bruno 211 bodů (73 a 76 m). Na dalších místech skončili Fin Kivela, Meinel a Herzer, NDR, Schiffner, NSR. Z našich byl Kuthel 19., Olekšák a Mazánek skončili společně na 25. místě, Farský byl 39. Startovalo 55 skokanů. Skok pro závod sdružený vyhrál Meinel, NDR, 216,5 b. (74 a 74 m), před Herzerem 216 b. (74 a 74 metrů) a Schiffnerem, NSR, 212 b. (74 a 74 m). Naš Kuthel byl sedmý



Vítěz závodu na 15 km v Le Brassus H. Tolsa.

se 194 body (68 a 70 m), před Sternersem, Norsko, 193,5 b., Olekšák a Mazánek byli na 11. a 12. místě s 189 body. 18. skončil Farský.

V celkové klasifikaci sdruženého závodu, který se počítal ještě podle starých bodovacích tabulek, vyhrál 31letý Sepp Schiffner se 434,8 b. před Herzerem 431 bodů, Kuthilem 429 bodů a Olekšákem 426,5 bodu. Pátý byl Meinel, šestý Stenersen 423,1 bodu. Z 25 závodníků, kteří dokončili sdružený závod, skončil Mazánek se 411,4 body na 14. a Farský se 405,1 b. na 16. místě. Olympijský vítěz Thoma se při dopoledním tréninku ve skoku zranil a nestartoval. Umístění našich mladých závodníků je velkým úspěchem, což nejlépe potvrzuje konečná klasifikace národů, kde v závodech sdruženém je CSSR a NDR společně na 1. místě.

Závody v Le Brassus byly velkým přínosem jak pro naše závodníky, tak i pro utužení přátelských vztahů mezi lyžaři zúčastněných národů.

TAMELE — LAHR

ČASOPIS TRÉNER A CVIČITEL' — ZIMNÝM ŠPORTOM

prinášá v 11.—12. dvojčísle celý rad článkov od popredných pracovníkov i výkonných pretekárov lyžovania a krasokorčuľovania a hokeja. Dvojčísle má vkusnú grafickú úpravu a bohatú ilustráciu.

Z lyžiarskych príspevkov hodno spomenúť zvlášť práce nasledujúcich odborníkov:

Jaroslav Čtvrtečka: Učebná osnova základného lyžiarskeho výcviku!
Jaroslav Bogdálak: Sjezdári pred mistrovstvím sveta 1962 v Chamoniix;

Miroslav Zálešák: Protirotačná a rotačná technika v lyžiarskej výučbe; Redakčný materiál: Profil čs. reprezentanta Rudolfa Čililika;

Dana Gurská: Ako ovplyvňuje strach lyžiarsky výevik;

Cyril Gajer: Doceňujeme švih dolnej končatiny vpred v lyžiarskom bežeckom kroku;

Ján Terežčák: Príspevok z výskumu na lyžiach na snehu a bežeckej dráhe s umelou hmotou.

Toto dvojčísle dostat' v stánkoch PNS.



Pro milovníky lyžiarskych klasických disciplín prinášá pred MS 1962 «Sovetský sport» návrh nového typu televíznej obrazovky. (Karikatúra I. Massina)

TÝDEN SKOKŮ V RAKOUSKU A V NSR

Po návratu mistra sportu M. Bělonožníka z Innsbrucku, kde působil jako expert FIS, jsme mu položili několik otázek:

Jaký máš celkový dojem z Innsbrucku?

Snad právě s ohledem na olympijské hry 1964 se letošního 12. ročníku mezinárodních závodů v Innsbrucku, který je současně jubilejním 10. ročníkem německo-rakouského turné, zúčastnil rekordní počet 76 skokanů z 13 států. Na novém olympijském můstku na Berg-Igels v závodě uskutečnili 152 skoků, z nichž bylo pouze 11 s pádem. Podle pozorování v Innsbrucku si troufám již nyní rozdělit závodníky zhruba do tří skupin z hlediska možností umístění v Zakopaném.

■ **Závodníci s možností zvítězit nebo se umístit mezi prvními deseti:** NDR, SSSR, Finsko, Rakousko, NSR a Švédsko.

■ **Závodníci dobrého průměru, jejichž jednotlivci mohou za příznivých okolností zasáhnout do pořadí od 5. do 20. místa:** Norsko, Polsko, CSSR, Jugoslávie, Itálie, Švýcarsko, dále Japonsko a USA, kteří nestartovali.

■ **Závodníci slabší výkonnosti.**

Co říci k výkonům skokanů? Je jasně vidět, že se všichni po celý rok pilně připravovali na MS. Současně bylo vidět nevyškákanost. Výkony jednotlivců nebyly vybroušené a stálé. Nejlepším důkazem je srovnání výsledků jednotlivých závodů. Například vítěz závodu v Innsbrucku Willy Egger byl v Oberstdorfu čtyřicátý devátý. Dobrým umístěním v Ga-Pa a vítězstvím v posledním závodě turné — v Bischofshofenu — tento závodník prokázal nejstálější formu. Jugoslávec Jemc Bozo, který byl v Oberstdorfu překvapivě na druhém místě, skončil v Innsbrucku na 71. místě s pádem. Rakušané, kteří selhali v Oberstdorfu, když nejlepší z nich Otto Leodolter byl na 17. místě, slavili na domácí půdě v Innsbrucku úspěchy, neboť kromě 1. a 3. místa získali další tři do prvních dvaceti.

Třetí závod turné v Garmisch-Partenkirchen byl pro změnu záležitostí domácích závodníků NSR. Vyhrál sdruženář Thoma, který v Innsbrucku skončil na 18. místě. Ve čtvrtém závodě v Bischofshofenu se dal očekávat opět jiný vítěz. Největší nadějí jsem dával Helmutu Recknagelovi z NDR, který byl v Innsbrucku na 11. místě. Tento tip téměř vyšel, neboť Recknagel byl druhý, těsně za Willy Eggerem. Tento poslední závod 10. ročníku německo-rakouského turné byl záležitostí socialistických zemí, neboť mezi prvními deseti se umístilo šest závodníků z NDR, SSSR a Polska.

Co jsi postřehl u skokanů jednotlivých států?

NDR: Závodníci Německé demokratické republiky zůstali v Innsbrucku hodně dlužni své světové pověsti, neboť obsadili 11. 23., 27., 34., 41., 46., 67. a 68. místo. Nad tímto prvním neúspěchem však nevěšeli hlavu. Helmut Recknagel svůj dynamický odraz ještě zrychlil, ale zatím toto zrychlení neměl přesně sladeno a v Innsbrucku dokončoval odraz nohama brzo. Proto nedosahoval rekordních délek. Velkého zlepšení dosáhl Peter Lesser, který v Innsbrucku skočil 81,5 a 86 m, ale při obou skocích nezvládl konec letu a upadl. Je to velká naděje pro Zakopané. Výsledky obou závodníků potvrdily jejich vysokou úroveň.

SSSR: Sovětští skokani jsou velmi silným celkem. Jejich styl je vybroušený a je patrna jejich usilovná práce na zdokonalování poslední fáze letu a doskoku.

Finsko: Finové nejsou již tak jednotni v provádění odrazu, jak tomu bylo ještě před dvěma roky. Jedině Kirjonen provádí klasický finský odraz se zášvihem s vysokým protočením. U ostatních byl zášvih různě velký až skoro žádný a protočení velmi nízké. K tomuto způsobu odrazu je třeba mnohem větší přesnosti celého provedení, které na začátku závodního období chybí i druhému ze Squaw Valley Halonenu, který v Innsbrucku skončil na 21. místě.

Rakousko: Rakušané pokračují v individuálním výcviku. Jejich předností je dobrý cit pro maximální předklon a aktivita ve vzduchu.

NSR: Oporou družstva NSR zůstává závodník starší generace Max Bolkart,

ale i mladí skokani Thoma, Happle a Ihle předvedli velmi dobré výkony.

Švédsko: Švédové se proti minulým letům podstatně zlepšili. Kromě Sjöberga se mi líbil Linguist, který nyní skáče podobně jako Recknagel, a řekl bych, že právě on napodobil jeho mchutný odraz nejlépe.

Norsko: Na turné přišli s dosud neznámým skokanem. Je jím Addvar Saga. Je to talentovaný skokan, který v Oberstdorfu byl třetí, v Innsbrucku již dvacátý šestý a ani v dalších dvou kolech se neprosadil do špiče závodníků. Mám za to, že se ani letos nepodaří Norům získat ztracené pozice ve světové špičce.

Polsko: Poláci mají rychlý odraz a v druhé polovině letu přenášejí s jemným citem pro let vzduchem ruce zezadu dopředu. Ve velmi dobré formě byl 37letý Antoni Wiczorek.

Jugoslávci: Jugoslávci skáčí velmi odvážně s dobrým rychlým odrazem a velkým předklonem. Jejich výkony dosud nejsou ustálené, ale jsou zvláště na velkých můstcích vždy nebezpečnými soupeři.

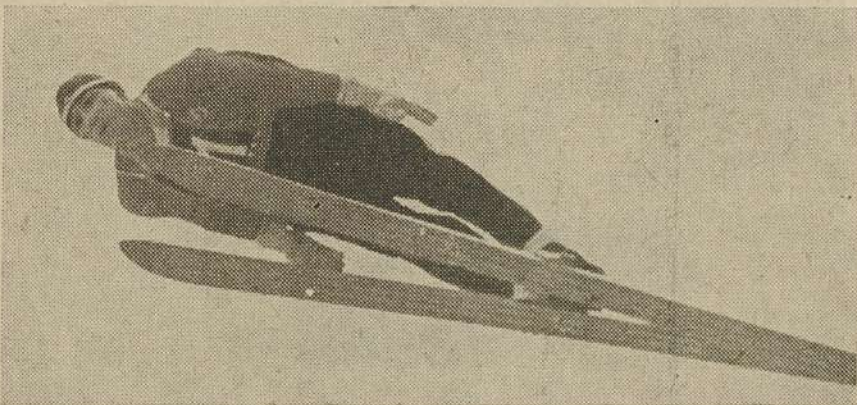
Itálie: Proti minulému roku se italské skokani zhoršili. V jejich způsobu provádění skoku nebylo nic pozoruhodného.

Švýcarsko: Švýcarští skokani pod vedením rakouského trenéra Albina Planka dosahují světového průměru.

Jak hodnotíš naše závodníky?

Na našich závodnících bylo vidět, že skáčí na velkém můstku na sněhu poprvé v letošním hlavním období. Skoky byly nevyrovnané. Podařil se obvykle jen jeden ze dvou. Výkon Zbyňka Hubače, který na tomto velkém závodě byl poprvé, lze označit za úspěšný. Celé pojetí jeho skoku je libivé. Potřeboval by ještě zrychlit odraz a být aktivnější při letu vzduchem. Má předpoklady k podání dobrého výkonu na mistrovství světa. Inž. Nevlud potřebuje delší dobu na vyskákání a vypilování svého obtížného odrazu. Některé jeho skoky naznačily, že i letos se dostane do dobré formy. Jebavý tentokrát nepodal dobrý výkon.

■ *Jeden z dobrých skokanů reprezentačního celku SSSR N. Kamenskij*



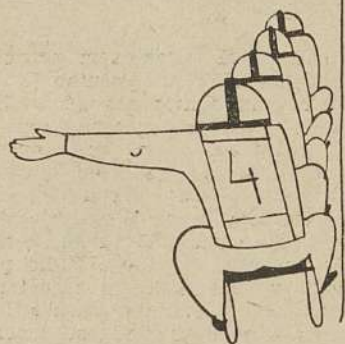
SPORT ODVÁŽNÝCH

Historie bobového sportu je ve svých počátcích těsně spjata s vývojem saní. Nejprve jako dopravní prostředek na těžké náklady, později dětská hra a zábava, která se již ani tehdy neobešla bez soustředění kdo dál, kdo rychleji a lépe projede vytyčenou dráhu. Po svém vzniku doznalo sáňkařství jako sport velkému rozšíření do všech zemí. Dokonce k protinožcům i tam, kde nemají sníh, a jezdí na blátě, mokřinách, listech a jehličí stromů. U nás, v době dané velkým rozvojem lyžování umožňujícím volnější pohyb v přírodě, relativně sáňkování zaostává. Proto tehdy s rozvojem techniky jako protiváha zase vzniká, kvalitativně vyšší, jakási nadstavba sáňkování — bobový sport. Vznikl údajně vynalézavostí mladých Angličanů ve švýcarských Alpách, spojením dvou saní za sebou. Tento sport s novými možnostmi a jako technická disciplína vzbuzuje zájem nejen svou vysokou sportovní hodnotou, ale i možnostmi manuálního, organizačního i konstruktivně tvůrčího uplatnění a využití. Dnešní polytechnizace výuky mládeže pomáhá spojení sportu s praxí. Konstrukce bobů i saní, stavba drah s klopenými zatáčkami znamená aplikaci poznatků z fyziky, mechaniky, geometrie apod., zde všude sáňkařství a bobový sport umožňuje uplatnění všem a v plné míře.

Jako skutečný začátek bobového sportu lze stanovit rok 1883, kdy švýcarský kovář Mytthys postavil první bob. Jeho konstruktéři nejsou známi. Jezdilo se tehdy ještě na uježděných silnicích s neklopenými zatáčkami. Lze předpokládat, že obdobné začátky, současně nebo v těsné následnosti, si prodělali bobisté ve všech 17 zemích organizovaných ve FIBT (Federation Internationale de Bobsleigh et de Tobogganing). Je to Švýcarsko, Rakousko, Itálie, NSR, USA, Španělsko, Norsko, ČSSR, Polsko, Rumunsko, Francie, Argentina, Belgie, Kanada, Anglie, Lichtenstein, Švédsko.

Na území ČSSR se provozoval bobový sport již za Rakouska. V předmnichovské republice byl tak, jako většina sportů v té době, výsadou majetných jedinců. Tehdy vznikaly bobové dráhy v Aši, Mariánských Lázních, v Dubí v Krušných horách, u Teplíc a v Jablonci n. Nisou a v Černé Studnici. V Tatranské Lomnici byla správou lázní vybudována bobová dráha již koncem minulého století a dokončena začátkem 20. stol. s vodovodem a výtahem. Po revoluci, postupně do roku 1948, jsme rekonstruovali a modernizovali sněhové, válkou zpustlé dráhy i zastaralý bobový park. Minulostí přisouzený pojem »buržoazní sport« ztratil tak definitivně opodstatnění, protože dnes bobový sport provozují výhradně pracující. Vývoj v ČSSR nejlépe dokumentují výsledky vykonané práce: 107 typovaných a registrovaných závodních bobů, vyrobených s výpomocí, představuje hodnotu přes 400 tisíc Kčs, tři obnovené a dvě nově vybudované speciální bobové dráhy, nemluvě o vybavení výstroje a výzbroje.

Při bobových drahách se nejprve organizovaly bobové kluby začleněné v bývalém Svazu lyžařů. Společný referent nestačil obsáhnout rozsáhlou agendu bobového a sáňkařského sportu a zaměřil se pouze na lyžování. Stejná byla situace i po sjednocení tělovýchovy v Sokole a jednotlivých DSO. Zlepšení nastalo teprve po roce 1951, kdy byla při Lyžařské sekci komise bobů a saní z pražských bobistů Slávie VŠE a Spartaku Stalingrad. Největší zvýšení činnosti nastalo po utvoření samostatné sekce bobů a saní v roce 1955. Nyní jsou bobisté společně se sáňkaři organizováni ve 46 oddílech tělovýchovných jednot, mají své komise na OV a KV ČSTV. Téměř každoročně je organizováno mistrovství ČSSR v jízdě na bobech jako celostátní postupová soutěž mající krajské a okresní kola přeborů. Mimo to kraje pořádají kvalifikační závody



pro 1. a 2. výkonnostní třídu celostátního i mezinárodního významu. Z výsledků těchto závodů je sestaven žebříček a reprezentační družstvo.

Bobový sport je samostatná disciplína olympijských i akademických her. Má svá mistrovství Evropy i mistrovství světa v jízdě na dvousedadlových a čtyřsedadlových bobech. Proto i v ČSSR se tomuto náročnému sportu věnujeme, neboť v našem technicky vyspělém státě máme všechny předpoklady v něm dosáhnout i mezinárodních úspěchů!

Bobový sport je namáhavý, vyžaduje poctivou celoroční přípravu závodníků, bobů i drah. Je provozován i rekreačně, především mládeží. Dosud však trpí úrazovostí, nedostatečnou vybaveností a špatnou úpravou drah, neorganizovaností, živelností. Je to sport rychlostní, vyžaduje odvahu a pohotovost rozhodování, postřeh, obratnost, dokonalou teoretickou a fyzickou přípravu jedince i naprostou souhru a spolupráci kolektivu. Pěstuje poznání a překonání přírodních zákonů fyziky. V nejšířší míře skýtá uplatnění rukodílné zručnosti a technických znalostí. Jako takový přitahuje především mládež a skýtá plné využití i dospělých bez omezení stáří, každému podle jeho schopnosti a možnosti. Děje se ve zdravé a krásné zimní přírodě. Po přípravě na suchu a tréninkovém ježdění po silnicích v blízkém okolí jezdí oddíly bobů a saní na závody do hor na speciální závodní dráhy.

Start, bobování, projíždění zatáček, neklidná jízda, brzdění budou popsány v kapitole — »Technika jízdy na bobech«, v dalších číslech.

Být v cíli co nejdříve, to je výsledek celého snažení. V žádném případě zde nejde o hazardování životem, jak se mnozí senzacechtiví diváci mylně domnívají. Naopak, nepříznivé fyziologické účinky zrychlení ve svise klopených zatáčkách dodávají mu vysokou sportovní hodnotu.



Zahrajte si

Při sáňkařském i lyžařském nezávadním výcviku žactva bude cvičitel samozřejmě usilovat o to, aby je naučil správné jízdě podle metodických zásad, ale nemůže přehlédnout tu okolnost, že jde o cvičence, kteří se vlastně teprve získávají pro sportovní činnost a od základů ji poznávají. Tato okolnost jej nutí zpestit i zpříjemnit výcvikové hodiny, vkládat do nich zábavné vložky a tím zvyšovat jejich přitažlivost. Jako v každé složce tělesné výchovy, tak i zde představují tuto emocionálně účinnou složku hlavně hry, hravé zábavy a soutěže. Proto přinášíme ukázky bravého zaměstnání na sněhu, které se uplatní hlavně u mládeže do 12 let. U starších budeme již usilovat o vědomou sportovní přípravu a kvalitu vlastního výcviku v daném sportu.

1. Valení sněhových koulí. Kdo uválí větší?

2. Stavění zdí, hradů a pod. ze sněhu.

3. Stavění sněhuláka.

Při práci sundat rukavice, aby se nepromočily, po práci utřít do sucha ruce, zahřát je třením a natáhnout si rukavice.

4. Volné házení sněhovými koulemi.

5. Házení sněhovými koulemi na libovolný cíl: strom, na sněhuláka a na dálku.

7. Koulování dvou stran; strana, na kterou se háže, se skrývá za sněhové hradby.

8. Přehazování koulemi přírodních překážek: stromů, kůlů apod.

Přitom všem zdůrazňujeme současně zaměstnání všech účastníků.

9. Zasaňování sněhuláků.

Každé družstvo si postaví svého sněhuláka, a pak z určené vzdálenosti na něj hází koulemi; které dříve srazí svému sněhuláku klobouk?

10. Koulování se štíty.

Dvě strany nastoupí v přiměřené vzdálenosti proti sobě a postaví před sebe sáňky špicemi vzhůru, skluznicemi vpřed. Za každými sáňkami jako za štítem se skrývá hráč a odtamtud střílí sněhovými koulemi na soupeřovo družstvo. Možno utkání i bodovat: za zásah protivnickových saní se získá jeden bod, za zásah protivníka tři body. Vítězí strana s větším součtem bodů. Při větším počtu účastníků, jichž je více než saní, jsou někteří účastníci pomocníky těch, kteří přímo bojují, tj. dělají jim sně-

hové koule. Po stanovené době se střídají. Za zásah tohoto pomocníka získává soupeř dva body.

11. Na mírném svahu nebo na rovině se zmrzlým sněhem soutež: komu nejdále dojedou samy saně, když je roztláčel a odstrčil.

12. Tamtéž: kdo nejdál dojede vleže na bříše na saních, kdy ho druh roztláčel a odstrčil.

13. Kdo nejdál dojede vleže, když si sám roztláčel své saně a položil se na ně na břicho.

14. Jízda drahou, na níž se udělalo několik malých můstek.

15. Projíždění i několika vysokými brankami za sebou.

16. Projíždění nízkou brankou, takže se jedoucí musí položit až na záda.

17. Za jízdy sbírat ze sněhu rozložené předměty.

18. Jízda po rovině se spřežením. Dvojice za lanko táhne saně, na nichž sedí třetí. Postupně se střídají.

19. Ruská trojka.

Jízda po rovině se spřežením, sáňky táhne trojice, sedět mohou i dva.

20. Šestisprežení.

Na delší šňůru se přiváží tři kolíky, za něž táhnou sáňky na každé straně tři žáci. (Číslo 19—21 možno uspořádat na rovině i o závod: které saně dojedou nejdříve k cíli 20 až 30 m vzdálenému.)

21. Na dopravního strážníka.

Na rovině se vjezdí křížovka, na ní se postaví dopravní strážník a řídí dopravu tažených sáňek. Děti se tak na-

učí znát dopravní předpisy pro křížovky a zatáčení. Účastníci bez sáňek přecházejí jako chodci.

22. Štafeta v rovině.

Několik družstev nastoupí vedle sebe v přiměřené vzdálenosti. Prvý je zapřažen do saní. Na startovací povel na ně nasedne druhý a jedou k metě (asi 20 m), tam si vymění úlohy, druhý dovezde zpět prvního, předají sáňky druhý dvojici atd., které družstvo se tak nejdříve celé vystřídá.

Obměna: saně se tlačí vpřed místo tažení.

23. Vlak.

Dvojce či troje saní se za sebe naváží a sjíždějí svah jako vlak. Vlakvedoucí sedí na druhých saních a rukama řídí první.

24. Jízda v kleku.

Jezdec klečí na sedačce saní a řídí je přenášením váhy těla, tj. zatěžováním sanic.

25. Jízda ve stoji.

Sjíždějíci stojí buď nahoře na sedačce saní, nebo dole uprostřed sanic a drží se vodítka. Řídí opět přenášením váhy těla.

26. Zasaňování sněhuláka za jízdy.

Jednotlivci postupně sjíždějí po svahu a každý má za úkol zasáhnout za jízdy sněhuláka, který stojí stranou dráhy. Má na střebku tři koule. Možno uspořádat jako soutěž stejně početných družstev, které bude mít více zásahů.

27. Zasaňování projíždějících.

Hrají dvě družstva; jedno sjíždí postupně ze svahu, mohou i současně. Pro sjezd je vymezen několikametrový pás. Po obou jeho stranách ve vzdálenosti asi 5 m je rozestaveno druhé družstvo se zásobou koulí a snaží se co nejvíce zasaňovat sjíždějící. Za zásah získávají bod. Při opakování se vymění úlohy.

28. Štafeta na svahu.

Družstva stojí v zástupech nahoře nad svahem. Z každého družstva stojí jeden člen se sáňkami pod svahem. Na startovací povel vyběhne po svahu a vytáhne sáňky ke svému družstvu, tam si na ně sedne s předním členem svého družstva a sjede s ním dolů k metě. Sám tam již zůstane a druhý hráč opět běží se sáňkami k družstvu pro třetího atd., až se všichni svezou dolů k metě. Prvé družstvo vítězí.

29. Úkolová jízda.

Nahoře na svahu nastoupí čtyřčlenná až šesticlenná družstva, každý má sáňky. Na svahu se různě rozloží 6 až 10 praporků nebo jiných lehkých předmětů. Na povel určené družstvo vyjede a snaží se sebrat pokud možno nejvíce těch předmětů. Spočítají se a dají se na původní místo a nastoupí další družstvo. Vítězí družstvo, které sebralo nejvíce věcí.

30. Sáňkařský slalom.

Pro pokročilejší jezdce se na uježděném svahu vyznačí branky a dole cíl. Jednotliví jezdci postupně sjíždějí a mají projet všemi brankami i cílem. Měří se čas, kdo v nejkratší době dosáhne cíle a projel všemi brankami.

Uvedené činnosti zařazujeme jako doplněk výcviku jízdy na saních i jako doplňkovou činnost při výcvikových lyžařských zájezdech. Některé náročnější se zařazují, až cvičenci dosáhli v probírání metodicky seřazené látky takové výkonnosti, která umožní jejich provedení.

Doc. dr. DALIBOR ZDENEK

SPORTY NA SNĚHU

Tak se jmenovala beseda, kterou uspořádal Park kultury a oddechu v Ostravě. Ve spolupráci s krajskou sekcí lyžování a sekcí saní a bobů se minulý měsíc uskutečnila v Malé hale na Černé Louce v rámci pořadu přednášek »O čem chcete vědět«
veřejná beseda o lyžování a sáňkovaní pro příznivce zimních sportů. Organizátoři besedy pozvali lyžaře Skrbka a Bučko — lyžaře a sáňkaře Páska a Osinu a uvedme hned předem, že to byl dobrý nápad! Prakticky těsně před zahájením sezóny byla Ostravská veřejnost seznámena jednak se vzpomínkami na zážitky obou sportů, jednak se všemi chystanými akcemi v těchto sportech. Škoda, že této příležitosti tak málo využila ostravská mládež — Malá hala byla poloprázdná přesto, že jinak byla celá akce dobře placátována. Doporučíme pořadatelům, aby příště podobné akce oznámili Krajskému domu pionýrů, ostravským školám a učilištím! Jistě se zde najde více vděčných posluchačů.

Beseda byla doplněna sportovními filmy, instruktážemi o jízdě na saních, o přípravě běžečů, o přípravě závodníků na suchu v létě apod. Sáňkaři se zaměřili na seznámení posluchačů se svým mladým sportem i jeho historií na Ostravsku.

Jana Urbanová, nejspěšnější dorostenka z Baníku Ostrava a Jiří Juda, žák téhož oddílu, předvedl na pódiu správnou techniku sezení a jízdy na saních. Během besedy dostali návštěvníci k nahlédnutí alba ze sportovní činnosti, bylo poukázáno na bezpečnost při sportování a dokonce iž. Pásek předvedl sportovní sáňky ještě s dětskou ohrádkou na důkaz toho, že »rohačky«
či »růdle«
jsou již překonány i pro nejmenší sáňkaře! Mladým byla doporučena a vysvětlena možnost účasti na SHM na Ostravsku.

Byly to jistě pro všechny pěkné dvě hodiny, strávené na této besedě! Myslíme si však, že nestačí zůstat jen při této jedné akci. Jde nám všem o to, abychom zájemce poučili, instruovali a přivedli natrvalo k lyžařskému nebo sáňkařskému sportu. Je to jedna z cest, kterou chtějí v Severomoravském kraji přispět k naplnění hesla života naší mládeže: Práce — kniha — sport! Stejných možností můžeme využít i jinde. Uspořádání podobných besed je záslužná práce a je oboustranným přínosem. Snad by se podobných besed měla ujmout společnost pro šíření politických a vědeckých znalostí a její sportovní sekce nebo ČSM a PO. V každém případě však iniciátorem musí být pracovník sekce a školy.



Z PŘEDSEDNICTVA ÚSTŘEDNÍ SEKCE

Jedním z hlavních bodů lednového předsednictva ústřední sekce lyžování, byla zpráva organizačního pracovníka soudruha Tamele o plnění plánu činnosti předsednictva a všech jeho komisí za rok 1961. Stanovený plán práce, jakož i ostatní ukazatele byly v podstatě splněny. Při této příležitosti byli vyhodnoceni i jednotliví pracovníci sekce: soudruzi Duffek, předseda ústřední trenérské rady; Leiss, předseda komise základního lyžování; inž. Němeček, předseda komise rozhodčích; J. Pilař, místopředseda sekce; F. Tábořský, předseda sportovní technické komise; soudruh Tamele, předseda organizační komise. Předseda sekce Karel Smola všem poděkoval za obětavou práci pro rozvoj lyžařského sportu v roce 1961 a předal drobné upomínky.

Pravidelně na schůzích předsednictva ústřední sekce bývá jedním z hlavních bodů prověrka připravenosti čs. lyžařů-representantů na mistrovství světa. Na lednové projednávání byli pozváni trenéři, kteří jsou odpovědní za přípravu v jednotlivých disciplínách. Ve svých zprávách se zabývali plněním plánu přípravy, které bylo podstatně narušeno špatnými sněhovými podmínkami. Velmi kladně byl hodnocen odpovědný a obětavý přístup všech reprezentantů k celkové přípravě, jakož i dobrá práce trenérů, zejména u družstva sdruženářů.

Dále se předsednictvo zabývalo zprávou předsedy STK F. Tábořského o průběhu příprav vrcholných lyžařských soutěží. Příprava probíhá dobře a pořadatelé jí věnují daleko větší péči než loňského roku.

Škoda, že vytištění rozpisů těchto soutěží se zdrželo v tiskárně a kraje ho dostaly až v polovině ledna. Předsednictvo současně rozhodlo, že hodnocení vrcholných soutěží i mezinárodních závodů, pořádaných v ČSSR bude podle nových výpočtových tabulek FIS.

TŘI ZÁVODY

Intenzivní příprava našich lyžařů — běžců, běžkyň i sdruženářů — na mistrovství světa v Zakopaném pokračovala začátkem roku v Harrachově. Její součástí byly prakticky i tři závody pořádané v té době nedaleko Harrachova. Všechny v podstatě potvrdily správnost výběru i známou pravdu, že jen plánovitá celoroční svědomitá příprava může přinést dobré výsledky. Členové reprezentačních družstev, případně i Dukly Liberec, odsunuli své soupeře s menší možností přípravy za sebe. Výkony našich předních závodníků a závodnic byly v našem domácím měřítku dobré, nakolik to však stačilo na zahraniční lyžařskou elitu, nám dalo odpověď Zakopané. První tři závody doma naznačovaly cestu vpřed!

ZAČALO TO NA SILVESTRA

v Harrachově XIV. ročníkem tradičních štafet, pokračovalo o týden později V. ročníkem Štítu Jizerských hor v Horním Polubném a končilo další týden XII. ročníkem »Košňovského běhu«, případně startem v Le Brassus.

Společným znakem všech závodů doma byla velká snaha a obětavost pořadatelů, masová účast, hezké prostředí, pěkné boje, a to nejen na špičce mezi reprezentanty, ale v celém poli startujících. Byly to také jediné závody před MS 1962, ve kterých jela »na sebe« většina našich reprezentantů. Nechyběla tedy ani náležitá dramatická stránka.

VÍTĚZOVÉ BYLI VŽDY STEJNÍ

Rudolf Čillik a inž. Vlasta Srnková. Udrželi si formu nejlepších z minulé sezóny. Za nimi nebylo již tak jasno, a přece se již rýsovali i další kandidáti účasti na MS; u žen a sdruženářů naprosto přesvědčivě, jak ukazuje porovnání časových rozdílů mezi členy reprezentačních družstev v jednotlivých závodech.

Neméně zajímavým a ra-

dostným zjištěním je, že nám v dorostu roste výkonnostně velmi dobrá, vyrovnaná špička. Ti nejlepší, kteří si »zhlédli« ve vítězstvích Srnkové a Čillika, to mají »rodinně« v krvi. Dorostenky — mladší Lenka Weissshäutelová a starší Mirka Zdeníková po rodičích, dorostenci — Mladší Zdeněk Beneš a starší Jan Faistaver »si vzali vzor« u svých sester — Paulusové a Škodové.

Na doplnění několika čísel

	Harrachov	Polubný	Košňov
Muži	102	69	88
Ženy	27	11	18
Junioři		26	36
Juniorky		13	21
Dorostenci starší	63	31	50
Dorostenci mladší	69	60	73
Dorostenky starší	15	10	23
Dorostenky mladší	33	28	32
Celkem	309	248	341

VÍTĚZOVÉ POHÁR HARRACHOVSKÝCH SKLAREN

	Sdruž. závod	Skok	Štafety
1945	F. Šimůnek		
1946	J. Budárek		
1947	nekonáno		
1948		M. Chlum	S. N. Město n. M.
1949		J. Čisáň	Repr. družstvo
1950		J. Čisáň	S. Harrachov
1951		Z. Remsa	S. Harrachov
1952		H. Riger	S. Harrachov
1953		F. Felix	ÚDA
1954		Z. Remsa	ÚDA
1955		Z. Remsa	ÚDA
1956		Z. Remsa	TJ Harrachov
1957		D. Jebavý — Z. Remsa	Dukla Liberec
1958		J. Kubica	TJ Horní Branná
1959		D. Jebavý	Lokomotiva Brno
1960		J. Nüsser	Dukla Liberec
1961		D. Motejlek	S. N. Město n. M.

KOŠŇOVSKÝ BĚH

Muži	Ženy
1951 Vl. Šimůnek — S. Liberec	M. Weissshäutelová — S. Jablonec
1952 Karel Dvořák — S. Vrchlabí	Helga Plívová — S. Mšeno n. N.
1953 Josef Malinský — ATK Praha	Libuše Patočková — S. Košňov
1954 Jaroslav Šír — Spartak Liberec	Eva Vašicová — ÚDA Praha
1955 Josef Malinský — Sp. Vrchlabí	Eva Lauermannová — ÚDA Praha
1956 Ilja Matouš — Sp. Vrchlabí	Eva Lauermannová — ÚDA Praha
1957 Josef Prokeš — Sp. Praha Sokolovo	Eva Benešová — Slovan Jilemnice
1958 Ilja Matouš — S. Horní Branná	Eva Benešová — Slovan Jilemnice
1959 Jan Blažiček — S. Nové Město na Moravě	inž. Vl. Srnková — Sl. Praha
1960	závod se pro nedostatek sněhu nekonal
1961 Jan Štrobl — Dukla Liberec	inž. Vl. Srnková — Sl. Praha
1962 Rudolf Čillik — Baník Kremnica	inž. Vl. Srnková — Sl. Praha

[Mc]



Má dobře namazáno...
lyže správným voskem -
obličej opalovacím kré-
mem, který chrání po-
kožku u před nežádoucím
spálením ultrafialového
záření slunce. Používejte

speciální opalovací
krém s filtrem

JADRAN

VAŠE PLET BUDE SVĚŽÍ A SNĚDÁ

VYRÁBÍ: PRAŽSKÉ KOSMETICKÉ ZÁVODY N. P. PRAHA

Lyžařství

ROČNÍK 48, ČÍSLO 2

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouza l. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční úžavěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-22*21042

TŘI VÍTĚZSTVÍ



NA 4. STR. OBÁLKY
Myslíte si, že to pro
vás není? Není to
však tak zlé. Záleží na
dobrém výstroji a vý-
stroji. Kdo má spor-
tovního ducha, jistě
si to vyzkouší. Na
snímku V. Heckela
členové TJ Slávia VŠ
Praha při zimním tá-
boření v Cirkusu pod
Dívčími kameny
v Krkonoších.



Start štafet v Harrachově upoutal svou atraktivností značný počet diváků. S uspokojením sledovali tvrdé boje jediného lyžařského závodu se společným startem všech přihlášených závodníků.

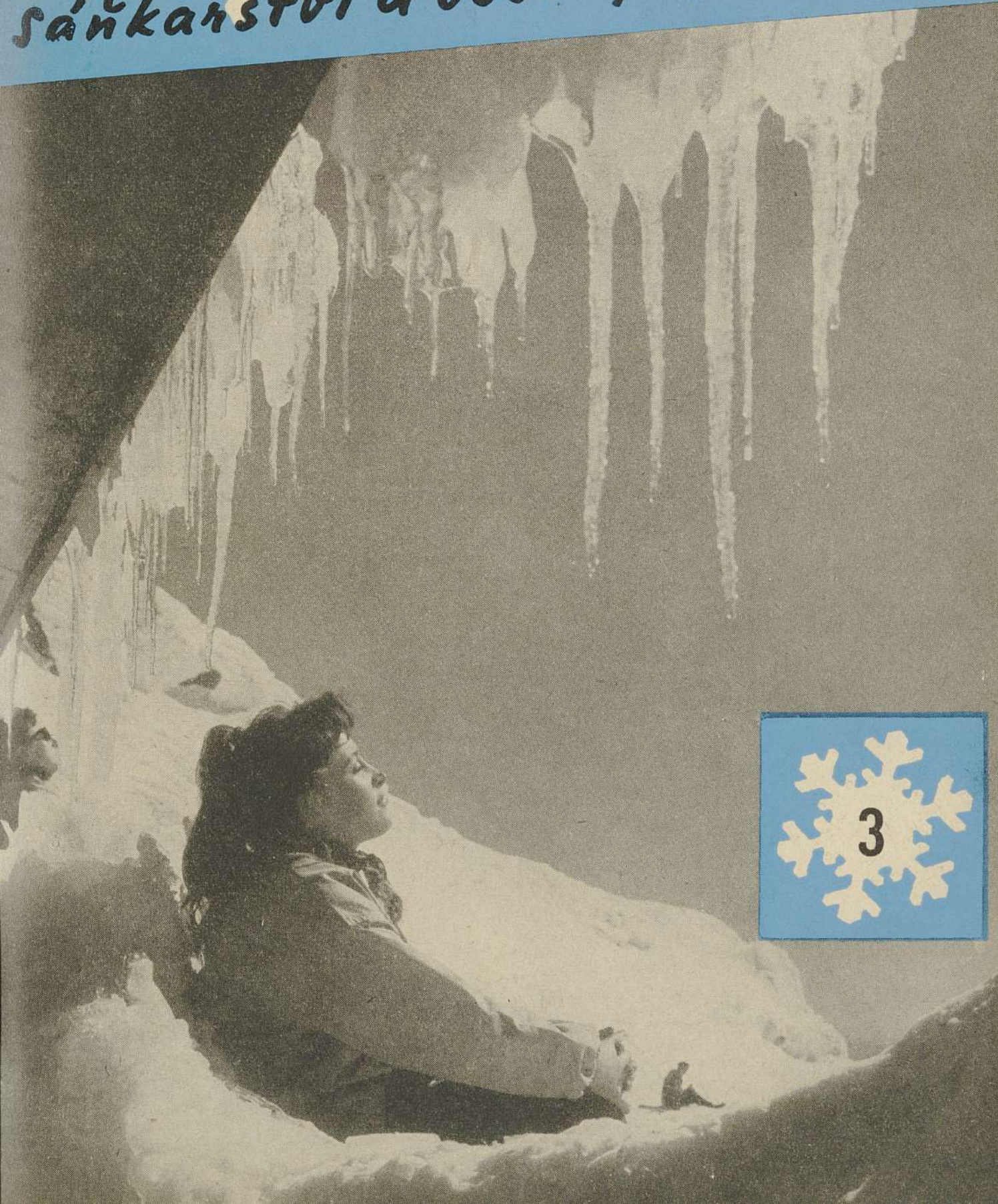
Loni a také letos je neúspěšnějším našim běžcem Rudolf Čillík z Baníku Kremnice. Na snímku A. Tótha na trati tradičního Kořenovského běhu.

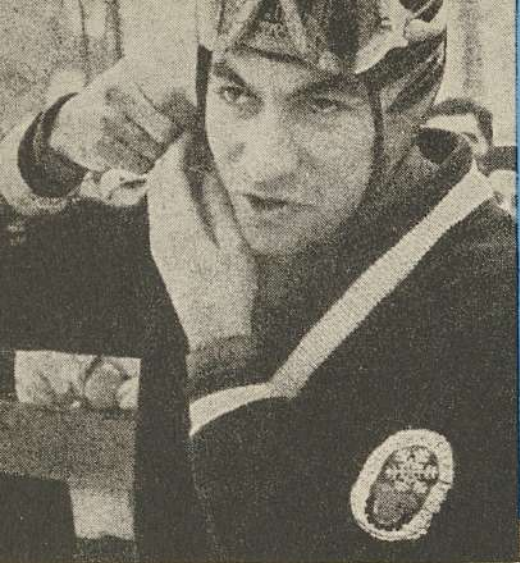
S plným zaujetím, s vypětím všech sil bojovaly na prvních letošních závodech také naše běžkyně. Ve vítězném tažení z loňského roku pokračuje i letos inž. Vlasta Srnková ze Slávie Praha VŠ (vlevo dole). Také další členka reprezentačního družstva Jarmila Skodová z Lokomotivy Trutnov podává spolehlivé, vyrovnané výkony. Na snímku J. Hejry »sledují« v plném tempu bleskovou instruktáž trenérky Milady Prokešové za asistence dobrovolného trenéra Václava Zdeňka, otce naší nadějně dorostenky ze Spartaku Nusle Závody 9. května (vpravo dole).



Ještěk
Slyžarství
sáňkařství a bobový sport

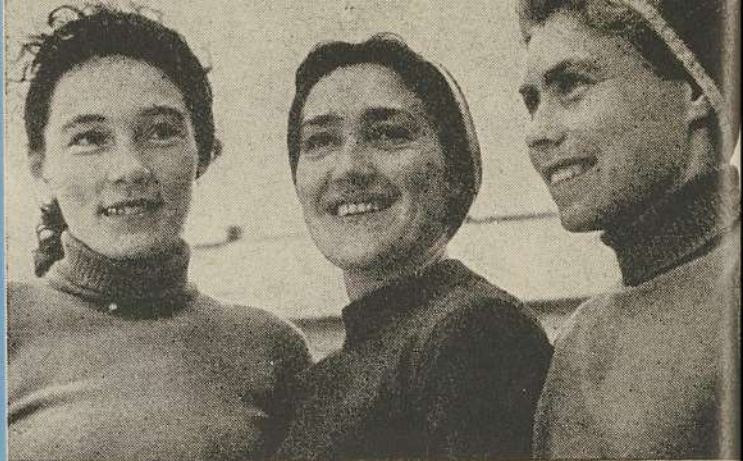
ROČNÍK 48
BŘEZEN 1962





Na mezinárodním týdnu skoků v Československu jsme se setkali se sympatickým skokanem, reprezentantem NDR, **Henri Platzem**.

Úspěchy italských běžců na mistrovství světa 1962 v Zakopaném byly velkým překvapením. Na snímku O. Hürky G. Steiner na trati 15 km (dole).



Nejlepší sovětské lyžařky: trojnásobná mistryně světa A. Kolčinová, L. Baranovová a olympijská vítězka M. Gusakovová (zleva).



Vzájemná setkání sportovců však nepřispívají jen k dorozumění, jak jsme toho byli svědky například na mistrovství světa v Zakopaném: pomáhají také zvyšovat sportovní mistrovství. Letní návštěva nositelů olympijských medailí ze Squaw Valley manželů Gusakových a trenéra Brežněva u nás, československá sportovní delegace v čele s manželi Zátopkovými na Kubě, to všechno dokazuje, jak tělovýchova a sport aktivně pomáhají i vzájemné spolupráci. Na snímku vlevo soupeři ve skoku na lyžích, jinak dobří přátelé, mistr sportu V. Čakadze (SSSR) spolu s naším Matoušem.



Eva Břízová, jedna z nejmladších členek reprezentačního družstva běžců ČSSR. (Obr. vlevo.)

Snímky Fr. Pilnay, V. Simer a ČTK.

TITULNÍ STRANA: Břežnové slunce, jarní sníh a čarovná krása našich hor — kdo by odolal? Na snímku V. Heckela jedna z tisíců rekreatantek.

ČTVRTÁ STRÁNKA OBÁLKY: Lyžařský vlek umožní naježdět větší počet jízd. Přesto jízdu na sjezdovce a slalomovém svahu střídáme s projížďkou v terénu nebo po hřebenech. Snímek A. Tóth.

Daly by se přinést stovky příkladů, kdy sportovci různých zemí a různých společenských zřízení navázali pěkná a věrná přátelství, kdy se stali propagátory myšlenky dorozumění a vzájemné spolupráce mezi jednotlivými národy. Otázka vzájemných přátelských styků vystupuje v těchto dnech znovu do popředí. Vždyt zemím válečného paktu NATO bylo vždy mírové soužití mezi Východem a Západem solí v oku.

Nemusíme chodit daleko do minulosti, abychom našli živé příklady této rozbíječské politiky. Sjezdová mistrovství se měla konat v Chamonix. Francouzské vládní kruhy však odmítly dát vstupní víza reprezentantům NDR. Mezinárodní lyžařská federace FIS proto rozhodla, že se mistrovství nebudou konat. V přehledu mistrovství světa u roku 1962 bude ostudné vakuum. Komu přičítat vinu za tento odsouzeníhodný postup, netřeba dodávat.

Jak krásně naproti tomu vyznělo mistrovství světa v klasických disciplínách. Pravda, byly i zde pokusy a snahy rozbít toto mistrovství, ale bezvýsledně. Polští pořadatelé připravili v Zakopaném všem závodníkům, činovníkům i novinářům z celého světa velmi pěkné pod-

SPORTOVNÍ PŘÁTELSTVÍ NIKDO NEROZBIJE

mínky. Na velkém prostranství před hotelem Bristol, kde byly vyvěšeny vlajky všech zúčastněných zemí, vlály vedle sebe vlajka NDR a NSR. Polští pořadatelé dbali všech ustanovení Mezinárodní lyžařské federace FIS a vyvěsili vlajky všech zúčastněných států. V hotelu Bristol byly ubytovány výpravy obou německých států společně s reprezentanty USA a Kanady.

Byl to krásný týden, který prožili závodníci v Zakopaném. Bez rozdílu národností, politického přesvědčení vytvořili dobrý kolektiv. Na tratích bojovali ze všech sil, ve volném čase navazovali nová přátelství. Kolikrát jsme byli svědky hezkých besed našich a finských sportovců nebo setkání lyžařů USA se závodníky NDR.

Právě tato přátelství, jimž nevadí rozdíly společenských zřízení, ukazují přání a tužby lidu všech zemí v pravém světle. A to jsou okamžiky, jichž se vládnoucí kruhy některých západních zemí, zejména bloku NATO, bojí jako čert kříže.

Jsou známy některé případy, které mají podobné zaměření, pod jakým se skrývá i odřeknutí mistrovství světa v Chamonix. V živé paměti je ještě postup proti trenéru švýcarského národního mužstva, populárnímu Reto Delnonovi, i ostudná aféra kolem mistrovství světa v ledním hokeji 1962 v Colorado Springs, kde ani zásah předsedy Mezinárodního olympijského výboru Američana A. Brundageho nebyl nic platný. Touto politikou zemí NATO, za kterou se skrývají USA, je vážně narušen mezinárodní sportovní styk. Celá protismyslná politika studené války v diskriminaci sportovců NDR úzce souvisí s otázkou konání příštích olympijských her. Ukazuje se, že za těchto podmínek nemohou být v budoucnosti uspořádány v zemích sdružených válečným paktem NATO, které nezaručují účast všech řádně přihlášených sportovních svazů.

Nedávno se konal v Oberhofu v NDR »12. týden sportu«. Zúčastnilo se jej 300 sportovců z NSR. I přes nebezpečí se strany úřadů NSR přišli protestovat proti zákazu vzájemných sportovních styků. Bývalý automobilový závodník Manfred von Brauchitsch, který nyní žije v NDR, mimo jiné řekl: »Mám velikou radost z toho, že jste k nám našli cestu. Až se vrátíte do NSR, můžete tam lidem vyprávět, jaké to u nás je, a že to myslíme s mírem poctivě.«

Svími posledními slovy vyjádřil vůdčí myšlenku každého vzájemného setkání sportovců: Sportem za další upevňování přátelství, za mír.



■ Ladislav Hrubý, člen reprezentačního družstva ČSSR. Svými výkony se řadí mezi naše nejúspěšnější běžce. Na snímku N. Simůnka v závodě na 15 km při mistrovství ČSSR 1961. Jeho největším úspěchem bylo 17. místo v běhu na 50 kilometrů na mistrovství světa 1962 v Zakopaném časem 3:18:35,7 hod. Vítěz závodu Sixten Jernberg měl čas 3:03:48,5 hod.

NYNÍ DO PRÁCE!

Před několika týdny skončil II. sjezd Československého svazu tělesné výchovy. Sjezdovému jednání předcházely významné politické události, z nichž zasedání ústředního výboru Komunistické strany Československa v listopadu minulého roku bezprostředně ovlivnilo činnost celého tělovýchovného hnutí a tím i jednání II. sjezdu. Delegáti ze všech krajů hovořili o nových formách práce v nastávajícím období a společně v závěru celého zasedání vytyčili další cestu tělovýchovy a sportu v ČSSR.

Rezoluce II. sjezdu se stává v nastávajícím období nejspolehlivějším kompasem činnosti všech tělovýchovných jednot i volených orgánů. Neměl by být jediný činovník, cvičitel či trenér, který by se o ni ve své práci neopíral.

V otázkách tělovýchovy mládeže vychází z nového postavení člověka ve společnosti, kde tělesná výchova se stává nedílnou součástí komunistické výchovy, a vytyčuje základní úkol, aby každý mladý člověk alespoň hodinu denně cvi-

■ Předsedou ústředního výboru ČSTV byl opět zvolen František Vodšloň. Na snímku J. Hejry přednáší hlavní sjezdový referát.



čil nebo sportoval a aby se tělesná výchova stala jeho každodenní potřebou. Ke splnění tohoto cíle nestačí samotné síly tělovýchovné organizace. Rozhodující zde bude těsná spolupráce všech jejích orgánů s ČSM, jeho Pionýrskou organizací, se školou a ROH.

V zájmu dalšího rozvoje tělesné výchovy pracujících ukládá nadále organizovat a rozvíjet formy sportovního soutěžení mezi jednotlivými dílnami, při závodní rekreaci a větší pozornost věnovat pracujícím staršího věku. Tento úkol úzce souvisí s lyžařským hnutím, zejména v otázce zkvalitnění zimní rekreace, podobně jako péče o všestrannou a pestrou tělovýchovnou činnost na naší socialistické vesnici. Jsou to především pohraniční okresy, vesměs s ideálními podmínkami k lyžování, kterým budeme muset my, lyžaři, věnovat daleko větší pozornost.

Podmínkou zde bude rozšíření počtu tělovýchovných jednot, a tím i počtu lyžařských oddílů, které by již od svého založení byly v těsném styku se školou, se závodem nebo při JZD.

V rezoluci se dále ukládá provádět tělesnou výchovu dětí do 14 let v rozsahu ZTV a turistiky se zaměřením na základy hlavních sportů. Starší mládež se bude orientovat především na lehkou atletiku, plavání, sportovní gymnastiku, lyžování a míčové hry. Vyspělé a talentované mládeži umožníme spe-

cializaci v nejhodnějším věku. Znamená to pro nás přehodnotit dosavadní způsob práce s mládeží a žactvem a v daleko větší míře se věnovat spolupráci s odbory základní tělesné výchovy a turistiky. Přestože jsme dosáhli značných úspěchů, musíme věnovat SHM ještě větší péči. Mají být nadále prostředkem k získání většiny mládeže i dospělých k pravidelné tělesné činnosti. Proto také se připravují v období mezi celostátními spartakiádami a před olympijskými hrami Československé sportovní hry. Jejich posláním je zvýšení masovosti i výkonnosti v našich sportech a první ročník se uskuteční v roce 1963. Také systém dlouhodobých soutěží budeme neustále zkvalitňovat tak, aby podporoval jak růst široké základny, tak i sportovní mistrovství.

Bez širokého aktivu kvalifikovaných tělovýchovných pracovníků bychom na tyto úkoly nestačili. Vyškolíme proto v nejbližších letech na 250 000 cvičitelů, organizátorů, trenérů i ostatních funkcionářů. Znamená to, že zde musí být plně uplatněny nové formy školení a doškolování krátkodobými kursy, semináři a srazy cvičitelů. Těžištěm školení musí být tělovýchovné jednoty a okresy, které budou těsně spolupracovat s ČSM, se školou, se Sdružením rodičů a přátel školy a s Revolučním odborovým hnutím. I na tom-



to úseku jsou známy dobré zkušenosti. Za spolupráce těchto organizací uskutečnil Ústřední pionýrský dům v Praze školení skupinových vedoucích v lyžování a Pražská odborová rada s MV ČSM zimní doškolení pionýrských vedoucích a svazáckých agitátorů. Tyto dvě první vlašťovky ukazují, že i v našem sportu se otevírají cesty k plnění té části rezoluce, ve které se hovoří o nutnosti masového školení tělovýchovných organizátorů, pomocných cvičitelů i pomocných trenérů.

Ve výchovné práci mezi mládeží bude třeba ještě lépe navázat na činnost ČSM a vycházet ze zásad výchovného systému »Co má znát a umět pionýr«. Základem veškeré výchovné práce musí být komunistická ideovost a sepětí tělesné výchovy a sportu se životem. Budeme proto vychovávat členy ČSTV k dobrému poměru k socialistickému vlastnictví, v duchu proletářského internacionalismu, k hrdosti na tím, že jsme občany země, ve které zvíťazil socialismus. Výsledek této snahy se ukáže ve správném poměru k práci, učení, v upevňování kázně, ve zvyšování smyslu pro kolektiv, v odvaze, v houževnatosti při překonávání překážek a obtíží. Rozhodujícím faktorem zde bude osobní příklad a agitace.

Jedny z nejdůležitějších jsou otázky materiální a finanční. Rezoluce ukládá, aby se k jejich řešení přistupovalo z hlediska maximální hospodárnosti a s hledáním nových zdrojů vlastních příjmů. Se svěřenými prostředky je třeba hospodařit tak, aby především sloužily masovému rozvoji tělesné výchovy.

Ve výstavbě tělovýchovných zařízení ukládá sjezd zaměřit se na výstavbu svépomocí. V investičním programu budovat především ta zařízení, která slouží aktivní ma-

KDO BYL ZVOLEN

Po skončení sjezdu se konala první schůze nově zvoleného ústředního výboru, aby zvolila předsednictvo, předsedu, sekretariát a tajemníky ÚV ČSTV. Byli zvoleni následující soudruzi a soudružky:

Předsednictvo: Josef Abraham, TJ Motorlet Jinočnice, Libor Batrla, předseda ústřední pionýrské rady, E. Bémová, Lokomotiva Praha, Oldřich Beran, Slovan ÚV ČSTV, Otakar Beran, TJ Vozovna Strašnice, Karel Červinka, Spartak Sokolovo, Vladislav Fleischman, Slovan Olomouc, Jaroslav Hejna, Dukla Praha, Miroslav Hlaváček, Slovan ÚV ČSTV, Stanislav Homola, Lokomotiva Rača, Oldřich Hradec, Slávia VŠ, Julius Chvalný, Slovan Vinohrady Bratislava, Bohuslav Karlík, Spartak Závody 9. května, MUDr. Andrej Kuchen, Slávia VŠ Bratislava, MUDr. Ervín Mathé, Spartak Smíchov SWP, Jiří Müller, Spartak Praha Stalingrad, inž. Jan Nehasil, TJ Stalinovy závody Záluží, Vladislav Pytluk, Slavoj Brno, Hana Radová, Baník Rokycany, Mária Rydzaová, TJ Družstevník Mohranky, Jan Sedivý, Slavoj Vinohrady Bratislava, dr. Jaroslav Sterc, Slovan Praha, Ludvík Uhlíř, Slovan ÚV ČSTV, Jaroslav Vlk, Sokol Ričany II, František Vodsloň, Slovan ÚV ČSTV, Karel Zeman, TJ Praha-Staré Město.

Předsedou ÚV ČSTV byl opět zvolen soudruh F. Vodsloň, **tajemníky** soudruzi O. Beran, J. Chvalný, L. Uhlíř a **hospodářem** K. Zeman. **Předsedou** revizní komise J. Jodaš.

sové tělovýchovné činnosti a nejen hrstce sportovců.

V závěru rezoluce se hodnotí dobrovolná, obětavá a iniciativní práce cvičitelů, trenérů i celého aktivu funkcionářů, bez které by nebylo dosaženo dosavadních úspěchů. Získané zkušenosti bude třeba využít a spolu se smělými úkoly, danými II. sjezdem, neustále aktiv pracovníků rozšiřovat a podněcovat jejich iniciativu a tvůrčí schopnosti. V souvislosti s tím, uplatňovat správnou kritiku a sebekritiku, důsledně provádět kontrolu a rozšiřovat pravomoc i odpovědnost volených orgánů při dodržení zásad demokratického centralismu.

Rezoluce končí slovy:

Učiníme vše pro to, aby II. sjezd naší organizace se stal nástupem k dalšímu rozmachu tělesné výchovy v socialistickém Československu, aby členové celé naší organizace stáli v prvních řadách budovatelů vyspělé socialistické společnosti. Jsme pevně rozhodnutí, že společně s ostatními pracujícími přivítáme XII. sjezd KSČ prvními úspěchy při dalším rozvoji tělesné výchovy mládeže. K uskutečnění radostného života našeho lidu a dalšího rozkvětu naší milované vlasti dáme všechny síly ke splnění úkolů, které před nás postaví Komunistická strana Československa.

LYŽAŘI V NEJVYŠŠÍM ORGÁNU ČSTV

Do pléna ústředního výboru byli mezi jinými zvoleni i známí lyžaři-závodníci: mistr sportu inž. Jaromír Nevlud, TJ Baník Ostrava, a Marie Weisshäutlová, nositelka vyznamenání Za vynikající práci, ze Spartaku Jablonecké Paseky.

Mistr sportu inž. Jaromír Nevlud (na snímku F. Pilnaye vlevo) patří v současné době mezi naše nejlepší skokany. Je členem reprezentačního družstva ČSSR, se kterým se zúčastnil i mistrovství světa v Zakopaném. Do pléna ústředního výboru byl zvolen na základě vzorné reprezentace naší tělovýchovy a pro své příkladné povahové vlastnosti. Aktivně pracuje v ČSM i ve Svazarmu. Také na pracovišti patří mezi dobré a velmi obětavé pracovníky.

Marie Weisshäutlová. Na snímku vpravo se svým manželem a dcerou. Ještě jsou v dobré paměti úspěchy obou manželů, kteří řadu let nás reprezentovali v běžeckých disciplínách doma i za hranicemi. Oba sice již zanechali závodní činnosti, ale lyžařskému sportu zůstali věrni. Mistr sportu V. Weisshäutel se věnuje jako trenér mládeži a M.

Weisshäutlová je obětavou funkcionářkou v tělovýchovné jednotě i v okresním výboru ČSTV.



HOVOŘILI JSME S DELEGÁTY

VE SJEZDOVÉM PALÁCI V PARKU JULIA FUČÍKA V PRAZE JSME SE SETKALI S ŘADOU LYŽAŘSKÝCH PRACOVNÍKŮ. VYUŽILI JSME JEJICH PŘÍTOMNOSTI A DALI JIM NĚKOLIK OTÁZEK:

PALO BIEDNIK,

*předseda komise lyžování
SV ČSTV a místopředseda
ústřední sekce lyžování*

»Čo sa mi páčilo na referáte a ktoré diskusné príspevky ma upútali? Budete prekvapení, ale zvlášť ma zaujala zpráva revízejnej komisie ČSTV. Urobil som si z nej názorný obraz o podmienkach a možnostiach hospodárskeho zabezpečovania telesnej výchovy a športu. Prekvapilo ma napríklad neplnenie finančného plánu v investičnej výstavbe, najmä na Slovensku, a neekonomické a niekde aj jej neplánovité využitie.

Pokiaľ ide o diskusiu, vážne a povzbudivé slová adresoval účastníkom sjazdu vedúci delegácie ÚV KSČ s. J. Hendrych. Inak ma upútali najmä príspevky delegátov, ktorých, mimo-

chodom, bolo na sjazde pomerne málo.«

V čem myslíš, že II. sjezd pomůže rozvoji lyžování?

»Sjazdové rokovanie splnilo očakávanie a potvrdilo širokú aktivitu orgánov a pracovníkov ČSTV, ČSM, ROH, školstva a národných výborov pri plnení uznesenia ÚV KSČ o práci s mládežou.

Nechcem byť neskromný, ale dúfam, že sa nám v duchu sjazdových záverov podarí postupne doriešiť nástojčivé úlohy rekonštrukcie a údržby lyžiarskych zariadení, najmä vo Vysokých Tatrách, ďalej vybudovať v perspektíve moderné strediská zimných športov v oblastiach Tatier, Roháčov a Krkonůš. Som tiež presvedčený, že sjezd zmodernizoval do činnosti práce všetkých lyžiarskych pracovníkov, trénerov a cvičiteľov.«

Chcel by som ešte dodať.

Lyžovanie na Slovensku má dobré podmienky pre svoj ďalší rozvoj. Masová základňa, aj keď zatiaľ, žiaľ, nie je dostatočne organizačne podchytená, svedčí o veľkej prítlačivosti tohto športu. Aj pretekové lyžovanie, zvlášť v sjazdových a bežeckých disciplínach, má stúpajúcu tendenciu. Pôjde teraz o zlepšenie situácie i v skokoch. Neuspokojivá je tiež účasť žien a dorastu na pretekovom lyžovaní. Potešiteľný je doterajší priebeh ŠHM, plnenie noriem odznaku Lyžiar ČSSR, lyžiarskych pretekov o Pohár Pionierskych novín, Behu februárového víťazstva a zimných olympiád,

ktorý presvedčivo dokumentuje, že práca s mládežou v lyžiarskom športe na Slovensku zapúšťa dobré korene a je na úrovni úloh zverených našej telovýchovnej organizácii komunistickou stranou.

Vzorný tréner FRANTIŠEK KOVÁŘ,

*tělovýchovná jednota Spartak
ČZM Strakonice a delegát
jihočeského kraje*

»Byl jsem s jednáním spokojen. Ze sjezdu odjíždím přesvědčen o tom, že když se uskuteční a budou realizovat pronesená slova, jistě to usnadní práci v jednotách i oddílech a toto se nakonec projeví v nebývalém růstu členské základny i sportovní výkonnosti. Proto také náš oddíl pomůže v soutěžích SHM a vezme si patronát nad lyžiarským kroužkom ČSM v některé strakonické škole.«

VLADIMÍR PLÍVA,

*předseda lyžiarského oddílu
a tréner mládeže TJ Jiskra
Mšeno nad Nisou*

»Z diskutujících si cením nejvíce příspěvek soudruha Hendrycha z ÚV KSČ, který zdůraznil pomoc naší strany při uskutečňování sjezdových usnesení a ohodnocení dobrovolné práce cvičitelů, trenérů, rozhodčích i ostatních funkcionářů.

Souhlasím s těmi diskutéry, kteří volali po zkvalitnění telovýchovného nářadí a náčiní a potřeb. Jako větší na lyžiarských pracovníků i já bych si přál zpřístupnění lyžiarské běžecké výzbroje pro mládež, zkvalitnění lyží, vosků a aby v zimním období lyžiarské výzbroje bylo dostatek ve všech obchodních prodejnách — nejen v Praze.

Na našem okrese je v zimním ob-

dobí lyžování sportem číslo jedna. Máme 23 aktivních oddílů, které se starají o mládež i o závodní lyžování. V dalších telovýchovných jednotách o lyžiarský výcvik pečují v odborech ZTV. Proto se nyní zaměříme k získání nových cvičitelů a trenérů a k aktivizaci dosavadních. Zlepšíme spolupráci lyžiarských oddílů se školami a za předpokladu, že děti budou mít potřebnou výzbroj, zapojíme je všechny do tohoto krásného a zdravého sportu.

Chceme u nás řešit malé procento sportujících dívek a žen, malý počet sdruženářů a skokanů a domnívám se, že těmito problémy by se měly zabývat i sekce vyšších orgánů.«

MÁRIA ŠVARCOVÁ,

*učiteľka na zdravotníckej škole
vo Zvolenu, funkcionárka okresnej
lyžař. sekce, cvičitelka a rozhodčí.
Sjezdu se účastnila za Stredoslovenský kraj*

»Potešilo ma, že lyžiarsstvo je medzi preferovanými športmi. Svojím významom a všeobecnou obľúbenosťou si to iste zaslúži. Pravda, znamená to neustále rastúce nároky na funkcionárov lyžiarskych oddielov a sekcií. Ale bude to práca radostná, veď ona preferencia iste v budúcnosti bude znamenať i väčšiu starostlivosť vyšších orgánov.

Keď hovoril súdruh Vodsloň o malom počte žien a dievčat v športových oddieloch, hneď som si spomenula, že lyžiarsky šport je pre ne jedným z najvhodnejších. Na sjazde sa hovorilo o nových formách školenia dobrovoľných pracovníkov. U nás už máme skúsenosť so školením lyžiarskych rozhodcov na pracovných seminároch. Môžem povedať, že tento spôsob školenia sa nám celkom osvedčil a v Zvolenskom okrese sme už vyškolili 16 nových rozhodcov. Nemožno ho však aplikovať všade. Pri školení cvičiteľov alebo trénerov by iste

*Delegátky sjazdu
Lída Riedlová
s Evou Příbikovou (vlevo),
vedoucí svazáckých
organizátorů při
OV ČSTV Prahy 5.*





■ Čestný host II. sjezdu mistr sportu Kurt Hennrich s referentem ústřední sekce lyžování Jindrou Hochem (vlevo).



■ Vladimír Pliva (vpravo) se soudruhem F. Táborským, předsedou ústřední sportovně technické komise.

nestačilo a nevyhovovalo, hoci je — pokiaľ sa hospodárskeho zabezpečenia týka — málo náročné.

SHM nemáme zatiaľ v okrese vo všetkých športoch dostatočne hospodársky zabezpečené. To je totiž tak. Niektoré športy, napríklad ľahká atletika, nie sú natoľko náročné, kým pri lyžiarstve je to už horšie. I keď sme podhorský okres, predsa len na dopravné niečo potrebujeme a čaj po pretekoch je tiež zo zdravotného hľadiska potrebný. A práve pri veľkom počte zúčastnených narastajú aj náklady. Avšak nazdávam sa, že i toto úspešne vyriešime vzájomnou spoluprácou ČSTV, ČSM a Zdrúženia rodičov a priateľov školy.

Hlavnú úlohu — mládeži hodinu telovýchovy denne — začneme na Zvolenskom okrese realizovať v školských internátoch. Najväčšie ťažkosti v tomto smere budú s mládežou, ktorá dochádza. Verím, že aj tu sa nájde voľaké riešenie. V súčasnej dobe už organizujeme turistickú činnosť na soboty a nedele.«

Mistr sportu KURT HENNRICH,

čestný host sjezdu

»Nejvíc na celém sjezdovém jednání mne potěšilo zdůraznění významu a důležitosti tělesné výchovy a sportu pro širokou veřejnost. A nejen ze strany tělovýchovných pracovníků. Na sjezdu o tom hovořil soudruh Hendrych, generál Janko, ministr Plojhar i ostatní zástupci složek Národní fronty. A všichni zdůrazňovali ve svých příspěvcích, že o tělovýchovu a sport budou pečovat všechny organizace. Líbila se mi u mnohých diskutujících otevřeně kritická slova a jejich snaha po odstranění různých nedostatků.

Velkou radost jsem měl samozřejmě z diskusních příspěvků delegátů, které svým obsahem se nějak dotýkaly lyžování. A nebylo jich málo. Především delegáti ze slovenských krajů, z Jihočeského a Severočeského kraje ve svých příspěvcích dávali lyžařskému sportu nejpřednější místo.

Diskuse vysvětlila řadu problémů a mnoho se jich dotýkalo i náš sjez-

dařů. Věřím, že přijatá usnesení a závěry budou účinnou pomocí i pro rozvoj a zkvalitnění sjezdařiny. Bude však třeba, aby všichni pracovníci, kterým leží sjezdové disciplíny na srdci, vynaložili všechno úsilí k zajištění tohoto úkolu. Vždyť výsledek bude záležet především na množství a jakosti vykonané práce nás všech.«

LÍDA RIEDLOVÁ,

učitelka na střední všeobecně vzdělávací škole v Praze

»Zajímá mne především otázka patronátu tělovýchovných jednot nad školami a spolupráce se ZV ROH. My již máme určité zkušenosti. Nad naší školou má patronát TJ Rudá hvězda a TJ Žižka Praha. V současné době našim kroužkům ČSM více pomáhá patronátní závod Tesla Radiospoj. Lyžařský oddíl tělovýchovné jednoty Rudá hvězda se k nám zatím nedostal. Proto si myslím, že je na místě o problematice patronátů hovořit a společnými silami ji vyřešit. Ani zde se nemůžeme spokojit s prohlášením ústředních orgánů nebo vyšších složek, ale musíme dokázat tento dobrý záměr realizovat. Úkol zvýšit podstatně členskou základnu mládeže by také měl znamenat pro trenéry nižších tříd, aby dočasně slevili z náročnosti a místo péče o vybrané jedince se věnovali široké základně.

■ Mária Švarcová ze Středoslovenského kraje, Mirek Klínger, předseda lyžařské sekce MV ČSTV Praha, s předsedou propagačně výchovné komise soudruhem Lubinou.



Výsledky sjezdu mi pomohou v tělovýchovné činnosti. Pracuji v tělovýchovné komisi ONV v Praze 6. Již po listopadovém zasedání ÚV KSČ se ukázala zvýšená aktivita i význam této komise a výsledky sjezdu jen její činnost utvrdí. Věřím také a se mnou všechny kroužky ČSM na naší škole, že ÚV ČSM se nespokojí jen s prohlášením, ale že prostřednictvím okresních výborů skutečně pomůže rozvoji tělesné výchovy.«

MIROSLAV KLINGER,

předseda sekce lyžování
MV ČSTV Praha

»Nám delegátům dal sjezd další velkou chuť do práce. Přesvědčili jsme se, že mravenčí a nezištná práce dobrovolných pracovníků je na nejvyšších místech správně ceněna a že můžeme vždy spoléhat na pochopení a pomoc KSČ a ROH. To nás zajiště posiluje. My v Praze máme málo předpokladů k lyžování. Tento nedostatek musíme nahradit větším úsilím a obětavostí. K tomu potřebujeme elán a přesvědčení, že nepracujeme nadarmo. A v tom nás sjezd utvrdil.

Dokážeme-li nyní toto přesvědčení a víru v užitečnost naší práce přenést na další pracovníky, bude i v Praze perspektiva rozvoje lyžování zajištěna. A o to se budeme snažit ze všech sil.«

SJEZDAŘI bez mistrovství světa

Lyžaři na celém světě se letošního roku dožili velkého zklamání. Zatvrdělý a míru nepřátelský postoj některých NATO-vlád zavinil, že nebylo uskutečněno MS ve sjezdových disciplínách, které mělo být provedeno v Chamonix v době od 10.—18. 2. 1962. Dne 6. února t. r. oznámil prezident Mezinárodní lyžařské federace (FIS) Marc Hodler: »Spojenecké úřady v západním Berlíně odmítly udělit vísa sjezdařům NDR, přihlášeným na MS. Proto nebude v smyslu usnesení výkonného výboru FIS ze dne 4. 2. t. r., v letošním roce uspořádáno žádné mistrovství světa ve sjezdových disciplínách.« Hodlerovy telegramy zaslané prezidentu USA Kennedymu, anglickému premiéru McMillanovi a francouzskému prezidentu de Gaulleovi, vybičují k většímu pochopení pro myšlenku sportu, pro myšlenky, které sbližují národy, nepomohly.

Ústřední sekce lyžování, která ve výkonném výboru FIS zastoupena není, oznámila své stanovisko dopisem ve kterém vyjádřila plnou podporu rozhodnutí výkonného výboru o nekonání mistrovství světa vzhledem k diskriminaci jedné z členských zemí FIS. Současně oceňuje zásadní postoj výkonného výboru FIS, který tím ukázal, že můžeme v lyžování i nadále plně důvěřovat v principiální a spravedlivé řešení všech otázek mezinárodních vztahů. V dopise dále děkuje panu předsedovi Hodlerovi za všechnu iniciativu při rozhodném jednání o udělení víz lyžařům NDR s orgány NATO a francouzskými odpovědnými činiteli, a vyslovuje politování, že tentokrát ještě zvítězily tendence, které nemají nic společného se vznešenými myšlenkami olympijské charty (§ 4) ... aby přispívaly k přátelství a udržení míru mezi národy, dále statutu FIS § 2/2 o vytváření a udržení přátelských vztahů mezi členskými svazy. V závěru dopisu se československá

sekce lyžování domnívá, že rozhodnutí o názvu závodů v Chamonix nebylo správné. Světové hry FIS, jak jsou dnes tyto mezinárodní soutěže označovány neodpovídají smyslu statutu FIS. Vzhledem k tomu, že nebyl povolen vstup lyžařům NDR, jedné z členských organizací, neměla FIS propůjčit ani své jméno pro tyto soutěže. Pořadatelé měli právo zorganizovat pouze mezinárodní závody za účasti těch, kteří přijedou.

Mezinárodní lyžařská federace jednala podle stanov. Byla důsledná a udělila rušitelům mezinárodního sportovního styku pádnou lekci. Vytvořila důležitý precedens, odmítající nekompromisně jakoukoli diskriminaci sportovců NDR. Celý případ ukázal, že NATO a mírový sport jsou neslučitelné, že Bonn je nepřitelem rozumu a míru.

Aby francouzskému lyžařskému svazu bylo umožněno krýt aspoň z části náklady spojené s přípravami mistrovství, rozhodl sekretariát FIS povolit pořadatelům v Chamonix v době od 10. 2. do 18. 2. tzv. Světové hry FIS 1962 ve sjezdových disciplínách.

Sjezdařská sezóna 1961/1962 tudíž proběhla ve své obvyklé náplni s tradičními závody FIS kategorie A, na které pak v polovině února navázaly v Chamonix světové hry FIS. Níže uvádíme jakýsi rámcový pohled na průběh letošního sjezdového závodního období se závody ve Wengenu, Kitzbühelu, Cortině a Mégève se závěrem v Chamonix.

WENGEN

Mezinárodní závod Lauberhorn, první každoroční zkouška světové sjezdařské špičky, se letos nevydařil. Nedostatek sněhu, série teplých větrů, deště a nakonec i sněhové bouře znemožnily provedení stanoveného programu. Příroda, zejména

■ Rakušan Karl Schranz, nejúspěšnější sjezdař sezóny — v Cortině 1. ve sjezdů; v Megeve 1. v obřím slalomu; v Chamonix 1. ve sjezdu a v kombinaci.

v horách, bývá silnější než lidské úsilí. V 32leté historii tohoto závodu se dosud nestalo, že by závod ve sjezdu nebyl uskutečněn. Tentokrát byl odřeknut nejen sjezd, nýbrž po dlouhém rokování i obří slalom; jel se tedy jen slalom.

K očekávanému střetnutí mezi oběma sjezdovými velmocemi, mezi Rakušany a Francouzi, nedošlo. Rakušané silně zklamali. U celého družstva byla patrna nechuť bojovat. Jen Martin Burger a Ernst Falch byli čestnou výjimkou. Karl Schranz a Pepi Stiegler skončili v poli poražených. Francouzi pak si ve Wengenu nastavili velké cíle. Ostrílení rutiněři se postarali o poměrně slušné zařazení.

Hodně ztratili Italové, kteří jako celkove zklamali. Smějícím se třetím byl Švýcar Adolf Matthis, který slalom vyhrál. Také západní Němci a Američané měli obtíže. Překvapili Finové Raimo Manninen a Ekstam, kteří jeli velmi dobře. Ze středoevropanů se čestně umístil Eberhard Riedel z NDR na 12. místě.

Technické výsledky: 1. Adolf Matthis (Švýc.) 124,0 vt., 2. Charles Bozon (Fr.) 125,7 vt., 3. Martin Burger (NSR) 128,6 vt., 4. Adrien Duvillard (Fr.) 127,1 vt., 5. Adalbert Leitner (NSR) 128,2 vt., 6. Hias Leitner (Rak.) 129,1 vt. — 25. Ernst Scherzer (NDR), 26. Kurt Gon (Rum.), 29. Vladimír Czarniak (Pol.), 31. Talli Monastirev (SSSR).

KITZBÜHEL

O vlásek se i sjezdový závod na Hahnenkamm mohl stát obětí nečasu a nedostatku sněhu. Nakonec se přece jen podařilo provést regulérní, nebo méně regulérní závod ve sjezdu. Ještě 2 dny před závodem se zdálo, že bude možno překonat výkon Adrien Duvillarda, který před dvěma roky vytvořil traťový rekord 2:26.1. Náhle oteplení v den závodu však zavinilo, že dosahované časy byly podstatně delší. Duvillard sám dosáhl čas 2:52,6, Guy Périllat 2:49.0. Nejrychleji zajel Švýcar Willi Forrer, který dosáhl času 2:37.6. Od roku 1951 to byl poprvé zas Švýcar, který zvítězil ve sjezdovém závodě na Hahnenkamm. Dobře jeli západní Němci s umístěním na 2., 5. a 8. místě. Poněkud zklamali Francouzi a také Rakušané nemohli být spokojeni s 2 místy mezi prvními 10. V jednotlivcích podali dobré výkony také Eberhard Riedel (NDR), který se umístil jako 11. a Viktor Taljanov (SSSR), jako 13. Z Italů byl úspěšný jen Alberti.

Technické výsledky: 1. Willi Forrer (Švýc.) 2:37,6, 2. Adalbert Leitner (NSR) 2:32,2, 3. Gerhard Nennung (Rak.) 2:38,7, 4. Emile Viollat (Fr.) 2:39,5, 5.—6. Bruno Alberti (It.) a Fritz Wagnerberger (NSR) 2:39,9.

Slalom se jel na perfektně upravené trati za krásného slunného počasí. Do 2. kola bylo připuštěno jen 33 závodníků. Vítězem se stal Američan Chuck Ferries. Předvedl jízdu vysoké úrovně a zajel čas 69,7 vt. Velká naděje Francouzů Périllat, který ostatně ve sjezdu skončil až na 52. místě, jel také dobře, nedokázal však Ferriesse porazit. V celcích zajeli Francouzi 2., 3., 6., 14. a 15. místo, Rakušané dvě 3. místa, dále pak 6., 8., 11. a 12. místo. Poměr mezi oběma celky ve slalomu byl tedy poměrně vyrovnaný.

Kombinaci vyhrál spolehlivý jezdec Rakušan G. Nennung před Ferriesem (USA), H. Leitnerem (Rak.), A. Leitnerem (NSR) a J. Stieglerem (Rak.). Vítězství v kombinaci znamená, že Rakušané, přestože se jim nedařilo vše podle přání, byli v Kitzbühelu nejucelenějším družstvem.





■ Schranz ve sjezdovém závodě.

GORTINA

Na stejných tratích jako při ZOH 1956 se jely v Cortině poslední větší závody před Chamonix. Sjezdová trať na Tofaně byla dobře upravena, nicméně na mnohých místech nevydržela zatížení přibližně 80 jezdců. Bylo mnoho pádů a úrazů. Ze 76 startujících dojelo do cíle jen 48 jezdců. Závod vyhrál s převahou Rakušan Karl Schranz. Francouzi se i na Tofaně museli vzdát vítězství, byli však nejvyrovnanějším družstvem; mezi prvními 12 jezdci se umístilo 6 Francouzů. Rakušané přestože závod vyhráli, nebyli spokojeni se svými výkony. Cestné bylo jistě umístění H. Leitnera na 7. místě; dva favoriti Gerhard Nennung a Egon Zimmermann však do cíle nedojeli. Bruno Alberti byl 5. Fin Manninen se startovním číslem 37 byl 8!

Technické výsledky: 1. Karl Schranz (Rak.) 2:41,2, 2. Wolfgang Bartels (NSR) 2:43,1, 3. Gaston Peret (Fr.) 2:43,6, 4. Adrien Duvillard (Fr.) 2:44,5, 5. Bruno Alberti (It.) 2:45,9, 6. Leo Lacroix (Fr.) 2:47,2.

Lepší podmínky byly na slalomovém svahu. Chuck Ferries (USA) vítěz ve slalomu v Kitzbühelu opakoval své vítězství i v Cortině. Ve druhém kole v 12. bráně se mu uvolnil talíř z hole, neztratil však nervy a absolvoval kolo v čase jen o 0,3 vteřiny horším než Bozon, který zajel nejlepší čas kola. Francouzi obsadili 2., 4., 5., 8., 9. a 11. místem. Vskutku velkolepý výsledek. Schranz (Rak.) byl 3., Němci obsadili 5. a 11., Švýcaři 6. a Itálie 12. místo.

■ Francouz Charles Bozon, třetí ve slalomu ve Squaw Valley, se po letech dočkal vítězství — vyhrál slalom v Chamonix. Ve Wengen byl ve slalomu druhý v Mégèvet čtvrtý.



MÉGÈVE

V prvním významném obřím slalomu sezóny museli Francouzi i tentokrát postoupit prvenství cizinci. Rakušan Karl Schranz, jehož vítězství ve sjezdu v Cortině překvapilo, potvrdil v Mègeve, že je opět ve výborné formě. Francouzi zajeli dobře jako celek. Američané a Italové se nedovedli prosadit Mezi prvními 9 jezdci se umístilo 5 Rakušanů a 4 Francouzi, 10. místo obsadil Švýcar.

Technické výsledky: 1. Karl Schranz (Rak.) 2:26,37, 2. Michel Arpin (Fr.) 2:26,94, 3. Leo Lacroix (Fr.) 2:27,42, 4. Adrien Duvillard (Fr.) 2:27,61, 5. Egon Zimmermann (Rak.) 2:28,71, 6. Pepi Stiegler (Rak.) 2:29,59.

Ve slalomu porazili Rakušané favorizované Francouze. Vyhrál s převahou Rakušan Ernst Falch ze St. Antonu. Byl prakticky dvakrát vyhlášen vítězem. Poprvé, po odvážné jízdě ve 2. kole, ve kterém najel na svého soupeře celé 2 vt. Pak byl diskvalifikován a po podaném protestu a prověření případu byl znovu vyhlášen vítězem. Pro mnohé favority končil závod nešťastně. Bonlieu, Duvillard a Arpin upadli a vzdali. Charles Bozon zachránil čest Francie 4. místem. Chuck Ferries jel podstatně hůře nežli v Cortině a Kitzbühelu. Po četných pádech a diskvalifikacích bylo klasifikováno jen 42 jezdců ze 104 startujících.

Technické výsledky: 1. Ernst Falch (Rak.) 125,72 vt., 2. Pepi Stiegler (Rak.) 128,83 vt., 3. Bud Werner (USA) 129,36 vt., 4. Charles Bozon (Fr.), 130,51 vt., 5. Gerhard Nennung (Rak.) 130,53 vt., 6. Karl Schranz (Rak.) 130,57 vt.

CHAMONIX

V Chamonix se jel poprvé kvalifikační slalom mužů, novinka, na které se federace dohodla na posledním zasedání. Na dobře vysněženém svahu severně od Argentières postavených 62 resp. 59 branek se pro řadu špičkových závodníků stalo osudnými. Guy Périllat, Bozon, Falch, Alberti, P. Stiegler, Nennung, Wagnerberger, A. Leitner, Chuck Ferries aj. museli nastoupit do druhého kola. Do finále postoupili 4 jezdci Francie, USA, Itálie a Rakouska, 3 jezdci Švédska, po 2 Japonci, Finové, Kanadané, záp. Němci a Norové a 1 Švýcar.

Vlastní finálový závod se jel za obzvláště nepříznivých podmínek, na nově napadlém sněhu, za hustého sněžení. V prvním kole postavil Fritz Huber 74 branek, druhé kolo se 69 brankami stavěl James Couttet. Velkým překvapením byl relativní neúspěch Američana Chuck Ferries, vítěze ve slalomu v Kitzbühelu a v Cortině, který vyjel u 56. branky a skončil až na 7. místě. Pepi Stiegler zůstal viset v 62. bráně, Bud Werner se musel vracet. F. Bonlieu jel celý slalom velmi dobře, upadl však těsně před cílem a byl vržen mimo cíl. Nejrychlejší prvé kolo zajel Francouz Charles Bozon, 3. ve Squaw Valley, nejrychlejším jezdce 2. kola byl výborně jedoucí Karl Schranz (Rak.). Vítězem slalomu s převahou před Guy Périllatem a Gerhardem Nennungem (Rak.) se stal Charles Bozon.

Technické výsledky: 1. Charles Bozon (Fr.) 141,67 vt., 2. Guy Périllat (Fr.) 143,07 vt., 3. Gerhard Nennung (Rak.) 144,20 vt., 4. Karl Schranz (Rak.) 144,23 vteřiny, 5. Ludwig Leitner (NSR) 145,35 vteřiny, 6. Ernst Falch (Rak.) 146,17 vt.

Obří slalom se jel za krásného slunečného počasí. Louis Ravanel postavil na 2200 m dlouhé trati 49 branek. Trať byla po celou dobu závodu v perfektním stavu.

Závod zahájil slalomář Chuck Ferries, který jel jako předjezdec. Na jeho jízdě bylo zřejmé, že trať klade na jezdce vysoké technické požadavky. Francouzi měli opět smůlu. Arpin musel vzdát v horním úseku tratě, Périllat měl těžký pád, ale přesto dojel. Rovněž Wagnerberger upadl a vzdal. Nejlepší čas zajel Egon Zimmermann (Rak.) 1:38,27. Z družstev byli nejlepší Rakušané, kteří obsadili první 3 místa a 8. místo. Francouzi a Italové obsadili mezi prvními 10 závodníky po 2 místech, Američané a západní Němci po jednom.

Technické výsledky: 1. Egon Zimmermann (Rak.) 1:38,97, 2. Karl Schranz (Rak.) 1:39,12, 3. Martin Burger (Rak.) 1:39,42, 4. André Duvillard (Fr.) 1:39,69, 5. Bud Werner (USA) 1:40,13, Carlo Senoner (It.) 1:40,25.

Závod ve sjezdu ukázal, že nejlepším jezdce letošní zimy byl nesporně Rakušan Karl Schranz. Odborný tisk nešetřil chválou a jednotně jej označil za nástupce Toni Sallera. Schranz zajel čas 2:24,33, těsně za ním skončil E. Viollat (Fr.). Rakušané měli i ve sjezdu nejvyrovnanější družstvo se 4 závodníky mezi prvními 10. Francouzi měli 3 závodníky, Švýcaři, záp. Němci a USA po 1 závodníku mezi prvními 10.

Technické výsledky: Sjezd: 1. K. Schranz (Rak.) 2:24,33, 2. E. Viollat (Fr.) 2:24,82, 3. E. Zimmermann (Rak.) 2:25,13, 4. W. Forrer (Švýc.) 2:25,62, 5. G. Nennung (Rak.) 2:25,96, 6. G. Périllat (Fr.) 2:26,46.

Kombinace: 1. K. Schranz (Rak.) 11,04 bodu, 2. G. Nennung (Rak.) 33,21 b., 3. L. Leitner (NSR) 64,57 b., 4. C. Senoner (It.) 78,55 b., 5. Huega (USA) 108,15 b., 6. Bogner (NSR) 143,70 b.

V retrospektivním pohledu na dosavadní průběh letošní sezóny je možno říci, že soubor mezi oběma sjezdovými velmocemi, Rakušany a Francouzi, skončil ve prospěch Rakušanů, kteří byli podstatně vyrovnanějším celkem než jezdci trikolory. Z jednotlivců zajel nejlépe Karl Schranz (Rak.), který zcela bezpečně vystřídal Périllata, nejspěšnějšího jezdce loňské zimy. Po Kandaharu se v některém z příštích čísel vrátíme k bilanci závodního období 1961/1962 a pokusíme se podat ucelený obraz o současném vývoji světové sjezdařiny jak v mužích, tak v ženách.

Letošní zima byla pro sjezdaře vskutku sezónou pokaženou Chamonix, poznamenané diskriminací sportovců NDR, ostře kontrastoval se Zakopaným, kde proběhlo mistrovství světa v klasických disciplínách slavnostně, v duchu srdečného přátelství mezi národy.

■ Egon Zimmermann, vítěz obřího slalomu v Chamonix.



CVIČITELŮM MLÁDEŽE

V minulém čísle jsme uveřejnili článek o lyžařském výcviku nejmladšího žactva. Navazujeme dnes na tento materiál příspěvkem R. Gryce, který, přestože je určen cvičitelům starších dětí, vhodně doplňuje uvedený materiál.

Při lyžařském výcviku dětí je nutno přihlížet k těmto skutečnostem:

dítě má menší váhu
těžiště má poněkud níže
relativně má stejnou sílu a pružnost svalů jako dospělý
má větší uvolněnost kloubů
lepší nervosvalovou koordinaci
není obvykle tak zatíženo nesprávnými návyky
je méně odolné vůči únavě, je nutné šetřit jeho organismus

mládež má tedy ve srovnání s dospělými určité výhody a výuka může být rychlejší než u dospělých.

Děti se sice při lyžování rychle unaví, ale stejně rychle se z únavy zotavují. Nehrozí proto takové nebezpečí přepětí organismu. Je však třeba, aby se každý lyžařský cvičitel vyhýbal:

- příliš dlouhým výstupům a příliš dlouhým trasám terénních vyjížděk, které neodpovídají normám pro daný věk;
- obtížným dlouhým a prudkým sjezdům, vyžadujícím příliš velkého úsilí;

- prodlužování některých zvlášť obtížných cvičení;
- dlouhé činnosti za velkých mrazů nebo při silném větru;
- dlouhotrvajícímu ježdění na sjezdových tratích;
- nesprávně seřízené a neudržované výstroji.

Čím jsou děti mladší, tím mají větší snahu napodobovat aniž by se zajímaly o rozbor pohybu, kterému nerozumí a který pro ně není přitažlivý. Mají však schopnost učinit si celkovou představu o pohybu. Chtějí rychle všechno umět a mají okamžitý zájem. Přišly lyžovat, pohybovat se a ne poslouchat dlouhé výklady a rozборы pohybu. Výcvik proto musí být dostatečně pestrý, aby se samy spontánně začlenily do výcviku.

Děti milují volnost a často jsou přesvědčeny o správnosti svých úsudků. Jejich důvěra k daným radám, jejich pozornost a dobrá vůle jsou způsobeny obdivem ke cvičiteli.

Cvičitel si musí uvědomit, že pro děti je lyžování hrou. Projevuje se veselým pohybem, soutěživostí se snahou vyniknout. Děti by mnohdy chtěly co nejméně řízené činnosti, při které mu-

si přemýšlet a která přináší až vzdálené výsledky.

Výcvik proto musí být pestrý a musí mít rychlý spád. Je lepší, když cvičitel méně mluví, opravuje celkově a co nejvíce předvádí. Tím zvolí nejsnazší vyučovací postup. Cviky nemající smyslu — vynecháme. Před umělými cviky dáme přednost překonávání přirozených překážek a obtíží, které vedou ke stejným výsledkům. Rytmus cvičení musí být živý a všichni zúčastnění co nejvíce v pohybu. To ovšem předpokládá, že v družstvu bude omezený počet cvičenců (nejvýše patnáct) s přibližně stejnou fyzickou i technickou zdatností. Vysvětlení musí být krátké a názorné, obsahující povšechné údaje, aby děti vyučujícímu rychle a přesně rozuměly; hovořit je třeba zkráceně a jasně.

Cvičitel opravuje jen podstatné chyby. To dovolí rychlejší postup výuky cvičenců, a pokud to povaha cviků a terén dovolují, volí se co nejčastěji cvičení kolektivní. Ke snazšímu zvládnutí techniky jízdy využíváme rozmanitého terénu, sněhu různých kvalit a jednotlivé prvky co nejvíce střídáme.

Cvičitel, chce-li dosáhnout úspěchu, musí vytvořit veselé a přitažlivé prostředí, vést cílevědomě své družstvo, vštěpovat všem základní společenské vztahy, jako je podřízování jednotlivce celku, kázeň, touhu vyniknout ve sportu i v práci. O svých svěřencích by si měl dělat průběžné záznamy.

RUDOLF GRÝC,
katedra VÚT Brno

Nouzový nocleh ve sněhu

Sotva si kdo půjde dobrovolně lehnout do sněhu místo do postele. Přesto se může lyžař dostat do situace, kdy musí zůstat přes noc v zasněžené přírodě. Například při zbloudění nebo při úrazu. Je tedy dobré vědět, jak v nouzi přečkat noc ve sněhu, a vyplatí se, zkusit si to někdy předem na zimním výletě.

Pokud můžeme, použijeme **přírodních bivačů**, tj. míst, která při malé úpravě poskytují bezpečný úkryt. Například pod nízkými zavátými větvemi smrku, pod vývraty, převislými balvany apod. Nepodaří-li se nám nalézt přírodní bivač, ukryjeme se na noc před mrazem a nepohodou přímo do sněhu.

Záhraby — jsou vyhloubené otvory ve sněhu, jejichž stropy se zhotovují z větví, lyží, holí či stanového plátna, a utěsní se sněhem. Obvykle bývají hluboké 1 až 1,5 metru. Při nedostatku sněhu zvyšujeme stěny nastavením sněhových kvádrů.

Je-li více sněhu na svazích, vyhlubujeme z boku do závěje tzv. kaverny, jež nejsou tak pracné jako záhraby. Budujeme tak různé druhy jeskyněk s klenutými stropy, aby z nich nekapala voda. Vchod umísťujeme níže než tlážka. Zalíbí-li se nám táboření ve sněhu, můžeme si po-

stavit po delší pobyt sněhovou chýši. Nejtýpčtější je eskymácké »iglú« ze sněhových kvádrů nebo kouli. Staví se při větším počtu osob a pro delší pobyt. Podmínkou úspěšné stavby je spíše vlhký, ulehlý sníh, který drží pohromadě. Z prašanu stavět nelze. Vchod se umísťuje v závěti a obvykle se prodlužuje krátkou chodbičkou, aby do »iglú« nefoukalo.

ZÁKLADNÍ PRAVIDLA NOUZOVÉHO NOCLEHU:

- Volit vhodné místo v závěti, chráněné před lavinami.
- Stavět ještě za světla a ihned po příchodu na místo, aby tělo nevychladlo.
- Lůžka budovat z větví, lyží a vrstvy 20 až 30 cm chvojí — co nejvíce tělo izolovat od sněhu.
- Nezapomínat na větrání malými otvory, aby vydýchaný vzduch mohl odcházet.
- Úkryt lze vytopit docela přijatelně svíčkou či vařičem, ovšem i tak bude jen několik málo stupňů nad nulou.
- Obléknout na noc všechny náhradní součástky oděvu a prádla. Boty zout, navléci silné ponožky a nohy vsunout do vyprázdněného batohu; vhodné je také obalit chodidla papírem.
- Nouzový úkryt vždy zvenčí označit (když nás pohřešují a hledají).
- Pamatovat, že nouzový úkryt upravený správně a včas chrání před vyčerpáním a zmrznutím.

Dr. ARNOŠT ČERNÍK



Pro co se rozhodnete?

Představte si, že jste pracovníky krajské komise základního lyžování a že uspořádáte kurs pro třicet cvičitelů. Jsou to lidé převážně z malých jednot, kde budou cvičit buď sami, nebo s jedním či dvěma dalšími cvičiteli. A teď se vás ptáme: Jak se budete o tyto soudruhy starat dále?

- Necháte je pracovat (nebo nepracovat) v izolovanosti malé jednoty a vzpomenete si na ně pouze každoroční výzvou o předložení výkazu činnosti?
- Nebo jste založení spíše administrativního a rozesíláte oběžníky a dopisy s informacemi o novinkách v lyžařské výuce?
- Či snad zorganizujete jednou ročně aktiv cvičitelů kraje v některém příjemně začouzeném sále krajského města, kde si s cvičiteli pohovoříte a eventuálně jim na filmu ukážete, jak to na horách vypadá? Je to jistě lepší než nic, ale je to ono? Splní to účel?

- Nebo děláte to, co je v dané situaci jediné správné. Pozvete si cvičitele na dva — na tři dny na sněh a uspořádáte na začátku hlavního období zimní sraz cvičitelů?

Krajská komise základního lyžování Středočeského kraje se již před lety rozhodla pro to poslední, pořádá podobné srazy již po řadu let. O zkušenostech z těchto srazů nám napsal Zdeněk Brož, člen krajské komise základního lyžování.

»Došli jsme trpkými zkušenostmi k náhledu, že **jedině pravidelný osobní styk s cvičiteli** zaručuje vytvoření cvičitelského kolektivu, na nějž je možno se spolehnout.

Kdysi jsme zdědili kartotéku cvičitelů, jejíž mohutnost byla imponující. Teprve bližším ohledáním jsme zjistili, že polovina pracovníků je jenom na papíře a že o jejich činnosti pranic nevíme. Zprvu jsme se rozhořčili nad tím, jak liknaví jsou to lidé, ale vzápětí byla vyslovena otázka: A co jsme udělali my pro to, aby pracovali v tělesné výchově podle našich představ? Proto jsme se rozhodli pořádat zimní srazy, které se konají každoročně **a vždy na sněhu**. Dnes můžeme říci, že to bylo správné rozhodnutí a možná také, že jediné možné. V letech 1957—1959 bylo hlavní náplní srazu přezkoušení podle nové metodické osnovy. Koncem roku 1959 byli přezkoušeni nejen všichni cvičitelé, ale i pomahatelé našeho kraje. Teprve při rozhovorech se zástupci jiných krajů jsme sledovali, jaké měli s touto akcí potíže tam, kde nepořádali pravidelné srazy.

Sraz v roce 1960 a zvláště loňský (v prosinci 1961) měly náplň běžeckou. Loni jsme neměli na srazu jediné sjezdovky — zato padesát párů běžek. Doháníme dnes to, co bylo dříve (a ruku na srdce: v mnoha krajích ještě dnes!) při výcviku cvičitelů tak trestuhodně zanedbáváno. Chceme být **lyžařskými** cvičiteli, ne pouze **sjezdovými**, a sledovali jsme ke svému překvapení, že nás to na běžeckých »hadecích« docela baví. A při tom plníme usnesení o přechodu lyžařů z louček do terénu.

Stejnou důležitost jako praktická má i teoretická část srazu. Večerní program srazu obsahuje zprávu o činnosti komise za uplynulý rok, referát o celostátním aktivu předsedů krajské komise základního lyžování a plán práce na rok příští. Jsou zkontrolovány výkazy činnosti a prodlouženy průkazky. Současně jsou rozděleny zájemcům instruktorské poukazy ROH. Následuje hlavní téma srazu, které je každého roku jiné: Technika, biomechanika, novinky výstroje a mazání, běžecký výcvik atd. Téma je široce rozvedeno v diskusích, takže společné zkušenosti přinesou každému, i tomu nejzkušenějšímu, něco nového.

A celkové výsledky? Ty jsou velmi dobré. Z původně neuceleného množství papírově evidovaných cvičitelů máme dnes dvojnásobné množství soudruhů, o kterých víme, že skutečně pro naši tělovýchovu pracují, a kteří tvoří — můžeme říci — výborný kolektiv. Na každoroční srazy se těší a účastní se jich, i když si na pobyt v horách značně připlácí. Naši cvičitelé jsou lyžaři, kteří jsou technicky na výši na sjezdovkách i na běžkách, vědí o všech novinkách, **všichni** odebírají »Lyžařství«, pracují v oddílech i okresních sekcích a plní heslo »Cvičitel duší lyžařského dění« v oddílech, na školách, v ČSM atd. Nemáme už dnes »papírové« členy. Ty poslední, vytrvalé »bulače cvičitelské práce«, jsme vyřadili z evidence. Bylo jich velmi málo.

V současné době předáváme podle směrnic ústředního výboru pomocné lyžařské cvičitele do péče okresních lyžařských sekcí. Abychom zdůraznili význam pravidelných zimních srazů i pro pomocné lyžařské cvičitele, napsali jsme v komisi tento článek a věříme, že nebyl psán nadarmo.



PŘÍKLAD UKAZUJÍCÍ CESTU

Zastihnout Marii Klíngerovou v jejím pražském bytě v zimě, to prý není tak jednoduché, říkali mně přátelé. A byla to pravda. Tato dvačtyřicetiletá matka dvou pěkných synů — 13letého Miroslava a 9letého Vratislava, je totiž obětavou lyžařskou funkcionářkou. Není snad dne, kdy by pro svoji lásku něco neudělala. Jedno se prolíná s druhým — školení, závody, schůze. Kolikrát přichází domů až o půlnoci, kolikrát je mimo Prahu. Možná že si nyní povzdychnete — a co domácnost? Jak pak to u Klíngerů asi vypadá a co tomu říkají děti a manžel?

Překvapí vás, když řeknu, že námitky nejsou téměř žádné! Proč také. Soudružka Klíngerová sice věnuje lyžování stovky hodin, ale domácnost musí být v pořádku. Znamená to však pustit se do práce brzo ráno, když všichni ještě spí. Ovšem hlavní příčina toho, že nechybí jako rozhodčí téměř při žádném závodě, je to, že rodina má pro tuto práci porozumění. Manžel je totiž také obětavý lyžařský činovník a děti jsou na mámu dokonce pyšné. A jak by ne! Vždyť je jedinou ženou v Čechách, která je lyžařskou rozhodčí I. třídy. O letošních pololetních prázdninách byla dokonce hlavní rozhodčí na krajských dorosteneckých a žakovských přeborech v Božím Daru. Samozřejmě, pokud je to možné, tak Marie Klíngerová bere své syny na hory s sebou, protože jsou už oba do lyžování také zamilovaní jako ona. Ovšem někdy pro blaho jiných dětí opouští své a svěří je pak školní kuchyni a tátovi, který dovede mámu nahradit.

K takové práci je třeba hodně silné vůle a pracovitosti. Zvládnout všechny úkoly, které soudružka Klíngerová má, není tak snadné, jak to tu líčím. Bylo by přirozené pohodlnější věnovat se jenom domácnosti a nevláčet se po horách, nemít tisíce jiných starostí...

Soudružka Klíngerová o tom říká: »Kdyby se každý řídil touto teorií, pak bychom toho v tělovýchově mnoho nedokázali. Já jsem byla výkonnou závodnicí až do roku 1954, kdy jsem si natřikrát zlámala nohu. Víím, že bych tenkrát nemohla závodit, kdyby nebylo obětavých funkcionářů, kteří pro nás všechno připravili. Myslím si, že je třeba také splácet a starat se především o mládež. Ne tedy odejít klidně po skončení závodní éry do »soukromí«, jak to mnozí dělají. Chtěla bych ještě na rozloučenou říci, že my ženy jsme ještě neudělaly vše, co je v našich silách pro další rozvoj lyžování. A mládež čeká... [val]

Slovo
do diskuse



Majster športu LUKÁŠ MIHALÁK opät' na lyžiarskej stope

Viac ako dve desaťročia sa o sympatickom žltararovi lyžiarovi-bežcovi Lukášovi Mihalákovi pomerne veľmi málo hovorilo. Zahryzol sa do svojho povolania — ale pritom lyže neopustil. Spreádzali ho povolaniím — pomáhali mu totiž zvládnuť diaľavy Spišskej Magury pri rozdášaní poštových zásielok a v malebnom prostredí pod Žltarskou Vidlou. Potom ho vyradilo z tejto činnosti podlomené zdravie. Horám a lyžiam však zostal verný. Dobré meno Mihalákovcov šírili už jeho potomci. Zdravie sa upevnilo a — na tohoročnom Venerovského memoriáli 9. I. 1962 s radosťou sme uvítali i Mihaláka-otca s pretekárskym číslom na prsiach.

Potvrdila sa pravdivosť príslovia — stará láska nezhrdzavie! A tak aj majster športu Lukáš Mihalák mladým adeptom lyžiarskeho bežectva dokumentoval, že ani po dvadsiatich rokoch nepredáva lacno svoju kožu. Nezaútočil síce na prvé miesto — veď v 54 rokoch je ozaj výkon umiestniť sa medzi poprednými bežcami v prvej polovici pretekárov. A to dokázal Venerovského memoriál usporadávajú každým rokom aqilní funkcionári TJ Tatran Tatranská Lomnica. Sú to jednak preteky zamerané na povolanie lesníkov a jednak sú to preteky verejné. Nuž a Lukáš Mihalák patrí lesu. Tak ani ho nebolo treba príliš verbovať pre účasť. Postavil sa na štart — a výsledok sme už komentovali.

Nuž ale milo to padlo nielen lyžiarskym pretekárom a funkcionárom počut o tomto peknom výkone. S uznaním to kvitovala i celá naša športová verejnosť. Pohotove to dokumentovali súdruhovia v športovej redakcii Pravdy, venujúc mu v pondelníku z 11. januára 1962 prímernú zprávu a 17. I. 1962 i v rozhlase.

Naši športovci zaiste do jedného sa pamtávajú na tohto úspešného pretekára-bežca. Pred druhou svetovou vojnou patrila medzi najúspešnejších čs. bežcov a svojimi výkonnosť sa zaradil medzi najlepších olympionikov — Stredoeurópanov. Tento, ktorý sa zaraduje medzi prvých priekopníkov výkonných slovenských pretekárov, i dodnes si rád zalyžuje a pravidelne trénuje. Lyžiarskym športom si upevnil zdravie a v húževnatosti a veľkej bojovnosti, ktorú dokázal na tohoročnom Venerovského memoriáli, môže byť našej mládeži naozaj vzorom. Takýchto je potrebné zvlášť pri ŠHM — llahti to budúci reprezentantov.

Specifičnost výcviku v běhu na lyžích spočívá mimo jiné v tom, že cvičenec se setkává s novým, pro něho dosud nezvyklým pohybem — se skluzem v jednooporovém postoji, odráží se od sněhu, který snadno ukluzuje, a pohybuje se s náčiním, které mu zpočátku překáží.

V průpravné části běžeckého výcviku je tedy nutno splnit tyto tři hlavní úkoly:

- Naučit se ovládat lyže, vypěstovat tzv. specializovaný vjem »pocit lyží«. Začátečník nesmí trpět tím, že má lyže na nohou, že mu překáží, ale musí se naučit maximálně využívat jejich kladné vlastnosti.
- Získávat pocit spojení lyží se sněhem, vypěstovat vjem »pocit sněhu«. Začátečník i pokročilý cvičenec na začátku sezóny se musí naučit využívat opory a tření sněhu, zejména při odrážení.
- Naučit se běžeckou — speciální — rovnováhu při jízdě ve skluzu v jednooporovém postoji. Získání běžecké rovnováhy a její zdokonalování tvoří jeden z hlavních úkolů nejen běžecké přípravy, ale i celého dalšího výcviku.

Tyto úkoly řešíme pomocí nejrůznějších cviků, které představují nejjednodušší způsoby jízdy na lyžích. Například: chůze, obraty, výstupy, bruslení, odšlapování apod., které provádíme v nejrůznějších obměnách a za různých terénních a sněhových podmínek.

Tato cvičení nám slouží jako cvičení průpravná, nevyžadujeme velké přesnosti a rychlosti pohybu. Není nutné dosáhnout dokonalého provedení. Důležitá je forma výcviku, na které závisí četnost provedení cvičení v nejrůznějších obměnách. Prostřednictvím těchto elementárních lyžařských prvků vytváříme základní pohybové návyky. Čím jejich základna bude širší, tím snadněji a lépe zvládneme další běžecký výcvik.

V běžecké přípravě využíváme především zábavné formy výcviku, jednotlivá cvičení provádíme pomocí her a soutěží. Například:

- štafetové hry s plněním různých úkolů,
- různé druhy honiček (bez holí, pozor na bezpečnost),
- procvičení obrátů na místě — které družstvo provede více obrátů nebo rychleji,
- kdo udělá méně odšlapů ve vytvořené stopě,
- kdo dál dojede ve skluzu (po několika krocích rozběhu),
- závody ve slalomu na rovině, atd.

Po vhodné a nevelké úpravě dá se použít většina malých tělocvičných her, jako například »červení a bílí«, »na čísla« atd.

V běžecké přípravě věnujeme velkou pozornost nácviku speciální běžecké rovnováhy. Jízda ve skluzu bývá považována za jeden z nejjednodušších prvků běhu na lyžích. Ve skutečnosti tomu tak není, jízda ve skluzu není ani snadným, ani jednoduchým cvikem. Začátečník musí kromě zvládnutí rovnováhy překonávat pocit strachu z upadnutí. Jízda ve skluzovém postavení vyžaduje zčásti jiný, dokonalejší návyk rovnováhy, nežli je tomu při chůzi nebo například při cvičení na kladině. Nezávisle na cvičenec jistotu ve skluzovém postoji, nedokáže se naučit správné technice běžeckého kroku. Nedostatek rovnováhy a z toho vyplývající nejistota způsobují slabý odraz, nedokonalé přenesení těžiště, jízdu ve skluzu na obou lyžích současně.

Nácvik rovnováhy v jízdě ve skluzu na jedné lyži cvičíme rozličnými způsoby. Zpočátku nácvikem jízdy na jedné lyži. Po získání základní rovnováhy připojujeme k tomuto cvičení různé úkony, které jízdu na jedné lyži ztěžují. Potom nacvičujeme jízdu na jedné lyži ve skluzovém postavení. To je velmi obtížné cvičení. Volíme dokonalou stopu bez nerovnosti, s takovým sklonem, aby skluz byl poměrně rychlý, později volíme rychlost stejnou nebo i větší normálního tem-

BĚŽECKÁ PRŮPRAVA

pa běhu. Jízdu ve skluzu ve skluzovém postoji procvičujeme ve vlnité stopě a s různými obměnami.

Příklady některých cvičení pro nácvik rovnováhy:

- různé obměny jízdy po jedné lyži z kopce,
- totéž, díváme se dozadu,
- totéž, při jízdě sbíráme se sněhu různé předměty,
- totéž, při jízdě házíme na cíl sněhové koule,
- jízda na jedné lyži ve skluzovém postoji,
- jízda ve váze (holubička),
- soutěž, kdo dál dojede na jedné lyži,
- předchozí cvičení na rovině, po několika krocích rozběhu,
- totéž, ale ve skluzovém postoji, atd.

Tato a další podobná cvičení můžeme provádět s úspěchem zejména se začátečníky ve trojicích, případně ve dvojicích. Snadnější cvičení mohou provádět ve trojici všichni cvičenci, obtížnější jen střední, přičemž krajní dávají pomocou a pomáhají udržovat střednímu rovnováhu.

FELIX CHOVANEC

Mistrovství světa 1962 V ZAKOPANÉM

K. MORAVEC, VL. PÁCL
M. DUFFEK,

Skončila další velkolepá kapitola světového lyžování. Její řádky se psaly v únoru v týdnu od 18. do 25. v hlavním městě zimních sportů Polska Zakopaném. Poláci, věrní zcela své tradici, věnovali přípravám lyžařských mistrovství světa v klasických disciplínách nezměrné nadšení a vytvořili prostředí hodné tak významné akce.

Vyhlašování vítězů v poslední soutěži — skoku — bylo velmi symbolické. Na stupních vítězů stál Helmut Recknagel — reprezentant NDR — té země, jejíž existence nedá spát západní reakci, německého státu dělníků a rolníků, který je trnem v oku světového imperialismu.

V uplynulých týdnech jsme byli svědky toho, jak Francie nedala víza sportovcům NDR na mistrovství světa do Chamonix. Někteří činitelé ve FIS, jejichž mluvčím se stal místopředseda FIS S. Mullin z USA, se snažili zrušit také mistrovství světa v Zakopaném. Argumentovali tím, že sjezdové i klasické disciplíny tvoří jeden celek. Tento falešný argument byl na zasedání v Zakopaném jednoznačně zamítnut.

Mistrovství světa v Zakopaném však ukázala, že se mezinárodní reakci nepodaří potlačit rostoucí úspěchy NDR, jako se nepodařilo rozbit dobré vztahy a spolupráci sportovců zemí různých společenských zřízení. Myšlenka mírové spolupráce a další rozvoj přátelských styků, to bylo hlavní vítězství v Zakopaném.

Předseda FIS dr. Mark Hodler tuto skutečnost potvrdil při závěrečném slavnostním večeru vedoucích delegací a představitelů FIS, kterého se zúčastnili představitelé Polské lidové republiky, vedení předsedou vlády J. Cyrankiewiczem, a při oficiálním zakončení mistrovství světa.

Celý průběh mistrovství ukázal, že drtivá většina závodníků, trenérů, funkcionářů a novinářů si přeje upevnování spolupráce, rozvoj vzájemných styků a udržení míru ve světě. Dokladem toho byla dobrá pohoda mezi delegacemi NDR, NSR, USA, Kanady a Svěcarska v hotelu Bristol i vzájemné návštěvy a výměna zkušeností trenérů a závodníků SSSR, Švédska, Itálie, NDR, Polska, Norska, Finska, Bulharska, ČSSR a dalších.

Podle neoficiálního bodování prvních šesti závodníků, které se používá na olympijských hrách (7, 5, 4, 3, 2, 1), získáváme následující tabulku:

	I.	II.	III.	IV.	V.	VI.	b.
SSSR	3	4	3	1	2	1	61
Švédsko	3	3	—	—	—	4	40
Norsko	2	1	2	5	2	—	46
Finsko	1	1	3	3	3	—	39
NDR	1	—	1	—	2	1	17
Polsko	—	1	—	1	—	—	9
Itálie	—	—	1	—	1	—	7
ČSSR	—	—	—	—	—	1	1
Rakousko	—	—	—	—	—	1	1

Z několikaměsíční, snad i několikaleté houževnaté práce vyrostla velká díla, vskutku důstojná vrcholné události světového lyžařství. Organizátoři postavili dobré tratě, převážně technicky středně těžké, při jejichž vytváření dbali všech pokynů představitelů FIS. Trasy vedly vždy nejméně ze 70 procent zalesněným terénem a vždy ve dvou smyčkách, které navazovaly na sebe uprostřed nádherného lyžařského stadiónu pod Velkou

Krokvi. Přesto lze i tak dokonalému organizačnímu zajištění vytknout při pozorném sledování některé nedostatky, z nichž mnohé vznikly pod vlivem krajně nepříznivých povětrnostních podmínek, které byly mimo jiné i příčinou odložení obou závodů ve skoku ze zahajovacího dne na jiný termín.

Celkem se v Zakopaném bojovalo o 10 titulů a rozděleno bylo 45 medailí. Závodů mužů byly především velkým bojem reprezentantů Skandinávie, ze kterého vyšli vítězně Švédové. Vyhráli běhy na 15 km, 50 km, 4krát 10 km a obsadili tři druhá místa Norové mají dva mistry světa — v závodě sdruženém a ve skoku prostém na středním můstku, dále jednu stříbrnou a dvě bronzové medaile. Reprezentanti SSSR neuhájili své pozice z minulých let. Přesto si však Sovětský svaz odvezl nejvíce medailí, a to zásluhou žen, které vyhrály vše, co se dalo.

Při pohledu na další jednotlivé národy je třeba vysoko hodnotit především lyžaře Itálie. Pětiměsíční příprava na sněhu doma i v zahraničí pod dohledem švédského trenéra činí z Italů nejvážnější soupeře i nejlepšími běžci a skokanům na světě. Také Francie zůstala na svém místě a vpřed jdou nezadržitelně Švýcaři, kteří si vzali vzor z italské přípravy. V závodech žen je pozoruhodný nástup lyžařek NDR, které naše reprezentantky ještě v nedávné minulosti porážely.

V běžeckých závodech mužů dominovali jasně Švédové, a to nejen podle medailí. V patnáctce, kromě vítěze Rönlundu, byl poslední ze švédských účastníků na 11. místě, a stejně tak ve třicítce, kterou vyhrál Fin Mäntyranta před Švédem Stefanssonem. V padesátce skončili Švédové na 1., 2., 6. a 7. místě a vyhráli jasně i štafetu. Hrdinou je nestárnoucí Jernberg. Rozhodl o vítězství své štafety a vyhrál nejnamáhavější závod — padesátku.

Norům se dařilo v patnáctce, ve které obsadili mimo jiné 2. a 4. místo, a to vzájemně opravdu nepatrnými časovými rozdíly. Rovněž ve třicítce obsadili 4. a 5. místo, na padesátce byl však jediným jejich zástupcem v první desítce Grönningen. Ve štafetě zůstali až na čtvrtém místě. Vše si však vynahradili v závodě sdruženém, kde kromě vítěze Larsena byli Fageras třetí a Knutsen čtvrtí. Další jejich úspěch zaznamenal Engan ve skoku na středním můstku, avšak jeho krajané byli podstatně slabší a nepolepšili si ani ve skoku na velkém můstku.

Finští běžci zajeli špatně patnáctku. Jen Mäntyranta, vítěz třicítky, zůstal pátým místem v první desítce. V této disciplíně získali osmé a deváté místo Hämläinen a Tiainen. Ve sdruženém závodě se Finové vůbec neuplatnili, ve skoku na středním můstku byl Silvennoinen čtvrtý, na velkém Halonen dokonce třetí a Kankkonen byl desátý.

Závodníci SSSR zůstali v bězích hodně dlužni své pověsti. Mnohem lépe si vedli



Ze sportovní styky upevňují přátelství mezi národy a napomáhají vzájemnému poznání, dokazuje snímek J. Hejry. Finská trenérka H. Ristolainen blahopřeje k vítězství A. Kolčínové, trojnásobné mistryni světa.

sdruženáři, ze skokanů se prosadil na velkém můstku výborným výkonem jen Kamenskij.

Z ostatních byli v první desítce zastoupeni Italové na 15 km De Florianem a Steiner získal osmé místo na 50 km. Rakušané bojovali dobře v závodě sdruženém (Köslinger sestý) a ve skoku zásluhou Eggera. Poláci využili svého prostředí v obou závodech ve skoku prostém.

Soutěže žen byly příliš jasnou doménou SSSR. Druhé místo by náleželo Finsku, přestože prohrálo se Švédskem ve štafetě v důsledku ochabnutí Kenonenové na prvním úseku. Za Švédsko se zařadily ještě závodnice NDR, přestože prohrály s Polskem rozdílem 3,6 vt. štafetu. Byly však lepší v obou předchozích závodech.

Výsledky dosažené našimi reprezentanty neodpovídají stanoveným cílům pro mistrovství světa 1962. Chtěli jsme dosáhnout umístění alespoň ve třech disciplínách nejméně do 15. místa. Byl to postupný cíl pro přípravu na zimní olympijské hry 1964 v Innsbrucku, kde ÚV CSTV stanovil úkol umístit se nejméně ve třech disciplínách do 10. místa. Příčinou neuspokojivých výsledků jsou stále ještě nedostatek v morálně volních vlastnostech našich závodníků, zvláště v n. z. ve bojovnosti, pramenící zčásti z nedostatečné výchovné práce, zčásti i z technických nedostatků. Budeme nutně muset zvýšit nároky na přípravu a zejména náročnost trenérů jednotlivých disciplín. Je pravda, mohli bychom přihlédnout i k nepříznivým okolnostem, jako například nemožnost tréninku na místních, zranění předních skokanů, a tím jejich vyřazení ze závodu, ale na celkovém výsledku bychom mnoho nezměnili.

Jediným kladem je skutečnost, že naše reprezentační družstva jsou sestavena ze



Zakopané v době mistrovství světa se stalo stotisícovým městem. Každým dnem proudily desetitisícové zástupy po hlavní tepně na stadión za urputnými boji nejlepších lyžařů světa.

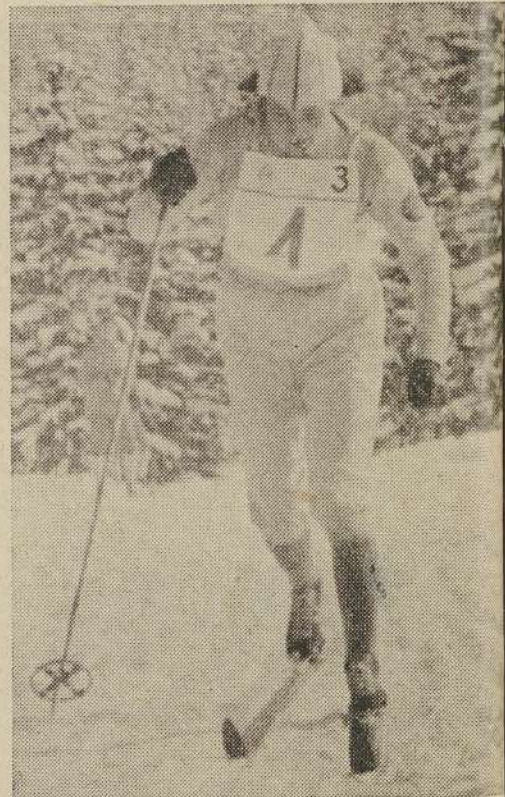


Štafety se těšily velké pozornosti diváků. Na snímku štafeta žen 3X5 km po Vede R. Dannhauerová (NDR), následována Rantanenovou (Finsko) a Baranovou (SSSR).

Běh žen na 5 km a 10 km

ALEVTINA KOLČINOVÁ — SSSR

Jediná nositelka tří zlatých medailí (získala ještě za štafetu) v Zakopaném. Narodila se v roce 1931 v Leninogradě. Je učitelkou tělesné výchovy a nyní startuje za Dynamo Moskva. Má pětiletého syna, který také lyžuje. K jejím úspěchům patří vítězství v běhu na 10 km na mistrovství světa v Lahti a ve štafetě, 4. místo v této disciplíně na poslední zimní olympiádě, letos vyhrála 10 km ve Falunu a v Otepää vyhrála 5 km i 10 km.



Běh mužů na 30 km

EERO MÄNTYRANTA — FINSKO

První obdržel zlatou medaili mistrovství světa 1962. Narodil se 20. 11. 1937. Povoláním je lesník. Na lyžích jezdí 12 let. Je členem klubu Pelton Ponsi. Od roku 1956 byl v čele juniorů. Startoval ve vítězné štafetě ve Squaw Valley, v závodě na 15 km skončil na šestém místě. V roce 1961 vyhrál několik závodů v běhu na 30 km. V přípravě na mistrovství naběhal 1200 km.

Na snímku J. Hejry v přátelském objetí s Italem De Florianem (vlevo), který v běhu na 30 km získal bronzovou medaili.

MISTŘI SVĚTA 1962

Běh mužů na 15 km

ASSER RÖNNLUND — ŠVÉDSKO

Narodil se 3. 9. 1935 v Savaru. Povoláním je obchodní úředník. Je členem sportovního klubu IFK Umea. V posledních letech patřil ke švédským nadějím, ale nemoc mu neumožnila plně rozvinout své schopnosti. Teprve v konečné přípravě na mistrovství světa se dostal opět do formy. Těsně před ním byl členem vítězné štafety ve Falunu a umístil se na předních místech v kontrolních závodech. Svou vynikající formu potvrdil v Zakopaném, získal dvě zlaté medaile (člen vítězné štafety). Na snímku J. Hejry uprostřed mezi svými soupeři Nory H. Gröningem a E. Östhyem, kteří obsadili druhé a třetí místo.



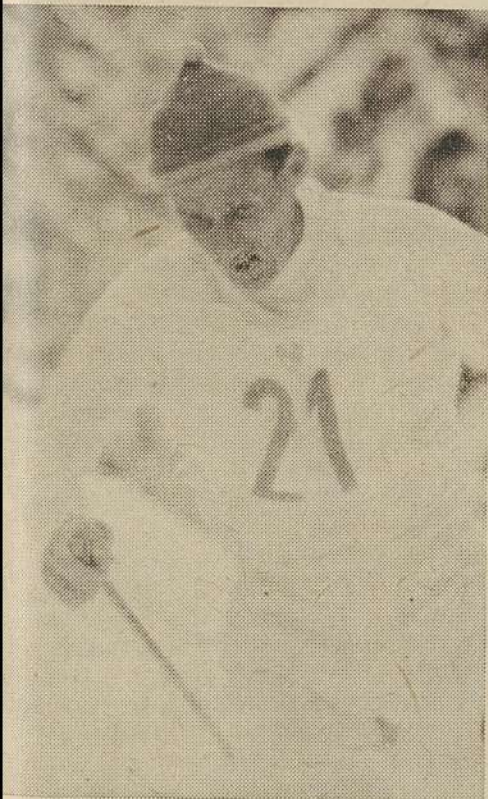
Skok prostý na můstku P 90 m

HELMUTH RECKNAGEL — NDR

Je mechanikem a narodil se 20. 3. 1934 ve Steinbachu-Hallenbergu. Jediný závodník, který opakoval v Zakopaném vítězství ze Squaw Valley. Jeho úspěchy začaly v roce 1957, kdy vyhrál lety vzduchem na Planici, Holmenkollen, Rakousko-německý týden skoků. V roce 1958 opět zvítězil v tomto turné. V roce 1960 byl první v závodech na Holmenkollenu, na ZOH v Americe, ve Falunu, v Obersdorfu a v Oberwiesenthalu. V roce 1961 vyhrál Rakousko-německý týden skoků a v Obershofu. Je mistrem NDR pro rok 1962. Na snímku Z. Havelky s nositelem stříbrné medaile sovětským reprezentantem Kamenským.



rtování.
[SSSR].



Běh mužů na 50 km

SIXTEN JERNBERG — ŠVÉDSKO

Narodil se 6. 2. 1929 v Limě. Je obchodní cestující a startuje za sportovní klub Lima IF. Jeho úspěchy začaly na ZOH v roce 1956, kde vyhrál 50 km, druhý byl na 30 km a na 15 km. V mistrovství světa v Lahti opakoval vítězství na 50 km, bronzovou medaili získal za 30 km a v 15 km byl čtvrtý. Na ZOH 1960 vyhrál zlatou medaili za 30 km, stříbrnou za 15 km a na 50 km byl pátý. Ve Falunu v roce 1962 byl čtvrtý na 30 km.

Závod sdružený

ARNE LARSEN — NORSKO

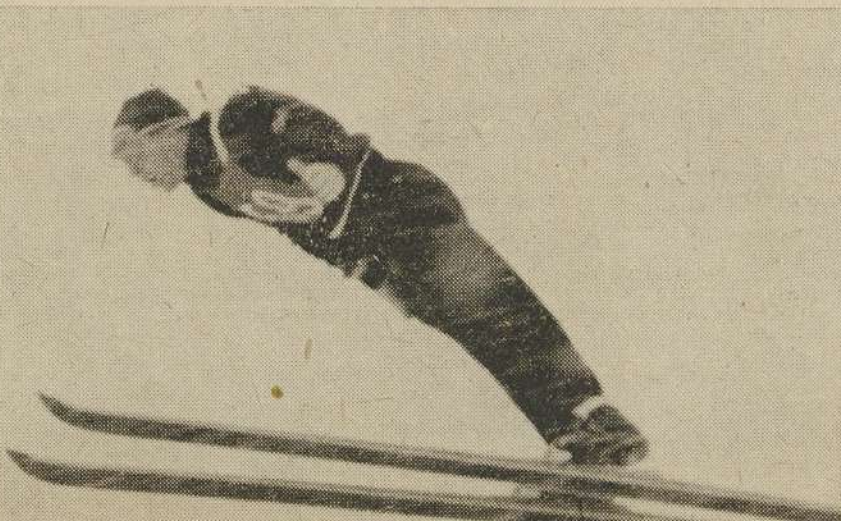
Povoláním je pekař, narodil se 23. 12. 1937 v Askeru. Je členem klubu Heggedal. Ve Squaw Valley získal šesté místo v kombinaci, páté místo ve skoku a 10. místo v běhu na 15 km. V roce 1961 obsadil v Holmenkollenu šesté místo v kombinaci. Ve Falunu v roce 1962 vyhrál závod sdružený a skok, na 15 km byl čtvrtý. Je mistrem Norska na rok 1962 v závodě sdruženém.

Skok prostý na můstku P — 68 m

TORLAF ENGAN — NORSKO

Narodil se v Meldalu 1. 10. 1936, povoláním je prodavač. Závodí za klub Leik. V roce 1960 v Holmenkollenu získal 2. místo, ve Falunu 3. místo. V roce 1961 vyhrál ve Falunu, v Holmenkollenu byl pátý. Je mistrem Norska pro rok 1961 a 1962. Vyhrál závody ve Falunu a v Oslu těsně před mistrovstvím světa.

ZAKOPANÉ



závodníků poměrně mladých, kteří, až na nějaké výjimky, mají předpoklady dalšího růstu výkonnosti. Dosažené slabé výsledky budou i pro ně velkou pobídkou k ještě většímu úsilí v přípravě na zimní olympijské hry v roce 1964.

Můžeme též ocenit i výkon dorostence R. Doubka ve skoku prostém na mas ku P — 65 m, který se nezalekl souboje s nejlepšími skokany světa, a nechal za sebou nejen naše závodníky, ale i dobré skokany NDR, NSR, Finska, Švédska,

SSSR, Polska apod. Ze 62 závodníků byl jen o jeden a půl bodu za Finem Immonenem a o 0,4 b. za výtečným Italem De Zorzo Dino. I velmi dobrý výkon L. Hrubého a K. Jeřábka v běhu na 50 km. L. Hrubý předstihl všechny závodníky Polska, NDR, NSR, Švýcarska, Japonska, jednoho Fina a dva reprezentanty Itálie. Vynikající výkon podal S. Olekšák a J. Kuthel v běhu na 15 km do závodu sdruženého. O lepší umístění ve sdruženém závodě se připravili slabým výkonem ve

skoku. Olekšák předstihl v běhu na 15 km všechny reprezentanty SSSR, Finska a další. Nad sovětským reprezentantem Kočkinem získal více než 4 min. Dobře si vedly také závodnice Srnková a Paulusová v běhu na 10 km a Srnková na prvním úseku štafety, kde doběhla na 5. místě před známou finskou závodnicí Rantanenovou. Také Fousek na třetím úseku štafety podal dobrý výkon. Ostatní výkony byly pouze průměrné, některé dokonce podprůměrné.

VÝSLEDKY TŘÍ NEJLEPŠÍCH A UMÍSTĚNÍ NAŠICH

BĚH NA 30 km (18. 2. 1962):

	Hod.
1. Eero Mäntyranta (Finsko)	1:52:39,4
2. Janno Stefansson (Švédsko)	1:52:49,1
3. Giulio De Florian (Itálie)	1:53:13,3

Umístění našich z 59 klasifikovaných závodníků

28. F. Kolařík	2:02:44,3
31. R. Čillík	2:03:00,5
37. L. Hrubý	2:04:21,3
40. V. Jeřábek	2:05:22,1

SDRUŽENÝ ZÁVOD:

	Bodů
1. Arne Larsen (Norsko)	454,33
2. Dimitrij Kočkin (SSSR)	448,77
3. Ole H. Fageras (Norsko)	442,25

Umístění našich z celkové účasti 34 závodníků:

12. Štefan Olekšák	404,95
20. Josef Kuthel	382,03
23. Karel Farský	377,39
32. Jaroslav Mazánek	351,25

SKOK DO ZÁVODU SDRUŽENÉHO (19. 2. 1962):

- Yosuke Eto (Japonsko)
- Arne Larsen (Norsko)
- Dimitrij Kočkin (SSSR)

Body	Skoky m
248,0	69,0 63,0 60,5
242,0	71,0 62,5 62,0
240,4	66,0 63,5 64,5

Umístění našich závodníků:

18. Karel Farský	191,2	56,5	55,5	54,0
28. Jaroslav Mazánek	181,6	53,0	54,5	54,0
29. Josef Kuthel	176,9	54,5	55,5	54,5
30. Štefan Olekšák	176,4	53,0	54,5	53,0

BĚH NA 15 km DO ZÁVODU SDRUŽENÉHO (20. 2. 1962):

	Čas	Bodů
1. Alois Kälin (Švýcarsko)	59:18,7	255,91
2. Ole Fageras (Norsko)	59:23,2	255,05
3. Lars Dahlquist (Švédsko)	1:01:14,3	233,75
4. Štefan Olekšák (ČSSR)	1:01:41,5	228,55
12. Josef Kuthel	1:03:58,9	205,13
24. Karel Farský	1:05:58,3	186,19
30. Jaroslav Mazánek	1:07:44,0	169,65

BĚH NA 5 km — ŽENY (19. 2. 1962):

	Min.
1. Alevtina Kolčinová (SSSR)	19:28,6
2. Ljubov Baranovová (SSSR)	20:15,9
3. Marie Gusakovová (SSSR)	20:27,5

Umístění našich z celkového počtu 37 závodnic:

	Min.
20. Eva Paulusová	22:31,0
22. Vlasta Srnková	22:43,7
24. Jarmila Škodová	23:16,1
27. Eva Břizová	23:26,1

BĚH NA 15 km PROSTÝ (20. 2. 1962):

	Min.
1. Assar Rönnlund (Švédsko)	55:22,8
2. Harald Grönningen (Norsko)	55:52,2
3. Einar Östby (Norsko)	55:54,8

Umístění našich z celkového počtu 68 závodníků:

	Hod.
30. Rudolf Čillík	1:01:04,6
31. Vít Fousek	1:01:05,2
51. Jozef Klamár	1:04:23,3
56. Josef Krupka	1:05:24,0

BĚH NA 10 km — ŽENY (21. 2. 1962):

	Min.
1. Alevtina Kolčinová (SSSR)	39:48,2
2. Marie Gusakovová (SSSR)	40:56,9
3. Radia Jerošinová (SSSR)	41:17,1

Umístění našich z celkového počtu 34 závodnic:

	Min.
17. Vlasta Srnková	45:35,0
18. Eva Paulusová	45:36,2
24. Jarmila Škodová	46:14,9
28. Eva Břizová	47:54,0

SKOK PROSTÝ NA STŘEDNÍM MŮSTKU P = 65 m (21. 2. 1962):

1. Torald Engan (Norsko)			
2. Antoni Laciak (Polsko)			
3. Helmuth Recknagel (NDR)			
Body	Délka v m		
223,6	68,0	67,0	70,5
222,5	68,5	64,5	71,5
219,8	65,5	67,0	71,5

Umístění našich z celkového počtu 62 závodníků:

20. Rudolf Doubek			
23.—24. Dalibor Motejlek			
Miroslav Martiňák			
47. Zbyněk Hubač			
200,4	64,5	64,5	59,0
199,4	63,5	65,5	62,0
199,4	65,0	62,0	66,0
183,7	59,5	60,0	64,0

ŠTAFETY 4x10 km — MUŽI (22. 2. 1962):

- Švédsko 2:24:39,8 hod. (L. Olsson 37:28,6; S. Grahn 36:00,3; S. Jernberg 35:20,6; A. Rönnlund 35:50,3.)
- Finsko 2:25:24,3 hod. (V. Huhtala 37:34,6; K. Laurila 35:55,5; P. Pesonen 36:50,8; E. Mäntyranta 35:03,4.)

ŠTAFETY 3x5 km — ŽENY (23. 2. 1962):

- SSSR 50:08,9 min. (L. Baranovová 20:21,9; M. Gusakovová 18:54,3; A. Kolčinová 18:52,7.)
- Švédsko 59:27,9 min. (B. Martinssonová 20:39,2; B. Strandbergová 19:30,9; T. Gustafssonová 19:17,8.)
- Finsko 1:01:33,0 hod. (S. Rantanenová 22:44,3; E. Ruoppová 19:37,4; M. Lehtonenová 19:11,3.)
- ČSSR 1:05:02,4 hod. (V. Srnková 22:20,3; J. Škodová 21:45,6; E. Paulusová 20:56,5.)

BĚH NA 50 km (24. 2. 1962):

	Hod.
1. Sixten Jernberg (Švédsko)	3:03:48,5
2. Assar Rönnlund (Švédsko)	3:05:39,1
3. Kalevi Hämäläinen (Finsko)	3:05:42,8

Umístění našich z celkového počtu 39 klasifikovaných závodníků:

17. Ladislav Hrubý	3:18:35,7
20. Vladislav Jeřábek	3:20:37,5
24. František Kolařík	3:25:41,6
36. Zdeněk Gabriel	3:36:22,9

SKOK PROSTÝ NA VELKÉM MŮSTKU P = 90 m (25. 2. 1962):

1. Helmuth Recknagel (NDR)			
2. N. Kamenskij (SSSR)			
3. N. Halonen (Finsko)			
Body	Délka v m		
241,4	97,5	103,0	98,3
226,4	91,0	97,0	97,0
224,5	97,5	94,0	93,5

Umístění našich z celkového počtu 61 závodníků:

20. M. Martiňák			
53.—54. Z. Hubač			
J. Nevlud			
206,2	89,0	92,0	80,5
176,8	76,0	85,0	85,5
176,8	80,5	75,0	79,0

Matouš po prvním skoku pro zranění odstoupil ze soutěže.

Materiály z mistrovství jsme dostali již po uzávěrci tohoto čísla. Výsledky ani hodnocení vás jistě neuspokojí. Proto se v příštích číslech budeme podrobně zabývat hodnocením každé disciplíny samostatně.

Poslání jednotné sportovní klasifikace

Jednotná sportovní klasifikace dává každému sportovci konkrétní výchovné a výcvikové úkoly a vede jej k systematickému a intenzivnímu tréninku. Přispívá tím k růstu jeho sportovního mistrovství. Výkonnostní třídy určují postupně cíle dlouhodobého, učeně výchovného procesu, naznačují jednotlivé etapy sportovního tréninku a plánovitě ovlivňují růst sportovního mistrovství. Současně umožňují hodnotit úroveň výkonnosti a kvalitu učeně výchovné práce cvičitelů a trenérů.

Musíme si však připomenout, že podmínkou pro získání titulu mistra sportu i výkonnostních tříd je nejen splnění technických podmínek dosažených sportovním výkonem v lyžařských závodech, ale i svědomité plnění povinností občana naší socialistické republiky. Závodník musí být nejen úspěšným sportovcem, ale i dobrým pracovníkem na svém pracovišti a musí řádně plnit své občanské povinnosti k ČSTV a jiným organizacím.

Abychom splnili poslání jednotné sportovní klasifikace, je třeba jí věnovat větší pozornost. Vždyť ještě dnes se setkáváme s tím, že řada závodníků, ačkoliv splní předepsané limity, o udělení nebo obnovení výkonnostní třídy vůbec nepožádá. Jako příklad uvádím, jak tomu bylo v roce 1961 u I. výkonnostní třídy, kterou uděluje ústřední sekce. V roce 1961 bylo uděleno nebo potvrzeno obnovení I. VT 550 závodníkům, kteří ve stanovené lhůtě (do 31. října) o ni požádali. O udělení nebo obnovení nepožádalo téměř 300 závodníků, tj. více než jedna třetina z celkové počtu závodníků, kteří splnili technické podmínky. A kdybychom se podívali na II. a III. VT a výkonnostní třídy mládeže, dopadlo by srovnání ještě hůře, neboť počty splněných limitů těchto výkonnostních tříd jsou daleko vyšší.

F. TÁBORSKÝ,

ústřední sportovně technická komise

Vývoj závodního lyžařského sportu ve sjezdových disciplínách vstoupil v r. 1960/1961 do rozhodujícího stadia. V čele sjezdařiny jdou Rakušané a Francouzi, za nimi pak jezdci ostatních alpských zemí. Ve výkonnostních tabulkách, vydaných FIS pro letošní sezónu, figurují na prvních 10 místech: ve sjezdu 4 Francouzi, 4 Rakušané, 1 Ital a 1 Němec; ve slalomu 6 Rakušanů, 3 Francouzi a 1 Švýcar; v obřím slalomu 6 Rakušanů, 2 Francouzi, 1 Švýcar a 1 Ital. Mezi prvními 25 jezdci v jednotlivých disciplínách se z nealpských zemí umístili jen 2 závodníci, Ferries Chuck (USA) na 16. místě ve slalomu a Bud Werner (USA) na 18. místě ve sjezdu. Mezi jezdci alpských a nealpských zemí se vytváří mezera. Vzniká problém kolem zásady rovnoměrného zastoupení států na MS a ZOH.

Pro Chamonix bylo federací rozhodnuto, že každý stát může přihlásit 8 mužů a 6 žen. Do jednotlivého závodu pak mohou být přihlášeni maximálně 4 závodníci. To je zásada praktikovaná s úspěchem v minulosti. Je to zásada správná, mají-li mistrovství světa (MS) a zimní olympijské hry (ZOH) zůstat reprezentativními soutěžemi národních svazů, sdružených ve federaci. Tato zásada byla již několikrát napadena, zejména ze strany Rakušanů, kteří namítají, že řada vynikajících jezdců je z bojů vyřazována, zatímco mnoha závodníkům s podstatně nižší výkonností je účast na závodech umožňována. Mezi tyto kritiky je nutno zařadit i návrh Freda Roessnera.

Roessner poukazuje, že popularita lyžařského sportu neobvykle vzrostla a tím že se zvýšil i počet startujících na všech důležitých mezinárodních závodech. To je velký handicap zejména pro nealpské a zámožské země. Jejich závodníci zpravidla jsou odkázáni jezdit na tratích poškozených nebo rozbitých závodníky nasazenými do předních skupin. Je nebezpečí, že závodníci nealpských zemí zanechají sjezdařiny, neboť nemají naděje, že by mohli startovat za stejných podmínek jako závodníci z alpských zemí.

Rossner navrhuje zavedení dvou kategorií závodníků, A třídu, do níž by byli zařazeni špičkoví závodníci (převážně jezdci alpských zemí), a B třídu, do které by byli zařazeni všichni ostatní závodníci. Pro B třídu by byly provedeny zvláštní závody, přičemž by 5 až 10 nejlépe umístěných závodníků každoročně postoupilo do A třídy s oprávněním na účast v mistrovských závodech. Výhoda tohoto řešení by spočívala především v tom, že by stupeň obtížnosti tratí mohl být přizpůsoben technické úrovni závodníků B třídy. Rozdělení závodníků do dvou výkonnostních tříd by nutně muselo vést k narušení zásady rovnoměrného zastoupení států na MS a ZOH.

»Plán — Roessner«, titul, pod kterým se návrh diskutuje, není ničím novým. Jde o požadavek, získat v rámci federace zvláštní práva pro malou skupinu alpských států, což je v rozporu se základními zásadami uplatňovanými v mezinárodním sportu.

Do diskuse o Roessnerově návrhu, jemuž se dostalo poměrně značné publicity, zasáhl již také Marc Hodler, prezident FIS. Hodler nevěří, že by se FIS mohla rozhodnout pro změnu zásady rovnoměrného zastoupení na ZOH a MS. Hodler uzavírá: »Není v zájmu lyžařského sportu, abychom z jakéhokoliv důvodu některé státy zvýhodňovaly..., ostatně pro ZOH a MS musí platit stejné zásady.«

S návrhem prof. Roessnera nemůžeme souhlasit, z důvodů zcela zásadních, ani my.

O. KULHÁNEK

VÝVOJ ZÁVODŮ FIS (Dokončení.)

1939 Zakopane Polsko	18 km 50 km 4x10 km skok sdružený	1. Kurikkula 1. Bergendahl L. 1. Finsko 1. Bradl S. 1. Berauer G.	Finsko Norsko Německo Německo		ženy 19 km 3x5 km skok sdružený	1. Kozyrevová 26. Vašicová 1. SSSR 5. ČSR (Krasilová, Bartáková, Vašicová)	SSSR CSR
1950 Lake Placid USA	18 km 50 km 4x10 km skok sdružený	1. Aastroem 1. Erikson G. 1. Švédsko 1. Björnstad 1. Hasu H.	Švédsko Švédsko Norsko Finsko	1958 Lahti Finsko	15 km 30 km 50 km 4x10 km	1. Hakulinen V. 30. Matouš I. 1. Kusin V. 23. Cardal J. 1. Kusin V. 27. Cardal J. 1. Finsko 5. ČSR (Okuliár, Stebel, Melich, Matouš)	Finsko CSR SSSR ČSR SSSR ČSR Finsko
1954 Falun Švédsko	15 km 30 km 50 km 4x10 km	1. Hakulinen V. 32. Matouš I. 1. Kusin V. 23. Cardal J. 1. Kusin V. 27. Cardal J. 1. Finsko 5. ČSR (Okuliár, Stebel, Melich, Matouš)	Finsko CSR SSSR ČSR SSSR ČSR Finsko		ženy 10 km 3x5 km skok sdružený	1. Hämäläinen 24. Teplý A. 1. Jernberg S. 23. Cardal J. 1. Švédsko 11. ČSR (Cardal, Melich, Matouš, Teplý) 1. Kolčínová 23. Benešová E. 1. SSSR 5. ČSR (Patočková, Benešová, Flalová) 1. Kärkinen 43. Remza Z. 1. Korhonen 15. Lahr V.	Finsko ČSR Švédsko ČSR SSSR ČSR Finsko CSR Finsko



ZA SNĚHEM

ALE KAM?

Koncem března a v dubnu sníh na našich horách ještě opravdu leží, a to dokonce sníh velmi dobré kvality — báječně skluzný a vodivý hrubý firn. Zvláště letošní zima je velmi příznivá a dá se očekávat, že jarní lyžovačky užijeme do sytosti.

Tak kam se tedy vypravíme, nemáme-li toho lyžování dost ani v době, kdy už vodáci vystarovali na vodu, motocyklisté na silnice a básníci do luhů a hájů?

V Čechách nemůžeme obyčejně už počítat ani se Šumavou, ani s Jizerskými nebo Orlickými horami a v Krušných horách bychom našli trochu sněhu pravděpodobně pouze na hoře na Klínovci. Zbývají tedy Krkonoše, kde si krásně zalyžujeme na prudkých svazích Studničné nebo Luční hory do Modrého dolu, nebo na druhou stranu — do Bílého Labe. Podobný terén najdeme na svazích Kotle a v některých muldách na severních svazích hlavního krkonošského hřebene.

Moravští lyžaři jezdí dlouho do jara v Jeseníkách na Pradělu a u Šeráku.

Největší možnosti nám ovšem poskytuje Slovensko, kde najdeme jarní lyžovačku v Roháčích (východisko z Tatliakovy chaty) nebo na Malé Fatře, kde se sníh drží velmi dlouho ve žlebu Fatranského Kriváně a v muldách Chlebu.

Nízké Tatry mají sníh přirozeně na Chopku a v západní části na Chabenci.

Nejvíce se ale jezdí na jarní, eventuálně letní sníh, do Vysokých Tater. Doliny, vedoucí na sever, jako Javorová a Bielovodská, mají sníh dlouho do jara, a vystoupíme-li trochu výše, zajezdíme si i v létě — například ve známých dolinách Velké a Malé Studené. Zjara najdeme sníh i ve Zmrzlé dolině, ve Furkotské dolině a na svazích Tatranského Kriváně.

Jmenovali jsme pouze nejznámější prostory, kde je možno si i v dubnu pěkně zalyžovat. Je jich jistě mnohem více, zvláště ve Vysokých Tatrách, avšak věříme, že i tento krátký seznam může být vodítkem.

Na konec si ovšem neodpustíme, abychom nezdvihli varovně prst a neřekli vám alespoň toto: Jarní sníh se drží pouze na velmi prudkých severních a západních svazích vysokých hor. Sníh — hrubý firn — je jedním z nejrychlejších sněhů a sněhové jazyky většinou končí ve změti kamenů. Tak tedy pozor! Vezměte s sebou všechnu svoji techniku, a alespoň třikrát tolik opatrnosti než jindy!

Proti prudkému jarnímu slunci si nezapomeňte přibalit krém na opalování a tmavé brýle. A nejezděte v plavkách, i když by tomu teplota odpovídala! Upadnete-li, zjistíte ke své škodě, že firn je docela dobrá náhražka hrubého pilníku a zanechává krvavé odřenyiny, které se špatně a dlouho hojí.

ZDENĚK BROŽ

TURISTICKÉ ZNAČENÍ NA HORÁCH

Značení turistických cest má u nás již dlouholetou tradici. K vyznačení cest v terénu se používá tak zvaného pásového značení — tři souběžné pásky. Na otevřených horských pláních slouží pro orientaci tyče vysoké přes 3 metry.

V prostoru rekreačních středisek najdeme i jiné značky, které však mají jen místní význam. Jsou plechové, barevné a říkáme jim — němé značky. Jsou jiné v Krkonoších, Malé Fatře atd. a pro informaci uvádíme několik ukázek:

Ukázky němých značek v Krkonoších:



Dvoračky

Hřeben

Klínovky

Spindlerův Mlýn

Ukázky němých značek v Malé Fatře:



Hřeben

Chata pod Chlebom

Chata pod Rozsutcom

Plechové značení a němé značky jsou nejlepší pro orientaci lyžaře v mlze a sněhové vánici a proto je nenechte úmyslně poškozovat.

Současné jsou na horách i takzvané mezinárodní značky pro bezpečnost lyžaře v neznámém terénu. Jsou to:



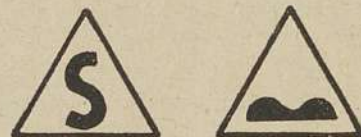
rozdvojení cest
křížovatka

úzký průchod
můstek

opatrnost
sáňkařská dráha



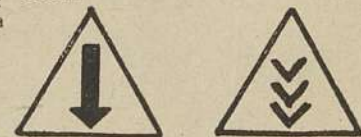
Jinak ovšem —
duben, neduben
— hurá za sněhem!



zátáčky následující těsně za sebou

terénní vlny
houpačky

Snímky:
V. Heckel a J. Klega



strmý spád

nebezpečí lavin
převisy



ostrá zatáčka
vpravo —
nepřehledná

ostrá zatáčka
vlevo —
nepřehledná



Romantická zimní pohoda v útulném zákoutí horské chaty či v měkkých klubovkách horského hotelu, bývá někdy přerušena nepříjemným zvukem sirény nebo telefonem Horské služby. Někde v horách je ohrožen lidský život. Každá taková událost je vzrušující. Někdy rozhodují desítky minut. Obvykle, díky včasnému zásahu, končí hledání úspěšně a pohřešovaného postaví na nohy šálek horkého čaje. Často však zasahuje i lékař či nemocnice. Bohužel nejsou u nás řídké případy, kdy už pomoc je zbytečná.

O ÚRAZECH A NEBEZPEČÍ V HORÁCH

Posoudíme-li tyto případy v minulosti, je až zarážející, že převážná většina těchto úrazů a nehod je zaviněna samotnými postiženými. Příčin bývá několik. Ponejvíce je to nedostatečná technická vyspělost a přečehování vlastních sil, dále z toho vyplývající únava a zvýšená pravděpodobnost nebezpečných pádů. Špatná výzbroj, zejména neodborně volené vázání, jeho špatná montáž, nedokonalá údržba lyží, holi i čelisti zvyšují pak pochopitelně zaviněné nebezpečí. Věnujte proto zejména otázce montáže vázání zvýšenou péči. U většiny lyžařů je nutné, aby mohli použítí spodního i vrchního tahu a uměli jich správně využít, zejména v terénu. Skutečné hory to nejsou uježděné loučky a dráhy, to jsou prudké sjezdy v panenském sněhu, strmé svahy a srázy, mlha, vánice a mráz. Zde musíme sami vystačit se svými silami, odkázání jen na sebe a své druhy. Dobře fyzicky připravený lyžař, chráněný dokonale proti nepohodě účelnou výstrojí, může být i v krajně nepříznivém počasí poměrně dlouhou dobu bez ohrožení.

Často však již mrznutí nohou nebo částečné prochlazení vzbuzuje nežádoucí neklid, nervozitu, začátek paniky ruku v ruce s počínajícím vysílením. Umět s nezvanými živly zacházet, patří k vysoké škole, ať už lyžaře, turisty či horolezce. Jako všechno jiné je i toto otázkou tréninku. Neznamena to však, že budeme vyhledávat v přehnané citlivosti nebezpečné situace a zbytečně riskovat. Zvykáme si proto na těžké podmínky, ovšem pod odborným vedením a vždy s možností bezpečného návratu. Nezapomeňte, že zvyšování fyzické odolnosti se nedá dohánět na horách během týdenního pobytu. Musí být výsledkem poctivé předsezónní přípravy. Jedině tak zvyšuje zdravé sebevědomí, pohybovou jistotu a není příčinou úrazů a jiných neštěstí.

Jsou však situace, zejména v obtížném terénu, kde nebezpečí je mimo dosah našeho vlivu — jinými slovy — jde o nebezpečí nezaviněné. Jsou to zejména sněhové a kamenné laviny, případně náhlé zvraty počasí. I zde je možno systematickým pozorováním, znalostmi, zkušenostmi tuto hrozbu zmenšit na minimum. Jsou terény, kdy bývá požitek z výkonu, případně dosažení cíle přímo úměrné riziku. Jde zejména o prostředí vysokých hor, s převážnou většinou lavinových svahů, případně skalnatým charakterem krajiny. I tudy však vedou nitky cest, které jsou bezpečné. Umět tyto cesty najít, umět se v takovém prostředí bezpečně pohybovat patří k skutečnému mistrovství tohoto krásného sportu. Zejména mládež, která sama o sobě již touží po činech, po výškách, po prudkých a rychlých sjezdech, by měl do takového prostředí doprovázet zkušený cvičitel. Problematické bezpečného pobytu v horách za každého počasí je nutno věnovat daleko větší pozornost. Pouhé ovládnutí techniky je jen předpokladem k tomu stát se dobrým lyžařem. Není to však všechno. Výchovou v oddělech, organizovaným výcvikem a kolektivním životem na horách se získávají další znalosti a zkušenosti. Lyžařský sport je jedním z mála, které poskytují všestrannou možnost harmonického růstu člověka — sportovce. Cíl je dosažitelný, ale učinme vše, aby horských poplachů a záchranných akcí bylo co nejméně.

IGOR HOUDEK, člen komise základního lyžování

HODÍ SE PRO VÁS?

V letošním hlavním období přišly do prodeje dvě novinky, které jistě potěší běžce i ostatní lyžaře:

Nová speciální žehlička na tuhý lůh DJD (na snímku), vyráběná v družstevním kombinátu v Dražicích nad Jizerou. Předností této žehličky je nepatrná váha, účelný a skladný tvar, jednoduchost a snadná manipulace při rozehevání pomocí tuhého lůhu.

Druhou novinkou, taktéž vyráběnou Družstevním kombinátem, je nové běžec-ké vázání, které má všechny potřebné vlastnosti. Snadnou montáž, nastavitelné čelisti z jednoho kusu, pružný třmen a torsní pérování. Připočteme-li k tomu dobrý materiál, jistě se toto vázání vyrovná i výrobkům ze zahraničí.



V posledním čísle jsme skončili některými průpravnými cviky pro sjezd šikmo. Pro nácvik těchto sjezdů vyhledáváme různě skloněné svahy, přejíždíme šikmo muldy, jezdíme hlavně na tvrdém sněhu, i na měkkém sněhu, sjíždíme nerovnosti, které měkce přejíždíme. Dáváme pozor na měkké a uvolněné skrčování nohou na vrcholu nerovnosti, v prohlubni nohy natahujeme. Hledáme pohodlný uvolněný postoj, kontrolujeme přímost stopy a jízdu po hranách lyží.



Na vypuklých tvarech terénu přecházíme mnohdy samovolně do smyku nebo sesouvání. Velmi snadno se začneme smýkat nebo sesouvat na zlomu svahu nebo při vjezdu z hlubokého na tvrdý snh. Při sesouvání či smyku se snažíme vždy zaujmout nižší postoj, abychom zvýšili svou stabilitu, která při prvních pokusech není obvykle skvělá. Záměrně tedy vyhledáme vypuklé tvary terénu, tvrdý snh, při zahájení smyku či sesouvání se snížíme, kolena zprvu máme spíše nad lyžemi, lyžemi záměrně neotáčíme. Do smyku ze sesouvání přejdeme vtláčením kolen dopředu ke svahu, předklon způsobí při zvětšeném brzdění smyk. Zpočátku, při nácviku, nehledíme na dokonalost provedení, snažíme se sesouvat či smýkat jakkoliv, důležité je, abychom zvládli rovnováhu při příčném pohybu po svahu. Zvětšujeme brzdění hraněním, zmenšujeme položením lyží na plochy. Poznáme, že se nám lépe sesouvají či smýkají lyže na strmějším svahu než na plochem. Opustíme proto naše přátele, kteří s oblibou hoblují tu »placatinu« u chalupy, spojíme příjemnou procházku podél potoka a lesem s užitečným procvičením sesunutí či sesouvání někde opodál, kde je dostatek vhodných malých bouli, mezi u lesa, strmých muldiček, které svými rozličnými svahy a sněhy nás sice několikrát tvrdě poučí při prvních pokusech, ale umožní nám načerpat cenné zkušenosti tak nutné pro dokonalé ovládnutí lyží při všech možných smycích. Jsme však neustále pamětlivi toho, že chceme jezdit, běhat, skákat, jezdit pro radost z rychlosti a z létajícího sněhu, proto hlavně jezdíme. Sesouváme jen, když je to nutné, nebo pro nácvik určitých prvků techniky.

-ch-



ZA VÝCVIKEM



SKOKY A TRADICE V SSSR

Sovětská skokani patří dnes ke skokanské světové špičce, přestože vstoupili na mezinárodní kolbiště poměrně pozdě. Již v prvních mezinárodních soutěžích se postarali o »překvapení«. Pro závěsence, k nimž se můžeme počítat i my Čechoslováci — měli jsme příležitost vidět olympijskou přípravu sovětského družstva pro Cortinu, vedeného Viktorem Andrejevem ve Spindlerově Mlýně — nešlo o překvapení, nýbrž o systematickým tréninkem budovanou sportovní úroveň, která se vyrovnala úrovni světové elity.

Vzhledem k příznivým klimatickým podmínkám v SSSR se lyžařský sport stal pro sovětského občana sportem vsutku lidovým; učil se dokonce povinně na školách. První skokanský závod na území Sovětského svazu se konal v býv. Petrohradě dne 23. ledna 1911. Pak vystavěl Nor Henriksen pro klub »Polární hvězda« mstetek, na kterém v roce 1913 s velkým úspěchem skákali finští skokani. První ruské lyžařské mistrovství bylo provedeno 15. ledna 1912, na kterém zvíťazil N. Vasiliev.

Po I. světové válce šel vývoj lyžařského sportu v Sovětském svazu rychlým tempem kupředu. Přípravy byly provedeny ve vší tichosti. Ve skoku se mnoho čerpalo z teoretických studií dr.

inž. Straumanna. Sověti zastávali velmi správný názor, že styl, charakterizovaný mohutným předklonem s pažemi u těla, je možno procvičovat i na malých a středních mstetích.

Nestavěli proto žádné »mamuti« mstetky, ale v průběhu let stavěli přece jen mstetky s kritickým bodem kolem 60 m. Moskva měla až do roku 1932 na Leninových horách 35m mstetek. U Leningradu byly dva mstetky 25m, v Juki a Kavgolovu. Na mstetku ve Sverdlovsku byl 12. 3. 1934 proveden tehdy nejdelší skok 44,5 m (N. Charkov, Moskva). V roce 1935 byl v Leningradě postaven výkonnější mstetek, na kterém v roce 1938 vytvořil T. Pappinen z Leningradu sovětský rekord 60,5 m. Krátce nato, v roce 1940 byl postaven velký mstetek v Krasnojarsku, kde bylo provedeno mistrovství SSSR. Na tomto mstetku vytvořil Viktor A. Andrejev, dlouholetý předseda sekce SSSR a vicepresident FIS, nový světový rekord 67 m. O týden později byl rekord překonán mladým, 17letým K. Kudrjašovem (Moskva) skokem 82 m dlouhým. V roce 1926 se stal mistrem SSSR V. Voronov skokem 26 m, o 14 let později byla překročena 80 m hranice, přičemž nový rekordman již skákal perfektním aerodynamickým stylem.

Následovala stavba celé řady nových mstetků. Nedaleko starého 40m mstetku v Bakuriani byl v roce 1950 postaven mstetek s $P = 70$ m ($H:N = 0,55$). Zahajovací skok na tomto mstetku provedl J. Skvorzov, mistr SSSR pro rok 1949, který dosáhl délky 71,5 m.

U Leningradu byl v roce 1953 postaven 70m mstetek s nájedzem z ocelové konstrukce, na kterém v roce 1957 vytvořil Werner Lesser skokem 75 m dlouhým rekord mstetku. Pak byl postaven velký mstetek v Gorkém, na kterém 16. února 1958 skočil J. Kusajev 83 m.

Nejvyšše položený skokanský mstetek světa je v Sovětském svazu a to ve výši 3060 m poblíž Alma-Aty v Kazachstánu. Jde o přírodní mstetek s kritickým bodem 90 m.

Sovětská skokani se poprvé představili

světu na VII. ZOH v Cortině v roce 1956. Moskin, Samov, Cakadze tenkrát sice ještě nezískali žádných medailí, ale skákali s nečekanými výsledky. Od té doby se sovětská skokani stali obávanými soupeři na všech větších mezinárodních závodech. Na VIII. ZOH ve Squaw Valley šlo nejen o boj mezi Recknagem (NDR) a Halonenem (Fin) o »zlatou«, ale také o boj o bronzovou medaili mezi Leodolterem (Rak.) a Kamenským (SSSR), kterou nakonec překvapivým výkonem získal pro sebe Leodolter.

OK

BULHARSKO

Rila, Osogov, Pirin, Rodopi a tolik jiných u nás ještě poměrně málo známých míst v nádherných horách bratrského Bulharska jsou skutečným rájem lyžařů. Ale s krásou hor úzce souvisí nebezpečí a s ním i Horská záchranná služba.

Horská záchranná služba v Bulharsku vznikla již v roce 1933, ale právě její vznik a rozkvět se datuje teprve od roku 1946. V roce 1950 se stala součástí Červeného kříže a nyní, velmi početná, slouží sportovní a turistické veřejnosti všude, kde hrozí horské nebezpečí. A tak ať na Vitoši či Lulině — všude potkáte dobrovolníky, v olivově zelených svetrech a v tmavomodrých dresech, kteří jsou na stráži.

Dosud největším výkonem bulharské Horské služby bylo vyproštění 45 lyžařů zasypaných lavinou v Rilem masivu před pěti roky.

Stup-

MAĎARSKO

Aj keď v Maďarskej ľudovej republike nie je lyžiarstvo hlavným športom, predsa mu venujú na ich pomery chvá-

Je chlad příčinou onemocnění?

MUDr. MILAN JIRÁSEK

Máme na mysli celkové působení chladu, mírné i silnější ochlazení povrchu těla, které nevyvolá snížení tělesné teploty, a nikoliv promrznutí, kdy je organismus celkově nebo i místně vystaven velmi nízkým teplotám.

Protože má tato otázka pro lyžaře praktický význam a v jejím výkladu dosud panují některé pověry, povíme si o ní trochu podrobněji.

Člověk patří mezi teplokrevné živočichy, kteří udržují stálou tělesnou teplotu, obvykle vyšší, než je teplota prostředí, ve kterém žijí. K udržení této velmi stálé teploty (kolísá normálně jen ve velmi úzkém rozmezí) je nutná rovnováha mezi tvorbou a výdejem tepla. Tepla se tvoří okysličováním, tj. spalováním organických látek (chemická termoregulace). Největší podíl na tvorbě tepla má svalstvo. Prací nebo pohybem se zvyšuje tvorba tepla — zahřejeme se. Pro výdej tepla (fyzikální termoregulace) je nejdůležitějším činitelem prokrvení kůže. Při zúžení kožních cév je omezen průtok krve a tím i přívod tepla do kůže. Kůže se ochladí — tím se zmenší rozdíl mezi teplotou kůže a teplotou prostředí, takže organismus vydává menší množství tepla kůži do okolí. Rozšíření kožních cév vede naopak k ohřátí kůže — ke zvýšení tepelného spádu a ke zvýšenému výdeji tepla z těla. Vedle prokrvení kůže působí při výdeji tepla i sekrece a odpařování potu.

Všechny zde zjednodušeně uvedené termoregulační mechanismy jsou velmi citlivé a složité řízeny nervovým systémem, za účasti žláz s vnitřní sekrecí. Nervová zakončení v kůži signalizují do ústředí veškeré teplotní změny prostředí, jež působí na kůži a slouží k uskutečnění rychlých reakcí na tyto změny. Termoregulace však není u všech lidí neměnné úrovně a podle toho také reakce na změny zevní teploty není u všech a vždy stejná. Tak například bylo zjištěno, že cévy nosní sliznice reagují velice citlivě na ochlazení kterékoliv části tělesného povrchu. Nejcitlivěji reagují při ochlazení nohy, zatím co při ochlazení ruky je reakce jen velmi malá. Ruka je na působení chladu daleko zvyklejší. Jak však toto všechno souvisí se vznikem nemoci? — Jen nepřímo.

Chladový podnět, jeho časové trvání, intenzita i forma je spolupříčinou onemocnění.

Dalším činitelem je reaktivita organismu v době napadení chladem. Sem patří kvalita termoregulačních reakcí, stupeň fyzické i duševní únavy, výživa. Nejdůležitějším činitelem a vlastní příčinou zůstává přítomnost virů a bakterií. Chlad tedy spolupůsobí při vzniku rýmy a prostého nachlazení, zánětu hrtanu, průdušek, zápalu plic, angíny, chřipky, zánětu ledvin i reumatické horečky a průběh uvedených onemocnění může značně zhoršovat. Rovněž působí na vyvolání svalových a kloubních bolestí u těch, kteří prodělali reumatismus, a u degenerativních procesů kloubních. Trénující lyžař je vystaven působení chladu hlavně v přípravě a hlavním období. Přílišná a hlavně nezvyklá námaha způsobuje snížení odolnosti sliznice nosu a ostatních horních dýchacích cest vůči infekci. Nejčastějším onemocněním, jehož frekvence je největší při začátku tréninku, je prostě nachlazení. Projevuje se po přechozím mrazení a lehké celkové nevolnosti, mírným zvýšením teploty, kýcháním, zvýšenou sekrecí nosních sliznic a slzním. Závodníci se často ptají, zda je nutno při takovém banálním onemocnění přerušit trénink. Ve většině případů je to



■ V malém švýcarském zimním středisku Verbier se koncem března uskutečnil už VII. setkání novinářů z celého světa. Po tři dny hovoří o svých pracovních problémech, o vzájemné spolupráci o společném boji za mír atd. Součástí těchto setkání jsou také lyžařské závody v alpských disciplínách, kterých se zúčastňuje vždy přes sto novinářů. Naši žurnalisté si zatím vedli dobře a měli vždy svého zástupce mezi prvými pěti. Na snímku je redaktor odborářského deníku PRÁCE Fr. Valach při loňských závodech v Courchevelu, kde skončil v kombinaci na třetím místě, stejně jako předloni v Cortině.

lyhodnou pozornost. Týká se to v poslední době lyžiarov-skokanov. Postavili se před nimi v maďarských horách při Lilafü-

rede aj mostík s umelou hmotou. A prvé, aj keď zatiaľ ešte len skromné výsledky sa dostávajú. Maďarskí skokani sú už v situácii, že si môžu dovoliť štartovať i na veľkých medzinárodných pretekoch.

Na začiatku tohto roku štartovali maďarskí skokani na rakúsko-nemeckom skokanskom turné. Nedosiahli síce nejakej ani mimoriadne umiestnenie, ale skok pretekára Horvátha v Garmisch-Partenkirchen v dĺžke 74 m je prísľubom do budúcnosti, že o maďarských pretekároch-skokanoch budeme ešte viacej počuť.

-Mr-

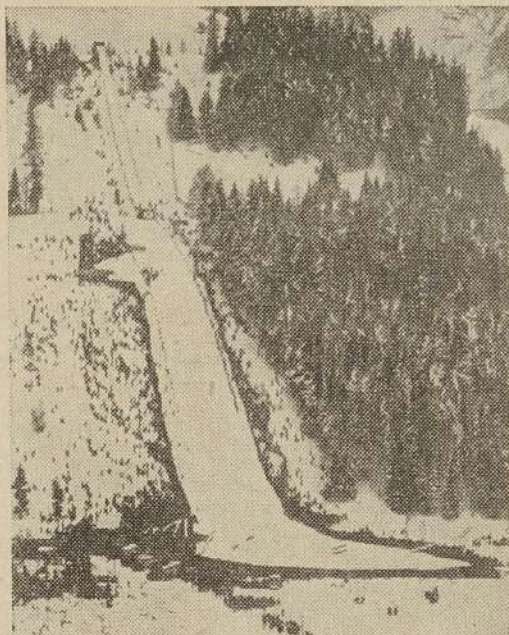
FIS

Na začiatku února vyšlo ďalší číslo informačného Bulletinu FIS. Od letošního roku vychází ve větším formátu a přináší řadu zajímavých názorů pracovníků FIS, jako například: Budoucnost sjezdových disciplín, Účast FIS na zimních olympijských hrách, O závodním lyžování žen, Mistrovství Evropy FIS atd. K některým článkům se vrátíme v příštích číslech.

NDR

Koncem ledna byl v Altenbergu v NDR proveden mezinárodní závod v biathlonu. Vedle Sovětů patřil závodníci Finska, Švédska a NDR k světové špičce v této disciplíně. Na rozbrzděném sněhu se dvacetikilometrová trať na Kahlenbergu stala tvrdou zkouškou pro všechny závodníky. Všeobecným překvapením bylo snadné vítězství Švédů nad mistrem světa 1961, Finskem.

Švédové v konečném hodnocení získali nad družstvem Suomí půlhodinový náskok. Nejlepší běžec Finů Posti obsadil v soutěži jednotlivců až 4. místo a držitel stříbrné medaile Tyrvänen skončil dokonce až na 6. místě. První místo ob-



■ Ve dnech 3.—4. března uspořádá Štýrský lyžařský svaz 4. ročník letu vzduchem v Kulmu. Na obrázku přinášíme pohled na můstek s kritickým bodem 112 m.

sadil Axelsson před Burmanem (oba Švéd.). Na 3. místě se umístil Hans-Dieter Riechel (NDR), jehož mimořádný výkon našel uznání i u rutinovaných zahraničních hostů. Olympijský vítěz ze Squaw Valley Švéd Lastenger skončil na 7. místě.

Technické výsledky: Jednotlivci: 1. Axelsson (Švédsko) 1:33:38; 2. Burman (Švédsko) 1:36:49; 3. Riechel (NDR) 1:37:50. Družstva: 1. Švédsko 6:34:19; 2. Finsko 7:04:06; 3. NDR 7:19:33.

skutečně nutné a rozumné. Při nekomplikovaném průběhu můžeme totiž za 4 až 5 dní opět lehčeji trénovat. Tréninkem a závody v době onemocnění zvyšujeme možnost komplikací, které nás mohou pak vyřadit na celé týdny, nehlédě už k přenosnosti onemocnění v prvních dvou dnech, která by nás měla nutit zůstat doma a nechodit do kolektivu. Máme-li možnost, poradíme se vždy s lékařem. Jinak se můžeme zhruba orientovat podle teploty. Teploměr je jistě k dosažení na každé chatě. Přesahuje-li teplota přes 37°C, je správné přerušit trénink i při obyčejné rýmě. V léčbě vystačíme obyčejně s několika tabletami acylpyrinu a horkým čajem s citrónem. U všech ostatních, výše uvedených onemocnění je jakákoli samoobsluha škodlivá a mohla by se nám nepěkně vymstít. Přenechme ji raději lékařům!

Každé onemocnění trénujícího sportovce je záležitost nepřijemná, která narušuje výsledek dosavadního tréninkového úsilí. Stojí proto za to, podívat se nyní na možnost obrany proti chorobám z nachlazení. Nejlepším prostředkem je otužování, což je vlastně cvičení adaptačních funkcí organismu, hlavně fyzikální a chemické termoregulace. Normální nosní sliznice slouží jako bariéra, která zadržuje choroboplodné zárodky a brání jejich proniknutí do lidského organismu. Reflexní cévní reakce, která vzniká v cévách nosní sliznice a sliznic horních dýchacích cest při ochlazení některé citlivé části povrchu těla, narušuje její normální obrannou činnost a usnadňuje vniknutí choroboplodných zárodků a vznik onemocnění. Pokusy Korjanského ukázaly silnější reakci cév nosní sliznice a větší výkyvy její teploty u neotužilých, a tím také větší náchylnost k onemocnění.

Otužování spočívá v tom, že kůži a povrch těla zvykáme na závan vzduchu, dotyk studené vody, střídání zimy a tepla a podobně. Je tedy možné odolnost proti chladu trénovat podobně jako rychlost, sílu či vytrvalost. Při sportu se pohybujeme za chladnějšího počasí v lehkém oděvu a ráno se umý-

váme studenou vodou. Při tom postupujeme od umývání rukou a obličje na předloktí, krk, ramena, hrudník, břicho a dolní končetiny, které jsou nejméně otužilé. Později můžeme toto omývání nahradit studenou sprchou. Vždy musí následovat důkladné vyvětrání celého těla ručníkem až do zčervenání pokožky. Další možností je střídání tepla a chladu, ať už pod horkou a studenou sprchou, nebo ve finské sauně. Jako zvláštní forma otužování — otužování nosohltanu — se uvádí pravidelné kloktání stále chladnější a chladnější vodou. Při všech těchto způsobech je nejdůležitější zásadou, podobně jako i při jiném tréninku — postupnost a pravidelnost. Příznivé reakce na změny teploty, které si můžeme vypěstovat, jsou totiž jen dočasné, a nejsou-li posilovány, brzy zanikají.

Vedle otužování můžeme posilovat odolnost organismu proti nachlazení správnou výživou i správně vedeným tréninkem. Tak zkušenosti polárních badatelů, studium výživy severských národů i četné pokusy ukázaly, že zvýšení kalorické hodnoty stravy, zvýšení procenta tuků (kolem 40%), mírné zvýšení bílkovin a vitamínů (hlavně C a B) i podávání jídla v kratších časových intervalech, mohou značně působit na zvýšení odolnosti proti chladu. Velmi důležité je i správné odívání. Určitá úroveň trénovanosti rovněž zvyšuje naši odolnost. Vlastní tréninkovou jednotku je však třeba organizovat tak, abychom propocení nestáli někde zbytečně na větru a aby její námaha byla úměrná dosavadní fyzické úrovni. Teplý čaj, teplá a studená sprcha po tréninku nebo po závodech, ještě považované za přepych, se musí stát naším samozřejmým společným požadavkem. Také sjezdaři nyní vzpomínají na blahé doby, kdy se na lanovkách zapůjčovaly příkrývky.

Všechny nás však může utěšovat, že na horách není přece jen tolik bakterií a virů, a že účinek chladu se často přeceňuje, zejména u naprosto zdravých trénovaných lidí.

Z ODDÍLŮ A SEKCIÍ

OŽILO LYŽIARSTVO V OKRESE TRNAVA?

V minulosti, keď snehové podmienky boli lepšie, nebolo roka, aby sa v okrese Trnava neuskutočnili lyžiarske preteky. Či už išlo o mládež alebo dospelýca, vždy bolo dostatok pretekárov a najmä nadšených organizátorov. No v posledných dvoch rokoch sa neuskutočnili ani okresné prebory. Príčina? Nedostatok snehu.

Predsedníctvo OV ČSTV v Trnave sa lyžiarskym športom a prácou sekcie vážne zaoberalo. Konštatovalo, že lyžovanie silne zaostáva, hoci v okrese sú podmienky; ved Malé Karpaty a najmä výbežky Inoveckých hôr pri Piešťanoch poskytujú dostatok vhodných terénov pre lyžiarov. Ako zlepšiť situáciu a zapojiť čo najviac lyžiarov do pretekania?

Vyriešili to dobre! V Piešťanoch je dostatok skúsených organizátorov a sú tu aj lepšie podmienky, a preto poverili tamjší lyžiarsky oddiel Slavova, aby utvorili okresnú lyžiarsku sekciu. Predsedníctvo netrvalo na tom, aby sekcia bola v sídle okresu. Vychádzalo z toho, že Piešťany majú lepšie podmienky a najmä organizátorov.

A tak už pracuje okresná sekcia v Piešťanoch, kde si vytýčili úlohy, ako zabezpečiť niektoré preteky, najmä okresné prebory v zjazde a v bežeckých disciplínach.

Podmienky sa ešte zlepšia, keďže sa dokončil vleč do tradičného výletného miesta celého okolia — na Bezovec, kde je chata n. p. Turista. Tento vleč dokončili dobrovoľní pracovníci sekcie a TJ Slavov. Vleč bude vlastníctvom TJ Slavov Piešťany. Jeho dostavba sa vliekla niekoľko rokov.

Takto sa vytvorili lepšie podmienky pre lyžiarov, a Bezovec budú vyhľadávať všetci lyžiari okresu. Uskutočnia sa tu aj preteky a najmä okresné súťaže pre všetky kategórie.

Správnym rozhodnutím predsedníctva OV ČSTV, že sekcia môže byť aj mimo sídla okresu, sa zabezpečil aj rozvoj lyžiarskeho športu.

No ani v trnavskej oblasti nechcú zostať. Ak podmienky dovoľia, uskutočnia sa preteky na výletnom mieste Škarbák, kde sa tradične konali. Lyžiarov je dosť, najmä medzi mládežou, a treba ich len organizačne podchytiť. Aj pre mládež sa pripravujú propagačné preteky.

ZATÍM JAKO DIVÁCI

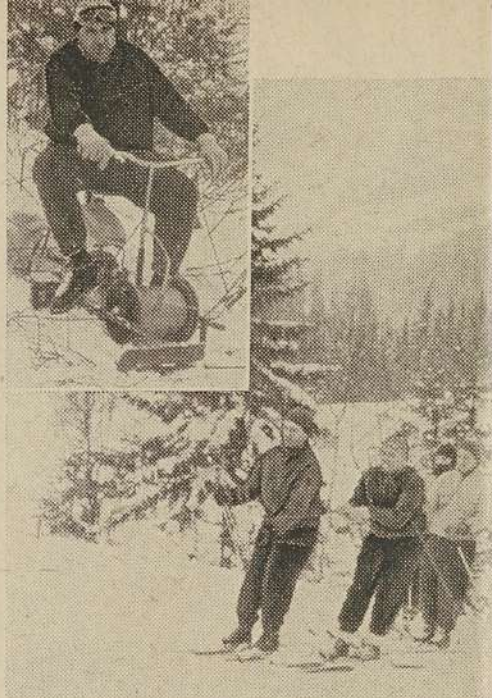
V Jihoočeskom kraji má lyžovanie pomerne dobrú masovú základňu. Chýbi však již řadu let špičková výkonnost některých závodníků. Obrat k lepšímu snad začal v lyžařském oddíle Spartaku Strakonice. Dovedli zde velmi dobrou formou realizovat usnesení ÚV KSČ o práci mezi mládeží a získali pro tento krásný a zdravý sport řadu mládeže. Vedle toho se jim podařilo dobrou trenérskou a výchovnou prací zvýšit výkonnost několika závodníků lyžařského oddílu Spartak Strakonice, kteří teď dosahují celostátního průměru. Jsou to především závodníci Pešl a Nosek, kteří patřili v současné době k našim předním lyžařům.

Vedení oddílu ve snaze dát těmto špičkovým závodníkům co nejvíce možností, organizovalo týdenní zájezd do Polska. Cílem bylo Zakopaně a letošní mistrovství světa. Zájem o zájezd byl tak veliký, že řada zájemců musela zůstat doma. Mezi těmi, kdo odjeli do Zakopaněho, byli především aktivní lyžaři.

TAM, KDE NELITUJÍ TROCHU PRÁCE NAVÍC

A nebude to tentokrát z lyžařského oddílu. E. Tobiáš s soudruzi Lička, Lepík a Šigt — členové turistického odboru TJ VŽKG v Ostravě, připravili pro mládež i dospělé, odjíždějící na zimní prázdniny a na rekreaci, příjemné překvapení. Antž měli větší zkušenosti nebo finanční podporu, zhotovili svépomocí tento malý vleč (na snímku M. Jendryky). Kolektivní práce se podařila. Každý z uvedených soudruhů něčím přispěl. Jeden měl nápad, druhý nabídl motor ze staré motorky a všichni dohromady, protože jsou «od jochu» — společnou práci. Tak se zasloužili o vítané zlepšení a z kvalitnění lyžařského výcviku. Je pravda, vleč má ještě řadu nedostatků, jde však o amatérskou práci, dělanou bez větších zkušeností. Jsou však přesvědčení, že se jim podaří vleč postupně zdokonalit.

Příkladná iniciativa členů turistického odboru svědčí o zájmu, který je o lyžování nejen mezi širokou veřejností, ale



■ Vleč zatím utáhne jen čtyři dospělé osoby. Konstrukteři však očekávají, že jeho výkon po dalším zlepšení stoupne. Na snímku R. Lička ve funkci provozáře a skupina dopravovaných. Snímky: M. Jendryka

i mezi sportovci jiných sekcí a odborů. Záleží opravdu jen na nás, pracovnících lyžařských oddílů, jak tohoto zájmu využijeme k úkolům, které nám určil II. sjezd ČSTV.

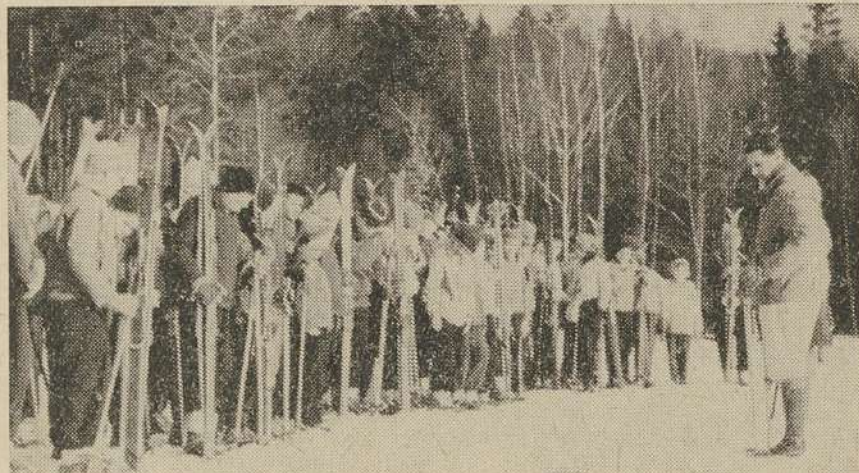
LYŽAŘI LOKOMOTIVY LIBEREC MLÁDEŽI

Mládež má o lyžařský sport velký zájem. Zatím se však o ni, aspoň v Liberci, nikdo mnoho nestaral. Až přišli lyžaři Lokomotivy Liberec a vypsali kurs pro začátečníky, který měl mezi mládeží velký ohlas. Dnes je pod odborným vedením 110 chlapců a děvčat, kteří už nejen dobře jezdí, ale připravují se také ke splnění podmínek odznaku «Lyžař ČSSR». Mladí lyžaři dostali nejen odborný výklad přímo na sněhu, ale byli pozváni na besedu, kde zhlédli několik instruktážních filmů a byli poučeni, jak se má lyžař chovat v horách. Současně vedoucí kursu O. Ševčík a mistr sportu Mil. Bělonožník vysvětlili způsob a nutnost mazání lyží. Na závěr kursu si všichni zajedou do Krkonoš k prověrce svých znalostí v jízdě na lyžích. Dobré výsledky na sebe nedají čekat. Budou nejkrásnější odměnou trenérům a cvičitelům lyžařského oddílu Lokomotivy Liberec za jejich svědomitou a obětavou práci. Na fotografii účastníci kursu při zahajovací lekci, která začala celkem neobvyklou — ukázkou nástupu s lyžemi. —Pil—

HORSKÁ SLUŽBA NA ŠUMAVĚ NA JEDNIČKU

Mezi nejlepší oblasti Horské služby patří šumavská oblast. Má 95 dobrovolných pracovníků, kteří přes léto odpracovali

■ II. sjezd ČSTV vytyčil hlavní heslo: Mládeži jednu hodinu tělovýchovy denně. K zajištění tohoto úkolu mohou lyžaři podstatně přispět.



5 tisíc hodin, označili 80 km cest jen v oblasti Kašperských hor, připevnili mnoho pěkných rozcestníků a tabulek s vypalovanými texty. Horská služba na Šumavě má k dispozici nový terénní automobil GAAZ, sanitní vůz a 12 ošetřoven, které poskytnou pomoc četným návštěvníkům Šumavy. Na letošní zimu se dvacet členů Horské služby ze Šumavy připravovalo v týdenním odborném kursu. Loňského roku měli na Šumavě přes 200 zásahů. Letos by tento počet chtěli snížit zvýšenou preventivní činností. Je ovšem třeba, aby i lyžaři k tomu přispívali ukázněností a dbali všech jejích pokynů.

O ŠTÍT PĚTILETKY V KRUŠNÝCH HORÁCH

Slovan Karlovy Vary uspořádal na Nový rok v okolí Božího Daru druhý ročník veřejných lyžařských závodů »O Štít pětiletky« za účasti 140 stárujících.

V běhu mladších dorostenců na 5 km zvítězil Fencel (Baník Jáchymov) za 15:55 min., z mladších dorostenek na 3 km Nonfriedlová (Slavoj Karlovy Vary) v čase 14:50 min., v kategorii starších dorostenců na 10 km byl první Hoffmann (Jiskra Abertamy) za 23:11 min.; ze starších dorostenek na 3 km Koblerová v čase 13:11 min. Z juniůrů na 15 km byl první König (Jiskra Abertamy) za 50:43 min., z žen na 5 km Prokešová (Slavoj Karlovy Vary) v čase 21:56 min. V hlavním závodě mužů na 15 km bylo pořadí: 1. Kuželka (Domažlice) 45:38 min., 2. Holý 49:08 min., 3. Schraiber (oba Jiskra Abertamy) 49:25 min. V soutěži družstev o putovní štít získal Slavoj Karlovy Vary 1614 b., Jiskra Abertamy 1099 b. a Slovan Karlovy Vary 812 b.

NEZAPOMÍNÁJÍ NA POHRANIČNÍ OBEC

V Jihočeském kraji se zaměřují především na SHM. Na Českokrumlovsku se např. uskutečnily v čtyřech střediscích. Na Lipně, na Kletci, v okolí Křemže a

v Omlenicích. Vyhledávaným střediskem zimních sportů se stává Lipno, kde budou i krajské přebory v běhu na lyžích. Úbočí Kletci, na jejíž vrchol vede lanová dráha, se stane dějištěm okresního přeboru Českokrumlovska ve sjezdových disciplínách. Pro letošní rok si dala krajská sekce za úkol získat 120 nových členů oddílů, vyškolit 13 rozhodčích a zvýšit počet nositelů odznaku zdatnosti o šedesát. Současně vytvořit podmínky pro založení nových lyžařských oddílů v Kaplici, Horní Planě a na Lipně.

■ PŘÍKLAD DOBRÉ SPOLUPRÁCE

V neděli 14. ledna t. r. uspořádal lyžařský oddíl TJ Jiskra Třebíč v spolupráci se ZV ROH Závodů Gustava Klimenta a patronátními školami náborový závod mládeže ve sjezdu na lyžích.

Závod se konal na vrchu Radnička nedaleko obce Čechtín v trebičském okrese. Na nepřilíh obtížné trati s výškovým rozdílem asi 50 metrů se sešlo přes 40 závodníků. Závodilo se v těchto kategoriích: starší žáci, mladší žáci, zákyne a začátečníci, kteří měli zkrácenou trať.

Závodů přálo počasí a rovněž kvalita sněhu byla dobrá, i když byl umrzlý. Ve starších žácích zvítězil Lubomír Poláček v čase 39:4 min., na druhém místě se umístil Vladimír Kohout 40:6 min., jako třetí dojel Karel Pecha 42:0 min.

Výsledky ostatních kategorií: Mladší žáci: 1. Miloš Nejedlý 45:9 min., 2. Fran-

tišek Krčál 47:8 min., 3. Josef Pokorný 48:1 min. Zákyne: 1. J. Nestrojilová 39:8 min., 2. V. Gottlieblová 50:9 min., 3. J. Šupová 51:6 min.

Začátečníci: 1. Jaroslav Kohout 34:6 min., 2. Josef Koleský 39:6 min., 3. Milan Chloupek 40:0 min.

Vítězové každé kategorie obdrželi knihy, které jim věnoval ZV ROH. V závěrečném hodnocení závodu vyslovil učitel patronátní školy zástupce Vojner předsvědčení, že uspořádané závody nebyly jistě poslední společně pořádanou akcí a že se jistě podaří získat četné nové zájemce, kteří je v budoucnu budou v lyžování úspěšně reprezentovat.

■ MLADÍ ZEMĚDĚLCI NA LYŽÍCH

Tělovýchova a sport pronikají i tam, kde se dříve téměř nepěstovaly — na naší socialistickou vesnici.

Táborský okres ČSM uspořádal koncem měsíce ledna letošního roku týdenní rekreaci 29 mladých chlapců a dívek z JZD ve známém zimním středisku Šumavy na Horní Kvildě. Byla to odměna za vzorné pracovní plnění úkolů. Tělovýchovným instruktorem byl J. Dobiáš. Mladí zemědělci se seznamovali s pěší turistikou, se základy lyžování a ti pokročilejší si dokonce splnili odznak »Lyžař ČSSR«. Na závěrečném večírku se rozhodli, že tělovýchově a sportu zůstanou věrni, a těší se na další podobné zájezdy.

V Praze nemají mládež?

Krkonoše zahalené v mlze přivítaly první únorovou neděli 166 závodníků a závodnic, kteří přijeli na přebory Prahy v běžeckých disciplínách. Připravili je pracovníci tělovýchovné jednoty Slavie Žižkov ÚRO v prostoru Bobích luk nad Pečí pro všechny kategorie mládeže i dospělých. Při výběrných sněžových podmínkách a na vhodně volených tratích soutěžilo žactvo a dorost v běhu na 1, 2, 3 a 5 km, starší dorostenci, juniorky a ženy na 10 km a muži na 30 km.

ZACTVO ZŮSTALO POZADU ZA DOSPĚLÝMI

Poměrně špatnou vizičku si udělal Pražan s účastí žactva, kterého se na startu sešlo poměrně málo. Cožpak se o výchovu mládeže starají jenom ve Spartaku Závodů 9. května a Slávia Žižkov ÚRO, jejichž mládež tvořila základ soutěžících? Kdyby nepřišlo několik dalších z RH Praha či Spartaku Stalingrad, nedal by se v mnoha kategoriech přebor vůbec uskutečnit. Je pochopitelné, že Praha má daleko horší podmínky pro lyžařský sport než kraje, kde na hory není daleko, ovšem při porovnání s účastí dospělých se zdá, že se trochu na mladé zapomnělo. Nebo je pro trenéry jednoznačně věnovat se dospělým závodníkům?

PĚKNÁ ÚČAST MUŽŮ

Na startu přebornické »třičky« se sešlo 66 závodníků. Při závodě se zřetelně projevila převaha těch, kteří měli možnost delšího pobytu na horách, možnost vyježdění. Při porovnání výkonnosti mužských složek (mužů, juniůrů, starších dorostenců) k odpovídajícím složkám ženským jsou daleko lépe připraveni muži. V kategorii žen první místa obsadily starší a zkušené běžkyne. Trať absolvovaly i závodnice z jiných odvětví sportu jako Světa Bartáková (veslařka), Olga Fomenková (lehká atletka), Jitka Sixtová (odbjenkářka), které si všechny splnily limit I. výkonnostní třídy.

Při porovnání časů, kterých dosáhli na stejné trati starší dorostenci, jsou mnohem slabší. Je pravda, že členky reprezentačního družstva se přeborů nezúčastnily, ovšem to, že ještě dorostenců na 9. místě byl lepší než vítěz závodů O. Krasilová, svědčí o poměrně nízké úrovni.

Výsledky prvních tří nejlepších pražských závodníků:

Zákyne mladší — 1 km: 1. K. Dvořáková (Sp. Jawa) 5:56 min., 2. E. Krasilová (Slávia Žižkov ÚRO) 6:20 min., 3. M. Bartáková (Sl. Žižkov ÚRO) 6:27 min.

Zákyne starší — 2 km: 1. M. Dvořáková (Sp. Jawa) 11:58 min., 2. Z. Přivratská (Sp. Jawa) 13:04 min., 3. Buncová (Kolín) 13:57 min.

Dorostenky mladší — 3 km: 1. J. Pažourková (Sp. Jawa) 15:05 min., 2. V. Hlaváčková (Sp. Jawa) 15:54 min., 3. M. Hlaváčová (Sp. Jawa) 16:11 min.

Dorostenky starší — 5 km: 1. Z. Vacíková (Slávia VŠ) 22:42 min., 2. Věra Krátká, (Sp. Stalingrad) 22:45 min., 3. Z. Chloupková (Slávia Žižkov ÚRO) 23:26 min.

Ženy juniorky — 10 km: O. Krasilová (Sp. Sokolovo) 51:32 min., 2. Věra Těhniaková (Slávia VŠ) 51:52 min., 3. S. Bartáková (Slávia VŠ) 52:53 min.

Žáci starší — 3 km: 1. J. Krasilov (Slávia Žižkov ÚRO) 14:10 min., 2. P. Hrdina (Sp. Jawa) 14:40 min., 3. M. Koučpek (Sl. Žižkov ÚRO) 14:59 min.

Mladší dorostenci — 5 km: 1. F. Aubrecht (Sl. Žižkov ÚRO) 20:27 min., 2. V. Šuda (Sp. Jawa) 20:52 min., 3. V. Berka (Sp. Jawa) 22:55 min.

Starší dorostenci — 10 km: 1. A. Mráz (Sp. Jawa) 44:42 min., 2. J. Kotátko (Sp. AZKG) 45:45 min., 3. V. Rozsypal (Sp. Stalingrad) 46:49 min.

Muži — 30 km: 1. J. Dvořák (Sl. VŠ) 1:57,02 hod., 2. M. Javorský (Sl. VŠ) 2 hod. 00,17 min., 3. Skuhrovec (Sl. VŠ) 2:01,21 hod.



DRÍVE NEŽ VYJEDETE, pamatujte na pojištění osob dopravovaných motorovými vozidly

STÁTNI POJIŠTŮVNA

ZE SVĚTA SANÍ A BOBŮ

K problematice sáňkařského a bobového sportu se na II sjezdu nehovalo. Neznamená to však, že by práce, kterou věnujeme jejich rozvoji, nebyla hodnocena a oceněna. Vždyt 35 000 soutěžících sáňkařů v SHM, vítězství juniorů v NDR i výsledky dosažené na mistrovství světa v Krynicích, jakož i odborné, teoretické podložení naší cvičitelské a trenérské práce, to vše přináší prospěch nejen v práci oddílů bobů a saní, ale i ZTV i turistice, TV na školách v ČSM a PO i při rekreaci ROH. Naše propagace a vysoké rekreačně sportovní hodnoty sáňkařství i jeho polečenský význam a uplatnění budí stále více zájem široké veřejnosti.

BUDEME POKRACOVAT

Masová základna sáňkujících všech kategorií nemůže být nadále podceňována a hodnocena jako zábava malých dětí. Vždyt pomáhá plnit základní úkol stanovený rezolucí II. sjezdu ČSTV — sportovat alespoň jednu hodinu denně. Zatím se vše děje živelně. Podmínky jsou však všude, zvláště na vesnici. Vždyt dnes již není problémem úprava bezpečných sáňkařských prostorů a sportovních drah svépomocí, zejména pomocí mechanizačních prostředků JZD, NV, stavebních a výrobních závodů a podobně.

S dosaženými mezinárodními úspěchy a zařazením jízdy na saních do zimních OH a hlavně v důsledku polytechnizace výuky a neutuchajícího rozvoje techniky v našem státě s možností její aplikace při stavbě saní a bobů a úpravě drah bude dále vzrůstat zájem mládeže i dospělých o naše oba olympijské sporty, které tak nejlépe pojí zájmy tělovýchovy a školy s praxí.

Novými mistry Rakouska v jízdě na saních se stali Josef Feistmantel a Helena Thurnerová a ve dvojici Frosch s Gassnerem. Mistrovství se konalo od 20. ledna na sáňkařské dráze v Bad Aussee za účasti 140 startujících. Dráha byla velmi rychlá, a proto musela být pro závod dvojic zkrácena. Závodu se zúčastnili i jugoslávští závodníci a junioři NDR, kteří zde trénovali 27. a 28. ledna na juniorském mistrovství Evropy.

Mistrovství Polska v jízdě na bobech se koná pouze v kategorii dvojek. Letošního roku bylo připraveno na bobové dráze v Karpacze na dny 20. a 21. ledna. Pečlivě připravená dráha dlouho odolávala teplému počasí, ale déšť a teplý vítr zničil dráhu den před zahájením tak, že mistrovství muselo být odvoláno. Na letošním mistrovství měla startovat i italská dvojice z Cortini d'Ampezzo, Zardini—Menardi, která na MS 1961 skončila na třetím místě. A tak se na této dráze uskutečnil ve čtvrtek 18. ledna pouze pohárový závod, kterého se italská dvojka zúčastnila. Závod vyhrála dvojka pořadajícího oddílu Snieška Karpacz: Falkowski—Kucharski v čase 3:33,2 ze čtyř jízď před dvojicí Oleśiak—Szymanski z klubu Dunajec. Italové skončili až na osmém místě časem 3:45,9. Je však třeba uvést, že startovali na bobu, který jim zapůjčili pořadatelé, neboť jejich Podar k tomuto závodu včas nedorazil. Podle svého slibu Italové dvojku Podar již nechají Polsku jako dar svým hostitelům.

Mistrovství Evropy juniorů se konalo 27. a 28. ledna v Bad Aussee na tamní umělé sáňkařské dráze, kterou vybudovali v roce 1959 podle návrhu svazového kapitána Toni Weisnichte. Dráha je dlouhá 1000 m a má 12 zatáček. V ženách zvítězila Helga Meusingerová (NDR) časem 4:33,6, v mužích Rudolf Bichler (Rakousko) 4:13,0. Ve dvojicích byla první rakouská posádka Bichler—Rohler časem 1:54,9.

Jednotlivci absolvovali čtyři jízdy, dvojice dvě. V evropském poháru bylo toto pořadí národů: 1. Rakousko 82,5 bodu, 2. NDR 56,0, 3. NSR 52,5, 4. Polsko 28,5, 5. Itálie 12 bodů. V rámci juniorského mistrovství se konalo zasedání komise mládeže mezinárodní sáňkařské federace FIL.

Polské mistrovství v jízdě na saních bylo doslova zasypano množstvím sněhu. Tyto ztížené podmínky silně ovlivnily celkové pořadí závodníků. Dvojnásobný mistr světa J. Wojnar skončil například až na 13. místě. V průběhu prvé jízdy si závodníci sami vymetali sněh z dráhy a tak byla tato první jízda obou kategorií jednotlivců sborem rozhodčích anulována. Mistry Polska pro letošní rok se stali: D. Nytcz a R. Pedrak, ve dvojicích: R. Siuda—Kubica.

XV. MISTROVSTVÍ EVROPY V JÍZDĚ NA SANÍCH

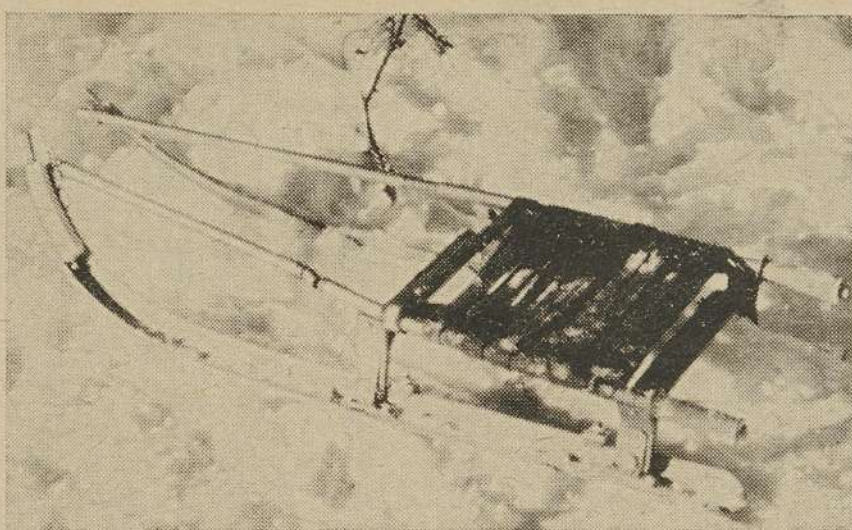
Evropské mistrovství bylo letos uspořádáno opět po delší přestávce. Konalo se 3. a 4. února na umělé sáňkařské dráze ve Weissenbachu u Lie-

■ «Bečka» — cílová zatáčka na sáňkařské dráze v Krynicích. Její poloměr je 10 m. Při nájezdové rychlosti 100 km za hodinu byla poslední a nejtěžší překážkou, hlavně u dvousedadlových saní.



zenu v Rakousku. Tato dráha byla zbudována v roce 1957. Je bohatá na zatáčky, má jich celkem 12 a nejdělsí přímý úsek je dlouhý 150 m. Start dráhy je ve výši 759 m n. m., její délka 1040 m při průměrném spádu 10,8 %. Mezi startem a cílem je lanovka a celá dráha má umělé osvětlení pro noční jízdy. Na mistrovství startovali závodníci z Rakouska, NSR, Švýcarska, Polska, Holandska, Francie, Lichtensteinu, Švédska, Norska a Anglie. Pozoruhodného úspěchu dosáhla Polka Pawelczykova, která se stala nečekaně mistryní Evropy. Z výsledků: muži: 1. Sepp Lenz (NSR) čas 4:38,2, 2. Anton Vernier (Rakousko) 4:39,1, 3. Kazmierz Siuda (Polsko) 4:41,5. Ženy, které jely na zkrácené dráze: 1. Irena Pawelczykova čas 4:07,5, 2. Helena Thurnerová (Rakousko) 4:09,9, 3. Gerda Rieserová (Rakousko) 4:11,5. — Dvojice: 1. Vernier—Walch 1:01,7, 2. Feistmantel—Stengl 1:02,1, 3. Frosch—Gassner 1:02,2, všichni Rakousko.

Při mistrovství zasedala zároveň technická komise FIL, která připravila definitivní návrh opravených mezinárodních sáňkařských pravidel (IRO), která byla předložena a schválena kongresem v Krynici. -vh-



■ V týdnu mezi vánočními svátky a Novým rokem uspořádal Polský sáňkařský svaz v Karpaczi soustředění svého olympijského družstva bobistů a sáňkařů. Na toto soustředění pozval sportovce z NDR a ČSSR. Němci vyslali čtrnáctičlenné družstvo reprezentantů, naši se soustředění nezúčastnili. Trénink byl prováděn na dobře upravené bobové dráze v Karpaczi, která byla celá ledová. Poláci jezdili na celokovových saních, zkonstruovaných předním polským závodníkem inž. Pedrakem. Tyto saně se velmi osvědčily a proto většina polských reprezentantů na nich startovala na mistrovství světa v Krynici. Dosavadní mistr světa Polák Wojnar, který již dvakrát získal titul mistra světa, však prohlásil, že se pokusí získat potřeptý tento titul na dosavadních dřevěných saních. — Soustředění bylo zakončeno sáňkařskými závody na Silvestra a jízdu na bobech na Nový rok. — Na obrázku polské celokovové saně. INŽ. MIŇOVSKÝ

MISTROVSTVÍ SVĚTA V JÍZDĚ NA BOBECH

Mistrovství světa dvousedadlových a čtyřsedadlových bobů pro rok 1962 bylo původně kongresem FIBT určeno na novou olympijskou dráhu pro OH 1964 v Innsbrucku-Iglisu. Protože však rakouský svaz oznámil, že dráha pro letošní rok ještě nebude připravena, bylo rozhodnuto, že MS se uskuteční v NSR v Garmisch-Partenkirchenu ve dnech 20. a 21. ledna v soutěži dvojic a 27. a 28. ledna v jízdě čtyřek. A tak se soutěže konaly opět na olympijské dráze z roku 1936. Tato je 1650 m dlouhá, má 16 zatáček a průměrný spád 10 procent. Start dráhy je v nadmořské výšce 920 m nad moř. Naposled se zde světové mistrovství konalo v roce 1958.

Vlna teplého počasí, která před mistrovstvím i v době jeho konání zachvátla celou Evropu, způsobila i zde pořadatelům nejednu horkou chvíli. Dráha byla upravena z ledových kostek, nafezovaných na hladině blízkého jezera Riessersee (celkem jich na dráze bylo 35 000). Přesto musel být trénink dvojek i čtyřek několikrát přerušován a trať opravována. Letošního mistrovství se zúčastnily posádky z Anglie, Belgie, Itálie, Kanady, Rakouska, Rumunska, Švédska, USA a západního Německa.

Celkově lze říci, že špatný stav dráhy, způsobený velmi teplým počasím, zapříčinil hlavně v tréninku a v jízdech dvojic četné havárie. Tak například pozdější vítěz kategorie čtyřek řidič Schelle (záp. Německo), jedoucí ve dvojkách na bobu NSR I, havaroval a závod nedokončil. Rakušané po několika haváriích byli dokonce nuceni povolát další náhradníky z Innsbrucku. Velké starosti působily pořadatelům hlavně čtyřky. Přes teplé počasí dosahovaly velkých rychlostí a přitom tyto těžké stroje dělaly do dráhy četné díry a trhaly hlavně ze zatáček celé ledové bloky. Tak ve středu 24. ledna musel být pro zpoma-

lení dráhy sypán do koryta sníh, ale i přes toto opatření se na dráze objevovaly díry. Po vytvoření velké díry v zatáčce Bayernkurve byla dráha pro trénink zkrácena a po projeřtí osmého bobu musel být trénink úplně zastaven. Vzhledem k těmto okolnostem odvolali Belgičané svou čtyřku ze závodu.

Závody dvojek byly zahájeny v sobotu první jízdu za neobyčejně špatných podmínek při teplotě vzduchu plus 10 st. C. Po první jízdě bylo toto pořadí: Itálie II. 1:19,59, NSR I. 1:21,14, NSR II. 1:21,29, Itálie I. 1:21,55, USA I., Kanada a další. Podmínky se v neděli o mnoho zlepšily a tak se druhá jízda konala dopoledne, třetí a čtvrtá jízda ještě téhož dne odpoledne. Byly dosaženy velmi dobré časy a tak ve třetí jízdě posádka Itálie II. (Ruatti—de Lorenzo) vytvořila nový rekord dráhy časem 1:14,26 proti starému rekordu svého krajana Montiho z roku 1958 — 1:14,28. Italové i při neúčasti několiknásobného mistra světa Montiho ukázali svou převahu a obsadili v této kategorii obě první místa.

Výsledky dvousedadlových bobů: 1. Itálie II. (Ruatti—de Lorenzo) čas 5:03,73, 2. Itálie I. (Zardini—Benagura) 5:06,63, 3. NSR II. (Mauer—Wiermann) 5:08,92, 4. USA I. 5:09,45, 5. Rakousko II. 5:10,45, 6. Anglie I. 5:10,77, 7. Kanada I. 5:12,53, 8. Švédsko 5:12,73, 9. Kanada II. 5:13,17, 10. Anglie II. 5:14,53.

Závod čtyřek byl pro špatné podmínky přeložen až na úterý 30. ledna, ale to mohly být uskutečněny již jen dvě jízdy. Překvapením letošního mistrovství čtyřek bylo třetí místo rakouského bobu I., jehož posádka je složena z bratří Isserů — Franz, Pepi, Fritz a Hans.

Výsledky čtyřsedadlových bobů: 1. NSR I. (F. Schelle, brzdář Goebel) čas 2:33,66, 2. Itálie I. (řidič Zardini) 2:34,23, 3. Rakousko I. (bratři Isserové) 2:35,59, 4. Kanada II. 2:35,84, 5. Itálie II. 2:36,35, 6. NSR

II. 2:36,38, 7. Švýcarsko II. 2:36,77, 8. Švýcarsko I. 2:36,83, 9. Anglie II. 2:38,11, 10. Švédsko I. 2:38,34, 11. Anglie I. 2:39,31, 12. Kanada I. 2:39,79, 13. Rumunsko 2:41,37, 14. USA 2:41,57.

Starosti pořadatelů s nepřízní počasí poněkud ulehčilo vyplacení pojistné částky 70 000 DM, na které bylo mistrovství pojistěno u anglické firmy Lloyds.

V rámci mistrovství se konalo též zasedání kongresu Mezinárodní bobové federace FIBT, na kterém byly provedeny volby vedení federace, ve kterých byl Ital dr. Amilcare Rotta znovu zvolen prezidentem. Novým viceprezidentem je exmistr světa Hans Kilian ze Západního Německa. Zároveň bylo stanoveno, že mistrovství světa 1963 bude uspořádáno na nové olympijské dráze v Innsbrucku-Iglisu. vh.

Vrbenští sáňkaři zahájili

Blížkost nejlepší sáňkařské dráhy v republice v Jeseníku povzbudila vrbenké zájemce o tento krásný sport. Sáňkaři z Vrbna si proto upravili dráhu na svahu Ludvíkov—Vysoká hora. Dráha zatím neodpovídá požadavkům kladeným na závodní dráhy. Je dlouhá dva kilometry, příliš svažná, má málo zatáček a je pouze z dusaného sněhu. Mladí tu, bohužel, zápoují s nedostatkem »ještědek« a jezdí zatím na saních s pevnými sanicemi, ale to vše nám pro začátek musí stačit.

MIROSLAV ČECH



Za několik dní bude v Itálii v Bاندone zahájen kongres výuky lyžování. V průběhu týdne 8. až 14. dubna bude probíhat výměna zkušeností cvičitelů a učitelů lyžování (z povolání) a dalších expertů. Konkrétní praktické ukázky doplněné teoretickým zdůvodněním předvedou družstva: NSR, Rakousko, Francie, Švýcarsko, Itálie a USA. Zvláštní ukázky předvedou Francouzi o výuce dětí a dále skandinávské země.

Téměř každý večer bude promítán film.

Ukázky jízdy v terénu předvedou skupiny z Francie, Rakouska a skandinávských zemí. Teoretické přednášky budou mít delegace z Polska, Rumunska, USA, NSR a naše. Dnes přinášíme výňatek z referátu soudruha inž. M. Chlouby.

Z TECHNICKÉHO PŘÍSPĚVKU PRO VI. KONGRES VÝUKY LYŽOVÁNÍ — BIOMECHANIKA NASAZENÍ SMYKŮ

V technice lyžování je dosud mnoho neobjasněných problémů, které je třeba zkoumat z hlediska biomechaniky, kineziologie, anatomie apod. V tomto příspěvku jsme si vytkli objasnění principů nasazení smyků z hlediska biomechaniky.

S ohledem na měnící se a těžko postihnutelné podmínky při lyžování zabýváme se pouze objasněním hlavních a základních principů biomechanických, na základě nichž pohyb probíhá. Z těchto rozborů, aby výsledky nebyly samoúčelné, se vyvozují závěry, které se obráží v metodice nácviku.

Definujeme-li nasazení oblouku jako impuls, kterým zavedeme na zatíženou nebo zatíženou lyže první otáčecí moment, z kterého pak v průběhu

MEZINÁRODNÍ KONGRES výuky lyžování

oblouku vznikají spojitě další otáčecí momenty v průběhu celého smyku, rozeznáváme bez ohledu na historický vývoj tyto známé impulsy:

1. rotace trupu nebo celého těla,
2. protirotační pohyb nohou a trupu,
3. změna odklonu trupu,
4. odraz z hran lyží,
5. opora o hůl,
6. přenášení váhy těla z lyže na lyži v různém vzájemném postavení lyží,
7. možné kombinace uvedených základních pohybů.

Všechny tyto pohyby za určitých podmínek způsobí nasazení smyku.

Mezi lyžemi a sněhem existuje vždy tření. Při sjezdu po spádnicí je nevýhodou, protože má směr proti pohybu lyžaře a způsobuje zpomalování rychlosti sjezdu. Při změnách směru sjezdu je tření vnější silou, která jako jediná síla umožňuje změnu směru sjezdu. Všeobecně se snažíme při lyžování na jedné straně tření lyží o sněh zmenšovat, na druhé straně zvětšovat. Konkrétně u změny směru sjezdu oblouky se snažíme při nasazení oblouku tření zprvu zvětšit (při začátku rotace trupu nebo těla, při odrazu z hran lyží, při přenesení váhy těla z lyže na lyži atd.), avšak ihned zase zmenšit nebo zrušit úplně, chceme-li využít důsledků uvedených pohybů pro vychýlení lyží z jejich původního postavení, což provádíme ve spojení s různými způsoby odlehčení lyží nebo jejich pokládáním na plochy. Po přemístění lyží do vzpříčené polohy tření při zatížení ihned využíváme, neboť způsobuje za určitých podmínek vzhledem k tvaru lyže a montáži vázání vznik otáčecího momentu.

Příkladem uvedeme v co největší stručnosti např. rozbor rotačního pohybu nohou doprovázeného protirotačním pohybem trupu (bod 2). Biomechanicky je tento protichůdný pohyb způsobován vnitřními silami (svalovými) izolované soustavy v prostoru, kterou tvoří lyžař při odlehčení. Akce jedné části těla je provázána

reakcí na opačné části těla. V tomto případě je nutno si uvědomit, že akci provádějí nohy, reakcí trup. Dále, že účelem této činnosti je získání co největšího vychýlení lyží z původního směru, aby oblouk byl dosti účinně nasazen. Abychom tohoto účinku dosáhli, musíme zmenšit co možno hmotu a momenty setrvačnosti dolní části těla, která se otáčí s lyžemi, a naopak zvětšit hmotu a momenty setrvačnosti horní části těla. Lidské tělo má však pouze určité možnosti vzájemného protiotáčení horní a dolní části těla kolem podélné osy; prakticky je to možnost pootočení v bederní páteři nebo v kyčelních kloubech. První případ je nevhodný vzhledem k zvětšení hmoty dolní části těla a malému úhlu vzájemného protichůdného možného pootočení obou částí. Tento případ se v lyžování často vyskytuje, obzvláště u začátečníků, ve stadiu nácviku stáčívého vysouvání paterk lyží. Tento způsob nevede k uvolněnému způsobu jízdy nohama. Druhý způsob je výhodný, protože zvětšuje hmotu horní části těla a využívá značné volnosti kyčelních kloubů pro otáčení dolních končetin. Tento způsob umožňuje značné pootočení lyží vzhledem k možnému nejpříznivějšímu rozdělení hmoty dolní a horní části těla a zapojení silných rotačních svalů dolních končetin.

Rotační pohyb dolních končetin s protipohybem trupu vyvolá při odlehčení pootočení lyží, čímž umožní po dopadu lyží na sněh vznik prvního otáčivého momentu. Obdobným způsobem jsou rozebrány i ostatní principy.

Závěrem poznamenáváme, že za důležité považujeme, aby lyžař zvládl všechny účinné a účelné pohyby jednotlivě i v možných kombinacích, aby jich mohl podle potřeby vhodně použít. Tyto pohyby je třeba vhodně zařadit do výuky a preferovat ty pohyby, které mají největší účinek obzvláště pro terénní jízdu. O řešení tohoto problému účinnosti a účelnosti jednotlivých pohybů se chceme pokusit v budoucnosti, jeho řešením přispět k objasnění tohoto problému a tím i zlepšit a zrychlit postup výuky pro radost všech našich lyžařů.

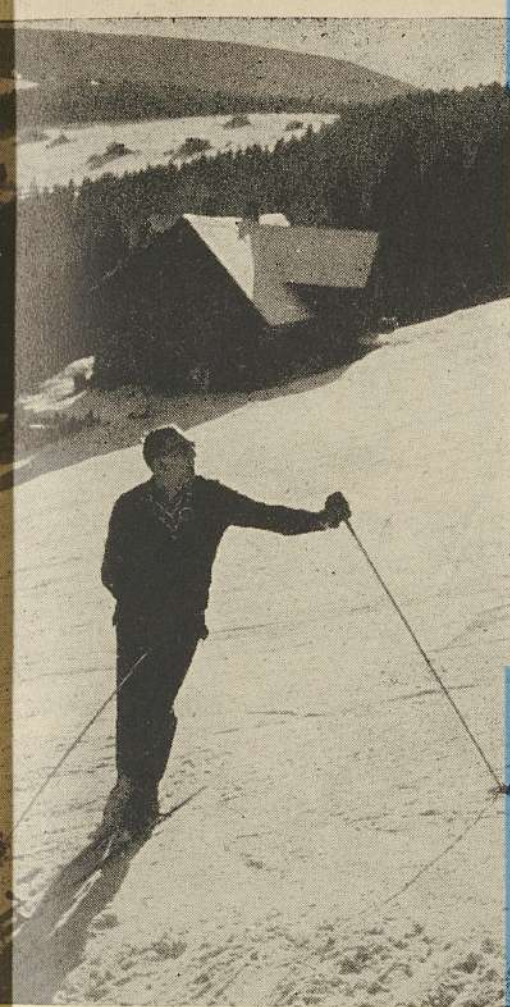


Lyžařství

ROČNÍK 48, ČÍSLO 3

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-18*21345



Zimní výcvikové zájezdy škol umožní základní lyžařský výcvik veškeré mládeži z měst a nížin. Také v rekreačních zařízeních ROH se zúčastňuje každého roku na 100 000 občanů CSSR lyžařského výcviku.

Masová základna lyžování vyžaduje stále větší péči věnovanou školení nových cvičitelů a trenérů.

Lyžařské oddíly, odbory základní tělesné výchovy i turistiky, na školách tělovýchovné branné kroužky pečají o mládež z hor a podhůří. Poznávání krás naší vlasti je nedílnou součástí výcviku. Pohled na hlavní hřeben Krkonoš. V pozadí Sněžka.

Snímky: V. Heckel, Fr. Valach





Lýžařství

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
DUBEN 1962



Tradice která zavazuje

Již po deváté se konaly mezinárodní závody v klasických disciplínách v Krkonoších. Po osmý byl pořadatelem lyžařský oddíl v Harrachově tentokrát ve spolupráci s Rudou hvězdou Semily. Mezinárodní závody v Harrachově mají již dobrý zvuk a dobrou tradici. Jsou uznávanou soutěží ve všech zemích, kde se pěstují klasické disciplíny.

Tuto tradici pomohly vytvořit především hodnotné výkony, dobře upravené tratě a také obzvláště příznivá péče o závodníky, přátelské prostředí vytvořené pořadateli a všemi účastníky-závodníky, funkcionáři i diváky a společně výměna zkušeností. Soutěže bychom mohli nazvat »Závody budoucích nositelů medailí«. A opravdu do Harrachova si přijeli vyzkoušet svou závodní formu mnozí nositelé medailí ze zimních olympijských her, mistrovství světa a další vynikající závodníci. Jmenujme některé z nich: K. Härmäläinen, Mäkälä, Ruopa z Finska, A. Barhaugen z Norska, H. Glass a G. Flauger z NDR, J. Stefansson, R. Rängard, Martinssonová a Larsson ze Švédska, M. Gusakovová a N. Gusakov ze SSSR.

I když letošní ročník byl do určité míry ve znamení onemocnění H. Recknagela, nelze souhlasit s některými názory, které hovoří o slabých soupeřích. Domníváme se, že polští běžci, německé běžkyně a mladí skokani z NDR jsou dobré mezinárodní úrovně a ještě o nich uslyšíme. Je samozřejmé, že bychom byli spolu se všemi diváky rádi u nás uvítali závodníky ze Švédska a Francie, kteří účast přislíbili. Nebylo však v silách ústřední sekce zajistit náhradu, když několik dnů před zahájením odřekli, zřejmě v důsledku odrazu událostí v Chamonix.

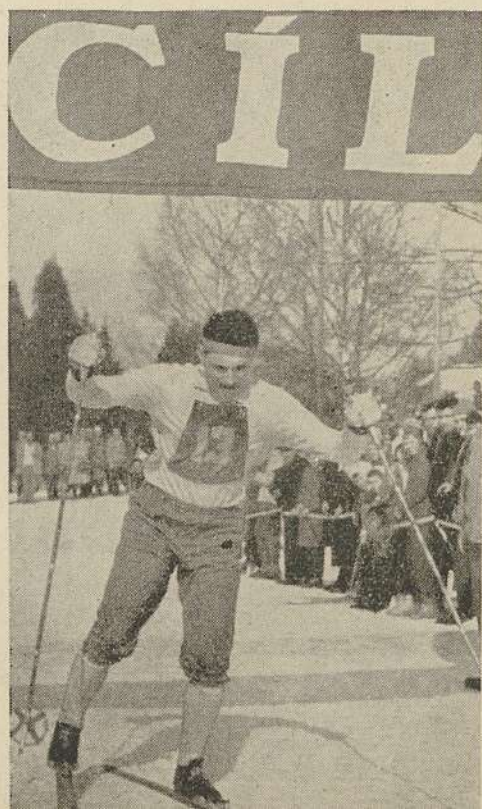
Letošní závody stejně jako předešlé přispěly k porovnání sil mezi zúčastněnými národy a k upevnění přátelství mezi závodníky bratrských zemí ČSSR, NDR a Polska. Věříme, že příští, 10. jubilejní ročník bude vyvrcholením desetileté práce ve všech směrech.



Harrachov, středisko zimních sportů, vítá každoročně ve svých tradičních závodech zpravidla dobrou zahraniční konkurenci. Závody se vždy také těší přízni diváků. Stejně tomu bylo i letos — jak ukazuje snímek fotoreportéra Fr. Jebavého z nedělního závodu ve skoku prostém. Letošní závody byly pěknou součástí oslav dvou set padesáti let trvání Harrachovských skláren.

Vít Fousek ze Sokola Nové Město na Moravě se stává naší velkou lyžařskou nadějí pro příští roky. Po úspěchu na začátku zimy v Le Brassus ve Švýcarsku potvrdil svou výbornou formu i na mezinárodních závodech v Harrachově, kde vyhrál s převahou běh na 30 km.

Snímek Fr. Jebavý



Lyžaři NDR patří ve skoku na lyžích jistě mezi nejlepší na světě. Na naše tradiční závody do Harrachova poslali opravdu silné družstvo v čele s olympijským vítězem a mistrem světa H. Recknagem, který onemocněl. Měl však velmi dobrého zástupce v 25letém Dietmaru Klemovi, jehož souboje s našimi skokany, především L. Motejlkem, byly vrcholným sportovním zážitkem. V kvalifikaci skokanů NDR pro MS i na mistrovství NDR skončil Klem vždy na šestém místě a věsně před startem v Harrachově vyhrál závod v Klingenthalu.

Snímek Fr. Jebavý



Na nezáměrně mládeže se nevymlouvejme

Konečně se letos lyžaři dočkali. Zima nebyla tak skoupá jako léta předešlá. S množstvím sněhu přišlo k uplatnění i množství »prkýnek« všeho druhu. Otevřená náruč hor přivítala desetitisíce lyžařů, na každé stránce najdeš plno dokladů, že tam ti nejmladší zkoušejí své první sjezdy či spíše pády. Ano, těch mladých je na lyžích nejvíce. Všude na ně narážíš. Často nemají dobrou a dokonalou výzbroj, na první pohled vidíš samouky. Mají však ohromný elán, chuť lyžovat a především závodit. Vždyť jejich účast na Sportovních hrách mládeže nám dostatečně ukazuje zájem o závodění mezi dětmi a mladými lidmi.

Musíme však sebekriticky doznat, že jsme ještě zdaleka neudělali vše, co je v našich silách. Vždyť na start prvních kol SHM by přišlo mnohem více chlapců a děvčat, ale mnohde chybí lyžařský oddíl, který by tuto akci připravil. Všichni ti mladí kolem nás by chtěli běhat, skákat tak »stylově« jako naši přední závodníci — chybí však cvičitel, který by je to naučil. Ano, jsme ještě mnoho dlužni naší mládeži, především pak mládeži vesnické. Desetitisíce venkovských kluků dychtí po tom, aby se jich někdo ujal.

Například na Liberecku — kde jistě k lyžování nemají daleko, je organizováno v lyžařských oddílech jen 155 mladých do 18 let (z toho 93 v liberecké Lokomotivě) a lyžují pod dohledem zkušených trenérů a cvičitelů. Je sice pravda, že letos prošlo lyžařským výcvikem dalších 180 mladých účastníků nečlenů oddílů, ale na startu SHM jich bylo více než 5000! Přiznejme si otevřeně, že především zásluhou škol a několika zapálených lyžařských pracovníků, neboť na celém okrese pracují jen 4 venkovské lyžařské oddíly. Přitom venkovských TJ tam je 58.

Proč nejsou lyžařské oddíly i v ostatních jednotách? Lyžování není atraktivní sport. Přináší sice radost a krásu všem svým vyznavačům, ale dobro-

volným pracovníkům — organizátorům — mnoho práce a mnoho úsilí. Také značná vydání tělovýchovným jednotám, které mají ve svém oddíle větší počet aktivních závodníků. A obou těchto momentů se ještě mnohde bojí.

Není tomu tak všude, jak ukazuje pěkný příklad Železnorudských. »Máme založit tělovýchovnou jednotu, když nemáme tělocvičnu? Vždyť kolem jsou samé zasněžené pláně!« Připnuli si lyže — a ejhle! Ono to jde! Jen obětovat naší mládeži trochu svého osobního volna a uvidíte, jak vám za to bude vděčna!

I v Pasekách pod Ještědem — kdysi líhni výběrných závodníků — se nemohli dlouhá léta rozhoupat, zda mají či nemají obnovit lyžařský oddíl. Až konečně letos se objevil organizátor — mladý svazák — ujal se místní mládeže a výsledek? Dva okresní přeborníci v kategorii žactva, dvě druhá a tři třetí místa i dobré umístění v krajských přeborech. Do vínku novému oddílu jistě pěkný dárek.

Soudruh Vodsloň správně řekl na II. sjezdu ČSTV, že venkovská mládež potřebuje bohatší sportovní výběr. A my můžeme a musíme uvést tato slova ve skutek především zakládáním nových lyžařských oddílů všude tam, kde jsou k tomu jen trochu předpoklady. A ty jsou jistě na mnoha místech. Vždyť zdaleka nejsou lyžařské oddíly ve všech horských a podhorských obcích. Z vlastní zkušenosti víme, kolik je na vesnicích tělovýchovných jednot s jediným, mnohdy živořícím oddílem kopané. Proč toho nevyužít a tam, kde jsou opravdu klimatické podmínky, nezaložit tělovýchovnou jednotu, i když jen s jedním — lyžařským oddílem. Jedině tak přispějeme k celonárodnímu úkolu umožnit a dát mládeži hodinu tělovýchovy denně.

Také mnoho městských závodů (jejichž zaměstnanci pravidelně dojíždějí do hor na zimní závodní rekreaci) by jistě s radostí přivítalo založení lyžařského oddílu na závodě, který by umožnil dětem

zaměstnanců i jim samotným řádný lyžařský výcvik. Kolik závodů má vlastní chatu i autobus, tedy základní podmínky, o kterých se mnohým lyžařským oddílům ani nesní. Přesto se spokojují s jakousi živelnou činností, se kterou i v ústředních rekreačních zařízeních ROH již dávno skoncovali. I zde bychom pomohli zkvalitnit rekreační tělesnou výchovu, kdyby na závodech pracoval lyžařský oddíl. Při jeho dobré práci ve prospěch všech zaměstnanců by si vedoucí a cvičitelé jistě nemohli nařikat na nedocení významu funkcionářské činnosti v tělovýchově. Závodní výbor ROH by byl první, který by ji po zásluze ocenil.

Desítky škol zajištějí se svými žáky do hor — proč nezaložit na škole lyžařský kroužek ČSM? I zde jsou všechny podmínky úspěšné činnosti. Nechybí ani organizace, která by měla zájem i možnost pomoci. Vždyť těch tatínků a maminek ve sdružení rodičů a přátel školy je na desetitisíce a všichni chtějí, aby jejich děti prožily své dětství co nejzdravěji a nejradostněji. Kolik z nich je cvičitelů, rozhodčích a jistě by se jich našla celá řada, kteří by pomohli nově založenému kroužku či dokonce lyžařskému oddílu na škole.

To jsou tři základní směry, tři možnosti, které musíme v lyžařském hnutí plně využít, chceme-li přispět ke skutečnému zkvalitnění našeho sportu a podstatnějším rozšíření členské základny. Řekněme si však otevřeně: oddíl na vesnici, ve velkém podniku nebo lyžařský kroužek na škole se nezrodí, když k tomu nebude hlavní předpoklad — třeba je malý, ale zato nadšený a zanícený kolektiv lidí, kteří milují hory, sníh a lyže a o tuto lásku se chtějí nesobecky podělit s ostatními, zejména s mládeží.

Říkáme, že lyžování je nejmasovějším sportem u nás. Jistě s námi budete souhlasit, že mnohem více našich spoluobčanů lyžuje, než hraje kopanou. Přesto však oddílů kopané je čtyřiapůlkrát více než oddílů lyžování a »kopálistů« je dokonce pětkrát více než nás — organizovaných lyžařů! Statistice lidí lyžuje a jen 33 000 je jich členy našich oddílů. Rozšířit tuto poměrně malou členskou základnu v ČSTV, to je konkrétní úkol, k jehož zvládnutí musíme získat mnoho nových spolupracovníků a všechny své síly zaměřit na školení a výchovu nových cvičitelů, trenérů, rozhodčích a organizátorů lyžování, bez jejichž pomoci bychom ho těžko splnili.

VÝZNAMNÉ ZASEDÁNÍ

Když skončil II. sjezd Československého svazu tělesné výchovy, mnozí si kládli otázky: Cím začneme? Zásadní úkoly jsou nám jasné, ale jak začít u nás, v našem odvětví sportu?

Byly to oprávněné otázky a odpověď na ně nebyla nijak snadná. Nadarmo se však neříká, kdo hledá, najde. A tak správnou odpověď našla řada tělovýchovných jednot, oddílů a sekcí a mezi nimi bylo i nemálo pracovníků lyžařského hnutí. Otevřené svahy, spolupráce se školou při základním lyžařském výcviku a SHM, spolupráce s pionýrskou organizací, ČSM a školení nových cvičitelů pro lyžařský výcvik i zakládání tělovýchovných jednot, to všechno byly odpovědi lyžařů sjezdovému jednání.

Jarní plenární zasedání lyžařské sekce, které se konalo 14. dubna 1962 v Praze, mělo shrnout všechny dílčí výsledky dosažené od II. sjezdu a zásadní úkoly dané celému tělovýchovnému hnutí aplikovat na poměry v lyžařských oddílech a sekcích. Proto hlavním bodem jednání byla zpráva delegáta II. sjezdu Františka Táborského o úkolech dalšího rozvoje lyžařského sportu. Diskuse k přednesené zprávě a návrhům byla velmi živá a podnětná.

Největší pozornost byla věnována otázkám rozvoje tělovýchovy mládeže. Již ve své zprávě hovořil soubor Táborský o nastávající spolupráci s ministerstvem školství v otázkách zajištění zimních výcvikových zájezdů škol, výběru učitelů lyžařů do podhorských oblastí a konkrétní spolupráce mezi lyžařským oddílem a školou. Znamená to také pokračovat v tradici úspěšných SHM v lyžování, zejména v příštím roce, kdy

A TAKHLE CELÝ ROK

Sportovní hry mládeže v lyžování měly vždy veliký úspěch. Všude, kde projeví jenom trochu organizační péče a zájmu o tužby mladých lidí, přišlo na start hodně závodníků. Pozoruhodného úspěchu dosáhli v letošním zimě na Trutnovsku při druhém kole Sportovních her mládeže. Během dvou dnů startovalo přes 700 mladých lyžařů. Závody měly velmi dobrou úroveň. Kdo má na tom největší zásluhu? Především obětaví funkcionáři lyžařského oddílu Lokomotivy Trutnov. Nebyla to maličkost připravit dokonale všechny běžecké i sjezdové tratě i skokanské můstky a vylosovat více než 700 účastníků. Organizační štáb pracoval den před závodem až do dvou hodin do rána, aby byly startovací listiny včas. Funkcionářům Lokomotivy Trutnov přispěli vydatnou měrou učitelé z jednotlivých škol, kteří věnovali svým svěřencům systematickou péči, cílevědomě je trénovali a na druhé kolo do Nových Dvorů s nimi také přijeli. Pochopení také projeví i v trutnovském Křížíku, kde pomáhali při materiálním zajištění a stejně i ředitelé škol, kteří věnovali věcné ceny. Odbor školství a kultury při ONV v Trutnově zajistil pro závodníky občerstvení.

V sobotu startovalo v běhu 302 mladých lyžařů. Nedělního obřího slalomu se zúčastnilo 186 startujících a ve skoku 114 závodníků. O tuto poslední disciplínu byl tak veliký zájem, že musela soutěž probíhat na dvou místech, na sněhovém i na dřevěném. Tak zdařilé závody na Trutnovsku ještě nepamatují.

Nyní půjde o to, aby všichni chlapci a děvčata, kteří s nadšením hovořili o svých dojmech ze závodů, neskončili tím svojí závodní činností. O každého mladého lyžaře a lyžařku by se měli učitelé a trenéři nadále systematicky starat, organizovat pro ně soutěže mezi školami, učit je pravidelně trénovat, aby se jejich cesta k závodnímu lyžování ještě více upevnila. Jednou z cest je zakládání lyžařských kroužků a oddílů na školách.

na ně budou navazovat Československé sportovní hry.

V souvislosti s těmito problémy se řešilo zajištění celoroční činnosti v oddílech, zejména u řadových členů a u mládeže. Oddíly by měly organizovat sportovní soutěže v doplňkových sportech nejen mezi sebou či v tělovýchovné jednotě, ale i mezioddílové soutěže v okrese i v kraji. Podle podmínek by měly hledat populární formy činnosti a snažit se uspořádat letní nebo putovní vodácké tábory a hlavně nezapomenout na soutěž o plnění podmínek odznaku BPOV a PPOV, která bude opět letos vyhlášena.

Ve své zprávě se soubor Táborský zmínil o současné výkonnosti našich předních závodníků, která není nijak uspokojivá. Nutně to bude znamenat zvýšenou péči trenérů, oddílů i sekcí. Jako každého roku i letos se ukázalo několik nadějných talentů. Jde nyní o to, abychom je nenechali zapadnout a vytvořili jim přiměřené podmínky k dalšímu růstu.

Dále se hovořilo o otázkách hospodářských, o propagačně výchovné práci v oddílech i v sekcích i o řízení a systému práce. Přednesená zpráva a diskuse přes krátkou a omezenou dobu se dotkla všech problémů lyžařského hnutí v souvislosti s rezolucí a usnesením II. sjezdu. Proto také mohl předseda lyžařské sekce Karel Smola, když hodnotil a uzavíral diskusi, konstatovat, že jednání splnilo svůj úkol, že byla vyřešena řada problémů a jsou všechny podmínky pro to, připravit pro podzimní zasedání plně konkrétní návrhy a opatření.

Před závěrem celého jednání a promítáním filmů ze Zakopaného bylo zhodnocení soutěže kolektivů krajských sekcí a oddílů, která byla vyhlášena na podzim minulého roku.

K celkovému vyhodnocení soutěže stejně jako k diskusi, závěrům a usnesení pracovního zasedání plně se vrátíme v příštím čísle.

-raz-

Nedaleko bavorských hranic na vrcholcích Šumavy leží obec Špičák. Má všeho všudy 50 chalup a přes 200 duší. A tady uprostřed hor, začali najednou chlapi z Horské služby hovořit o tělovýchově. A že prý založí jednotu. Tato myšlenka vyvolala na jedné straně velkou radost mladých a na druhé straně hodně kritických slov opatrnějších. Dejte pokoj, na to nestačíme, a kdepak se bude cvičit? Ženská nás přetrhnu, každou volnou chvíli věnujeme Horské službě a ještě tohle. A potom, kdo by to vedl, zkrachujeme a budeme pro smích. Tak nějak chtěli zvykat nadšence.

Ale elán mládí, ten odvál všechny obavy. Když byla svolána veřejná schůze občanů, na které se



■ Organizovaná tělovýchovná činnost v zimní přírodě svou hodnotou daleko předčí cvičení v tělocvičně. Když si to uvědomí organizátoři tělovýchovného hnutí, snáze se jim podaří získat další spolupracovníky.

VIZITKA CHLAPCŮ ZE ŠPIČÁKU

mělo všechno rozhodnout, leželo zakrátko na stole 80 podepsaných přihlášek. První krok se podařil. Nebyl lehký. Chlapci chodili od chalupy k chalupě, vysvětlovali, že to ti starší nedělají pro sebe, ale především pro děti. A tělocvična? Cožpak příroda a hory nejsou tou nejkrásnější tělocvičnou? Vždyť jsou tu kopce, sněhu habaděj a na tom se dá přece nádherně cvičit.

Lidé si nakonec uvědomili, že je to pravda. A tak letos mají na Špičáku první zimu svou tělovýchovnou jednotu k velké radosti dětí. Neboť všechno tam na horách žije dnes pro tu drobotinu. Mladý vousáč Ruda Mráz, ten pomalu nemá čas ani na děvče, protože cvičí pětkrát týdně. Z toho tři odpoledne věnuje dětem a teprve zbývající čas dospělým lyžařům. Ruda Mráz není sám. Je tu Jirka Garta, Norbert Mařík mladší i starší a další, kteří nehledí na hodiny věnované dětem. Doslova a do písmene, ba ještě mnohem více splnili na Špičáku krásný úkol, aby mládež nejméně hodinu denně sportovala.

Srdečný dík patří především chlapcům z Horské. Strhli svým příkladem i ostatní. Dokázali to, co se na první pohled zdálo nemožné. Bez koruny v kapse založili jednotu, a prakticky cvičí každý den. Na mladé lyžaře je radost pohledět. Jsou na lyžích jako čerti,

jako rtuť a nemohou se nikdy dočkat cvičení. A takové dychtivé děti, ty máme vlastně v celé republice. Kéž bychom také v celé republice měli tak obětavé chlapy jako jsou ti z Horské služby na Špičáku.

F. Valach

■ Zimní činnost nově založené tělovýchovné jednoty je daleko více závislá na skutečném zájmu mládeže a především na kvalitním a zkušeném cvičiteli než na tělocvičně. A tyto podmínky si na Špičáku společnou prací vytvořili.



DISKUSE NA II. SJEZDU ČSTV

V diskusích na II. sjezdu ČSTV se vystřídalo hodně delegátů a hostů. Přesto se na některé nedostalo a museli odevzdat svůj diskusní příspěvek ke sjezdovému jednání písemně. Mezi těmito byl i soudruh Lubina, člen předsednictva ústřední lyžařské sekce. Z příspěvku, který byl zpracován kolektivem vedení sekce, část uveřejňujeme:

»Oznamujeme II. sjezdu ČSTV, že závazek ústřední sekce lyžování byl vcelku překročen. Odznak Lyžař ČSSR splněn téměř na 600 %, počet startujících na SHM na 240 %. Jen počet vyškolených nových cvičitelů a trenérů nebyl splněn na 100 %. Akce o „Spartakiádní vložku“, „Lyžař ČSSR“, SHM apod. jsme neorganizovali samostatně. Chtěli jsme jejich prostřednictvím získat k pravidelnému lyžování stále větší okruh naší veřejnosti, především mládeže. Toto se nám podařilo, a jsme přesvědčeni, že i v budoucnosti budeme mít podobné úspěchy.

Pokud jde o špičkové výkony našich závodníků, dosáhl jsme jen dílčích dobrých výsledků, které přesto zatím neodpovídají tomu, co jsme si slibovali. Musíme ještě zlepšit péči o lyžařské reprezentanty a družstva mladých, zkvalitnit práci trenérů i celoročního tréninku. Hledat nové formy využití současných možností přípravy a soutěží u nás i v zahraničí tak, abychom v mezinárodním měřítku dosáhli obdobné úrovně jako v roce 1956 na Zimních olympijských hrách v Cortině.

Máme řadu mladých talentovaných závodníků, kteří při přiměřených tréninkových možnostech na sněhu mohou v budoucnu proslavit naši vlast. Je na nás, abychom jim vytvořili všechny podmínky.

Nemáme v úmyslu lžít všechny obtíže, které musíme překonávat při zabezpečování rozvoje lyžařského sportu. Upozorňujeme však alespoň na dvě otázky, které ztěžují práci všech lyžařských funkcíonářů.

Je to především otázka kvalitní výzbroje. Naše podniky vyrábějí vcelku kvalitní lyže pro širokou potřebu. Neumějí se však vypořádat s výrobou lyží pro závodníky, a tak jsme nuceni pro reprezentanty dovážet lyže ze zahraničí. Ještě horší situace je s kvalitou lyžařských vosků. Přes veškeré snahy našich spolupracovníků se nepodařilo vyrábět takové vosky, které by se kvalitou alespoň přiblížily zahraničním výrobkům. A tak jsme se na všech závodech v letošním roce setkávali s tím, že závodníci jeden před druhým schovávají poslední kousek vosku, který jim ještě zůstává.

Druhým vážným problémem je údržba lyžařských zařízení v majetku úřadových zařízení ČSTV. Ústřední tělovýchovná zařízení nedodrží stejné zásady pro všechny druhy sportovního odvětví. Na Strahově je například samozřejmostí údržba běžeckých drah a doskočišť a každý pronajímatel převezme vždy zařízení schopné provozu. Za to také zaplatí stanovený poplatek za propůjčení. U lyžařských zařízení — můstků, sjezdových tratí a sla-

lomových svahů to tak není, přestože se poplatek za pronájem platí také. Neupravené, zarostlé tratě přivodí každoročně stovky zranění a vyřadí celou řadu lidí z pracovního procesu.»

Přestože na sjezdu nevystoupil oficiální zástupce sekce, o lyžování se velmi často hovořilo. Rada delegátů ve svých diskusních příspěvcích zdůraznila jeho význam a důležitost. Seznámíme vás alespoň s některými krátkými výňatky sjezdové diskuse. Ukazují, že je o lyžařský sport živý zájem a že v mnohých, zejména podhorských oblastech je jedinou možnou tělovýchovnou činností.

Soudruh ŠNEBERGER, Západočeský kraj: ... proto jsme si dali za úkol vymezit tělesné výchově a sportu alespoň polovinu veškeré mimopracovní činnosti a mimo jiné naučit každého učně plavat a lyžovat. A tak již druhým rokem přes 800 učňů I. ročníku prochází základním výcvikem plavání a lyžování. K těmto opatřením a zavedením zmíněných forem tělesné výchovy nás vedla snaha po získání co největšího počtu učňů a učnic do tělovýchovného procesu...

Soudružka BENOVA, okres Dolní Kubín: ... Na Žaškově byl před několika lety založen oddíl kopané. Dnes sice jednota kopanou zanechala, avšak je líhní lyžařů a volejbalistů. Také v obci Maletíně, kde v zimě nejezdí ani autobus a školu postavili na posledním kousku rovné země, založili tělovýchovnou jednotu. Hrají tenis a lyžují. Často si klademe otázku: Stane se Orava líhní lyžařů-sjezdařů? Úspěchy našich lyžařů-běžců jsou dobré a budou dobré i v budoucnu. To nám ale nestačí. Chceme mít i sjezdaře. Ale zde jsme u začarovaného kruhu. Náš okres má ideální podmínky. Svými terény se může rovnat Vrátně, Jasně i jiným známým střediskům. Nemá však standardní závodní ani turistické sjezdové dráhy. Nad jejich výstavbou

jsou členové okresní lyžařské sekce bezradní. V Roháčích byla zmapována a vytyčena sjezdová dráha, dobrovolnými brigádami byla upravena natolik, že při dobrých sněhových podmínkách je možné na ní jezdit.

Tato sjezdová trať v Roháčích je obtížná a velmi náročná. Podle našich nejlepších sjezdařů je tak náročná jako sjezdovky v zahraničí. Také polští závodníci, např. Barbara Grocholská, se vyjádřili, že terény, jaké jsou v Roháčích, je vidět jen v Alpách nebo v Alma-Atě.

Přesto vybudování aspoň krajského střediska zůstává jen na papíře a Oravci jsou svědky toho, jak se modernizují a vybavují technickými vymoženostmi Vrátně, Jasná, ale na Oravu a krásné a dosud nevyužitě terény na Roháčích se nestále zapomíná...

Soudruh SOKOL, Středoslovenský kraj: ... poměrně dobrá dosavadní spolupráce s ČSM v našem kraji se ještě zlepšila právě usnesením ÚV KSČ. Tak například v TJ Baník Kremnica vyškolili již koncem minulého roku 22 cvičitelů lyžování pro mládež. Rozdělili je do pionýrských oddílů na škole a nyní pravidelně dvakrát týdně organizují výcvik mládeže a závody...

Soudružka VITOVCOVÁ, Jihočeský kraj: ... v našem okrese jsou velmi dobré podmínky pro zimní sporty. Proto je zejména v oblasti Stachy—Zadov lyžování sportem číslo jedna. Zejména velmi dobře si vedou členové TJ Sokol Stachy, kteří mají nemalou zásluhu na budování zimního sportovního střediska Stachy-Zadov...

Soudruh BENICKÝ, Východoslovenský kraj: ... mimo ubytovací a stravovací zařízení ve Vysokých Tatrách byla zarazena do plánu třetí pětiletky i výstavba sportovních zařízení. Například areály lyžařských klasických disciplín, kabinkový výtah na Solisko, úprava sjezdových tratí na Štrbském plesu i v Tatranské Lomnici. Ale zatím se z toho nic neuskutečnilo. A tak se stalo, že tělovýchovná, sportovní a turistická zařízení, sloužící nejen k závodnímu sportování, ale i rekreační tělesné výchově v tatranské přírodě, chátrají...

Soudruh ŠIGUT, Jihomoravský kraj: ... také na vesnicích jsou dobré zkušenosti. V obci Růžná na okrese Jihlava obnovili svazáci tělovýchovnou jednotu a sami jí vedou. V masovém provádění tělovýchovy dosáhli pěkných výsledků. Téměř všichni provádějí turistiku, závodně lyžují, starší a mladší záci hrají kopanou...



■ Středem pozornosti všech delegátů II. sjezdu byli čestní hosté, zasloužili pracovníci v tělesné výchově, zasloužili mistři sportu a ostatní přední sportovci. Největší skupiny se však o každé přestávce tvořily kolem Emila Zátorka. Svědčí o tom i snímek J. Hejry.

NAŠE STANOVISKO

Letošní rok je obzvláště bohatý na vrcholné sportovní události. Mezinárodní sportovní dění zároveň prochází vážným a kritickým obdobím, způsobeným zásahy NATO (řízené z NSR) a státního departementu USA a dalšími přísluhovači ideologie studené války. Ve svých »teoriích« tito nepřátelé míru a pokroku poukazují na to, že tento negativní postoj ke sportovcům NDR je způsoben opatřeními vlády NDR na hranicích západního Berlína (tzv. »Berlínská zed«).

Českoslovenští sportovci a celá veřejnost plně podporují opatření vlády NDR a odsuzují závěry západních funkcionářů a organizací ve vztahu k NDR jako nesprávné a reakční, odporující olympijské chartě. Je potěšitelné, že nejen sportovci socialistických zemí, ale i velký počet funkcionářů a sportovců na Západě tento postup odmítá. Například pan G. Mayer napsal v časopise L'Equipe 27 února t. r. k rozhodnutí o Chamonix: »Nesouhlasíme... žádný sportovec nesdílí vaše stanovisko, kterým jste komentoval žalostný případ v Chamonix« (myšleno tím vyjádřením francouzského komisaře pro sport — pozn. red.)... za vzor klade činnost P. Coubertina, který byl všude vysoce hodnocen a nejméně v samotné Francii. Dále píše: »Byl to on, který v roce 1894 navrhl základní principy, které byly na celém světě schváleny: nebude trpěna žádná diskriminace, ať již rasová, politická, náboženská«.

Přesto, že jsme všichni slyšeli a četli o negativních zásadách v Chamonix, Colorado Springs, Oslo-Holmenkollen a dalších, vracíme se k tomu znovu. Musíme znovu poukázat na pštroší politiku: strkání hlavy do písku před reálnou skutečností, existence dvou německých států NDR a NSR. Posledními zásahy byl vážně narušen mezinárodní sportovní rozvoj a pošlapány olympijské ideje vzájemné spolupráce a upevňování míru mezi národy. Pádovou a jednoznačnou odpověď dala mistrovství světa v krasobruslení v Praze a v lyžování v Zakopaném, kde se mohli zúčastnit všichni. Tyto skutečnosti nutí přemýšlet širokou sportovní veřejnost na Západě. Pro všechny rozumně myslící lidi je nepochopitelné, že samostatné státy, jako je Francie, Norsko, Lucembursko, nemohou řešit příjezd cizinců na sportovní podniky, jak tomu bylo v případě NDR. Zde se plně projevuje, jak NATO, které je v rukou fašistických generálů z NSR, suverénně přikazuje »spojencům«. Z úst pracovníků těchto zemí zní směšně ošepané heslo, že politika do sportu nepatří. Ještě nepochopitelnější jsou argumenty západoněmeckého sportovního svazu o tom, že opatření na hranicích západního Berlína jsou původcem přerušení styků. Kdybychom měli brát stejnou míru, pak by muselo nastat nezbytné přerušování sportovních styků s Francií pro fašistické a imperialistické akce v Alžírsku, s USA pro rasovou diskriminaci nebo pro provokační akce v jižním Vietnamu atd. A zde je zásadní rozdíl v tom, že rozhodnutí vlády NDR vyplývá ze zájmů většiny občanů a akce Francie a USA jsou imperialistické a protilidové. Odsuzujeme ostře tuto činnost, ale to neznamená, že bychom nemohli na sportovním poli soutěžit se sportovci USA, Francie, jak tomu bylo v březnu v Praze.

Podívejme se na některé ohlasy a stanoviska k současné situaci: E. Bergsland, člen výkonného výboru FIS a předseda Norského svazu pro rozvoj lyžování, s politováním v březnu konstatoval, že několik měsíců usiloval o vydání víz do Norska pro H. Recknagela a další lyžaře NDR. Poprvé v historii se slavného závodu v Holmenkollenu nemohli zúčastnit někteří pozvaní zahraniční hosté.

Místopředseda Mezinárodní krasobruslařské federace J. Favart se zmiňuje o tom, jak zabránit těmto akcím: »Nejlépe by bylo, kdyby se o to postaral celý svět. Takové „bariéry“ nemohou sportovci potřebovat. Ideálním řešením by byly cesty sportovců do zahraničí bez víz. Prozatím dbá usnesení ISU na to, aby se mistrovství zadávala zemím, které umožní všem sportovcům účast. Na tom budeme stavět.

Podivný, ale skutečný závěr je z NSR, kde sportovní loutky v Bonnu prokázaly, že nechtějí spolupracovat. Časopis SKI (NSR) oznámil toto rozhodnutí: »...jakýkoliv vzájemný styk lyžařů NDR a NSR je přerušen. Jakýkoliv

jednání v tomto směru nemají smysl. Poukazujeme na to, že účast na sportovních shromážděních, společných celoněmeckých jednáních, nebo sportovních akcích mají trestné následky.« (Jedná se o tzv. düsseldorfský zákaz, pozn. red.).

Jaké stanovisko k tomu zaujmají poctiví občané v NSR, ukázaly rozhovory v Oberhofu, kterých se zúčastnilo v letošním roce 300 západoněmeckých sportovců a funkcionářů. Zde společně s představiteli DTSB (Svaz tělesné výchovy v NDR) byly projednány aktuální otázky. Z příspěvků občanů NSR: »Jsem přesvědčen, že nás příště přijede ještě více. Postaráme se o to, aby byl tento düsseldorfský zákaz zrušen.« Další účastník: »...tak jako jsme dodrželi slovo a přijeli letos do Oberhofu, tak také v příštím roce přijedeme do NDR na závody okresu Suhl.«

Českoslovenští lyžaři plně souhlasili s rozhodnutím výkonného výboru FIS ze 4. února letošního roku, i když jsme měli výhrady k názvu soutěží. Pro úplnost uvádíme tehdejší stanovisko předsedy FIS M. Hodlera: »Rozhodnutí o odřeknutí mistrovství světa nebylo tak těžké. Drželi jsme se statutu FIS, které byly podle názoru většiny členů výkonného výboru porušeny. Kdybychom připustili, že jedna z členských zemí se nemůže mistrovství světa zúčastnit, přivedli bychom FIS do chaosu... domnívám se, že sportovní svazy se musí z těchto událostí poučit. Mám zprávu z oficiálních míst, že také mezinárodní olympijský výbor chce doplnit svoje statuty o to, že olympijské hry mohou být provedeny jen tehdy, když všechny členské země budou moci startovat. Jedná se o principiální stanovisko. Nesmíme ustupovat před žádnými politickými vlivy, jinak je vážně ohrožen rozvoj mezinárodního sportu.«

Další vývoj po 4. únoru ukázal, že někteří představitelé ve FIS učinili vše pro to, aby toto rozhodnutí co nejvíce zmírnilo. Při mistrovství v Zakopaném se znovu jednalo o Chamonix a podařilo se usnesení do určité míry změnit. Dnes nejen název, který u veřejnosti měl přilákat co nejvíce zájemců (mistrovství FIS — světový pohár), ale i další opatření pomohla pořadatelům. Původní správné usnesení bylo doplněno:

1. Pro konečné vyřešení celé otázky mistrovství světa v Chamonix bude svolán mimořádný kongres.
2. Za předpokladu, že to bude potvrzeno na mimořádném kongresu, mohou být udělovány provizorní tituly a medaile mistrů světa.

S těmito závěry nesouhlasíme, neboť tato opatření by prakticky umožnila uznat soutěže v Chamonix jako mistrovství světa. K tomu také pomohli novináři z kapitalistických států, kteří ve všech zprávách nesprávně označovali závody v Chamonix jako mistrovství světa. I přes tyto skutečnosti je třeba zdůraznit, že zásadní stanovisko zástupců socialistických zemí a poctivých funkcionářů na Západě zvítězilo a že toto morální vítězství, i když bylo částečně zeslabeno dalšími opatřeními, dává záruku dalšího úspěšného boje proti jakékoliv diskriminaci.

Československá sekce lyžování proto navrhla:

1. Statut FIS § 2/3: mistrovství světa mohou být pořádána jen v takové zemi, která umožní start všech družstev zemí sdružených ve FIS.
2. Mezinárodní lyžařská pravidla (IWO) § 1 doplnit o: všechny země sdružené ve FIS mají právo zúčastnit se mistrovství světa. V případě nesplnění této podmínky, nemohou být soutěže v žádném případě ve stejném termínu ani přejmenovány, ani organizovány jako mezinárodní závody.

3. Pokyny pro organizování mistrovství světa § 2 doplnit... v případě, že z jakýchkoliv důvodů není delegacím zemí sdružených ve FIS vydáno povolení k účasti na mistrovství světa, může se mistrovství přesunout do náhradního místa, pokud toto bylo kongresem stanoveno. Jinak se soutěže nekonají.

§ 8 doplnit za I. Kandidáti předloží potvrzení nebo jiné záruky o tom, že budou vydány všem závodníkům povolení ke vstupu do dané země.

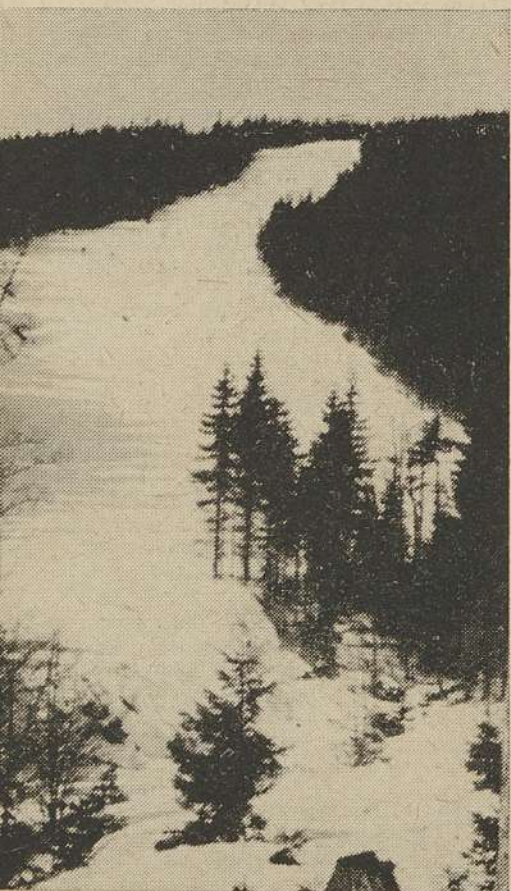
-lyž-

ZNÁTE ŘÍČKY?



■ Pohled ze slalomového svahu na Komáří vrch.

■ Slalomový svah úpravou i sklonem uspokojí i ty nejnáročnější.



Za hodinu jízdy autobusem z Ústí nad Orlicí směrem přes Žamberk a Rokytnici se ocetnete v samém středu Orlických hor, v Říčkách, ideální rekreační oblasti, vroubené lesy táhnoucími se až ke státní hranici.

Oblast Říček svou polohou i nadmořskou výškou je přímo předurčena pro zimní i letní rekreaci. Klidné, líbezné prostředí přivábilo i přední pražské umělce, kteří tu v rázovitých chaloupkách tráví svou dovolenou. Po horském hřebenu prochází známá Jiráskova stezka, hojně navštěvovaná turisty a v podzimních měsících se zdejší lesy stávají dostaveníčkem lovců vysoké zvěře.

Příznivé sněhové podmínky a lyžařské terény daly vznik myšlence vybudovat zde zimní středisko. Od myšlenky nebylo daleko k činu a členové lyžařského oddílu TJ Jiskra Ústí nad Orlicí se dali do práce. Pod vedením předsedy oddílu B. Šudy podařilo se jim vytvořit nadšený kolektiv. Dobrý nápad zaujal nadšence bílého sportu i z ostatních měst ústeckého okresu a tak společným úsilím vytvořili dílo, které zaslouží uznání. Začínali s holýma rukama a za tři roky postavili zimní středisko — dílo reprezentující hodnotu téměř jednoho miliónu Kčs.

a to vše brigádnicky. Počet 50 700 odpracovaných hodin mluví sám za sebe.

Zákletá (1006 m), na jejímž svahu je postaven lyžařský vlek, slalomová trať i sjezdovka, je centrem zimního střediska. Poněvadž dosavadní sjezdovka již nevyhovovala, byla v minulém roce vytrasována nová, podstatně rychlejší, takže i nároční jezdci si přijdou na své. Je technicky náročná, rychlá, při tom však bezpečná. Výškový rozdíl činí 310 m, délka 1200 m. Nový slalomový svah patří vůbec k nejlepším v Čechách. Že zde jsou dobré podmínky pro sjezdové disciplíny, dosvědčil i přebor mládeže Východočeského kraje, který zde byl v únoru 1961 uspořádán.

Nejen pro závodníky, nýbrž i pro začátečníky a lyžaře-turisty mají Říčky velmi vhodné terény. Po hřebenu Orlických hor je možno dostat se Jiráskovou cestou na Deštnou, Šerlich (státní hranice) nebo opačným směrem na Arnoštku (krásné výhledy směrem k Suchému vrchu a Kralicému Sněžníku), k Zemské bráně na Čihák (státní hranice) a uspořádat mnoho jiných krásných zimních výletů.

Jsou to také prosorné plány přímo nad Říčkami pro rekreační lyžování

■ Celkový pohled na Říčky, ve kterých jsou i vhodné běžecké terény.



přímo ideální. Právě pro tyto velmi dobré podmínky si školy ústeckého okresu v Říčkách budují vlastní ubytovny, které po dokončení mohou mít celoroční provoz a mládež tak bude zajištěn pobyt v přírodě při minimálních finančních nákladech.

V provozu jsou dva lyžařské vleky. Malý u chaty TJ Jiskra, slouží hlavně pro mládež a začátečníky. Velký vlek je vybudován na svahu Zakleté, v prostoru vlastního zimního střediska, mezi slalomovým svahem a sjezdovkou. Dolní stanice výtahu je na jejich dojezdu.

O pohodlí lyžařů je dobře postaráno. Přímo v zimním středisku u spodní stanice vleku je malá restaurace. Ubytovat se můžete v Říčkách v horské chatě RJ nebo v Rokytnici, která má se střediskem vhodné autobusové spojení. V současné době se staví srubový tábor, který bude dokončen v tomto roce.

O vzrůstající popularitě Říček svědčí nejen pravidelné zájezdy lyžařů z okresu Ústí nad Orlicí a Rychnova nad Kněžnou, ale i zájem, který projevuje i Hradec Králové a další okresy. Je třeba zvážit, zda by nebylo vhodné zřídit sezónní přímé autobusové spoje Pardubice—Hradec Králové—Říčky, Svitavy—Litomyšl—Říčky.

V druhé etapě výstavbě Říček se počítá s vybudováním restaurace ve srubovém táboře a zřízením koupaliště, citelně postrádaného v letních měsících. V zájmu dalšího rozvoje zimního střediska bude žádoucí postavit ubytovací zařízení v bezprostřední blízkosti lyžařských zařízení. Kromě toho lyžařský oddíl TJ Jiskra Ústí nad Orlicí plánuje výstavbu skokanského můstku s kritickým bodem 43 m, podle projektu inž. Jarolímka.

Je toho hodně, co se bude muset ješ-



■ Vlek nové konstrukce na Zakletou sta-
či uspokojit všechny zájemce.

tě zlepšit v novém středisku. Jde však o úkoly splnitelné. Snem všech, kteří jezdí do Říček, je výstavba nového moderního hotelu, který je opravdu pro tento kout Orlických hor nezbytný.

Říčky čekají na nové návštěvníky. Čekají i na vás a jistě nebudete zklamáni.

■ O občerstvení hned u dojezdu sjezdovky i slalomového svahu pečuje malá restaurace.



ZÁVAZKY- cenným a skutečným pomocníkem

II. sjezd ČSTV byl významnou událostí v tělovýchovném hnutí. Na jeho počest byla uzavřena celá řada hodnotných závazků. Členové naší organizace tím pomáhají nejen tělovýchovnému hnutí, ale i zemědělství a celému národnímu hospodářství. Radostná pro nás byla i ta skutečnost, že řadu z nich uzavřely i svazácké a pionýrské skupiny, které se tím hlásí k plnění úkolů uložených listopadovým zasedáním ÚV KSČ. Tak například:

■ V TJ Sokol LIAZ Radvaň se členové zavázali, že při dokončovacích pracích na sportovních objektech odpracují 1000 brigádnických hodin. Při nárazových pracích na JZD Slovenského národního povstání odpracují 500 brigádnických hodin a plán rozvoje tělovýchovné jednoty splní do XII. sjezdu KSČ. Také členové TJ Slavoj Sereď, okres Galanta, se zavázali odpracovat v tomto roce 5000 brigádnických hodin na výstavbě stadionu.

■ Členové TJ Lokomotivy Košice odpracují na sportovních objektech 30 000 brigádnických hodin. Vybudují šest drobných hřišť pro různé sporty a zabezpečí je potřebným počtem cvičitelů pro mládež.

■ V tělovýchovné jednotě v Nové huti Klementa Gottwalda se mezi jiným zavázali zvýšit počet cvičitelů tak, že zapojí do pravidelné tělovýchovy dalších 1000 chlapců a děvčát. Také pionýrská skupina základní devítileté školy ve Vrbatcích zvýší počet cvičící mládeže o 100 procent a upraví na školním dvoře hřiště pro košíkovou.

■ Členové TJ Slavoj Žižkov se zavazují, že ve spolupráci s ostatními složkami zapojí 70 procent mládeže svého rajónu do tělesné výchovy (do konce roku 1962).

■ Pracovníci Okresního domu pionýrů a mládeže v Kroměříži uspořádají v červnu okresní olympiádu mládeže. Vyškolí s pomocí OV KSČ 800 vedoucích pionýrských oddílů na pomocné cvičitele.

■ Učni odborného učiliště n. p. Kaučuk v Kralupech n. Vlt. ujišťují, že budou denně v průměru alespoň hodinu cvičit; Kursu pomocných cvičitelů ZTV se zúčastní 21 chlapců; v akci Z odpracují na výstavbě koupaliště v Kralupech 1000 brigádnických hodin.

■ Pionýři základní devítileté školy v Kostelci na Hané si dali krásný a hodnotný závazek, že za pomoci sdružení rodičů a přátel školy vybudují malý bazén pro potřebu školy.

Závazků uzavřených na počest II. sjezdu bylo opravdu hodně. V současné době jde o to, aby nezůstaly jen na papíře, ale aby opravdu byly splněny a tím přispěly k rozvoji tělesné výchovy.

XII. sjezd Komunistické strany Československa, který se koná na podzim tohoto roku, a hnutí pracujících k této významné celonárodní události by měly být pro nás další pobídkou. Mnohde se tak již stalo a závazky, zejména brigádnického charakteru, pomáhají při výstavbě nových tělovýchovných zařízení.

SE SNĚHEM ČINNOST NEKONČÍ

Duben je pro lyžařské pracovníky měsícem, kdy se hodnotí uplynulé období a zároveň se připravují plány na příští sezónu. Závodníci i řadoví členové oddílů základního lyžování čekají na letní doplňkovou činnost.

Dnes snad již nikdo není na pochybách, že ve sportu prakticky nekončí sezóna. Kdo ze závodníků chce něco dokázat nebo udržet si přední místo, nemůže ani v přechodném období zahálet. Mnozí to řeší tak, že vyhledávají těžkou tělesnou práci, hlavně v lese, kde mají příležitost se případně i proběhnout terémem. Jiní zase volí různé doplňkové sporty v jiných oddílech či odborech jednoty.

Pokud jde o mládež, věc není tak zcela jednoduchá. Můžeme dnes s uspokojením konstatovat, že je za námi jedno více než úspěšné zimní období. To však nás zavazuje, abychom hledali nové cesty a formy obsahu činnosti a abychom hlavně v oddílové činnosti neochabovali ani v jarním a letním období. Musíme si všichni uvědomit, že mládež v této době čeká na příležitost, a je na nás, pracovnících s mládeží, tuto příležitost poskytnout.

Mladé je třeba udržet pohromadě i mimo snůh a využít jejich jednostranného zájmu o lyžování k vštěpování potřeby denního cvičení a sportování. Vzbudit u nich širší tělovýchovné a sportovní zájmy tak, aby si uvědomili, že nejvšestrannější tělesná výchova má být cílem každého mladého člověka, má-li být v budoucnu platným členem společnosti.

Již několikrát jsme se zmínili o tom, že tělesná

výchova není věcí jen našeho svazu, ale, že se na provádění tělesné výchovy mládeže mají podílet všechny složky NE. Se všemi je možné spolupracovat. Pro spolupráci s lyžařskou mládeží se přímo nabízí spolupráce se školou. Zdůrazňujeme spolupracovat, nikoliv přenášet na školu úkoly, jak se mnohdy stává. Jen skutečná vzájemná spolupráce a vzájemná pomoc mohou přinést ovoce úspěchu.

Jednou z možností je společná činnost zaměřená k přípravě a k plnění disciplín odznaku BPPOV, na něž jistě ve všeobecné tělesné přípravě nezapomeneme. Jiná možnost je spolupráce na budování různých tělovýchovných zařízení svépomocí. I zde je možné si vzájemně pomáhat. Škole pomůže oddíl při budování lyžařských zařízení a obě složky obou zařízení užívají. Nebo škola vlastní pramičky, oddíl objekt v horách. Opět je tu možnost vzájemné spolupráce a pomoci. V této souvislosti zvláště zdůrazňujeme, aby právě v přechodném období obsah činnosti lyžařských oddílů byl zaměřen na turistiku, zejména na vodní turistiku.

Po tělovýchovné stránce je v turistice mnoho vhodných prvků doplňujících tělesnou kondici mladého lyžaře a zvláště po stránce výchovné se nám naskytá mnoho momentů, které lyžování jako vyložené individuální sport postrádá. Je tedy turistika vhodným doplněním i po stránce výchovné. Samozřejmě, že vodní turistika je pro všechny svoje typické prvky tělovýchovné i výchovné tím nejideálnějším doplňkem lyžování. Stanovme si proto ve svých plánech činnosti na přechodné období cíl, že nebude jednoho lyžařského oddílu, který by neuspořádal pro svou mládež o letních prázdninách několikadenní stálý nebo putovní tábor a který by obsah činnosti mládeže k tomuto cíli nezaměřil.

Dr. MIROSLAV PROKŠ,

člen komise mládeže ústřední lyžařské sekce

JEDEN ZO VZORNÝCH CVIČITELŮV



■ Vzorný cvičitel dr. I. Seliga (první vpravo) jako vedoucí krajského kurzu cvičitelův na Chopku.

Nie je ešte jubilant, pokiaľ ide o roky. Veď do štyroch desiatok rôčkov mu ešte čosi chýba. Kus práce, ktorú pre lyžovanie vykonal, však oprávňuje na to, aby sa jeho meno v našom medailónku objavilo.

Z mesta nad Dunajom dostal sa ako 16-ročný do objatia zasnežených Vysokých Tatier. Tam, kdesi na lúčke »u Lehotských« dostal sa do rúk tatranského cvičiteľa Fera Bujaka. Mal znamenitú prípravu. Spôčiatku pretekal. Jeho koničkom boli skoky na lyžiach. Výbrus mal len z malého mostika, čo stál doneďava na Kamzíku, kým ho nenahradil kovový elegán s umelou hmotou. Potom sa vrhol na veľký Jarolímkov mštok na Štrbskom Plese. Už na druhý deň mal na ňom »v nohách« 60-metrový skok. Medzitým tiež behával i zjazdovoal. V jeho športových trofejách je 6 medailí za tituly krajského preborníka v skoku, mnoho cenných umiestení z bežeckých i zjazdárskych pretekov. Má i troje z medzinárodných pretekov, ktoré získal na medzinárodných vysokoškolských lyžiarskych pretekoch v Kitzbühli (Rakúsko). Pekne sa vyníma 8 plakiet, ktoré mu patria za účasť vo víťazných hliadkach kraja v Sokolovských pretekoch brannej zdatnosti, ďalej odznaky z celoštátnych majstrovstiev SPBZ atď. atď.

Pune cvičiteľa získal pred 23 rokmi. Kus umu, svihu i súšenosti a rád mu dali

osvedčení vedúci Nedobry, Jánošík a Buják. Potom pracoval sám, čerpajúc z toho, čo takto získal. Rok čo rok — kým býval sneh na Kamzíku — prechádzalo »jeho rukami« veľa adeptov bieleho športu. Neskôr si jeho dôvtip i pedagogické skúsenosti všiml i ústredí. Každú zimu sa mu dostalo možnosti rozdeliť sa s poznatkami s tými lyžiarimi, čo si zaumienili učiť iných svižnosti v ovládaní lyží — teda s budúci cvičiteľmi. Takto ho pozná do tisíc lyžiarov. Mnohí v práci ochabli — ale voľačo z nich i zostalo. A so svojím bývalým vedúcim stvárajú súčasne mlad pre úlohy SHM...

Veľa času zo svojho voľna venuje MUDr. Igor Seliga športu. Veď okrem lyžovania »je doma« i vo vodáctve, v cyklistike, vo vôlejbale, vo vodnom motorizme a v ďalších športoch. Robí do toho i ako pretekár i ako junkcionár. Napríklad vo vodnom motorizme v kategórii športových klzákov s motorom do 350 ccm »BU« je krajským preborníkom — súčasne robí i predsedu krajskej sekcie branneho vodáctva a zároveň je členom ústrednej sekcie vodného motorizmu.

Nielen v športe — ale hlavne vo svojom povolani — prejavuje tvorivú iniciatívu. Na pracovisku je vzorným pracovníkom, podal už dva zlepšovacie návrhy. A aj tu má možnosť pracovať prevažne s mládežou.

Pracoval v zdravotníckej komisii lyžiarskej sekcie SV ČSTV. Činný bol aj

ÚSPĚCH TĚŠÍ A ZAVAZUJE

PŘEBOR ČSSR DOROSTU VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH



Ve dnech 21. až 25. února se konal na Pustevnách přebor ČSSR dorostu ve sjezdových disciplínách. Právě, až nepříjemné zimní počasí v prvních dnech, dostatek kvalitního sněhu a milé prostředí obnovených Pusteven vytvořily k soutěžím pěkný ráz. Ke startu byli připuštěni závodníci přesně podle stanoveného klíče a vydaná směrnicí ústředním orgánem je zákonem a platí bez výhrad pro každého.

Závod začal ve čtvrtek obřím slalomem pro všechny kategorie na staré sjezdovce, dorostenky mladší na zkrácené trati. Autor volil rychlé, z velké části otevřené branky a místo startu správně posunul pod »alej«. Dobrý výkon podali Mladějovská, Petřík, Matoušek a Vojtěch, který se však v tréninku zranil a celý přebor nemohl jet »naplno«. V hodnocení krajů se po prvním dnu soutěží dostal do čela kraj Východočeský a po celé trvání závodů nebyl předstížen.

V pátek pokračovaly soutěže slalomem dorostenců starších a dorostenek starších, zatím co kat. mladší měly non-stop trénink ve sjezdu. Nejvíce práce v tento den měli technici, kteří museli upravovat jak svah pro slalom, tak i sjezdovku, neboť přes noc napadlo 40 cm nového sněhu.

v trénerskej rade — a v krajskom meradle je činný i teraz.

Horlivo propaguje na výnkách krásneho modrého veltoku i vodné lyžovanie.

Teda slušný výčet výsledkov, zdújmov i funkciu. Nie nadarmo absolvoval v Arose u známeho lyžiarskeho odborníka Romingera kurz riaditeľov lyžiarskych škôl. Veľa si odtiaľ doniesol. Veľa toho už záujemcom rozdal — a sme presvedčení, že má ešte veľa, veľa toho, čo môže krásneho z tajov lyžiarskej výučby ďalším nadšencom odovzdať.

Štyri roky je tomu, čo mu prepožičali titul vzorný cvičiteľ. Toho istého roku dostal i odznak 2. triedy za »Zásluhy o budovanie Svázarmu«. Chceme veriť, že to nie sú významovania posledné. Ved z palety jeho bohatých poznatkov bude môcť ešte dlho tvoriť hodnotné typy ďalších, tak potrebných a oduševnených cvičiteľov. Najmä však bude si vedieť nájsť čas zájsť medzi mládež — a to hlavne našu lyžiarsku mládež! Z nej chce vychovať ozajstných športovcov-vlastencov. Zaujímavý je aj jeho postreh z práce medzi mládežou. Chová si ju ako učeníka. No zdá sa mu, že sa jej príliš dáva, a to často bez miery. Ona si toho nevie dosť vážiti! Zaspomínajúc tu i tam dr. Šeliga prebrčie: »Oneta ťažšie sme my dostávali niečo — a keď to už sem-tam nejaká tá maličkosť bola — to sme si vedeli oceniť!« Želáme mu, aby jeho predšavzate bolo i naďalej úspešné. Nech v duchu uznesení II. sjazdu ČSTV vychová veľa vzorných lyžiarov, pretekárov, cvičiteľov i funkcionárov!

Slalom se jel na novém »Svahu mladých«. Je to pěkná stráž, délkou i sklonem naprosto vyhovující pro nejvyšší soutěž dorostu. Velkou nevýhodou však je, že zejména vrchní část je vystavena větru, takže i tentokrát byl nový snh navátý v dolním úseku trati, zatímco horní část byla až na led vyvátá. Autoři Hrňa a Pitucha vytvořili trať velmi dobře, využili plného počtu branek i délky.

Slalom obou starších kategorií dorostu byl po sportovní stránce velmi napínavý. Po pádu Ivy Mladějovské získala přebornický titul celkem bez velké námahy M. Polozová z TJ Gottwaldov. Soutěž dorostenců vedl po prvním kole L. Petřík, těsně sledován svým oddílovým příslušníkem J. Novotným, oba z Východočeského kraje. V druhém kole padlo rozhodnutí. Petřík přehlédl modrou branku těsně pod startem, musel se vracet, a toho pochopitelně využil Novotný, který s přehledem projel trať druhého kola a získal zasluženě vítězství. Technicky dobrou jízdou předvedl i M. Králík, který se po těžkém loňském zranění dostává do formy.

Odpoledne jeli mladší dorostenky i dorostenci povinně non-stop-trénink ve sjezdu. Organizace a zajištění bylo znamenité, takže závodníci měli možnost prověřit své možnosti před závodem. Téměř všichni jezdili naplno a tak dobře, že bylo těžké předem předurčovat vítěze.

Sobotní pořad vyplňovaly soutěže ve slalomu mladších kategorií. Přesto, že autoři opět využili maximální délky i počtu branek, jistě byl zejména slalom mladších dorostenců krátký. [Čas vítěze prvního kola J. Korman 33,4 vt. a vítěze druhého kola J. Vojtěcha 29,6 vt. se mi zdá pro přebornickou soutěž skutečně málo.] V ten den se i počasí trochu umoudřilo, zmírnil se vítr, přestalo vytrvale sněžit, ale charakter trati, tj. led a měkký snh, se nezměnil.

Slalom dívek byl hladkou záležitostí H. Fretschnerové z Ústí n. L. Příjemně překvapila i brněnská Kučerová, která předvedla technicky dobrou a při tom bojovnou jízdou. Závod chlapců byl dramatičtější. Vedení v prvním kole získal J. Korman z Tatranské Lomnice před Baštou a Vojtěchem z Východočeského kraje. Tito dva závodníci nastoupili k útoků na vedoucího Kormanu ve druhém kole. Bašta však v odvážné jízdě na trati havaroval. Vojtěch sice zajel nejlepší čas druhého kola, ale na více než třívteřinovou ztrátu z kola prvního mu to nestačilo. Korman prokázal své kvality, vedení z prvního kola si uhlájil a stal se přeborníkem ve slalomu.

V neděli se počasí zlepšilo. Trať

sjezdu byla dobře připravena a poskytovala záruku, že bude dosaženo maximálních výkonů. Na zkrácené trati pro dorostenky mladší se konečně dočkala úspěchu slovenská závodnice M. Cuninková, která odvážnou jízdou se stala přebornicí ve sjezdu. Velmi dobře zajela též Vlasta Fretschnerová. Starší dorostenky vyhrála opět Iva Mladějovská impozantním způsobem jízdou. Celý přebor vyvrcholil závodem ve sjezdu dorosteneckých kategorií. V mladších se na prvních dvou místech umístili závodníci Severomoravského kraje Polišínský a Horák. Jejich jízda byla hodnotná a výkon v žádném případě nelze podceňovat. Byly to však právě kovové lyže zn. »Kastle«, které oběma závodníkům zajistily dostatečný časový náskok již v horní ploché části trati. Teprve po »kovu« přišli na řadu závodníci s lyžemi naší výroby v pořadí Korman, Vojtěch a Matoušek. Boj se rozpoutal též mezi dorostenci staršími. Vítěz G. Sinay z Východoslovenského kraje získal vítězství nejen vynikající jízdou, ale tím, že největší konkurent Luboš Petřík zbytečným riskováním asi sto metrů před cílem padl a připravil se o jistý úspěch. Na dalších místech dojele ve stejných časech Novotný se Škampou, Jakšík a Králík. O dobrém výkonu dorostenců svědčí to, že několik let starý traťový rekord mistra sportu J. Bogdálka byl dorostenci několikrát překonán. S netrpělivostí bylo očekáváno pořadí závodníků ve sjezdovém trojboji — nejhodnotnější soutěží celého přeboru. Nejspolehlivějšími jezdci se ukázali dorostenky Fretschnerová a Mladějovská a dorostenci Novotný a Vojtěch, kteří po zásluze získali přebornické tituly.

Na žádných soutěžích jsem se nesešel s tak dobrou výchovnou prací a kulturním programem jako na Pustevnách. Bylo tu denně filmové představení, kulturní vážné i zábavné programy, zhlédli jsme členy Oblastního divadla Petra Bezruče a kulturní úderku Krajského výboru ČSM. Prozradím i toho, kdo měl o tento úsek činnosti největší zásluhu. Byl to neúnavný lyžařský pracovník souduh Jakšík. — Nejvíce práce s přeborem měli technici. Mezi největší obětavce patřili s. Polišínský a Válek, předseda komise mládeže Severomoravského kraje. — Kde však zůstaly přebornické plakety? Diplomů si všichni závodníci, kteří si je vybojovali, velmi vážili, ale není to trochu málo?

J. VOJTĚCH,
předseda komise mládeže

Po významných úspěších severských běžců na zimních olympijských hrách i na mistrovství světa považují za správné připomenout, jak významnou roli v přípravě severských běžců hrají orientační závody. Skutečnost, že stovky nejlepších lyžařů se orientačních závodů pravidelně zúčastňují, je tak závažná, že stojí za promyšlení i v našich poměrech.

Nejlepší švédští lyžaři se zúčastňují orientačních závodů hlavně v podzimním období, méně na jaře, kdy hledají odpočinek po zimních závodech. Lyžařských orientačních závodů se zúčastňují lyžaři specialisté

LETNÍ PŘÍPRAVA A ORIENTAČNÍ ZÁVODY

na lyžích Kalevi Hemelainen (pro zajímavost připomínám, že v r. 1954 startoval na mezinárodních závodech v Harrachově) zastává názor, že mu v získání formy v létě nejlépe pomáhají právě orientační závody. Také nejúspěšnější lyžař Finska mnohonásobný mistr světa a olympijský vítěz Veiko Hakulinen se zúčastňoval orientačních závodů již od dětství. Je zajímavé, že v orientačních závodech nestál vždy na předních místech, ba naopak objevoval se i na posledních. A přesto zůstal orientačním závodům věrný a stejně jako řada dalších předních běžců se zúčastňuje orientačních závodů i v době své vrcholné přípravy, hlavně v podzimních obdobích. Několikrát prohlásil, že orientační závody mají hrát důležitou roli v přípravě lyžařů. Střídavý rychlý běh v terénu severského způsobu orientačního závodu je výhodný nejen z technického, ale i z psychologického hlediska. Vyžaduje fyzickou zdatnost i soustředění na zvládnutí orientace. Tím, že se zde běhají závody jednotlivců je význam pro lyžaře ještě větší. Pro vrcholného lyžaře-běžce nejsou samozřejmě nároky na výkon takové, jako při lyžařských závodech. To vše vytváří výhodné podmínky i po nervové stránce, která hraje důležitou roli v přípravě běžce. Výkon je samozřejmě ovlivňován i orientačními znalostmi a schopnostmi. Zkušenosti severských lyžařů, a u nás je situace podobná, ukazují, že lyžaři nahánějí čas v přehledných úsecích tratí a ztrácejí cenné vteřiny při orientaci a na kontrolách. Z hlediska lyžařského tréninku je to pochopitelné, ovšem je žádoucí, aby i v této slabině šli lyžaři nahoru. Myslím, že i u nás nalézají v posledních letech orientační závody mnoho vyznavačů mezi lyžaři specialisty. Řada předních závodníků, jako Matouš, Hrubý, Huska, Gabriel, Potměšil, Mlynář atd. startovala již na mnoha orientačních závodech. Zajímavé je však to, že se spíše zaměřují na lyžařské orientační závody v zimním období. I když se naši lyžaři zúčastňují i letních závodů, přece nemůžeme tvrdit, že by byly letní a podzimní závody významnou součástí systematické přípravy lyžařů, jak to vidíme u lyžařů severských. Velký jejich rozmach v poslední době u nás, jejich úprava a hotový charakter dávají i lyžařům velké možnosti v letní přípravě.

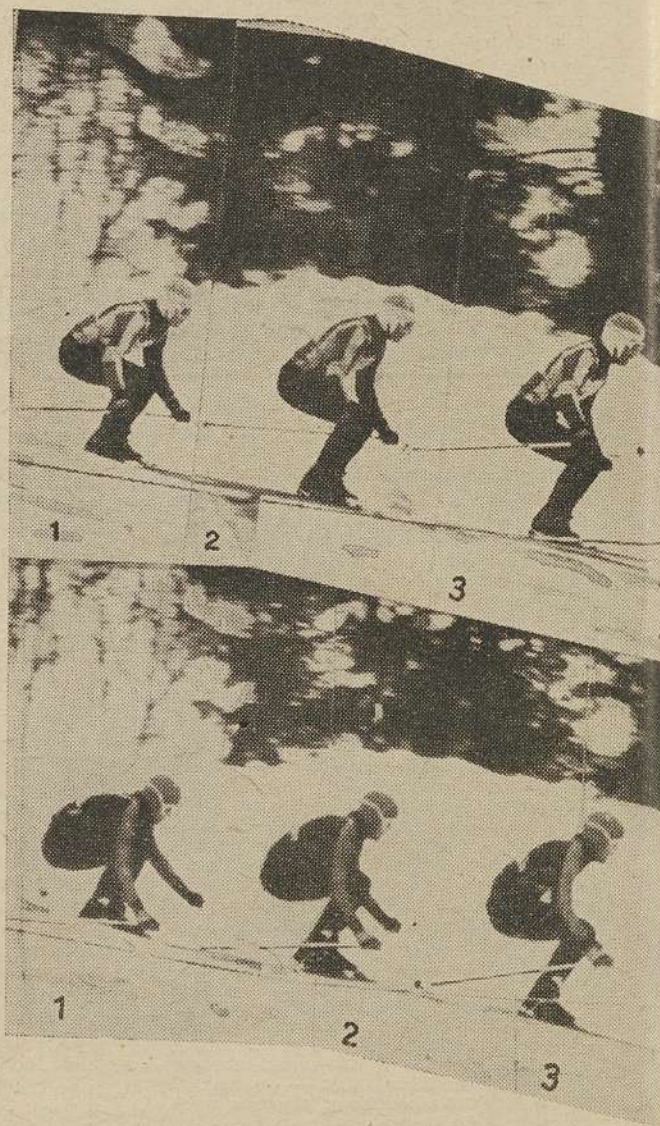
Větší účast závodníků různých sportovních odvětví v orientačních závodech bude znamenat přínos nejen z hlediska propagačního, ale i technického.

BOHUSLAV SÝKORA

poměrně málo. Také ve Finsku nalézá řada předních závodníků v orientačních závodech hlavní náplň tréninku před zimou. Mistr světa a olympijský vítěz v běhu

Střední část sjezdové trati Piste Verte v zimním středisku v Chamonix vede šikmo zvlněným terénem. Vzhledem ke značnému sklonu a k velké nájezdové rychlosti jedou zde závodníci 80—90 km rychlostí. Jejich technika přejezdění terénních vln je značně odlišná. Typickým představitelem první skupiny, která vlny skáče, je Francouz Périllat (start. číslo 1 — kinogram I.) — vítěz Velké ceny Chamonix 1961. Druhou skupinu reprezentuje jeden z nejlepších rakouských sjezdařů E. Zimmermann (start. číslo 5 — kinogram II.). Fotografie zachycuje část trati, na které byli závodníci filmováni. Oba kinogramy jsou pořízeny ze stejného místa frekvencí 64 obr. vt. Na kinogramech je zachycena každá šestá fáze pohybu. Pozadí a provaz, natažený podél trati, nám umožňují dobře sledovat jak dráhu hlavy, tak těžiště, nohy sjezdařů a tím i celý průběh přejezdu a provést jeho rozbor.

Périllat (start. číslo 1) skáče s vlny do protisvahu terénní prohlubně bez odrazu, tak, že se nechává vlnou vyhodit. Skok neutlumí, ale také se nijak aktivně neodráží. Křivka jeho těžiště opisuje až na figuru č. 9, kde došlo



■ Kinogram II. E. Zimmermann, startovní číslo 5, na stejném úseku tratě.

TERÉNNÍ VLNY

k dotyku lyží se sněhem, dráhu určenou setrvačnou silou, zemskou přitažlivostí a odporem vzduchu, takže plynule klesá. Dopad tlumí hlubokým snížením postoje. Jeho těžiště opíše po dopadu vzhledem k terénu oblouk o značně menším poloměru.

Zimmerman (start. číslo 5) se snaží udržet kontakt lyží se sněhem a vlnu prošlapuje. Tím je také celkově dráha jeho těžiště blíže k terénu. Ani on se nevyhnul úplnému odlehčení těžiště, což se projevilo ve figurách 4 a 5, kde došlo k nepatrnému odlepení lyží od sněhu. V porovnání s Périllatem je tlumení dopadu u Zimmermana (č. 5., obr. 8—11) mnohem plynulejší. Je rozloženo na delší dráhu a je provedeno v delším časovém intervalu. Protože i poměr křivosti dráhy těžiště při projíždění dolíku prohlubně je větší, zmenšuje se i odstředivá síla.

Z rozboru a srovnání obou způsobů jízdy můžeme mimo jiné učinit tyto závěry: 1. Přejezd vlny skokem klade vysoké nároky na stabilitu sjezdaře, trénovanost a znalost trati.

2. Přejezd vlny prošlápnutím je méně náročný na stabilitu sjezdaře lépe tlumí dopad, je však namáhavější.

3. Oba způsoby jsou přibližně stejně rychlé.

U obou závodníků je pozoruhodný dokonalý vejcovitý sjezdový postoj, ve kterém setrvávají do posledního okamžiku při nájezdu na vlnu a který opět zaujmají v zápětí po dopadu (přejezdu).

■ Kinogram I. G. Périllat, startovní číslo 1.



■ Pohled na střední část členitého úseku sjezdovky Piste Verte, na kterém byli oba jezdci filmováni. Pověšměte si napnutého pronažu, který je patrný i na obou kinogramech a pomáhá nám v posouzení jízdy.





■ V letošní sezóně dosud neporažená Lenka Weissšhutlová (uprosřed) se svou spolubojovnicí z vítězné štafety s mladší dorostenkou Mirkou Košťálovou.



■ Mladší dorostenec J. Rázl se svým bratrem sleduje soupeře ve skoku.



Blýská se na lepší časy

REPORTÁŽ Z PŘEBORU ČSSR DOROSTU
V KLASICKÝCH DISCIPLÍNÁCH

Harrachovské středisko se od 1. do 4. března rozezvučelo mladými hlasy z celé republiky. Setkala se zde mládež, výběr nejlepších běžců a skokanů z deseti krajů naší vlasti. Známí i neznámí hrdinové běžeckých tratí, skokanských můstků spolu se svými vedoucími a trenéry. Ti byli sice starší, ale mladým srdcem, nadšením a láskou k lyžařskému sportu je ještě překonali.

Prostředí v tělovýchovném středisku ÚV ČSTV na Rýžovišti umožnilo radostné soužití všech účastníků přeboru. Promítání filmu z mistrovství světa 1962 v Zakopaném, televizní pořady i náhodná setkání menších kolektivů v prostorách střediska sice vhodně doplnili program přeborů, ale zdá se, že při mistrovství dospělých byla kulturně propagační práce mezi závodníky věnována větší péči. Určitým nedostatkem bylo ubytování reprezentantů Jihočeského a Východočeského kraje, kteří bydleli v ubytovně, půl hodiny vzdálené.

Pracovníci Jiskry Harrachov a TJ Rudé hvězdy Semily věnovali přípravě i vlastnímu uspořádání přeborů dorostu velkou péči. V praxi místní funkcionáři ukázali, že do důsledků

pochopili usnesení ÚV KSČ z minulého roku o mládeži i závěry II. sjezdu ČSTV. O to větší bylo jejich rozčarování, když zjistili, že se tak významné akce mládeže nezúčastnil ani jediný zástupce denního tisku, rozhlasu a televize. Naprosto oprávněná byla jejich otázka. Honí se snad redaktoři jen za atraktivními sporty s mezinárodní účastí a o vrcholné utkání mládeže v tak masovém sportě jako je lyžování nemají zájem? Nepřehlédli snad oni usnesení o mládeži? Ani Mladá fronta, deník mládeže nepřinesla větší a podrobnější zprávu. A byla to škoda. Vždyť závody v Harrachově svou dramatickostí a mládežnickým elánem v mnohém předstihly některá mezinárodní střetnutí.

Všichni si uvědomujeme, že na mládeži záleží budoucnost našeho národa. Proč tedy nevyužít příležitosti a nepopularizovat zdravé, krásné mladé lidi, které cílevědomá činnost, vytrvalost a tvrdý trénink přivedly z různých koutů naší republiky až na stupně vítězů. A nemálo z nich jsou vzornými pracovníky a studenty svyznamenaním. Podobným nedostatkem byla i neúčast zástupce komise mládeže ústřední lyžařské sekce. Jistě by neměl na tak významné akci chybět.

Úroveň přeborů byla velmi dobrá. Také bojovnost většiny závodníků příkladná. Jako vždy, tak i letos se ukázalo několik vyslovených talentů. Abychom je neztratili, bylo by třeba již nyní před jejich nástupem do zaměstnání nebo i v něm jim pomáhat vytvářet vhodné podmínky, umožňující jejich neustálý růst.

BĚŽECKÉ DISCIPLÍNY

Výběru a úpravě běžeckých tratí byla věnována ze strany pořadatelů velká pozornost. Také vyznačení bylo dobré. Svědčila o tom i ta okolnost, že žádný ze závodníků nevybočil z tratě.

Prvním závodem přeboru byl běh starších dorostenců na 10 km. Startovalo 86 závodníků a všichni závod dokončili. Radostnou skutečností bylo, že limit I. výkonnostní třídy mládeže získali závod-

■ Vítěz kategorie staršího dorostu... ve skoku prostém Ladislav Diviš z Jiskry Vítkovice (na snímku vlevo, ve srovnání s bílými pruhy).



■ Desetiletý předskokan Standa Svec z Harrachova pěknými skoky zahájil závody.

níci umístění na 1. až 44. místě a II. výkonnostní třídu závodníci na 45. až 57. místě. Počasí bylo příznivé, pod mrakem, bez větru a teplota -1°C . Sněh byl v lese prachový, na otevřených pláních vlhký (mýdlo).

Přeborníkem ČSSR v běhu na 10 kilometrů pro rok 1962 je Václav Steklý z TJ Baník Osek, Severočeský kraj.

Výsledky: 1. Václav Steklý, Baník Osek, čas 39,44 min., 2. Jiří Hruška, Jiskra Domažlice, čas 40,17 min., 3. Jaroslav Svoboda, Jiskra Mšeno, čas 40,40 minut.

Následoval závod mladších dorostenců a starších dorostenek v běhu na 5 kilometrů. Počasí a sněh beze změny.

Startovalo 58 mladších dorostenců, jeden byl diskvalifikován. Limit I. výkonnostní třídy mládeže splnili závodníci na 1. až 32. místě, II. výkonnostní třídy závodníci na 33. až 46. místě.

Přeborníkem ČSSR v běhu na 5 km pro rok 1962 je Karel Štefl, TJ Sokol Nové Město na Moravě, Jihomoravský kraj.

Výsledky: 1. Karel Štefl, Sokol Nové Město, čas 20,39 min., 2. Vlado Barty, Lokomotiva Važec, čas 20,57 min., 3. Milan Miluška, Sokol Nové Město, čas 21,08 min.

Starších dorostenek startovalo 34 a všechny závody dokončily. Prvních patnáct získalo I. výkonnostní třídu, II. výkonnostní třídu získaly závodnice na 16. až 28. místě.

Přebornicí ČSSR v běhu na 5 km pro rok 1962 je Miroslava Zdeňková z TJ Sp. Závody 9. května Praha-Nusle.

Výsledky: 1. Mir. Zdeňková, Spartak Nusle, čas 23,51 min., 2. V. Radoušová, Lokomotiva Liberec, čas 24,13 min., 3. H. Felcmanová, Lokomotiva Třebová, čas 24,20 min.

■ Soudružka Lenemayera — trenéra harrachovské mládeže najdeme jen mezi jeho svěřenci.



■ Starty nejhezčích lyžařských závodů — štafet — byly V. Holanem propočítány tak, aby na stadióně byl neustálý ruch a aby byly zajímavou podívanou pro diváky. A to se opravdu podařilo.

Ve tři hodiny za nezměněných podmínek startovalo 44 mladších dorostenek na 3 km. I. výkonnostní třídu získaly závodnice na 1. až 11. místě, II. výkonnostní třídu závodnice na 12. až 27. místě.

Přebornicí ČSSR v běhu na 3 km pro rok 1962 je Lenka Weissšäutlová z TJ Jiskra Mšeno, Severočeský kraj.

Výsledky: 1. L. Weissšäutlová, Jiskra Mšeno, čas 15,18 min., 2. A. Osvaldová, Baník Kremnica, čas 16,06 min., 3. V. Pazourková, Závody 9. května, čas 16,09 min.

ZÁVOD SDRUŽENÝ

Skok do závodu sruženého musel být proveden na malém můstku P 32, protože úroveň některých skokanů většímu můstku neodpovídala. Závodu se zúčastnilo 19 mladších a 19 starších dorostenců. Stejně jako předcházející den bylo počasí velmi příznivé. Klidno, polojasno, teplota kolem nuly.

Z mladších dorostenců získávají I. výkonnostní třídu mládeže ti, co se umístili na 1. až 17. místě, II. výkonnostní třídu zbytek.

Přeborníkem ČSSR v závodu sruženém pro rok 1962 se stal Jiří Rázl z TJ Jiskra Harrachov, Východočeský kraj.

Výsledky: 1. Jiří Rázl, Jiskra Harrachov, běh 226,8 b., skok 205,2 b., celkem 432,0 b., 2. Karel Zahradník, Lokomotiva Trutnov, běh 227,2 b., skok 204,5

bodu, celkem 431,7 b., 3. Karel Štefl, Sokol Nové Město, běh 240 b., skok 182,9 bodu, celkem 422,9 b.

Všichni starší dorostenci získali I. výkonnostní třídu mládeže.

Přeborníkem ČSSR v závodu sruženém st. dorostenců na rok 1962 je Václav Steklý, Baník Osek, Severočeský kraj.

Výsledky: 1. Václav Steklý, Baník Osek, běh 240 b., skok 193,7 b., celkem 433,7 b., 2. Petr Honzl, Sokol Nové Město, běh 234,1 b., skok 192,3 b., celkem 426,4 b., 3. Josef Kraus, Spartak Vrchlabí, běh 232,9 b., skok 192,4 b., celkem 425,3 b.

ZÁVOD ŠTAFET

Posledními závody celostátního přeboru byl závod štafet a závod ve skoku prostém. Ani tentokrát počasí nepokazilo pěkný a radostný průběh.

Přeborníkem ČSSR ve štafetovém běhu mladších dorostenců na 3krát 3 km je družstvo Jihomoravského kraje v sestavě: Vojanec, Miluška, Štefl časem 40,36 min. Na druhém místě skončila štafeta Východočeského kraje, Šípek, Matz, Beneš časem 42,04 min., na třetím družstvo Severočeského kraje Rygl, Ducháček a Herčík časem 42,06 min. Závodu se zúčastnilo celkem 14 družstev.



Přeborníkem ČSSR ve štafetovém běhu starších dorostenců na 3krát 5 km je družstvo Východočeského kraje v sestavě: Stárový, Fajstauer a Kraus časem 1:00,17 hod. Na druhém místě se umístilo družstvo Severočeského kraje, Svoboda, Kadeřávek a Steklý časem 1:02:07 hod., na třetím družstvo Jihomoravského kraje O. Jelínek, Boháč a V. Jelínek časem 1:02,42 hod. Startovalo a závod dokončilo 21 štafet.

Přeborníkem ČSSR ve štafetovém běhu mladších dorostenek na 3krát 2 km je družstvo Severočeského kraje v sestavě: Šimková, Košťálová a Weissšautlová, časem 32,02 min. Na druhém místě se umístilo družstvo Východočeského kraje, Václavíková, Švarcová a Chlumová, časem 34,00 min. Na třetím družstvo Severočeského kraje, Novotná, Zmítková a Hanušová, časem 34,39 min. Závodu se zúčastnilo 12 štafet.

Přeborníkem ČSSR ve štafetovém běhu starších dorostenek na 3krát 3 km je družstvo Severočeského kraje ve složení: Bělonožníková, Balzerová a Radoušová časem 49,13 min. Druhé místo obsadila štafeta MV ČSTV Praha, Vácková, Krátká a Zdeňková časem 50,03 min., třetí štafeta Východočeského kraje, Erlebachová, Vošvrudová a Felcmanová časem 50,18 min. Startovalo celkem 11 štafet a jedna pro zranění členky vzdala.

ZÁVOD VE SKOKU PROSTĚM

Skákalo se na středním harrachovském můstku s P 52. Můstek byl dobře připraven. Výsledky i celé závody ukazují, že úroveň mladších dorostenců je mnohem lepší než dorostenců starších.

Startovalo 25 mladších dorostenců, závod dokončilo 24. I. výkonnostní třídu mládeže získali dorostenci na 1. až 20. místě, II. výkonnostní třídu zbytek.

Přeborníkem ČSSR ve skoku prostém ml. dorostenců je Jiří Ulrych, TJ Jiskra Harrachov, Východočeský kraj, celkovým počtem 206,2 bodu.

Výsledky: 1. Jiří Ulrych, Jiskra Harrachov 43 m, 44 m, 42,5 m, celkem 206,2 bodu, 2. Jiří Rázl, Jiskra Harrachov 44,5 m, 44,5 m, 45,4 m, celkem 203 bodů, 3. Frant. Rydval, Lokomotiva Liberec, 43 m, 43,5 m, 45 m, celkem 199,2 bodu.

V závodě starších dorostenců startovalo 28 a 28 závod dokončilo. I. výkonnostní třídu získali dorostenci na 1. až 7. místě, II. výkonnostní třídu od 8. místa do konce.

Přeborníkem ve skoku prostém je Ladislav Divla, TJ Jiskra Vítkovice, Severočeský kraj celkovým počtem 215 bodů.

Výsledky: 1. Lad. Divla, Jiskra Vítkovice 51,5 m, 49 m, 50,5 m, celkem 215 bodů, 2. Jos. Metelka, Spartak Rokytnice 49 m, 46,5 m, 48,5 m, celkem 206,6 bodu, 3. Mil. Peřich, TJ Rožnov 44,5 m, 45,5 m, 44,5 m, celkem 199,6 bodu.

Při přeborech bylo provedeno hodnocení kolektivů. Vítězem se stal kraj Východočeský následován krajem Severočeským a Jihomoravským.

V hodnocení oddílů umístila se na prvním místě T. J. Sokolové Město na Moravě následována TJ Jiskrou Harrachov a TJ Jiskrou Mšeno.



CO UKÁZALO ZAKOPANÉ SKOKY NA LYŽÍCH

ZDENĚK REMSA,
trenér družstva

Poprvé v historii závodu ve skoku prostém byla skutečně soutěž na dvou můstcích a byli vyhlášeni mistři světa. Skákalo se na můstku s kritickým bodem 65 m a na můstku s P 90 m. Obou těchto závodů se zúčastnilo 63 skokanů ze 17 zemí: Finska, Francie, Itálie, Japonska, Jugoslávie, Kanady, Maďarska, NDR, NSR, Norska, Polska, Rakouska, SSSR, Švédska, Švýcarska, USA a ČSSR. První závod na malém můstku se měl konat v neděli 18. února 1962 ve 13.00 hodin. Avšak velký vítr a sněhová vánice znemožnily zahájení a závod byl odložen na středu 21. února.

O mistovství světa byl velký zájem. Hlavně soutěže ve skoku na lyžích se těšily nevídané pozornosti. Nedělnímu závodů na velkém můstku přihlíželo sto tisíc diváků.

Pro MS byly v Zakopaném přestavěny od základu dva můstky. Veliký, který nese jméno Dužá Krokiew s kritickým bodem 90 m, má veškeré moderní vybavení. Celý profil můstku je přírodní, jen začátek nájezdu — asi 4 m — je umělý (ze dřeva). Přední hrana odrazového stolu je betonová, buben doskočiště je navenek nad přírodní stav a má obě strany zděné z kamenů. Celý nájezd, doskočiště a dojezdová plocha jsou pokryty drny, takže stačí minimální vrstva sněhu k dobré a bezpečné úpravě celého můstku. Na hraně odraziště je na kovovém stožáru semafor s dvěma červenými a dvěma zelenými světly, která jsou viditelná jak z nájezdu, tak z rozhodcovské tribuny. Průměr světel je asi 30 cm. Semafor je ovládan tlačítky z kabiny ředitele závodu, která je umístěna na věži pro rozhodčí. Na spodní části stožáru semaforu je upevněná kovová konzola, na kterou jsou zavěšována pořadová čísla startujících. Konzola je upevněna tak, aby vyvěšovaná čísla bylo dobře vidět z celé věže rozhodčích. Na levé straně doskočiště je instalována otočná tabule pro zveřejňování dosažených délek. Sedačkový výtah pro závodníky po pravé straně můstku je dalším velmi účelným zařízením. Vedle horní nájezdové plošiny je postavena chata (srub), jejíž místnost je vytápěna elektricky a slouží závodníkům k odpočinku před startem. Pro měřiče délek jsou postaveny podél obou stran doskočiště kovové mřížkové schody. Za nimi jsou kovové tribuny pro 6000 stojících diváků. Od spodního oblouku doskočiště kolem celého dojezdu jsou vybudovány přírodní tribuny pro 60 000 diváků. Na konci dojezdu stojí moderní tribuna ze skelných laminátů s kancelářemi správy stadiónu, ošettvounou a skleněnými boxy pro rozhlasové reportéry a novináře. Pohled na celý objekt Duží Krokiew působí na každého diváka impozantně a jistě nepřezně tvrzením, že Polsko má v současné době jeden z nejmodernějších můstků na světě.

Malá Krokiew s kritickým bodem 65 m je postavena asi 200 m vlevo. Doskočiště a ¾ nájezdu je též přírodní. Zbytek je dřevěná konstrukce vysoká asi 8 m. Svou konstrukcí a profilem se podobá hodně Duží Krokwi. Nemá však již takové technické vybavení. Chybí zde tribuny pro diváky, výtah pro závodníky, semafor, moderně vybavená tribuna pro rozhodčí atp.

VÝZBROJ, VÝSTROJ PŘEDNÍCH SVĚTOVÝCH A NAŠICH ZÁVODNÍKŮ

Středoevropani závodí většinou na lyžích s umělou skluznicí zn. Gfäller, Poppa nebo na rakouských kovových zn. Kästle. Seveřané používají lyže s umělou hmotou vyráběné v jejich zemích známými firmami např. Järvinen, Splitkein atd. Japonci přijeli s lyžemi zn. Azia-ski, které jsou velmi podobné Gfälleram. Naši závodníci používají lyže zn. Poppa a Kästle. Skutečnost je ovšem ta, že těchto lyží je u nás velmi málo a tak většinou každý náš reprezentant má jen jeden pár. To je pro vrcholného závodníka nedostačující. Ve skokanské obuvi není podstatných odchylek od námi používaných bot.

SPOLUPRACE TRENÉRŮ SE ZÁVODNÍKY BĚHEM ZÁVODU

Používání přenosných vysílaček během závodu je v běžeckých disciplínách již delší dobu běžné. V Zakopaném poprvé pracovali finští trenéři s vysílačkami i během závodu ve skoku. Hlavní trenér přihlížel z hlavní tribuny, odkud měl spojení s pomocnými trenéry na dojezdu a nájezdu můstku. Byl ve stálém spojení během celého závodu se svými svěřenci a prostřednictvím pomocných trenérů je informován o stavu sněhu na můstku, o výkonech jejich soupeřů, o průběhu soutěže. Závodníci, kteří již absovovali svůj skok, měli možnost mluvit se svými kamarády, kteří měli vyšší čísla a byli ještě na nájezdu. Informovali je sami o stavu můstku, případně jim měli možnost doporučit ještě v posledním okamžiku správné mazání. Použití vysílaček při skoku na lyžích je velmi účelné zařízení a slouží k úzké spolupráci trenéra se závodníkem.

TECHNIKA SKOKŮ A SVĚTOVÁ VÝKONNOST

Technika skoků nedoznala v posledních dvou letech podstatných změn. V Zakopaném jsem si všiml nového prvku v provádění odrazu. Téměř všichni přední skokani se odrazejí s těžištěm posunutým maximálně vpřed, tedy s hrudníkem a hlavou co nejbližší ke špičkám lyží, přičemž bérce s lyží uzavírá co nejostřejší úhel. Asi 15 závodníků používalo odrazu H. Recknagela. 15 skokanů provádělo odraz jako náš Nevlud. Najíždí s hrudníkem hodně nízko, souběžně s lyžemi a odraz provádí dopnutím nohou, zvednutím hrudníku s hlavou a pohybem paží zepředu podél těla vzad. Finové se dělí na dvě skupiny. Někteří používají klasického odrazu zepředu nahoru s rytmickým zášvihem a vysokým protočením. Paže během letu zůstá-

PRÁCE ROZHODČÍCH

Hodnocení stylu: Funkcí stylových rozhodčích na všech 3 skokanských závodech prováděli mezinárodní federaci předsed stanovení rozhodčí FIS z patnácti států, takže na každý závod byla určena jiná pětice. Práce stylařů byla dobrá, i když se někdy projevily difference v bodových známkách.

Měření délky: Rozhodčí pro délky byli ve smyslu nového ustanovení mezinárodního řádu rozestavení po obou stranách dopadu, přičemž rozhodčí jedné strany měli pruty. Nebylo fídkým zjevem, že po provedeném skoku byly položeny 2 až 4 pruty v rozmezí dvou metrů a tak docházelo k dohadům. Také se stávalo, že dva rozhodčí ukázali výšmi pruty na stejné místo, ale rozhlasové hlášení dosažené délky bylo jiné. Takové hlášky zaznamenaly pravidelně plus pro domácí a minus pro cizince. Mezinárodní federace vědoma si toho, že závodník může být nejvíce poškozen špatným měřením délek, určila z řad přítomných rozhodčích FIS kontrolní orgány, jejichž úkolem bylo dohlížet na činnost měřičů délek. Tato funkce se však neosvědčila, přestože v mnohých případech tito kontrolori dovedli měření upravit.

Výpočet výsledků: Největší nedostatky měli polští rozhodčí na úseku počítáckém. Vyhlášené výsledky musely být často opravovány a již vydané listiny výsledků musely být nahrazeny novými. Špatná úroveň počítáckého sboru projevila se velmi nepříznivě poslední den při oficiálním vyhodnocení výsledků ve skoku prostém na velkém můstku, kdy po hlášení vítězů byl na třetí místo propočten Peter Lesser z NDR a byl také bronzovou medailí dekorován. Toto byla chyba, kterou se bohužel dověděli nejen přítomní diváci, ale společně s nimi i milióny televizních diváků.

Velký můstek Dužá Krokiew má všechny přednosti moderního můstku. Projevuje se to i v ulehčení práce rozhodčích. Tak například spojení stylových rozhodčích s počtáři a ukazateli bodového vyhodnocení je řešeno pomocí světelných panelů a tlačítek, které jsou umístěny jednak v kabinách stylařů, dále v počtářské kabině a na terase tribuny.

ZDENĚK NĚMEČEK,
předseda ústřední komise rozhodčích

vají vzadu podél těla. Druzí pak používají odrazu bez zášvihů. Paže jdou zepředu přímo nízkým protočením dozadu k tělu, přičemž odraz nohama se zvednutím hrudníku a hlavy je mohutný. Tento odraz je velmi rychlý a dovolí skokanu zaujmout v nejkrajším čase správné vzletové postavení. Používají ho též někteří skokani NDR (Petr Lesser a Kürth). Jugoslávští skokani skáčí s odrazem bez zášvihů, přičemž paže jdou přímo bez zášvihů vpřed. Norové používají zadáků nebo odrazu jako např. Lesser (Engan — mistr světa na malém můstku). Sověti používají stále svůj starý odraz, který je u nás všeobecně známý. Naše reprezentanty můžeme rozdělit v používání odrazu do čtyř skupin. Recknagelova odrazu používá jedině Martiňák. Začal jím skákat v letošním roce a chybí mu ještě důkladnější zvládnutí některých prvků. Doubek používá odrazu s nízkým protočením bez zášvihů. Motejlek, Raška, Hubač, Jebavý, Matouš, Ulrych a Bulín používají odrazu se zášvihem a protočením paží, které zůstávají během letu vzadu u těla. Nevlud používá »zadáka«. Dorostenec Divla se odrazem se zášvihem a rychlým protočením, přičemž paže během letu zůstávají vpředu. Při porovnání techniky odrazu našich závodníků se světovou špičkou, došel jsem k názoru, že není zásadních rozdílů. Zůstáváme však pozadu v rychlosti provádění.

Výkony předních světových skokanů v Zakopaném byly vynikající. Vítězství si odnesl z malého můstku Norové zásluhou Engana a na velkém můstku zvítězil s převahou olympijský vítěz ze Squaw Walley Helmut Recknagel z NDR. Již od roku 1952 usilují Norové o vrácení světového prvenství skoku na lyžích do jejich vlasti. Konečně se jim to po 10 letech podařilo a odnesli si vítězství alespoň z jednoho závodu. Jejich výkonost zaznamenala v posledních dvou letech nevidaný vzestup. Totéž lze prohlásit i o skokanech Polska. Jejich závodníci podali na MS vrcholné výkony a zařadili se tak mezi světovou elitu. Finové hodně ze své pověsti slevili. Domnívám se, že staří zkušení závodníci, jako např. Kirijonen, Silvenoinen, Kankonen, kteří jsou oporou Finů, již končí svou kariéru a nemají dosud za sebe rovnocennou náhradu. Sověti spoléhají zatím na výkony starých zkušenských skokanů Šamova a Cakadzeho, kteří se zatím drží ve světové špičce. Velký krok vpřed zaznamenali sportovci NDR. Vedle olympijského vítěze Recknagela vyrostl jim v posledním roce kádr mladých skokanů, kteří po získání závodnických zkušeností budou stejně tak nebezpeční pro všechny soupeře, jako je v současné době Recknagel.

Výkonost našich závodníků ve srovnání se světovou špičkou zaznamenala sice malé zlepšení, avšak zatím se nám nepodařilo prosadit se na přední světové pozice. Naše družstvo je složeno převážně ze samých mladých závodníků, kteří při poctivém tréninku mají předpoklady v budoucích dvou letech dostihnout světovou špičku. Podané výsledky neukazují správně současnou výkonost našeho skokanského sportu v ČSSR, vezmeme-li v úvahu, že naši nejlepší skokani Matouš a Motejlek se těsně před mistrovstvím zranili a nestartovali. Jsem přesvědčen, že jeden z nich měl reálné předpoklady umístit se do první desítky. Potěšitelný byl jistě výkon nejmladšího člena družstva Doubka, který na malém můstku podal velmi dobrý výkon a umístil se ze 63 závodníků na 20. místě o 10 % za vítězem. Také Martiňák dosáhl na velkém můstku dobrého výkonu a jen nepodařený poslední skok jej připravil o lepší umístění.

V závěru lze říci, že naši skokani mají reálné předpoklady probjovat se na příštích olympijských hrách mezi nejlepší skokany na světě. Aby dosáhl tohoto cíle, bude třeba: ještě zkvalitnit a zintenzívnit celoroční přípravu; zaměřit se důkladněji na nácvik a zrychlení odrazu; dodržovat důsledně trénink podle předem vypracovaných tréninkových plánů; postavit v ČSSR co nejdříve můstek s P 90 m v místě, kde je dostatek sněhu během celé sezóny; zajistit dostatek kvalitních lyží pro skok; zlepšit tréninkové podmínky všem reprezentantům tak, aby se mohli nerušeně připravovat i ve svém domácím prostředí; seznámit zaměstnavatele a závodní složky, kde pracují, o úkolech reprezentantů a požádat, aby vycházeli při jejich přípravě vstříc.

■ *Náš mladý reprezentant, ještě dorostenec Doubek, při tréninku na nájezdu velkého můstku v Zakopaném. Jeho umístění nám dává naději dalšího zlepšení. Ve skoku na můstku s P 65 m se umístil na 20. místě z celkového počtu 62 klasifikovaných závodníků. Zranění při tréninku mu znemožnilo zasáhnout v náš prospěch i do bojů na velkém můstku.*

Snímek J. Hejry

■ *Skoky na velkém můstku byly nejpřitažlivější podívanou pro diváky. Na snímku J. Hejry je vidět moderně řešená věž pro rozhodčí i novináře a televizi.*



NOVÁ ZÁVODNÍ PRAVIDLA USPĚLA

Závodní období 1961—1962 skončilo a je na místě se poohlédnout, jak nám posloužila nová Pravidla lyžařských závodů, vydaná na podzim m. r. Nebudu opakovat dlouhou historii jejich zrodu, o té bylo již sdostatek napsáno. Pro osvěžení paměti však je třeba připomenout, že komise rozhodčích při tvorbě nových pravidel byla vedena snahou navázat na současný vývoj závodního lyžařského sportu. Od skončení letošní sezóny uplynula dosud příliš krátká doba, než abychom mohli dělat konečné závěry o tom, zda to či ono nové pravidlo se osvědčilo či nikoliv. Nicméně však je možno si učinit jakýsi rámcový obraz a posoudit, zda nové předpisy jsou v souladu s potřebami našeho závodního lyžování.

Nejdříve ke sjezdovým disciplínám. Jednou z důležitých novinek ve sjezdových disciplínách je pravidlo 524, které velmi podrobně rozvádí zásady pro oficiální trénink, tzv. non-stop trénink na sjezdové trati. Vlastním účelem tohoto předpisu je zajistit závodníkovi maximální bezpečnost tím, že mu je dána možnost aspoň jedné souvislé jízdy od startu do cíle, a to v plném závodním tempu před vlastním závodem. Závodníkovi je dáána příležitost dokonale poznat trať a tím získat potřebný klid a jistotu pro absolvování závodu. Když se v komisi diskutovalo o otázce oficiálního tréninku, zaváhali sami autoři tohoto nového předpisu. Byly tenkrát vyslovovány pochybnosti o tom, zda bude možno trénink zajistit také organizačně.

Zkušenosti z letošní zimy ukázaly, že nejen organizátoři vrcholných závodů, ale i pořadatelé krajských a veřejných sjezdových závodů zvládli povinnosti uložené jim pravidlem 524. Není pochyb o tom, že ve snaze zvýšit bezpečnost závodníků bylo dosaženo výrazného úspěchu.

Na velmi frekventované sjezdové trati ve Spindlerově Mlýně, na které zejména v tréninku docházelo v minulých letech k velmi častým úrazům — před 5 lety na krajském přeboru Prahy byly při neorganizovaném tréninku zaznamenány 4 vážné úrazy — nedošlo v letošním roce při non-stop tréninku, provedeném při krajského přeboru Prahy, k sebemenší nehodě.

Podstatné změny přinesla nová pravidla také v měření času jednotlivých závodů ve sjezdových disciplínách. Byly odstraněny všechny nejasnosti a nesprávnosti o elektrickém měření času. V tomto směru je dnes již naprosto jasno. Nový způsob ručního měření času se rychle vžil a dá se říci, že se i dobře osvědčil. Měření slalomu podle nových pravidel, spočívající v přispůsobení ručního měření měření elektrickému, znamená pro závodníka podstatnou výhodu a není žádným dalším zatížením pro rozhodčí, jak bylo nesprávně předpokládáno. Startovní povel, jenž určuje způsob měření slalomu, zbavuje závodníka nezdravého duševního napětí na startu, neboť mu umožňuje určovat si start sám. Srovnání elektricky naměřených časů s časy ručně naměřenými vykazuje podstatně menší rozdíly, než tomu bylo u měření podle starých pravidel. Startéři ovšem si dosud nezvyklí pokládat startovní povel ve slalomu za pokyn závodníkovi, že může startovat, a častokrát zdůrazňují povel »Teď« jako při výkonném povelu v obřím slalomu nebo ve sjezdu. Také závodníci nejsou dosud obeznámeni s novým startovním povelům ve slalomu a nevyužívají proto plně jeho výhody. Ruční měření odchylek na startu zavedené v obou disciplínách s pevnými startovními intervaly, v obřím slalomu a ve sjezdu, se dobře vžilo a jeho zavedení nečinilo obtíž. Starosti mají kraje s ratrapánovými stopkami, kterých je stále nedostatek. To jsou starosti všeobecného rázu, které velmi dobře známe i z dob, kdy bylo rozhodováno ještě podle starých pravidel. U slalomu se při dnešním měření přesunuje jedna dvojice měřičů času z cíle na start, kde vykonávají funkci časoměřičů na startu. Při slalomu tudíž měříme se stejným počtem hodin jako dříve. U sjezdu a obřím slalomu pak měříme dvěma ratrapánovými stopkami startovní odchylky a dalšími dvěma, časy v cíli.

Dr. OTA KULHÁNEK,
člen ústřední komise
rozhodčích

Nové ruční měření ve sjezdových disciplínách tudíž vyžaduje celkem 4 ratrapánových stopek, tedy stejný počet jako při měření podle starých pravidel. Poměrně rozsáhlé změny provedené v předpisech o měření času v jednotlivých závodech ve sjezdových disciplínách se osvědčily.

Snahy ústřední komise rozhodčích dosáhnout maximálního zpřesnění v měření času, zejména na nižších závodech, např. na závodech krajské úrovně, kde je zpravidla k dispozici jen měření ruční, se setkaly s úspěchem.

Také pokud jde o klasické disciplíny, obsahují nová pravidla celou řadu změn. Mezi jednu z nejdůležitějších patří ustanovení pravidla 303, podle kterého závodníci v závodech ve skoku provedou 3 skoky, které se všechny hodnotí, avšak do konečného výsledku se započítávají 2 nejlepší. Dříve byly pro skok prostý předepisovány 2 nebo 3 skoky. Pokud se skákaly jen 2 skoky, musel se závodník na tyto 2 skoky co nejintenzivněji koncentrovat a škrtil-li v jednom z nich rukama o sněh, pobřbil veškeré své šance v závodech. Teď je tomu jinak, skáče 3krát a nejhorsí skok je škrtnán. Závodníkovi je tudíž tolerována značná »rezerva«, která se nepochybně příznivě obrazí na úrovni jeho výkonnosti.

Duševní napětí, obava případně i strach z pokazeného skoku nebo z pádu se zmenšuje, závodník skáče s větším klidem, než tomu bylo dosud.

Tuto skutečnost bylo možno pozorovat jak na mistrovství republiky ve Spindlerově Mlýně, tak na mezinárodním závodě v Harrachově. Ostatně ani Nor Engan, kterému se v Zakopaném nevydařil první skok, a který své opravdové umění předvedl až ve třetím skoku, by se nebyl stal mistrem světa na středním můstku, nebýt nových předpisů o počtu skoků.

V Harrachově byla také prověřena účelnost pravidla 306. Závodník nesmí startovat z vyššího nájezdu, avšak podle pokynů pro rozhodčí stylu může startovat bez srážky stylových bodů z nižšího nájezdu v případě, že by se stanoveného nájezdu skočil nebezpečně daleko. Na mezinárodním závodě v Harrachově skákalo celé reprezentativní družstvo z nižšího nájezdu, než stanovil soutěžní výbor, neboť během závodu se ukázalo, že nájezd byl stanoven nesprávně vysoko.

Závažným problémem u skoku prostého a u závodu sdruženým byla otázka hodnocení podle nových tabulek FIS. Z rozhodnutí předsednictva ústřední sekce byly závody letošního závodního období, s výjimkou mistrovských soutěží, hodnoceny ještě podle starých tabulek. Mistrovské soutěže ve skoku prostém a ve sdruženém závodě naproti tomu byly hodnoceny podle tabulek FIS, přičemž při bodovém vyhodnocování déle se vycházelo z průměrné délky pěti nejdelších skoků bez pádu v příslušném kole, zatímco stylové známky pro konečné vyhodnocení byly přejímány dosavadním způsobem. Také při bodovém vyhodnocení běhu v závodě sdruženém se vycházelo z času vítěze.

Tady bude třeba provést komplexní prověření celého systému nového hodnocení, než bude možno učinit konečné závěry.

Největší obtíž při uplatňování nových pravidel činí předpisy o soutěžním výboru.

Úloha soutěžního výboru byla na mnohých závodech v jakési nezdravé setrvačnosti stále ještě formální.

Je nezbytně nutné, aby členové soutěžního výboru se aktivně zapojovali do celého závodního dění a aby jako složka dohlédací a kontrolní s rozsáhlými právy a povinnostmi neváhali zasáhnout přímo do závodu ve všech případech stanovených pravidly.

Obecně se dá říci, že nová pravidla lyžařských závodů se celkem bez obtíží a rychle vžila. S obsahem pravidel se seznámila široká řada lyžařských pracovníků, rozhodčích, metodických, technických a organizačních pracovníků, což usnadnilo jejich praktické využití v letošním závodním období. To vše je bezesporu úspěch.



ZA SNĚHEM

NA HŘEBENY

Letošní zima, štědrá na sníh, nám prodloužila bílé opojení hor hluboko do jara. Vlahý den a zářivé slunce vábí. Proč bychom nemohli zkrátit nejistou letní dovolenou a strávit týden v jarních horách? Nemusi to být vždy v oblasti v dosahu chat, zkusme se vypravit dál. O nocleh si nemusíme dělat starosti. Máme totiž s sebou stan: Ano, stan, který postavíme na sněhu.

Pravda, stanování na sněhu vyžaduje již trochu zkušeností z letního táboření, ale kdo takovou praxi nemá? Nejvhodnější stany pro zimu jsou malé horské stany, protože se dobře vyhřívají, podlaha se dá lépe izolovat, strmý sklon střechy zabraňuje usazování sněhu a snadno se dá přes ně napnout ještě další větší stan nebo ochranné přístřeší. Velmi vhodné jsou stany s rukávovým vchodem, protože se dají nejlépe uzavřít. Nic nedbáme, že se podobají plátěné psi boudě. Nu, a do výzbroje si pochopitelně přibalíme dobrý péřový spací pytel, nafukovací matraci a polní lopatku na sněh.

Tábořiště vyhledáme v závětrí, na slunných okrajích lesa apod. Ledový nebo kamenitý podklad není pro stan vhodný. Lístí nebo tráva pod sněhem jsou teplejší.

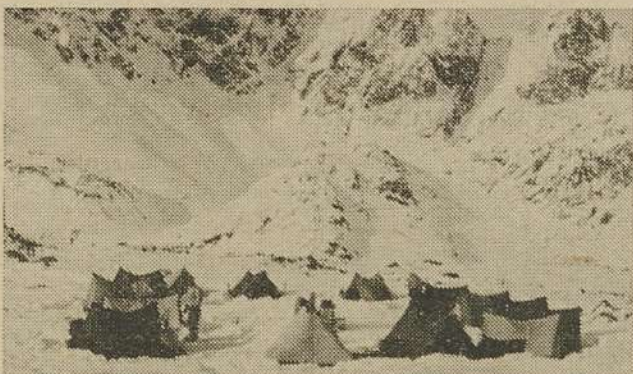
NEJDŮLEŽITĚJŠÍ ZÁSADY

1. Zvolíme vhodné místo, ušlapeme sníh nebo ho odházíme až na holou zem. Ve vysokém sněhu upravíme záhrab až do výše stanu.
2. Podlahu izolujeme nejméně deseticentimetrovou vrstvou chvojí, slámy, dřevité vlny a podobně jako při zimním bivaku.
3. Je-li větrno, postavíme si ochranné zidky ze sněhu.
4. Nemáme-li doma nafukovací matraci, můžeme si ji vyrobit nouzově ze čtyř klikatě upevněných veloduší, všitých do nepromokavého vaku.
5. Stan zakotvujeme na kmenech, větvích apod., zahrabávaných ve sněhu. Stojí-li přímo na zemi, používáme standardních kolíků a tyčí. Použijeme-li pro vypnutí stanu závěsu shora, neupevňujeme stan na zasněžené větve, nýbrž na kmen stromu.
6. Čím výše postavíme lůžka, tím je nám tepleji.
7. Svíčka na noc vyhřeje stan o 4–5 stupně a není při ní nutno větrat. Otevřený plameň ovšem vždy opatrujeme, aby nám nespálil stanovinu. Varič zahřívá víc, ale vzduch není čistý.
8. Praktické na noc jsou péřové papuče.
9. Pro zavěšení a dosušení svrsků napínáme pod hřebenem stanů motouz.
10. Ve stanu nekouříme. Přikrývky a spací pytel přes den větráme na slunci, jinak navlhnou a nehřejí.
11. Chodíme brzy spát a ráno časně vstáváme.

Každý člověk má nedůvěru k tomu, co ještě nezkusil, ale věřte, stanování na sněhu je jednodušší, než si myslíte. Přivezete si domů takové zážitky, o kterých se vám v chatách ani nesnilo. A abych nezapomněl, napište nám o nich!

ARNOST ČERNÍK

■ Táboření ve stanech uvítáme zejména na jaře v místech, kde není dostatek ubytovacích možností. Například v Roháčích nám umožní i celotýdenní pobyt ve výšce, kde se ještě drží sníh a ušetří nám denní zdoluhavé výstupy.



Posledně jsme skončili příjemnou a užitečnou vycházkou drobně členitým terénem, kde jsme poznávali taje sesouvání a zdokonalovali svou rovnováhu při příčném pohybu lyží po sněhu.

V postupu výuky sesouvání necvičíme sesouvání až k dokonalému provedení. Pro začátek postačí zvládnutí rovnováhy při příčném pohybu po svahu při nepříliš dlouhém úseku, v nižším a pokud možno uvolněném postoji. Cvičíme spíše opakované sesouvání a jeho zastavování zahraněním. Nevadí, když směr sesouvání není přímý, podporujeme spíše rychlejší přechod ke smyku ke svahu, tj. k jízdě v oblouku.

Princip nasazení smyku ke svahu je obdobný nasazení sesouvání, přibude pouze předklon a v průběhu smyku pak menší položení lyží na plochy než při sesouvání. A hlavně větší rychlost než při sesouvání, která provedení smyku usnadňuje. Postoj v průběhu smyku je nižší, kolena tlačíme vpřed a ke svahu.

Pro první nácvik vyhledáme terén ve tvaru boule, příčné hrany, záměrně hledáme různorodý snh. Na hraně nebo bouli, kdy lyže nespočívají celou délkou na sněhu, snížíme se

SMYK KE SVAHU A JARNÍ FIRN

se současným překlonem. Volíme různé sklonky svahů i nájezdů, dbáme hlavně na uvolněnou a měkkou práci dolních končetin. Zprvu vyjždíme smyk do zastavení, později plynule a rytmicky navazujeme styky za sebou. Snažíme se dále o nasazení smyku vysunutím patek lyží z původní stopy, které provedeme otáčivým pohybem dolních končetin při jejich pokrčení, doprovázeným zvětšeným odklonem trupu a jeho protináččením. Někomu pomůže před tímto snížením i zvýšení postoje.

Několik slov k jarnímu lyžování. Je to snad nejkrásnější lyžování, přijde-li sečas na správné místo. Jarní firn, když počne měknout pod paprsky slunce, je ideálním sněhem pro lyžování v terénu, protože je všude bezpečně sjízdň. Vstáváme proto trochu dříve, stoupáme s lyžemi na ramenou po zmrzlém sněhu na ten svah, který bude právě po našem příchodu nahoru nejpříhodnější osvětlen sluncem, pod jehož paprsky zmrzlý snh poněkud povolí. S postupujícím sluncem střídáme svahy s ohledem na stav sněhu. Pozor! Hluboce rozměklý firn je nebezpečný, stejně tak i když začne na něm namrzat kůra! To je lépe lyže sundat a věnovat se opalování nebo hlubokému přemýšlení o tom, jak ještě lépe využít všech možností krásného jarního lyžování v terénu. —ch—

ZLOBÍ VÁS VÁZÁNÍ?

Mnoho lyžařů-turistů má potíže s pojistným vázáním Drukov. Špička boty špatně drží v otočné špičce vázání a lyžař až příliš často z něho »vypadává«. Stává se to i závodníkům, zejména těm mladším. Na mnohých závodech dorostenců je až trapně, kolik závodníků vzdá pro defekt na vázání, který je však v mnoha případech zbytečný. Odstranění příčiny je snadné. Stačí, když řemen vycházející od Huitfeldtova pera protáhneme kroužkem, co největší silou, utáhneme a vrátíme se s řemenem opět přes podpatek k druhému kroužku. Dotáhneme a teprve nyní pokračujeme ve vázání řemene. Zkrátka musíme mít řemen přes podpatek **dvakrát**. Když si takto přitáhneme botu k lyžím, můžeme se přesvědčit o správnosti vázání. Požádáme kamaráda, nebo i sami si kopneme do špičky boty s boku a vázání nám musí vždy vypnout. Ne však otočením jinak zcela volně špičky vázání, ale ve špičce v kuličce.

A ještě malou poznámku k turistům a rekreatantům. V Alpách není vidět téměř jediného lyžaře-nezávodníka, který by měl komplet toto vázání. Nejčastěji používají kombinace špičky z Markera s kandahárovým pérem a pružinou vpředu. Rychlejší obouvání a možnost ohýbat patu jsou velkou výhodou. Bohužel se tato kombinace u nás zatím neprodává, ale připravuje se. Zatím si můžete koupit zmíněný komplet kandahár za 40 Kčs (čelísti samozřejmě nepoužijeme) a špičky vázání Drukov, které se prodávají za 46 Kčs.



ZA VÝCVIKEM



FIS

Pokračujeme v uveřejňování některých zpráv a návrhů členů výkonného výboru FIS z prvního čísla bulletinu.

Urban Cazaux — Francie. Píše úvahu o tom, zda mají být organizována mistrovství ve sjezdových a klasických disciplínách pohromadě anebo odděleně. Vzhledem k tomu, že se každé čtyři roky konají olympijské hry, kde jsou všechny disciplíny, doporučuje, aby v období mezi olympijskými hrami byla dána možnost dvěma pořadatelům v organizování mistrovství světa zvlášť pro sjezdové a zvlášť pro klasické disciplíny.

D. Dougan — Jugoslávie. Doporučuje, aby při dalším rozvoji lyžování bylo věnováno více péče vzájemné výměně zkušeností a pomoci těm zemím, kde rozvoj je na nižší úrovni. Navrhuje, aby byly pořádány různé regionální konference, ve kterých by nejlepší trenéři a závodníci předávali své zkušenosti. Bylo by vhodné, aby se zlepšila písemná výměna nejlepších poznatků v různých oborech lyžařské činnosti. Také FIS bulletin by mohl sehrát na tomto úseku důležitou úlohu.

S. Ziobrzynski, Polsko. Napsal úvahu o možnosti pořádání mistrovství Evropy v lyžování. Po rozboru situace, která vyplývá z vysokých nákladů na účast na mistrovství světa a olympijské hry, dále z nutnosti zvýšené přípravy jak tréninkové, tak i organizační a vzhledem k velkému počtu tradičních mezinárodních soutěží v Evropě nedoporučuje v současné době mistrovství Evropy pořádat. S tímto návrhem se plně ztotožňujeme.



Myslím jsem, kdo víc sebere, tak vyhrává. (Z polského humoru.)

ITÁLIE

Naposled v letošní sezóně se v první polovině března sešla světová špička sjezdařů k velkému střetnutí na 27. Arlberg—Kandaharu v Sestriere. Kandahar bývá pokládán za neoficiální mistrovství světa. Jede se jako alpská kombinace, která, jak známo, byla na posledním kongresu FIS zrušena. Bude-li si Kandahar chtít zachovat dosavadní vysokou sportovní hodnotu, bude se muset odhodlat ke kompromisům. V nastávajících jednáních s FIS bude nejdůležitějším bodem jednání termín Kandaharu. Letošní A-K v Sestriere byl přehlídkou současné úrovně světové sjezdařiny a potvrdil znovu vysokou třídu rakouských sjezdařů a sjezdařek. Vítězi kombinace se stali K. Schranz a T. Hecherová.

TECHNICKÉ VÝSLEDKY

Muži — sjezd: 1. Schranz (Rak.) 1:54,75; 2. Zimmermann (Rak.) 1:58,28; 3. Bartels (NSR) 1:58,86; 4. Lacroix (Fr.) 1:59,18; 5. Nanning (Rak.) 1:59,76; 6. L. Leitner (NSR) 2:00,04. — **Slalom:** 1. Zimmermann (Rak.) 1:13,51 vt.; 2. Bartels (NSR) 1:14,43; 3. Schranz (Rak.) 1:14,52 vt.; 4. Stiegler (Rak.) 1:14,63 vt.; 5. Stamos (Fr.) 1:15,13 vt.; 6. De Nicolò (It.) 1:16,26 vt. — **Kombinace:** 1. Schranz (Rak.) 4,80 b.; 2. Zimmermann (Rak.) 4,86 b.; 3. Bartels (NSR) 27,36 b.; 4. Stiegler (Rak.) 40,26 b.; 5. Stamos (Fr.) 49,50 b.; 6. De Nicolò (It.) 59,15 b.

Ženy — sjezd: 1. Hecherová (Rak.) 1:44,07; 2. Haasová (Rak.) 1:46,42; 3. Rivaová (It.) 1:46,58; 4. Bieblová (NSR) 1:47,07. — **Slalom:** 1. Bieblová (NSR) 1:03,99 vt.; 2. Netzerová (Rak.) 1:07,0; 3. Hecherová (Rak.) 1:07,08 vt.; 4. Rivaová (It.) 1:09,11 vt.; 5. E. Zimmermannová (Rak.) 1:11,62 vt. — **Kombinace:** 1. Hecherová (Rak.) 19,42 b.; 2. Bieblová (NSR) 23,96 b.; 3. Rivaová (It.) 37,17 b.; 4. Netzerová (Rak.) 41,22 b.; 5. J. Staubertová (USA) 75,42 b.

ŠVÉDSKO

Švédové dosáhli v Zakopaném významné úspěchy. Vyhráli u mužů všechny disciplíny kromě běhu na 30 km. Pro Jernberga znamenají úspěchy dosažené v Zakopaném zaslouženou rehabilitaci. Startoval ve štafetách jako třetí a předával Assar Rönnlundovi s 1,5 min. náskokem. Běh na 50 km vyhrál jaksi tradičně. Zvítězil v roce 1956 v Cortině a v roce 1958 v Lahti. Tři zlaté za padesátku nezískal dosud žádný běžec. Švédové však nemají jen Jernberga. Za ním stojí Assar Rönnlund, nejspěšnější běžec v Zakopaném, jehož umístění 6 — 1 — 1 — 2 potvrzuje jeho třídu. Jsou zde další vynikající běžci Rolf Rämgar, Jan Stefansson, Sture Grahn, Lars Olsson a další.

Krátce po návratu z MS nastoupili všichni tito běžci s dalšími 2000 běžci nejruznější výkonnosti k velké národní slavnosti Švédska — k Vasové běhu. Lidová slavnost a vzrušující boj. Hned od startu vytvořili Sixten Jernberg, Assar Rönnlund, Jan Stefansson, Jernbergův bratr Sven, Per Erik Larsson a Lennart Olsson čelní skupinu, která běžela závod pro sebe. Postupně odpadávali jednotliví běžci. Nakonec zbyli Jernberg, Rönnlund a Stefansson. Jernberg a Rönnlund se střídali ve vedení, Jernberg nesl hlavní tíhu boje. Rönnlund ztrácel metr za metrem, jen Stefansson se držel Jernberga. Krátce před cílem nasadil Stefansson

ostré tempo a vběhl do cíle 10 m před Jernbergem. Vítězství takticky a dobrých nervů, ale také třídy! Mistr světa na 15 kilometrů Rönnlund skončil téměř 4 min. za vítězem na 3. místě. Tradiční lidový běh ze Säleny do Mora v délce 86 km proběhl za ideálních podmínek při sluníčku a 5^o mrazu.

Technické výsledky: 1. Janne Stefansson 5:07:46; 2. Sixten Jernberg 5:07:54; 3. Assar Rönnlund 5:11:38; 4. Lennart Olsson 5:13:58; 5. Sven Jernberg 5:14:02; 6. Per Erik Larsson 5:15:58.

Myslíte, ptali se novináři Bergmanna, vedoucího švédské výpravy v Polsku, že se věková hranice běžců na velké vzdálenosti podstatně snížila a že starší běžci odpadnou? Názor Bergmannův na tuto zásadní otázku lze shrnout asi takto: Věková hranice běžců pro dlouhé tratě se rozšiřuje. Dříve nesměl běžec nastoupit do závodu na 50 km, dokud nedosáhl věkové hranice 25 let. Dnes stoupá kvalita základního tréninku do té míry, že může dlouhou trať absolvovat i závodník ve věku 22 let. To však je hranice nejnižší. Propočítali jsme jednou věk prvních 6 závodníků v jednotlivých běžecích disciplínách a dospěli jsme k výsledku, že průměrný věk běžce stoupá s prodlužující se délkou tratě. Činí pro 50 km, 28,9 roku, pro 30 m 25,6 roku a pro 15 km 25,1 roku. Přestože náš počet ukazuje na diferencované věkové průměry pro jednotlivé délky tratí, nevěří Bergmann ve specializaci běžců pro jednotlivé distance. Jak běžec na 15 km, tak padesátkář potřebují dnes dobrou kondici a rychlost. Před 10 lety se věřilo ve specializaci, dnes již nikoliv. V tréninku švédského družstva proto platí zásada: rychlost, rychlost a zase rychlost!

I když Bergmannovy názory nelze pokládat za druh vědeckého hodnocení, je jim nutno přece jen přiznat určitou váhu, neboť byly vysloveny mužem s velkými zkušenostmi v běhu. Kromě toho byli švédové nejspěšnějšími běžci v Zakopaném.

FINSKO

Sluníčko a 23^o mrazu, to byl obraz 3 hodiny před startem k MS 62 v biatlonu ve finském Hämeenlinna. Proto těsně před zahájením závodu bylo mnoho závodníků zaměstnáno přemazáním. Významného úspěchu dosáhl sovětský sportovec. Nejenže Melanin (SSSR) vystřídal Huuskonena (Fin.) a stal se mistrem světa, ale Sověti zvítězili i v soutěži družstev před Finskem a Norskem.

Puszanov (SSSR) dosáhl nejlepšího času v běhu za 1:16:51 hod. a 16 zásahů, což stačilo na 4. místo. Jeden z favoritů, Švéd Axelsson, zaběhl třetí nejlepší čas, ale 12 zásahů jej odkázalo na 12. místo. Nejlepším Středoevropanem se stal Helmut Klöpsch (NDR), který se umístil na 9. místě. Švédové nestavěli olympijského vítěze Lestander, Norové Brusveena.

Technické výsledky — jednotlivci: 1. Melanin (SSSR) běh 1:19:30 — 3, 5, 5, 5 = 18, celkem 1:23:30; 2. Tyrväinen (Finsko) 5, 5, 4, 5 = 19, 1:24:08; 3. Pšenčín (SSSR) 4, 5, 5, 5 = 19, 1:24:17; 4. Puszanov (SSSR) 4, 3, 5, 4 = 16, 1:25:51; 5. Posti (Fin.) 4, 5, 5, 5 = 19, 1:26:48.

Družstva: 1. SSSR 4:12:38; 2. Finsko 4:20:45; 3. Norsko 4:36:55; 4. Švédsko 4:42:42; 5. NDR 4:50:03.

RAKOUSKO

Napsal nám mistr sportu M. Bělonožník

»Byl jsem pověřen skokanskou komisí FIS spolu s Heini Klopferem vykonávat funkci technického experta FIS při letošních letech vzduchem na lyžích v Rakousku. Místek na Kulmu byl pro letošní závody opět přestavěn, takže kritický bod je 120 m a je tím spolu s můstkem v Oberstdorfu největší na světě.

Při zkušebních letech ve čtvrtek 1. března podařil se mladému závodníkovi NDR Petru Lesserovi vynikající let, při němž mistrně využil mírného protivětru a bezpečně dopadl u značky 142 m. Znamenalo to nový světový rekord. Při přeměření, které jsem provedl s velitelem můstku inž. A. H. Peyerlem a Heini Klopferem, se ukázalo, že jeho let byl přesně »pouze« 140,55 m. Vzhledem k tomu, že při letech vzduchem se měří na celé metry, je při zaokrouhlení výkonem 141 m světový rekord Jugoslávce Joze Slibara z minulého roku vyrovnán. Přes čtyřicet předních skokanů světa po 4 dny za sebou skákalo na tomto největším můstku. Ukázalo se, že je to nadměrně nervové zatížení, a bylo proto doporučeno pro příští roky konat lety vzduchem pouze ve třech dnech. Pro všechny zúčastněné skokany jsou lety vzduchem výbornou školou, kde mají jedinečnou příležitost získat správný cit pro let vzduchem v maximálním předklonu.

Do konečného výsledku se započítávaly celkem 4 skoky, a to vždy 2 nejlepší ze tří provedených letů v sobotu a v neděli. Čtyři lety provedené a hodnocené v pátek byly v záloze pro případ, že by nebylo možno uskutečnit závody v sobotu nebo v neděli.

CELKOVÉ VÝSLEDKY:

1. Helmut Recknagel (NDR) 124, 136, 128, 125 m — 477,5 b., 2. Wolfgang Hapfle (NSR) 118, 129, 128, 128 m — 448,7 b., 3. Max Bolkart (NSR) 121, 122, 119, 123 m — 442,9 b., 4. Kurt Schramm (NDR) 117, 133, 122, 117 m — 434,7 b., 5. Piotr Wala (Polsko) 120, 128, 119, 127 m — 433,5 b., 6. Antoni Laciak (Polsko) 122, 122, 118, 123 m — 433,2 b., 7. Willy Egger (Rakousko) 120, 123, 117, 120 m — 429,7 b., 8. Lichtenegger (Rakousko) 119, 123, 120, 116 m — 420,7 b., 9. Heini Ihle (NSR) 121, 114, 129, 124 m — 419,8 b., 10. Peter Lesser (NDR) 115, 123, 121, 119 m — 415,2 b.

■ Petr Lesser (NDR) při letu 141,55 m, kterým vyrovnal světový rekord.



„Советский Спорт“

Vyvrcholení zimy v SSSR

Ve dnech 2. až 11. března skončila finálovými boji ve Sverdlovsku a Bakuriani První zimní spartakiáda národů SSSR. Družstva Moskvy, Leningradu, RSFSR, Litvské, Gruzínské, Kazašské, Lotyšské, Estonské, Běloruské, Kirgizské, Ukrajinské a Arménské SSR soutěžila o cenu rady ministrů SSSR. Celkově ve všech vypsanych sportech — v lyžování, biathlonu, rychlobruslení, krasobruslení a v ledním hokeji — zvítězilo družstvo Moskvy.

V prvé skupině sportovních organizací zvítězilo Dynamo, dále byl Burevestnik a Spartak, v druhé skupině Daugava.

Přinášíme několik poznámek z článku hlavního rozhodčího spartakiády E. Valujeva:

Celkově se do masových spartakiádních soutěží zapojilo deset miliónů účastníků. Milióny občanů byly získány pro aktivní zimní činnost. Spartakiáda se stala přehledem výsledků péče jednotlivých republik o zimní sporty. Např. v Kazašské

SSR soutěžilo 800 000 chlapců a děvčat, v Gruzínské SSR 250 000 atd. Spartakiáda pomohla v růstu výkonnosti mladých závodníků. Tisíce mladých lidí splnilo normy výkonnostních tříd a 400 normy mistrů sportu.

Nejllepších 1500 sportovců se probojovalo do finálových soutěží. Mezi nimi startovalo 9 mistrů světa, 21 mistrů SSSR, 280 mistrů sportu. Finálové boje byly zajímavé, vysoce hodnotné a umožnily mladým sportovcům, aby ukázali, co dovedou.

Za vítěznými družstvy Moskvy, RSFSR a Leningradu se umístila družstva republik, kde ještě nedávno byly zimní sporty málo rozvinuté. Jako např. v lyžování Ukrajinská a Estonská SSR. Koncem března ústřední výbor Svazu sportovních organizací SSSR projednával zprávu o výsledcích I. zimní spartakiády národů SSSR a určil další úkoly pro rozvoj zimních sportů ve všech republikách.

VÝSLEDKY LYŽAŘSKÝCH DISCIPLÍN

	Běh	Skok a závod sdružený	Sjezdové disciplíny	Celkem bodů
1. Moskva	12	11	12	35
2. RSFSR	10	12	11	33
3. Leningrad	11	10	10	31
4.—5. Ukrajinská SSR	9	5	7	21
4.—5. Kazašská SSR	5	7	9	21
6. Běloruská SSR	7	6	4	17

NOSITELÉ MEDAILÍ

15 km	
1. G. Vaganov (Moskva)	48:57
2. V. Krasavin (Leningrad)	49:07
3. V. Kirjanov (RSFSR)	49:32

Junioři

1. A. Akenfjev (Moskva) 51:51
Pozdíl času mezi 1.—10. závod. 1,17 min.

30 km

1. I. Utrobin (Moskva) 1:41:33
2. E. Rudkovskij (Moskva) 1:41:37
3. V. Jerusalimskij (Moskva) 1:42:34
Rozdíl času mezi 1.—10. závod. 3,01 min.

50 km

1. F. Těrenfjev (Moskva) 3:00:11
2. A. Kuzněcov (RSFSR) 3:00:22
3. S. Tichomolov (Leningrad) 3:00:47

4X10 km

1. Moskva (Utrobin, Rudkovskij, Jerusalimskij, Vaganov) 2:31:51
2. Leningrad 2:34:39
3. Estonská SSR 2:39:18

10 km

1. A. Kolčínová (Moskva) 35:32
2. M. Gusakovová (Leningrad) 36:03
3. N. Těrechinová (RSFSR) 36:44
Rozdíl času mezi 1.—10. závod. 2,22 min.

5 km

1. A. Kolčínová (Moskva) 19:22
2. E. Mekšilovová (Leningrad) 19:44
3. N. Těrechinová (RSFSR) 19:22
Rozdíl času mezi 1.—10. závod. 1,18 min.

4X5 km

1. Leningrad (Zajcevdová, Mekšilovová, Kaaliste, Gusakovová) 1:29:02
2. Moskva 1:29:04
3. RSFSR 1:32:03

Skok

1. K. Cakadze (Gruzínská SSR) 221,5
2. J. Samsonov (Leningrad) 220,5
3. S. S. Dvinských (RSFSR) 219,5

Sdružený

1. D. Kočkin (RSFSR) 450,6
2. E. Dubrovskij (Leningrad) 448,3
3. M. Prjachin (Moskva) 443,5

(Příště přineseme výsledky sjezdových disciplín.)

NÁZORY DVOU ÚČASTNÍKŮ

Zasloužilý trenér SSSR A. N. Baženov

»Zimní spartakiáda ukázala, že máme skupinu mladých závodnic, o kterých brzy uslyšíme. Mám na mysli N. Děminu, L. Sokolovovu, A. Manošinu, T. Blinovou, které mají velké možnosti růstu. Zákonitě zatím, tak jako ostatní mladé závodnice, mají málo zkušeností, taktických znalostí a mistrovství v technice. Při tvrdém tréninku se dají výsledky zlepšit, budou-li mít dostatek nadšení, bez kterého nemůže nikdy dosáhnout sportovního mistrovství.«

I. Utrobin

»Dostalo se mi velké cti, že jsem se stal prvním nositelem zlaté spartakiádní medaile. Jsem šťasten. Po pravdě řečeno, domníval jsem se, že mohu tento závod vyhrát. Konečně každý sportovec chce vyhrát a já jsem neměl zájem získat jen některou z medailí, ale chtěl jsem vyhrát. Závod nebyl lehký. Zvláště těžký byl druhý okruh. Sluníčko začalo silně hřát a byl tupý skluz. Přitom bylo mnoho silných soupeřů na trati. Jak je vidět z výsledků, předstihl jsem je jen o několik vteřin. Bohužel závody neukázaly dobré výsledky mladých sportovců, kteří by měli lépe soutěžit se zkušenými závodníky. Toto je signál, nad kterým se musí naši trenéři vážně zamyslet.« V. P.

Z ODDÍLŮ A SEKCIÍ

■ XI. ROČNÍK MEMORIÁLU JANKA NOVÁKA

Lyžiarsky oddiel Telovýchovnej jednoty Spartak Martin už po jedenásty raz usporiadal klasifikačné preteky v slalome na Martinských holiach — Memoriál Janka Nováka. Každoročne sa tu schádzajú poprední zjazdári, aby svojou účasťou na pretekoch uttili pamiatku športovcov padlých v Slovenskom národnom povstaní.

Janko Novák, maliar a grafik, bol jeden z nich. Narodil sa 21. apríla 1921 v Martine. Jeho umelecký talent prejavil sa už v útlej mladosti a rozvíjal sa tak, že nebolo pochybností o tom, že to bude vážny a mravne zmyslajúci umelec. Mal rád hory a často kráčať s batohom na Martinské hole, aby tam študoval prírodu. Škoda, že nemohol naplno rozvinúť svoj talent. V 23. roku svojho života padol na Martinských holiach ako člen hliadky za nemeckého prepada dňa 3. októbra 1944.

Memoriál Janka Nováka — jeho tradícia sa stáva významnou svojím osobitným zmyslom — politickým a kultúrnym poslaním. Okrem športovej časti má aj časť kultúrno-umeleckú. Sväz slovenských výtvarných umelcov, pod ktorého záštitou sa preteky konajú, usporiada každý rok na Martinských holiach výstavu výtvarných diel.

XI. ročník Memoriálu Janka Nováka sa konal 4. februára 1962. Množstvo prihlásených pretekárov, medzi nimi veľká skupina I. výkonnostnej triedy, slubovalo, že preteky aj v tomto roku budú na vysokej úrovni.

V sobotu dňa 3. 2. 1962 bolo slávnostné otvorenie pretekov spojené s otvorením výstavy. Potom sa premietli filmy o národnom umelcovi Martinovi Benkovi, Budovítovi Fullovi, nositeľovi vyznamenania za vynikajúcu prácu, a napokon film »Memoriál Janka Nováka«. Napriek tomu, že bol večer pred pretekmi, filmy sa stretli s veľkým záujmom. Organizačný výbor mal veľké starosti s ubytovaním, pretože miesta na chate bolo málo a účastníkov veľa. Napriek tomu panovala príjemná a veselá nálada.

Preteky sa začali ráno o 8. hod. krátkym nástupom, na ktorom prehovoril riadi-

ateľ pretekov s. Vilo Majer. Potom zástupcovia pretekárov, SSVU a poriadajúcej jednoty položili veniec k pamätnej tabuli. Start bol v stanovenom čase. Členovia lyžiarskeho oddielu Kytlic, Bada a Krauze pripravili lyžiarsky vlek tak, že za malú chvíľku všetci pretekári a činovníci boli na vrchu Krížava, odkiaľ krátkym traverzom sa dostali na slalomový svah.

Autormi trati boli Eugen Weiner a Jozef Kišša. Prvé kolo meralo 350 m s výškovým rozdielom 160 m a 56 brámkami. Druhé kolo malo 400 m s výškovým rozdielom 180 m a 58 brámkami. Trate boli vďaka obetavosti funkcionárov dobre upravené.

VÝSLEDKY

Muži I. trieda: 1. Laco Richvalský [Tatran T. Lomnica] 94,2, 2. Alex. Telgarský [Tatran Harmanec] 96,6, 3. Juraj Richvalský [Tatran T. Lomnica] 97,7, 4. Stanislav Novák [Lokomotiva Vrútky] 97,8.

Muži II. trieda: 1. Stanislav Blaho [Baník Handlová] 107,8, 2. Fero Bizík [Lokomotiva Vrútky] 112,1, 3. Miroslav Sebeň [CH Banská Bystrica] 113,5.

Starší dorastenci: 1. Marián Králik [CH B. Bystrica] 102,8, 2. Marjo Slanina [TJ TŽ Třinec] 111,4, 3. Dušan Černák [Spartak Martin] 112,2.

Mladší dorastenci: 1. Igor Sobota [CH B. Bystrica] 108,8, 2. Jozef Sobota [Slávia Bratislava] 123,7, 3. Dušan Oško [TJ Ružomberok] 134,6.

Mladšie dorastenci: 1. Mira Cunínková [Dynamo Nizke Tatry] 143,5, 2. Jitka Kröhová [TJ TŽ Třinec] 334,0.

Po skončení preteku sa vyhlásili výsledky a odovzdali ceny z rúk riaditeľa Sväz slovenských výtvarných umelcov a podpredsedu lyžiarskej sekcie ÚV ČSTV Paťa Biedníka.

Absolútny víťaz Laco Richvalský z Tatran Tatranská Lomnica získal stálu putovnú cenu — plastiku »Partizán« od J. Kostku, laureáta štátnej ceny, zároveň sa stal trvalým držiteľom »Strieborného venca Martinských holi« a výtvarných diel od národného umelca Martina Benku a laureátky štátnej ceny Marie Medveckej. Víťazi v ostatných triedach dostali výtvarné diela od akademických maliarov z Martina. Poriadajúci oddiel vydal zvlášť medaily pre víťazov v zlate, striebre a bronz.

Rozlúčka bola krátka, ale priateľská. Preteky o Memoriál Janka Nováka sa skončili. Znovu potvrdili, že dobrá spolupráca medzi lyžiarskym oddielom Spartaku Martin a Svázom slovenských výtvarných umelcov sa upevňuje. Vytvára sa ojedinelá tradícia lyžiarskych pretekov.

MILAN MACULA,
lyžiarsky oddiel Spartak Martin

■ ZE ŠKOLY JAKO TRENÉR

U príležitosti XII. sjezdu naši strany jsou vyhlašovány hodnotné závazky a je ractstné, že je to naše mládež, která jde příkladem a je iniciátorem tohoto hnutí.

V Českých Budějovicích se rozhodli svazáci na Zemědělské mechanizační škole uzavřít závazek a současně dát výzvu k následování druhým zemědělským školám ve školení cvičitelů a trenérů. Příslušníci prvých a druhých ročníků budou školiti na rozhodčí lyžování a vedoucí turistiky v úzké spolupráci s okresním výborem ČSTV v Č. Budějovicích.

V závěru výzvy se doslova praví: »Jsme přesvědčeni, že tímto způsobem pomůžeme rozvoji tělesné výchovy a sportu, hlavně mezi vesnickou mládeží, kam většina z nás po maturitě odejde. Svůj závazek splníme a vyzýváme ostatní k součinnosti pod heslem — každý absolvent zemědělské školy cvičitelem, trenérem nebo rozhodčím!«

Věříme, že závazek posluchačů Zemědělské mechanizační školy bude nejen splněn, ale jejich výzva padne na úrodnou půdu a bude následována dalšími školami, aby heslo — mládeži hodinu tělovýchovy denně — se stalo trvalou a blízkou již skutečností!

-BB-

■ ČELEM K MLÁDEŽI

Nemalým podílem na uskutečňování zásady »hodinu tělovýchovy denně mládeži« přispěli letošní zimu i lyžaři z jednot mosteckého okresu. Neaktivnější byli z TJ Chemických závodů Litvínov. Na počátku zimy ustavili na dvou litvínovských školách lyžařské kroužky, v nichž po celou zimu trenéři Vaic a Fiala pečovali o cvícení mladých lyžařských adeptů. Za dobrých sněhových podmínek pro ně organizovali náborové lyžařské soutěže a závody.

Stejně uznání si zaslouží i v Baníku Meziboří, za péči o lyžařskou mládež. Když poprvé uskutečnili v Meziboří náborové závody mládeže, zažili organizátoři na startu úplnou záplavu dychtivých zájemců. Celkem 257 startujících pořadatel nečekali a museli shánět další startovní čísla.

Stejně veliký zájem se projevil i v SHM. Závěrečné závody, III. kolo v lyžařských soutěžích mělo na Klínech v Krušných horách 240 startujících ve sjezdovém a 137 v běžeckých disciplínách. Tedy úroda neobvyklá v předchozích letech. Je však důkazem, že i v mostecké části Krušných hor může vyrůst silná základna lyžařských nadějí. [ZB]

■ VRÁTIA SA S ODZNAKOM

Vyradil 300 členov, ktorí splnili podmienky odznaku »Lyžiar ČSSR«, keď niet podmienok, niet snehu, nie je najľahšie. Veru v okrese Trnava už niekoľko rokov nemala mládež možnosť si zalyžovať a ani žiadne preteky sa nemohli uskutočniť.

Tohto roku však pracovníci OV ČSTV využili zájazdy škôl za snehom a po porade s učiteľmi a po inštruktáži sa všetci zaviazali, že počas lyžiarskych zájazdov budú s žiakmi plniť podmienky odznaku »Lyžiar ČSSR«.

Tak posluchači Pedagogického inštitútu, strednej všeobecnovzdelávacej a najmä žiaci priemyselnej školy v Trnave, pod vedením svojich učiteľov, využili zimné zájazdy na plnenie tohto odznaku. Po splnení disciplín všetci obdržia odznak. Odovzdávanie odznaku sa uskutočňuje slávnostne za účasti všetkých žiakov na schôdzke celej školy. Takto aj v okrese Trnava na základe dobrej spolupráce splnia plánované počty nositeľov tohto odznaku.

■ Na štarte nádejnej reprezentant z Lokomotivy Vrútky Stano Novák. Vpredu pamätná medaila.



■ V MALÝCH SVATOŇOVICÍCH NEZAHÁLEJÍ

Lyžařský oddíl TJ Baník Malé Svatoňovice ve spolupráci s učitel ZDŠ začal plnit heslo jednu hodinu tělovýchovy denně. Základní škola má celkem 389 dětí od I. do 9. třídy, které byly podle stáří rozděleny do šesti kategorií. Pro každou kategorii byl uspořádán závod na lyžích. Přeboru tříd v běhu na lyžích se zúčastnilo 241 dětí, přeboru školy v běhu na lyžích 122 dětí a přeboru školy ve sjezdu 130 dětí.

Titul přeborníka v běhu na lyžích na rok 1962 získává ve své kategorii žákyně Ludmila Frintová ml., Helena Jiráňková, Anna Pavlová, Miluše Kultová, Věra Jiráňková, Zdena Kultová. Žáci: Jiří Matyska, Pavel Pírek, Vladimír Pech, Jiří Vik, Josef Kábrt, Günter Letzel.

Titul přeborníka školy ve sjezdu na lyžích na rok 1962 získává: žákyně Květa Rezníčková, Vlasta Volhejnová, Lída Brátová, Jana Čvančarová, Miroslava Šrollová, Helena Zábranská, Žáci: Vl. Brát, Jaroslav Pavliš, Vladimír Pech, Josef Rudolf, Vojtěch Beneš, Zdeněk Bernard.

Současně chtěli uspořádat přespolní běh, pravidelné tréninky v tělocvičně a na sněhu, plnění odznaku Lyžař ČSSR, přebor školy ve skoku, přebor štafet podle tříd a maškarní rej na lyžích a další. Věříme, že se jim všechny plánované akce podařilo uskutečnit a přejeme jim v další činnosti hodně úspěchů.

■ VÝSLEDKY DOBRÉ PRÁCE

Již koncem února využili příznivých sněhových podmínek v Pelhřimově a uspořádali na známém Křemešnicku okresní přebor žáků a dorostu v lyžování. Závod byl velmi dobře připraven a organizován a dokázal, že mezi mládeží je o lyžování nejen značný zájem, ale i řada nadaných talentů. Celkem bylo splněno účastníky okresního přeboru v Pelhřimově 38 výkonnostních tříd mládeže. Z celkového počtu 74 startujících dosáhli nejlepších výsledků členové oddílu Spartak Pelhřimov, i když jsme na startu viděli učně z Agrostroje Pelhřimov, ZDŠ Černošice, Nový Rychnov a dalších škol.

Svědčí to o dobré práci okresní sekce lyžování v Pelhřimově, která otázkám mládeže věnuje prohodný zájem a pozornost. -BB-

■ PLNÍ SVÉ ZÁVAZKY

Každým rokem provádějí okresní výbory ČSTV rozpis, kolik který oddíl, sekce či tělovýchovná jednota má splnit jednotlivých druhů odznaků. Méně provádí již důslednou a pravidelnou kontrolu v plnění těchto rozpisů.

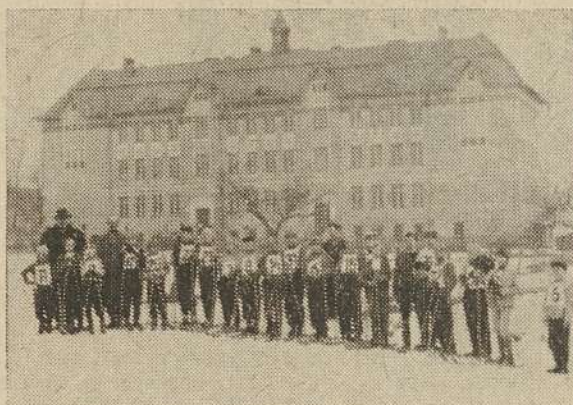
Dobře si v tomto směru vedou na OV ČSTV v Českém Krumlově, kde plnění kontrolují a současně zveřejňují klady i případné nedostatky ve svých okresních novinách Jiskra. Toto řešení pomáhá jednak k popularizaci lyžařského sportu i k větší iniciativě cvičitelů.

V letošním roce si zatím vede nejlépe cvičitel F. Soldát z Loučovic. Splnil již 90 odznaků Lyžař ČSSR se svou mládeží za měsíc leden a dalších 43 za měsíc únor. Svůj závazek tak nejen splnil, ale na počest II. sjezdu ČSTV — překročil! Hned za ním je cvičitel Miloš Špaček z Křemže. Za leden získal 23 a v únoru 50 odznaků Lyžař ČSSR. Tyto dobré příklady dávají podnět i druhým, a lyžování se provádí i tam, kde dříve se mu nevěnovala zvláštní pozornost. Tak například vedoucí pionýrské skupiny souдруka Stropková v Zubčicích získala s pionýry 12 odznaků při výletu a školní tělesné výchově. -BB-

■ NAPSALI NÁM Z PLESNÉ

I když počasí posledních dnů ukazovalo, že se sportovci přikloní k jarním sportům, uspořádali jsme kontrolní závody mládeže v běhu na lyžích.

Uplynulá sezóna, bohatá na sněh, nám umožnila provést systematický výcvik od vánoc až do nedávna. Výsledky posledních dvou let jsou pobídkou v práci, která začala soutěžit o Spartakiádní vložku a nyní pokračuje v soutěžích SHM. Naši snahou bylo nejen zajistit, ale skutečně provést s mládeží alespoň 1 hodinu tělesné výchovy denně. To se nám v zimě podařilo. Jsme sice malá jednota, ale celkem 103 žáků se zapojilo do soutěží SHM v lyžování jen v běžec-kých disciplínách. Jak naopak špatnou vztiku bere na sebe naše okresní město Cheb, kde vůbec neproběhlo II. kolo a ani jeden závodník se nezúčastnil III. kola v Ašl. Zde, myslím, zaspal výzvu ÚV ČSTV a usne-



sení ÚV KSČ i pracovníci na školách.

Ještě několik slov ke kontrolním závodům z neděle 11. března 1962. Úprava tratí pro nedělní závod dala po předešlých slunných dnech hodně práce. Několikahodinové nahazování sněhu, úprava stopy a vzorné vyznačení, to vše byl základ ke zdárnému průběhu závodů. Jelikož se jelo na stejných standardních tratích jako v minulém roce a přibližně za stejných sněhových podmínek jako okresní přebor, mohli jsme srovnat dosažené výsledky.

Můžeme být spokojeni. Zlepšení průměru proti loňsku je o 10 až 15 % v dosažených časech. Na závěr připomínku k těm, kteří vyrábějí nebo plánují sportovní potřeby. V oblastech, kde jsou k tomu podmínky, se máme věnovat klasickým disciplínám. Proč je však dosud takový nedostatek běžek pro žactvo a proč jsou na trhu jen «Favoritky» za 260 Kčs? Jestli ti, kterých se můj dotaz týká, mají děti, pak moji otázku jistě pochopí!

MIROSLAV NOSKA,
trenér

Z PŘEDSEDNICTVA ÚSTŘEDNÍ SEKCE

Nejobsažnějším a nejzávažnějším bočím programem v uplynulém měsíci bylo předběžné hodnocení výsledků, dosažených našimi reprezentanty na mistrovství světa 1962 v Zakopaném. Zhodnocení provedl předseda trenérské rady Miloš Dufek. Po diskusi, ve které hovořili členové předsednictva i trenéři reprezentančních družstev, uzavřel hodnocení Karel Smola následujícími závěry:

- podrobné a kritické zhodnocení v celku neuspokojivých výsledků, závěry a návrhy na opatření budou projednány na celostátní konferenci trenérů;
- plánované prostředky pro přípravu reprezentantů na zimní olympijské hry 1964 v Innsbrucku budou účelně soustředěny na menší počet vybraných reprezentantů, kteří splňují všechny předpoklady k dosažení vytčených cílů;
- otázka zajištění vhodných podmínek přípravy na ZOH bude projednána na sekretariátu ÚV ČSTV.

Předsednictvo projednalo zprávu zástupce metodické komise o ústředním kursu instruktorů cvičitelů. Kurs nesplnil očekávání. Některé kraje neprovedly výběr frekvantů s plnou odpovědností. Také vybrané místo nebylo vyhovující, ať již terémem či sněhovými podmínkami.

Patronům krajských sekcí bylo uloženo získat přehled o složení krajských sekcí, zejména těch, kde došlo k výměně osob.

Byl schválen program plnárního zasedání lyžařské sekce, které se konalo 14. dubna 1962 v Praze.

Průběžnou zprávu o letošním ročníku SHM uvedl za komisi mládeže souhrn Vojtěch. Podle předběžné zprávy bude směrné číslo plánu rozvoje nejen splněno, ale i vysoko překročeno. Velikým kladem letošních her mládeže je, že se lyžařská sekce a oddíl opravdu ujal celé akce a organizování SHM nezůstalo jako v dřívějších letech jen na školách. Také mimořádně příznivé podmínky jistě ovlivnily dosažené úspěchy.

Závěrem schůze byly projednány dva návrhy. S prvním, návrhem na zrušení registrace závodníků, předsednictvo souhlasilo. Odůvodněním je především velká náročnost na spotřebu papíru a administrativu, která není vyvážena užitnou hodnotou registrace. Registrace není v souladu se závěry II. sjezdu, podle kterých se soutěží ČSTV mohou zúčastnit i členové jiných organizací. Znamená to však, že daleko větší péči bude nutno věnovat jednotné sportovní klasifikaci a především neustále živé evidenci výkonnostních tříd. Na ústředí bude evidence I. a II. výkonnostní třídy a I. výkonnostní třídy mládeže, krajské a okresní sekce povedou evidenci II. a III. výkonnostní třídy a výkonnostní třídy mládeže.

Druhý návrh zpracovala komise základního lyžování. Měl odstranit nedostatky i některé důsledky přezkoušení lyžařských cvičitelů tam, kde bylo nedostatečně pochopeno jeho skutečné poslání. Návrh řeší především otázku starších cvičitelů, kteří až dosud jsou činní v oddílech a z různých příčin se nedostavili k přezkoušení. Předloha pro další diskusi byla vrácena komisi k podrobnějšímu zpracování a bude projednána příště.

MISTROVSTVÍ ČSSR v jízdě na dvou a čtyřsedadlových bobech

Ve dnech 10. a 11. února 1962 se utkali na skvěle připravené bobové dráze v Mariánských Lázních nejlepší bobisté ČSSR.

V dramatickém závodě dvousedadlových bobů se o mistru ČSSR rozhodlo až v poslední finálové jízdě, kdy zkušená dvojice Kaňka—Kracík si časem 48,3 vt. zajistila vítězství a odsunula doposud vedoucí dvojici Koblížek—Pavlikovič na druhé místo.

FINÁLOVÉ JÍZDY DVOUSEDADLOVÝCH BOBŮ

1. BK-54 — Kaňka—Kracík, Svč. celkovým časem 3:12,0 vt., 2. Satura — Koblížek—Pavlikovič, Svč. 3:12,3 vt., 3. Elektron — Šimek—Rittich, Svč. 3:14,1, 4. Special — dr. Hora—Jech, Zpč. 3:14,5, 5. Tygr — Novák—Bandas, Zpč. 3:17,1, 6. Naděje — Lavička—Svršek, Zpč. 3:17,9, 7. Sputnik — inž. Petr a Pável Hrubéšové, Praha 3:20,5, 8. Mercedes — Kule—Juránek, Zpč. 3:23,3, 9. Dynamo — Dolenský—Klepáček, Zpč. 3:24,9, 10. Blesk — Chytráček—Beno, Svč. 3:25,1, 11. Spartak — Eberl—Chalupa, Svč. 3:26,4, 12. D-61 — inž. Dubec—Kotrč, Praha 3:28,5, 13. Spartak II — Skála—Hausman, Svč. 3:30,3, 14. Super Elektron — Tuhy—Solc, Vchč. 3:34,4, 15. Diana II — Pospíchal—Růžička, Svč. 3:51,4. Startovalo celkem 20 dvousedadlových bobů. Závod dokončilo 15 bobů. Diskvalifikováni 2 a 3 boby vzdaly závod.

Ve finále čtyřsedadlových bobů se již ve druhé jízdě dostala do čela závodníků posádka Kaňka, Koblížek, Říha, Kracík na bobu Ještěd a v dalších velmi vyrovnaných jízdách si svoje vítězství ještě upevnila a získala tak titul mistra ČSSR.

FINÁLE JÍZDY ČTYŘSEDADLOVÝCH BOBŮ

1. Ještěd — Kaňka, Koblížek, Říha, Kracík, Svč. celkovým časem 2:39,6 vt., 2. Lavina — Skála, Pavlát, Schwentner, Balcar, Svč. 2:44,2, 3. Dymo — Šimek, Moravec, Jelínek, Rittich,

Svč. 2:44,3, 4. Totex I — Páv, Rýdl, Strnádek, Strnad, Svč. 2:44,9, 5. Cyklon — Tomásek, Beránek, Eberl, Denk, Svč. 2:46,2, 6. Slávie — inž. Dubec, Pavel Hrubéš, Doleček, Kotrč, Praha 2:47,4, 7. Ondřej — Halhuber, Lavička, Bandas, Svršek, Zpč. 2:49,8, 8. Dagmar — inž. Hrubéš, Šikula, Moder, Pohlodek, Jhm. 2:50,3, 9. Tornado — Dolenský, Kule, Klepáček, Juránek, Zpč. 2:57,6. Startovalo celkem 12 čtyřsedadlových bobů. Závod dokončilo 9 bobů. Posádky 3 bobů vzdaly pro technickou poruchu.

Naši bobisté jsou jedini sportovci v ČSSR, kteří si vyrábějí veškeré svoje sportovní nářadí sami — svépomocí, neboť tuzecký výrobce se zatím nenašel a boby zahraniční výroby se nepodařilo dovést. Proto se na letošním mistrovství ČSSR opět objevilo mnoho nových závodních bobů. Hlavně oddíl Slovan Mar. Lázně, Textilana Liberec a Slávia VŠ Praha, předvedly na přeborech ČSSR svoje novinky.

Z nových bobů byl nejspěšnější a zároveň nejrychlejší bob Saturn posádky Koblížek—Pavlikovič z Liberce. Tento bob byl konstruován podle v současné době nejlepších světových bobů, italských Podarů, a vyplnil tak konečnou mezeru, která vznikla v našem bobovém parku, zaviněnou několikaletou neúčastí našich závodníků na zahraničních závodech.

Z dalších novinek stál za povšimnutí velmi rychlý bob posádky dr. Hora a Jech z Mar. Lázní a zajímavý pokus inž. Dubce z Prahy. Ten ve snaze za dosažení vyšší bezpečnosti jízdy na bobech vyrobil celokapotovaný bob s upoutáním pro posádku, diváky všeobecně nazývaný Raketa. Konstruktér řešení tohoto bobu je bezesporu světovým unikátem.

To, že vedle veteránů bobového sportu se v této nejvyšší soutěži objevilo mnoho mladých závodníků, je největším kladem letošního mistrovství ČSSR. Dokazují, že přes velké obtíže spojené s tímto tvrdým sportem je o něj mezi naší mládeží stále větší a větší zájem.
Inž. PAVEL HRUBÉŠ

O Štít Vysokých Tater

Ve dnech 27. a 28. 1. 1962 přijelo do Tater přes 150 nejlepších sánkařů z celé republiky, aby změřili své síly na II. ročníku závodu o Štít Vysokých Tater — prvním kvalifikačním závodě letošní sezóny. Sánkařská dráha z Hrebienku byla velmi dobře připravena obětavými pracovníky místního sánkařského oddílu TJ Slovan St. Smokovec, soudruhy Váněm, Lamparlem, Růžičkou a ostatními, kteří již udělali v Tatrách pěkný kus práce pro rozvoj sánkařského sportu. Vždyť jistě nebylo malíčkostí vyladovat 5 klopených zatáček, zajistit je dřevěnými mantinely, zajistit dostatek pracovníků na úpravu dráhy během závodu, organizační a funkcionářský štáb a konečně ubytování a stravování. Pro neustálé sněžení jela se jen horní část dráhy o délce 1350 m se 7 zatáčkami.

V sobotu se jela pilotní jízda a dvě finálové jízdy jednotlivců mužů, žen a dorostu, v neděli dvojice. Zatím co první jízda byla ztěžována množstvím sněhu a stálým hustým sněžením, druhá byla podstatně rychlejší. Ukázalo se však, že zde platilo plně úsloví lyžařů: »Kdo maže, vyhraje!« Dráha, sama nepřilíš strmá svým spádem, byla hlubokým sněhovým polštářem pomalá a nedovolovala uplatnit v plné míře techniku jízdy jako při ledovém povrchu. Proto také skluznost sánic byla rozhodující a četní naši přední závodníci se ocitli svými výsledky daleko vzadu. Ani domácí neměli mnoho štěstí a jízda s tradičními »palcemi« spíše přispívala k pomalejší jízdě než dobrému řízení sání. Vítězství tradičně slavil Severočeský kraj.

Byly však i stíny při závodě. Sbor rozhodčích, i když měl práci dobře rozdělenou, několikrát v měření času chyboval a zavadl tak důvody k zhytečným

nespokojenostem závodníků. Méně autoritativní a unáhlené rozhodování jednotlivců a více kolektivní práce v našem sánkařském sportu jen prospěje, ať už se to týká samotných funkcionářů nebo závodníků z různých krajů. Také někdy zkosnatělé trvání na předpisech, jejichž ověření se může provést přímo odpovědnými pracovníky na místě, naší společně věci neprospívá. Přesto však tyto drobné nedostatky, které konec konců jsou bohužel doposud ve větší nebo menší míře průvodními znaky každého většího závodu, nikterak nenarušily celkový dojem. Lze jednoznačně říci, že tento první velký závod v letošní sezóně se podařil.

V Tatrách máme dobře vybudovanou základnu sánkařského sportu. Škoda jen, že bobovka v Tatranské Lomnici, kdysi nejlepší u nás, postavená již v roce 1911, zaniká nejen v paměti odpovědných funkcionářů, ale i porostem, sutinami, kame-

ním a drny naplavenými jarními přívaly. Na druhé straně je velmi zasloužená snaha soudruhů Vani, Lamperta a ostatních ze Smokovce, kteří chtějí využít připravené silniční úpravy na Hrebienok a zpevnit natrvalo klopené zatáčky buď litým asfaltem nebo kameny a trávními drny na pevný kamenitý a zemitý základ. Byla by to jakási obdoba částečně vyasfaltované sánkařské dráhy, jako jsou kompletně betonové bobovky v cizině. Tato snaha zaslouží si jistě podpory naší ústřední sekce! Plánné k dalšímu rozvoji sánkařství mají v Tatrách mnoho. Jejich realizace závisí na obětavosti tělovýchovných pracovníků a na rozšíření sánkařského sportu do průmyslových center celého Slovenska. To se potom již nebude o sánkařství mluvit jen v tatranské oblasti, ale stane se masovým sportem celého Slovenska, a o to nám všem jde. Inž. LUBOS PÁSEK

■ Stálé sněžení zvýšilo důležitost mazaání. Na snímku Karla Hrubce závodník Dukly Mariánských Lázní J. Dvořák vysušuje skluznici.





■ Na snímku je prezident mezinárodní federace FIL Bert Isattisch, viceprezident Lucjan Swiderski a generální sekretář polského olympijského výboru Tomasz Lempart (odleva).

Zasedání kongresu FIL v Krynici

Při letošním mistrovství světa se konalo zasedání technické komise a řádný kongres mezinárodní sáňkařské federace FIL, kterého se zúčastnil jako její řádný člen československý delegát inž. J. Miňovský.

Na zasedání byly provedeny poslední úpravy mezinárodního závodního řádu. — IRO. Závodní řád byl již projednán na zasedání komise v Bad Aussee a na zasedání počátkem února ve Weissenbachu.

Jako host byl na schůzi přítomen pan Erichsen z Norska. Předložil plány na rekonstrukci sáňkařské dráhy v Oslo, které se hodlá ucházet o uspořádání ZOH 1988. Podrobnosti této rekonstrukce budou projednány na letním zasedání technické komise v Oslo.

Tentýž den odpoledne zasedali delegáti na předkongresové poradě za přítomnosti zástupců ČSSR, Itálie, Lichtensteinu, NDR, NSR, Norska, Polska, Rakouska a Švýcarska. Projednávalo se IRO a na žádost NSR, Itálie a Rakouska jednalo se o otázce zkrácení dráhy pro kategorie žen a dvouosadlových saní na letošním mistrovství v Krynici.

Hlavní úpravy závodního řádu IRO se dotýkají organizace závodů na mistrovství světa a olympijských her. V těchto soutěžích budou prováděny jízdy jednoosadlových saní mužů a žen jako dosud. Soutěž dvouosadlových saní, ve které mohli startovat buď dvojice mužů, nebo dvojice smíšené, bude nyní přístupna pouze dvojicím mužů.

Další důležitou úpravou mezinárodních sáňkařských pravidel je zákaz používání tyčí k řízení saní tak, jak s nimi u nás jezdí hlavně tatranští závodníci.

Nová pravidla již zahrnují podmínky pro vyslání závodníků na olympijské hry. Podle řádu bude moci každý stát přihlásit na hry čtyři muže a dva náhradníky, tři ženy a dvě náhradnice a dvoje dvouosadlové saně a dva náhradníky. Včetně jednoho vedoucího a jednoho trenéra maximálně 19 osob.

Vzhledem k tomu, že na kongrese bude NSR žádat přidělení mistrovství světa 1983 do Hahnenkleee, žádal generální sekretář svazu NDR Frisch, aby bylo odhlasováno podobné usnesení, jako mají hokejová a lyžařská federace, že není možné pokládat závody za mistrovství světa v případě, když bude znemožněna účast některému členskému státu. Tento požadavek podporovali zástupci Polska a ČSSR. Předseda však odmítl o takovémto usnesení jednat.

Vlastní zasedání kongresu se konalo v předvečer zahájení VII. mistrovství světa v slavnostně vyzdobeném sále lázeňského domu v Krynici. Podpora, s ja-

kou se sáňkařský sport v Polsku setkává ze strany GKKE (polský ústřední výbor tělovýchovy), byla patrna i z toho, že se zasedání zúčastnil generální sekretář polského olympijského výboru Tomasz Lempart. Kongres zasedal za účasti delegátů z patnácti států, ze socialistického tábora byly zastoupeny Polsko, NDR a ČSSR. Úvodem byla podána zpráva o zasedání mezinárodního olympijského výboru v Aténách, na kterém bylo definitivně schváleno, že závody na saních se pojedou v Innsbrucku na ZOH.

Po referátu předsedy sáňkařského svazu a vicepresidenta mezinárodní federace byly provedeny volby nového vedení federace na další čtyři roky. Jednomyslně byl prezidentem opět zvolen Rakušan Bert Isattisch, prvním viceprezidentem Polák Swiderski, druhým viceprezidentem Nor Erichsen a třetím pro otázky Ameriky Kerth z USA. Pokladníkem baron Falc-Fein z Lichtensteinu. Nově byla vytvořena na návrh kongresu revizní komise s předsedou Dr. Berndtem z NSR a se členy W. Frischem z NDR a Widmannem ze Švýcarska.

Dále byla upravena dřívější technická komise a komise mládeže. Z rozhodnutí kongresu byla vytvořena jediná komise technická, v jejíž čelo byl zvolen Erhard Feuereiss z NDR, který bude řídit práci tří subkomisí: sportovní, mládeže a subkomise pro stavbu drah. V čele sportovní subkomise, která se bude zabývat o otázky metodiky, tréninku, propagace a organizace závodů FIL je zároveň předseda celé komise E. Feuereiss. Předsedou subkomise drah je známý rakouský sáňkařský odborník Toni Weissnicht a úkolem jeho komise je sledování vývoje ve stavbě nových drah hlavně se zřetelem na ekonomii jejich budování a zvyšování jejich bezpečnosti. Budou proto všechny dráhy, na kterých se budou konat větší mezinárodní závody, posuzovány, registrovány a klasifikovány technickou komisí. Předsedou subkomise mládeže byl zvolen W. Hartmann z NSR. Sekretářkou federace je nadále Rakušanka Ingrid Bergerová.

Za nové členy federace byly přijaty Anglie a Kanada.

Kongres přijal návrh západoněmeckého svazu na uspořádání mistrovství světa pro rok 1983 v NSR, a to na dráze v Hahnenkleee (Harz), ve dnech 2. až 3. února. Také mistrovství Evropy juniorů bude v příštím roce v NSR, neboť žádný jiný svaz se o uspořádání neucházel. Původně mělo být v Jugoslávii. Protože však Jugoslávci nevyšlali ani svého delegáta na kongres, bylo místem konání určeno Künigssee poblíže Berchtesgadenu v Bavorsku. Mistrovství Evropy juniorů se uskuteční ve dnech 26. až 27. ledna 1983.

Na okraj VII. mistrovství světa v jízdě na saních

■ Letošní mistr světa závodník Německé demokratické republiky Thomas Köhler je jednadvacetiletý posluchač Institutu tělesné výchovy v Lipsku. Na saních začal jezdit závodně v roce 1954. Z jeho dosavadních úspěchů: v r. 1958 byl druhý na mistrovství Evropy juniorů. V domácích soutěžích získal po jednom titulu juniorského a seniorského mistra NDR. Köhler se chce i nadále věnovat závodnímu sáňkařství. Jako doplňkové sporty pěstuje parašutismus a skoky do vody.

■ Mistryně světa Ilse Geislerová je učitelkou v Zittau (NDR). Na saních začala jezdit před pěti lety ve svých 17 letech. Zatím nedosahovala v mezinárodních soutěžích výraznějších úspěchů (na mistrovství Evropy juniorů v r. 1958 skončila osmá). Na mistrovství světa startovala letos poprvé. Jejím největším přáním je, aby byla zařazena do celoněmeckého družstva na ZOH 1984.

■ Ital Carlo Riedmann je již druhým čestným členem kongresu federace. Jako prvním se před dvěma lety dostalo této čti Albertu Mayerovi, kancléři Mezinárodního olympijského výboru v Lausanne.

■ V anketě o nejlepšího sportovce Polska pro rok 1961 je na devátém místě Jerzy Wojnar, loňský mistr světa v jízdě na saních. Letos skončil na druhém místě ztrátou 14 setin vteřiny ze 4 jízdy.

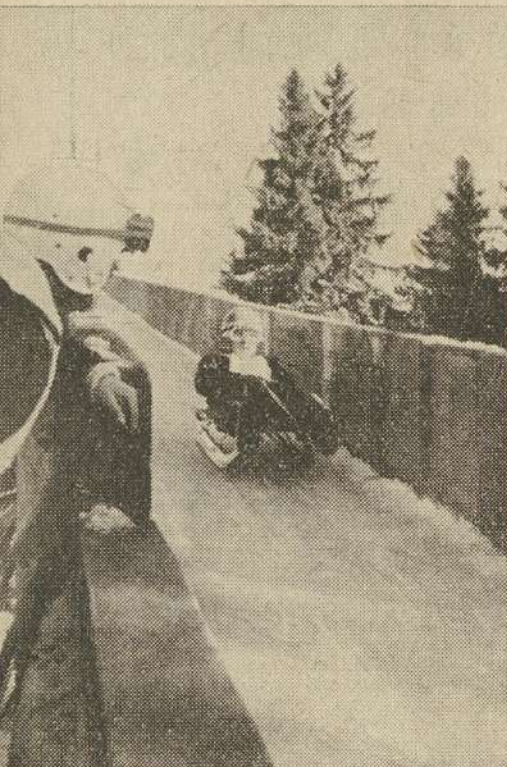
■ Za početné účasti závodníků a veřejnosti se v prvním dnu mistrovství konala svatba bývalé mistryně světa z roku 1958 Polky Marie Sempczyszakové, která již zanechala aktivní činnosti. Prováděla se za Českoslováka inž. Haška a předsídlí do ČSSR.

■ V pátek odpoledne se měl na spodní části dráhy uskutečnit závod novinářů. Závod byl připraven tak, že by každý redaktor polských nebo cizích novin jel na dvouosadlových saních řízených předními polskými závodníky. Ač byl o závod mezi novináři a veřejností obrovský zájem, nebyl nakonec uskutečněn, z obavy o stav dráhy, když po polední vystoupila rtuť teploměru na 5 st. Celsia nad nulou.

■ Na kongresu vznikla v souvislosti s definicí náplně práce komise drah rušná debata mezi delegátem Itálie Scheinplugem a západním Němcem dr. Berndtem. V souhlase s náplní této komise žádal Ital, aby dráhy pro obě mistrovství 1963 byly nejprve v létě schváleny za mezinárodní TC federace. Němec však z obavy, že by mohly být požadovány nějaké úpravy drah před schválením, žádal, aby tím, že NSR bude pověřena uspořádáním obou mistrovství, byly též obě dráhy uznány bez výhrad.

■ Známý kameraman polské Kroniky filmové Karol Szczecinski ve snaze získat originální záběry, neváhal projet celou dráhu na saních. Za spolupráce polských závodníků připevnili ocelovým drátem jednosadlové saně L. Kudzi před speciální dvojky R. Pedraka. Kolonu uzavíral Pedrak, který se vzhledem držel saní, jel celou dráhu na botech a tak zmírňoval rychlost. Přesto však sáňkařské spržení dosáhlo takové rychlosti, že po projetí cílem a vysokém najetí cílové zatáčky se všichni převrátili do dráhy, ale to už cenné záběry z trati byly hotovy.





■ Horst Urban krátce po startu v betonovém korytě startovní věže sledován inž. Vladimírem Kovandou.

Dokonale připravená umělá sánkařská dráha v polské Krynici byla letos po čtyřech letech znovu dějištěm sánkařského mistrovství světa. Krynice — perla polských lázní leží necelých 20 kilometrů od našich hranic, v údolí na sever otevřeném, v nadmořské výšce 620 m. Sánkařská dráha, jedna z nejlepších a nejrychlejších vůbec, leží přímo uprostřed lázní. Start dráhy je na Goře Parkové z 10 m vysoké železobetonové startovní věže. Dráha je vybavena veškerým nutným příslušenstvím, vodovodem, elektrickým osvětlením pro noční jízdy, rozhlasem po celé trati, kontrolními stanovišti pro rozhodčí v zatáčkách. Měření času bylo prováděno elektricky firmou Longines. Měřicí aparatury obsluhovali dva mechanici této firmy, jeden na startu a druhý v cíli. Co nejvíce ocenili závodníci a diváci, byla kolejová lanovka spojující cíl se startem.

Letos opět, po pětileté přestávce, se zúčastnilo československé reprezentační družstvo měření sil na mistrovství světa. Celá sánkařská veřejnost byla právem zvědavá, jak obstojí naši v největší světové konkurenci, neboť v období, když jsme se mistrovství světa nezúčastňovali, nestartovali jsme na žádných mezinárodních závodech, které by poskytovaly srovnatelné měřítko výkonnosti. I když podrobné zhodnocení naší účasti na MS vyjde z pera členů trenérské rady později, přece již dnes můžeme jasně prohlásit — Krynice byla pro nás úspěchem a dalším krokem vpřed v růstu výkonnosti.

Letošní v pořadí již VII. mistrovství světa se konalo ve dnech 10. a 11. února 1962. Větší část účastníků přijela ve společné výpravě z mistrovství Evropy v Rakousku. Cestou se k nim připojila i naše výprava. Tu tvořili vedoucí inž.

Reportáž
inž. V. HORÁKA

KRYNICE

Miňovský, trenér inž. Hanák a závodníci Horst Urban, Manik Novotný, Petr Skrabálek, Erich Peukert, inž. Vladimír Kovanda; z žen Jana Jarolimová, Zorka Tomášková a Olina Tylová. A tak v úterý 6. února se sešli reprezentanti 15 států. Byli to závodníci Anglie, Belgie, ČSSR, Francie, Holandska, Itálie, Kanady, Lichtensteinu, NDR, NSR, Norska, Rakouska, Švýcarska, USA a pořadajícího Polska. Středa a čtvrtek byly věnovány oficiálnímu tréninku, který se však konal v obou případech formou závodu o poháry polského deníku Standart mladých a PKOL. To bylo předmětem kritiky zástupců západních zemí, kteří v obou závodech startovali mimo soutěž. Nechtěli, aby jejich závodníci, kteří v tréninku jezdili opatrně, nebyli srovnáváni se závodníky Polska a NDR. Je třeba již zde připomenout, že úplná družstva obou zmíněných zemí po čtrnáctidenním soustředění od vánoc loňského roku na dráze v Karpaczi trénovala již od 18. ledna přímo v Krynici. To byl jistě jeden z rozhodujících faktorů, který způsobil, že např. v kategorii mužů 7 závodníků z první desítky byli závodníci NDR a Polska. Musíme velmi litovat, že naši závodníci, ač polským svazem pozváni, se tohoto soustředění nemohli zúčastnit.

První den tréninku byl absolvován pouze ze dvou třetin trati. Na nátlak západních účastníků byla dráha na tuto délku zkrácena i pro vlastní mistrovství v kategorii žen a dvojic, přes ostré protesty pořadatelů.

Celou dráhu sjeli si naši muži před vlastním mistrovstvím pouze dvakrát. Největší nedostatek tréninku se projevil hlavně u noční jízdy, při které jsou podmínky orientace závodníka na trati úplně odlišné. Reprezentanti ČSSR při tréninku dosahovali časů v průměru o 4 vteřiny horších než časy vítězů.

Po pátečním volném dni a večerním slavnostním zahájení mistrovství na lá-

zeňské kolonádě za účasti mnoha tisíc diváků, začaly mistrovské jízdy v sobotu dopoledne. Protože pro start žen bylo nutno přesunout startovací zařízení, byly dopoledne absolvovány první a druhá jízda mužů a odpoledne od 13.00 hod. obě první jízdy žen. Třetí večerní jízda se uskutečnila za umělého osvětlení od 20 hod. a zahajovaly ji ženy.

V průběhu prvních jízd nejvíce překvapila Zorka Tomášková, která v první jízdě dosáhla třetího nejlepšího času rozdílem pouhých 12 setin vteřiny za první závodnicí Polku Szubertovou. I po druhé jízdě byla ještě na pátém místě, ale ve třetí jízdě se projevil nedostatek tréninku při umělém osvětlení. Tato jízda byla též osudnou pro Janu Jarolimovou, která v ní havarovala těsně před cílem a ke čtvrté jízdě již nemohla pro zranění nastoupit.

Poslední jízda jednotlivců se jela v neděli od 9.30 hod. v pořadí muži — ženy, a tak byl start připraven již na odpolední závody dvojic. Přes to, že jsme však od mužů očekávali o něco více, je z dosahovaných časů jasně zřejmé, že u našich závodníků to byla v první řadě otázka možnosti tréninku na tak těžké dráze. Vždyť jejich časy se u všech jízda od jízdy zlepšovaly, s výjimkou třetí noční jízdy, ale o té se psalo již dříve. Zato pěkně umístění odvážně jedoucích mladých závodnic Tylové a Tomáškové a hlavně výsledky našich dvojek vše vy nahradily.

Pohár národů, který se konal po skončeném závodě dvojic, se jel s ohledem na časovou tíseň jen na jednu jízdu. Startovali v něm za každý stát nejvýše 3 muži, 2 ženy a 1 dvojice. Naši v něm ve složení Urban, Novotný, Kovanda, Tylová, Tomášková a dvojice Novotný-Skrabálek získali 61 bodů a umístili se na šestém místě. Pořadí národů bylo: NDR, Polsko, NSR, Itálie, Rakousko, ČSSR, Švýcarsko, Lichtenstein, USA a Kanada, ostatní státy závod neobeslaly.

PRVNÍCH ŠEST A UMÍSTĚNÍ NAŠICH ZÁVODNÍKŮ

Jednosedadlové saně mužů: 1. Thomas Köhler, NDR 4:43,99, 2. Jerzy Wojnar, Polsko 4:44,13, 3. Jochen Asche, NDR 4:46,98, 4. Waltr Eggert, NDR 4:47,37, 5. Ryszard Pedrk, Polsko 4:48,16, 6. Fritz Nachmann, NSR 4:48,21.

Umístění závodníků ČSSR: 20. Horst Urban 4:57,76, 33. Erich Peukert 5:03,00, 34. Manik Novotný 5:03,73, 38. Vladimír Dašek 5:08,19, 39. Vladimír Kovanda 5:07,01, 46. Petr Skrabálek 5:13,50.

Jednosedadlové saně — ženy: 1. Ilse Geislerová, NDR 3:51,27, 2. Gerda Rieserová, Rakousko 3:53,13, 3. Danuta Nyczová, Polsko 3:54,24, 4. H. Boether Szubertová, Polsko 3:54,53, 5. Danuta Zacharová, Polsko 3:54,60, 6. Maria Isserová, Rakousko 3:55,36.

Umístění závodnic ČSSR: 8. Olina Tylová 3:55,59, 12. Zorka Tomášková 3:58,14.

Dvousedadlové saně: 1. Johan Graber—Giamp. Ambrosi, Itálie 1:51,35, 2. Fritz Nachmann—Max Leo, NSR 1:52,57, 3. Manik Novotný—P. Skrabálek, ČSSR 1:52,69, 4. Klaus Bonsack—Thomas Köhler, NDR 1:52,79, 5. Erich Peukert—Horst Urban, ČSSR 1:52,84, 6. Edward Fender—Stanislaw Wawok, Polsko 1:53,35.

Slyžařství

ROČNÍK 48, ČÍSLO 4

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-13*21530

ÚSPĚCH SÁŇKAŘŮ



Největšího úspěchu dosáhli naši sáňkaři ve dvojicích. Bronzová medaile Manfréda Novotného (vlevo) a Petra Skrabálka je toho dokladem.

Mistrovské boje v Krynici se těšily velké pozornosti polské veřejnosti. V závěrečný den mistrovství byla dráha lemována 30 000 diváky. V cílové zatáčce právě sledují úspěšné zakončení 4. jízdy Oliny Tylové.

Dobře seřízené a namazané saně jsou základem úspěchu. Mistr sportu Horst Urban to dobře ví, a proto jeho pozornost před startem patří důsledné přípravě skluznic. Na snímku jsou dále odleva Peukert, Novotný, Skrabálek a Jarolímová.

Titulní strana: Mistr světa a držitel dvou zlatých medailí (15 km a závod štafet) Švéd Asser Ronnlund. Na snímku J. Hejry při běhu na 15 km v Zakopaném.

Zadní strana obálky: Závodní sáňkařství získává stále větší oblibu i u žen. Radost z rychlé jízdy přivedla na dráhu mistrovství světa v Krynici i Norku Jorunn Kviseth.





ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lyžařství - sáňkařství a bobový sport



Lýžařství

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
KVĚTEN 1962



5



LEHKÁ ATLETIKA ■

TURISTIKA ■

HRY



Jarní spánek oddílům nesvědčí

Zazelenaly se stráně a hřebeny hor, na kterých jsme se ještě donedávna projížděli se svými svěřenci. Dnes už i ti nejnadšenější svázali a uložili »prkýnka« někam do tichého kouta, aby je nevytáhli dřív, než napadne sníh v nové sezóně. I my jsme si je uložili. Nemělo by to však znamenat, že s odložením lyží přerušíme i veškerou činnost v oddíle a uchýlíme se někam do ústraní k zaslouženému odpočinku, chcete-li k jarnímu spánku.

Ono takové jarní zdřímnutí není nic nepříjemného po vypětí sil a aktivitě, která díky mimořádně dobrým sněhovým podmínkám se nám o nějaký ten týden prodloužila. Jde však o to, aby ze zdřímnutí nebyl spánek, ze kterého bychom se probouzeli někdy na podzim.

Však víte, jak se to dělá. To se řekne, že si dáme na čtrnáct dnů »pauzičku«, pak do toho skočí nějaká akce nebo »vypne« odpovědný funkcionář, a dávej potom dohromady kolektiv. Starším se vždycky nechce, nebo mají jiné povinnosti. A mládí? To nečeká a popadne, co má po ruce. Už kvůli těm mladým si nesmíme zdřímnout a složit ruce v klín. Mládež nám udělala svým zájmem o lyžování radost a hlavně je příslibem, že při naší dobré péči může v neďaleké budoucnosti ovlivnit zatím neutěšený stav v závodním lyžování. Víte, že podle předběžných zpráv se letošních Sportovních her mládeže v lyžování zúčastnilo přes devadesát tisíc mladých, což je o 15 tisíc víc, než jsme očekávali? Také v soutěži o odznak Lyžař ČSSR již dnes překračujeme plánované číslo o deset tisíc. To nás zavazuje. Mládež jsme získali a talentovaných je mezi ní, že se nedopočítáš. Nesmíme je však nechat rozprchnout. Ztracený čas už nikdo nedohoní.

Když už jsme si řekli o radostech uplynulého období, podívejme se také i na strasti. Také ony budou vážnou pobídkou k aktivní činnosti v přechodném a přípravném období. Na plenárním zasedání sekce, když F. Tábořský hodnotil výsledky letošních mistrovství ČSSR, uvedl mezi jiným tato čísla. Z celkového počtu 524 startujících ve všech disciplínách mistrovství ČSSR splnilo normu I. výkonnostní třídy 23 %, tj. 124 závodníků, II. výkonnostní třídy 30 %, tj. 164 závodníků, III. výkonnostní třídy 25 %, tj. 136 závodníků, a co je nejhorší, 118 závodníků nesplnilo ani požadovaný limit III. výkonnostní třídy. Všichni víme, kde nás bota tlačí. Celoroční cílevědomá činnost jistě není všelékem. Víme však také — a je to ověřeno výsledky mnoha vynikajících sportovců — že je základním kamenem, na kterém se v hlavním období dají stavět výkony.

Zazelenaly se nejen stráně a hřebeny našich hor, ale i hřiště, louky, les a všechno na dosah ruky. Svou jarní svěžestí se přímo nabízejí k proběhnutí, k míčovým hrám,



ke cvičební hodině v nejnádhernější tělocvičně — jarní přírodě. Pro každého něco přichystala, každému něco dává. Jde však o to, umět si vybrat. A to je prubířským kamenem nás všech, cvičitelů i trenérů: umět pro své svěřence v nastávajícím období čerpat z nekonečných podkladů a zdrojů přírody. Nepůjde o nějakou novátorskou nebo bůhvíjak složitou a novou činnost. Psát o ní u aktivních závodníků by bylo nošením dříví do lesa. Přesto však na ni mnohdy zapomínáme, zejména u řadového členstva a nově získané talentované mládeže.

Když bychom chtěli hovořit konkrétně, znamená to uskutečňovat pravidelné tréninkové schůzky členů oddílu na hřišti nebo u vody, zaměřené na lehkou atletiku, míčové hry, plavání, cvičení obratnosti a jiné oblíbené formy tělovýchovné činnosti. Aby opravdu splnily stanovený úkol, měly by být alespoň dvakrát týdně s pevně stanoveným cvičebním programem. Znamená to také čas od času připravovat na soboty a na neděle turistické výlety na kolech, a tam, kde jsou podmínky, i na lodích. V některých oddílech uskutečnili a letos opět připravují letní týdenní i delší soustředění mládeže ve stanovém táboře, v chatě na horách nebo putování na kolech či putování na pramičkách. Tyto akce zvláště doporučujeme pro jejich výchovnou hodnotu.

Při veškeré činnosti nesmíme zapomínat na nejzajímavější formu činnosti — soutěživost. Nespokojte se se soutěžením jen mezi členy oddílu, ale vyzvete k soutěži i oddíly sousedních jednot v okrese, případně i v kraji! Příležitost nám dává nově vyhlášená soutěž o odznak zdatnosti i soutěže v odbíjené, kopané, nohejbalu, prostě takové, do kterých budete mít chuť. A na adresu těch, co říkají, že to bez peněz nejde, odpovídáme: Jde, ale musí se třeba jet na kole a spojit soutěž s hodnotným výletem. Jinými slovy neustrnout, nezaspát a hledat vždy nové a lepší formy činnosti.

ZA MASOVOSTÍ VIDĚT REKORDY

Z hlavního referátu, přednesenému Fr. Táborským, členem předsednictva ústřední sekce, na pracovním plenárním zasedání 14. dubna 1962 v Praze.

MLÁDEŽI JEDNU HODINU TĚLOVÝCHOVY DENNĚ

Uskutečnění tohoto úkolu se netýká jen ZTV či turistiky, ale všech sportů, a tedy i lyžování. Také v lyžařských oddílech se musíme daleko více zabývat i ostatní sportovní činností. Až dosud se ve všech složkách, od oddílů přes okresní a krajské sekce až k ústřední sekci, zabýváme a omezuje se jen na otázky specificky lyžařské a přehlízíme tu delší část roku (jaro, léto a podzim), kdy se nedá lyžovat, a členové oddílů se věnují jiným sportům jen podle svých zálib. Nejen tři měsíce, ale po celý rok máme dávat členům v lyžařských oddílech sportovní náplň. Tím jistě zvýšíme všeobecnou a všestrannou zdatnost lyžařů, která je naším cílem a přispěje i ke zvýšení výkonnosti lyžařů — závodníků.

Otázkami celoroční činnosti by se měly daleko více a hlouběji zabývat trenérské rady, komise učebně metodická, ale v první řadě komise základního lyžování, které vlastně přísluší starost a péče o celkové řízení činnosti

oddílů a která by měla zajišťovat i soustavné provádění sportu v lyžařských oddílech, a ne řešit jen otázky specificky lyžařské.

SPORTOVNÍ SOUTĚŽE NAŠIM VÝZNAMNÝM POMOČNÍKEM

Nejde však jen o závody na lyžích, ale o celou řadu dalších soutěží v ostatních družích sportů a her, které mohou lyžaři provádět a které mohou přispět k celoroční náplni činnosti lyžařských oddílů. Měli jsme sice dobré příklady i v loňském roce (v létě a na podzim), přesto není této formy činnosti v dostatečné míře lyžařskými oddíly využíváno. Přitom nejde o soutěže s nějakými vrcholnými výkony, ale o zábavnou a přitažlivou formu, jak připoutat lyžaře k celoročnímu sportování.

SOUTĚŽ O ODZNAK ZDATNOSTI — MĚŘITKO PRÁCE V PŘECHODNÉM A PŘÍPRAVNÉM OBDOBÍ

I když se u lyžařů závodníků zvýšil zájem o plnění podmínek PPOV a BPOV vypsaním soutěže o nejlepší

výkon, přece to nestačí. Této soutěže je zapotřebí více využívat při podchyzení zájmu o trvalé a soustavné provádění sportu. Ovšem měli bychom pochopit, že plnění podmínek odznaku PPOV není jen otázkou formální, jak je stále ještě mnohdy chápáno, ale že je skutečným základem a předpokladem k získání všestranné tělesné zdatnosti, kterou má zapotřebí jak široká masa lyžařů, tak i lyžařští závodníci, kteří chtějí dosáhnout vrcholných výkonů.

LYŽE V KAŽDÉ RODINĚ JEŠTĚ NE- ZNAMENAJÍ MASOVOU ZÁKLADNU

Nikdy v minulosti nebyly u nás tak příznivé podmínky, aby takový počet pracujících trávil chvíle oddechu na horách, ať již v zotavovacích ROH, závodních chatách nebo se školou. Přesto je velká řada těch, pro něž sport a lyžování znamená týden pobytu na horách a několik málo výletů na sobotu a neděli, a to je všechno. V této velké lyžařské rodině máme ještě široké pole působnosti. Znamená to pro nás více pronikat a využívat možnosti kolektivního členství závodních výborů, které na četné návrhy z pléna sjezdu bylo znovu začleněno do organizačního řádu. Rozhodující pro získání mládeže je těsná spolupráce všech orgánů ČSTV s ČSM, s jeho Pionýrskou organizací a se školou.

Tento úkol je náročný na velký počet organizačních pracovníků a zvláště cvičitelů a my již velmi dlouho mluvíme o tom, že jich máme nedostatek. Donekonečna však se nelze takto vymlouvat. Hledejme tedy pomoc i mimo naši organizaci, například v ČSM. Proč třeba pionýrští vedoucí nám nemohou pomoci jako organizátoři soutěží žactva i jako vedoucí při zimních zájezdech? Proč svazáků, kteří nemají předpoklady k dosažení vysoké výkonnosti, nevyužijeme pro práci na úseku cvičitelském, trenérském, rozhodčích a organizátorů?

NEJDE JEN O ZPŮSOB ŠKOLENÍ CVIČITELŮ, ALE O JEJICH ZÍSKÁNÍ PRO PRÁCI V ODDÍLE

Každoročně nám odchází z aktivní činnosti desítky starších závodníků a my jsme většinou včas nezabezpečili, aby se zapojili do další aktivní práce v oddíle jako organizátoři a trenéři. V tomto směru je třeba zlepšit výchovnou práci. Mluvíme-li o tom, že máme nedostatek dobrovolných pracovníků, proč jsme tedy provedli takové akce, které odrazují řadu dobrých funkcionářů? Například přezkušování rozhodčích a cvičitelů. Je jistě správné soustavně se starat a pečovat o odborný růst a kvalifikaci našich lyžařských pracovníků, ale je zapotřebí volit takové cesty, které nám kvalititu i počty neustále zvyšují a neodradí některou část od práce vůbec. Víme a věd-

SPLNILI ZÁVAZEK

Lyžařský oddíl TJ Slovan Olomouc vykonal během své dlouholeté činnosti mnoho práce pro rozvoj lyžařství v jesenické oblasti. Patří mezi ty oddíly, které si jsou vědomy, že otázka rozvoje tělovýchovy a sportu je přímo závislá na zajištění tělesné výchovy mládeže a jejího zapojení do pravidelného tělovýchovného procesu. Proto v posledních letech se zaměřili pracovníci oddílu především na mládež. Dosažené výsledky ukázaly, že nastoupili správnou cestu.

Když ve dnech 17. a 18. června 1961 se konalo v Olomouci plenární zasedání ústřední sekce lyžování, vyhlásili na jeho počest závazek, že se stanou vzorným oddílem v práci s mládeží.

Na plenárním zasedání ústřední sekce, konaném dne 14. dubna 1962 v Praze, předložili vyhodnocení závazku, který byl nejen splněn, ale v mnohých bodech vysoko překročen. Tak například všechna cvičící mládež splnila v uplynulém roce odznak BPOV. Nositelé odznaku splnili jej znovu s lepšími výkony. Všechno žactvo splnilo odznak Plavec ČSSR. Také odznak Lyžař ČSSR splnilo místo 80 % plánovaných 98,5 % cvičící mládeže v oddíle. Neméně dobrý je výkaz o plnění odznaku 100 jarních kilometrů, který splnilo 90,6 % žactva proti stanoveným 80 % v závazku. Aby zajistili růst výkonnosti, zavázali se soudruzi z lyžařského oddílu, že získají na úseku mládeže dvě II. výkonnostní třídy. Také zde vykazují vysoké překročení. Získali celkem pět prvních a sedm druhých výkonnostních tříd mládeže.

Ve výchovné práci s mládeží sledovali v oddíle i studijní prospěch a podařilo se jim při celkovém počtu 56 žáků dosáhnout průměrné známky 1,265 proti plánované 2,5. Připočteme-li k tomu, že se jim podařilo splnit plánované rozšíření členské základny na 100 % a získat místo dva čtyři kvalifikované cvičitele, vykonali pěkný kus práce pro lyžařskou mládež.

Dosažené výsledky ukazují, že funkcionáři lyžařského oddílu Slovan Olomouc správně pochopili význam tělesné výchovy mládeže. Při vyhodnocení svého závazku prohlásili, že na této cestě budou i nadále pokračovat. A my jim k tomu přejeme mnoho úspěchů.

li jsme o tom, že máme nedostatek cvičitelů, a přesto jsme připustili snižování jejich vnějšího označení a odradili tak od práce řadu soudruhů, kteří nám mnohdy dělali dobrý kus práce, i když už někdy nestačili na toho pověstného Kruckenhaysera.

Je zcela správné omlazovat kádry, ale musíme umět ocenit dlouholetou práci a neodebrat vnější znak, který je mnohdy jediným uznáním, které jim jako sekce můžeme dát. Velmi často kritizujeme nedocení a neuznávání práce v tělovýchově, a přesto někdy sami ve svých řadách ji nedoceňujeme a bereme i z těch mála uznání, která jsou.

■ LÉPE VYUŽÍT MLÁDEŽE K ORGANIZÁTORSKÉ A POMOCNÉ PRÁCI

Aby se tělesná výchova naší mládeže stala trvalou součástí každodenního života, připravujeme zavedení funkce »lyžařský organizátor«. Široká výuka těchto funkcionářů má být postavena na minimálních a přitom základních znalostech lyžařské problematiky a bude zahájena ještě v tomto roce. Současně uvažujeme o snížení věkové hranice pro pomocné lyžařské cvičitele na 15 let. Je však zapotřebí, aby již nyní všechny komise mládeže navázaly styk se složkami ČSM a nečekaly na direktivní uložení úkolů.

■ BUDEME SOUTĚŽIT O SPARTAKIÁDNÍ VLOČKU

Na II. sjezdu ČSTV lyžaři vyhlásili na počest III. CS novou soutěž o spartakiádní vložku, která naváže na spartaku tradici spartakiádní vložky minulé celostátní spartakiády. Chceme vedle soutěží SHM dát naší mládeži opět možnost soutěžit o odznak, který bude chloubou každého chlapce a děvčete. Jsme přesvědčeni o tom, že její průběh bude úspěšný a že zajistíme 300 000 účastníků. Stejnou pozornost jako soutěži o spartakiádní vložku musíme věnovat SHM. Musíme usilovat o to, aby z jednorázové akce zajišťované školami se staly dlouhodobou na sebe navazující soutěží. Je například jen málo okresních sekcí, které SHM zařadily do kalendáře lyžařských soutěží. To je podceňování významu SHM a nesprávné přesunutí odpovědnosti na jiné orgány. Chceme-li, aby se SHM staly opravdovým zdrojem budoucích reprezentantů, musíme aktivně přiložit ruku k dílu a nečekat, že to za nás někdo udělá. Zejména v příštím roce musíme SHM věnovat plnou pozornost. V roce 1963 budou provedeny Československé sportovní hry a SHM budou tvořit jejich základ. Proto je nutné, aby již nyní při přípravě příštího ročníku 1962—1963 všechny sekce vykonaly vše pro zajištění SHM a pro zdar I. ročníku Československých sportovních her, které před námi stojí v předolympijském roce.

VYHLÁŠENÍ II. ročníku soutěže lyžařů o nejvyšší výkon v plnění odznaku zdatnosti



Tak jak bylo slíbeno na závěr soutěže o odznak zdatnosti v minulém roce, vypisujeme novou soutěž na rok 1962.

Věříme, že naši cvičitelé, trenéři i závodníci využijí ještě v daleko širším měřítku této přitažlivé a svou náplní vhodné formy přípravy, která může přispět jak při výcviku začátečnicků, tak i vyspělých závodníků.

Soutěž o nejlepší výkon v plnění odznaku zdatnosti měla by se stát v jarních a letních měsících hlavní výcvikovou náplní všech lyžařských základen, tak jak tomu bylo v roce 1961 v lyžařských základách TJ Spartak Police nad Metují, TJ Rožnov pod Radhoštěm, TJ Sokol Nové Město na Moravě, TJ Lokomotiva Šumperk, TJ Lokomotiva Liberec, TJ Spartak Strakonice a v TJ Slovan Jilemnice. Vedení těchto základen plně pochopilo souvislost všestranné zdatnosti, kterou dává komplex odznaku PPOV a BPPOV s výkonností v lyžařských závodech.

V podmínkách letošní soutěže dochází na základě získaných zkušeností k menším změnám:

■ soutěže se mohou zúčastnit všichni členové lyžařských oddílů, základen nebo kroužků ČSM a PO

■ soutěž je vypisována jako soutěž jednotlivců a soutěž kolektivů (základen, oddílů, kroužků)

■ v soutěži jednotlivců jsou zařazeny kategorie

a) chlapec	13—15 let	— základní limit 280 bodů
b) dívek	13—15 let	— základní limit 250 bodů
c) dorostenců	16—18 let	— základní limit 350 bodů
d) dorostenek	16—18 let	— základní limit 305 bodů
e) mužů	od 19 let výše	— základní limit 440 bodů
f) žen	od 19 let výše	— základní limit 345 bodů

■ v soutěži kolektivů bude v procentech vyhodnocen průměr v jednotlivých kategoriích; propočtený na všechny členy kolektivů, a součet všech kategorií dá konečné procento plnění. Směrodatný je stav kolektivu k 5. říjnu 1962

■ vyhodnocení jednotlivců a zveřejňování desíti nejlepších v časopisu bude prováděno měsíčně, vyhodnocení kolektivů až na závěr soutěže

■ do soutěže se započítávají výkony dosažené v době ode dne vyhlášení soutěže, tj. od 14. dubna 1962 do 5. října 1962, kdy soutěž končí

■ u kategorie a) a b) se omezuje možnost nejvyššího ocenění za šplh počtem 100 bodů

■ v průběhu soutěže mohou oddíly hlásit nadlimitní výkony svých závodníků vždy do 15. každého měsíce, aby mohly být uveřejněny v tisku. Poslední výsledky do soutěže je třeba poslat do 5. října 1962 (rozhoduje datum poštovního razítka). Výkony v jednotlivých disciplínách je možné v průběhu soutěže zlepšovat

■ jinak se soutěž řídí směrnicemi v příručce Odznak zdatnosti připraven k práci a obraně vlasti.

První tři v každé kategorii jednotlivců budou pozváni počátkem roku 1963 na náklad ústřední sekce podle zaměření buď na mezinárodní závody klasických nebo sjezdových disciplín u nás. Prvé tři kolektivy budou odměněny vlajkami.

Závěrem přejeme soutěžícím hodně zdaru v jejich činnosti a vysoké překonání jejich osobních nejlepších výkonů.

ÚSTŘEDNÍ SEKCE LYŽOVÁNÍ

■ ZA DOBRŮ PRACÍ ODDÍLŮ MUSÍME VIDĚT OBĚTAVÉ FUNKCIONÁŘE

Za posledních pět let se stále množí příklady dobré péče o mládež. Například v Krkonoších se rozrůstá počet oddílů, které mládeži věnují většinu své činnosti. Ke známým již jménům Spartak Vrchlabí, Lokomotiva Trutnov, Sokol Janské Lázně, Jiskra Mladé Buky a Sokol Vítkovice přibýly další. Jsou to oddíly TJ Slovan Pec pod Sněžkou, Jilemnice a na rozhraní Krkonoš a Jizerských hor Smržovka a Liberec. Zaslouhy patří zejména učitelům, cvičitelům i trenérům. I jinde zlepšují péči o mládež a mají ji doloženo dobrými výsledky SHM. Jsou to například Lokomotiva Šumperk, Baník Ostrava, Sokol Nové Město na Moravě, lyžařské oddíly v Brně, v Plzni, ve Strakoncích, Polici nad Metují, Ústí nad Orlicí a mnoho dalších. I na Slovensku pracují s mládeží. Na přední místa v přeborech dorostu se probojovali mladí závodníci z Rudé hvězdy, Banské Bystrice, Tatranské Lomnice, Košic a Kremnice.

■ S TĚLESNOU VÝCHOVOU NA VYSOKÝCH ŠKOLÁCH NEJSME SPOKOJENI

Hlavní nedostatek je třeba hledat v malé masové základně. V zájmu dalšího rozvoje vysokoškolského sportu bude sjednocena v dohodě s ministerstvem školství a kultury nepovinná fakultativní a dobrovolná tělesná výchova v tělovýchovných jednotách Slávia Vysoké školy. Při plnění tohoto úkolu musíme pomoci i my. Za úkol letošního roku si postavme cíl, aby všude tam, kde je vysoká škola a kde je nebo bude zřízena TJ Slávia Vysoké školy, byl ustaven i aktivní lyžařský oddíl. Současně bude třeba, aby trenérská rada vypracovala konkrétní návrh, jak zlepšit i úroveň závodního lyžování vysokoškoláků, kteří mají své specifické podmínky. Nesmíme také zapomenout, že v roce 1964 bude uspořádána v ČSSR zimní universiáda, a musíme urychleně učinit vše pro zvýšení výkonnosti našich vysokoškoláků — lyžařů.

CÍLEVĚDOMĚ A DŮSLEDNĚ SE PŘIPRAVOVAT NA ZOH 1964

Současná výkonnost ve všech sportech, tedy i v lyžování, je v celém světě vyšší než kdykoliv předtím. I u nás se každoročně zlepšují průměrné výkony našich závodníků. Celkový růst jejich výkonnosti je však pomalý. Neudrželi jsme krok s vývojem a ztratili velmi dobrou pozici mezi střeďoevropskými státy, kterou jsme měli v roce 1956. Nové účinné tréninkové metody se jen velmi obtížně prosazují do praxe a málo využíváme některých dobrých zkušeností našich i zahraničních trenérů.

■ ZA VÝCHOVU ZÁVODNÍKŮ ODPOVÍDÁ TRENÉR

Velmi důležitou složkou celkové přípravy reprezentantů je morální příprava. Musíme také více uvažovat o správném využití času i prostředků, které jsou na přípravu reprezentantů vynakládány. Většina trenérů pracuje jistě dobře. Jsou však i takoví, kteří podléhají nesprávným požadavkům závodníků na neúměrné podmínky a vybavení. Ne vždy prosazují tito trenéři poctivý tvrdý trénink, kázeň a podřízení se kolektivu. To škodí nejen tělesné výchově, ale především závodníkům samým. Hospodářské zajištění závodníků a jejich rodin není dnes špatné. Vyskytnou-li se snad někde potíže, uděláme všechno, co bude v našich silách, ale oni také musí dát vše, co mohou. Zde musí sehrát důležitou úlohu trenéři v oddílech. Tam závodník žije, trénuje a je škoda, že již tam se dopouštíme při jeho výchově velkých chyb. Nelze například považovat za výchovné prostředky přetahování dobrých závodníků do silnějších oddílů a slibování materiálních výhod.

■ NA MISTROVSTVÍ ČSSR JEN TI NEJLEPŠÍ Z NEJLEPŠÍCH

V letošním roce bylo rozhodnuto, že mistrovství ČSSR se mohou zúčastnit pouze závodníci nositelé I. VI. Co nám ukázala zkušenost letošního roku? Podle dosažených výsledků na mistrovství ČSSR i při tomto opatření startovala řada závodníků (přinejmenším čtvrtina), kteří na mistrovskou soutěž nestačí, a tak nemůžeme být spokojeni nejen s výkonností špičkových závodníků z hlediska mezinárodního, ale i s celkovou průměrnou výkonností ostatních závodníků. Zvýšení náročnosti na kvalitu závodníků pro účast na mistrovství bylo a je správné. Budeme muset lépe využívat JSK a postupně zvyšovat i náročnost pro získání I. výkonnostní třídy, a to zpřísněním podmínek klasifikačních závodů. Zatím plníme poměrně snadno plánované počty, ale výkonnost závodníků nijak neroste. Podmínka I. výkonnostní třídy pro účast na mis-

trovství zvýšila zájem závodníků na plnění limitu výkonnostních tříd. To je rovněž kladným přínosem. Vždyť v loňském roce více než 1/3 závodníků, kteří splnili limit o výkonnostní třídu vůbec nepožádali. V Sovětském svazu systém jednotné sportovní klasifikace přispěl k podstatnému zvýšení úrovně sportu i v lyžování. U nás stále ještě na ni nahlížíme jen jako na škatulkování a podceňujeme její skutečný význam.

■ MĚŘÍTKEM ÚSPĚŠNÝCH MEZINÁRODNÍCH STYKŮ NENÍ JEN DOSAŽENÝ VÝKON

Mezinárodní styky musíme organizovat účelně, hospodárně a rozvíjet je v souladu s mírovou politikou Československé socialistické republiky. Sledovat jimi nejen vzestup výkonnosti čs. sportovců, ale současně usilovat, aby utužovaly přátelství mezi sportovci všech národů a aby byly také dokladem převahy socialistického tábora i ve sportu. Musíme usilovat o demokratizaci olympijského výboru a mezinárodních federací, v našem případě lyžařské federace FIS.

■ MATERIÁLNÍ A FINANČNÍ ZABEZPEČENÍ — DŮLEŽITÝM PŘEDPOKLADEM SPLNĚNÍ VŠECH ÚKOLŮ

Byli jsme zvyklí, že na činnost v tělovýchově plynuly ze státní pokladny značné částky, které nebyly vždy účelně a odpovědně využity. Je však nesprávné tvrdit, že jejich nedostatek je hlavní a jedinou příčinou poklesu naší výkonnosti. Socialistický stát bude určitě přispívat potřebnou částkou na zkvalitnění naší činnosti. Jsou a budou to opět miliónové částky. Musíme se však naučit dobře hospodařit a zajistit činnost i vlastními prostředky.

Jednoty i oddíly si stěžují, že subvence je nedostatečná. K tomu II. sjezd naznačil, že mohou zvyšovat svůj příjem svépomocí. Máme i u nás dobré příklady takové svépomoci, kdy různé brigádnickou prací, lesní brigádou v létě apod. si některé oddíly a závodníci zajistili finanční prostředky na letní soustředění. Je zapotřebí s finančními prostředky skutečně hospodařit. Na II. sjezdu upozornil předseda ÚRO soudruh Zupka i na nedostatečné využívání podpory ROH pro tělovýchovu. Je chybou, když naše jednoty a oddíly jsou odtrženy od podniků a závodů. Tím se připravují o možnost zlepšení hospodářské situace. Vhodně využívají patronátů podniků a závodů na Slovensku.

S hospodářskými otázkami souvisí i výstavba a údržba tělovýchovných

zařízení. Když voláme po jejich další výstavbě, podívejme se jak ta, která jsou schopna provozu, jsou po celou zimu udržována. Nejde jen o jejich úpravu před závody, ale o zabezpečení celosezónního provozu. Potýkáme se i s údržbou v takových střediscích, jako je například Harrachov a Špindlerův Mlýn. Zde bude třeba, aby místní složky i orgány ČSTV a tělovýchovné jednoty v místech více zabezpečovaly jejich úpravu.

■ NA DOBRÉ PROPAGAČNÍ ČINNOSTI VZDYCKY ZÁLEŽÍ

V příštím období bychom měli daleko více popularizovat práci našich trenérů a reprezentantů, více využívat všechny možné formy propagačně výchovné práce, besedy, přednášky, nástěnky, vývěsky, fotografie, zejména však tisk, rozhlas a televizi. V každém oddíle a v sekci by měl být některý soudruh pověřen úzkou spoluprací s okresním a krajským tiskem. Stěžujeme si na nezáměr tisku a novinářů na našich vrcholných soutěžích, avšak kolik z nás dodává nějaké články, které by popularizovaly lyžování, do našeho měsíčníku, do Čs. sportu či do denního i místního tisku?

■ NESPOKOJME SE S MALÝMI CÍLI

Kdybychom v hospodářských otázkách naříkali, že máme potíže a překážky, určitě bychom u nás socialistickou společnost nikdy nevybudovali. Proto nemůžeme naříkat ani v tělovýchově. Zapněme všechny naše síly, všechno umění, všechny prostředky do společné práce a dokážme získat alespoň dostatek cvičitelů, trenérů a organizátorů, a to ještě v letošním roce. Tím nejlépe prokážeme naši akceschopnost a naše stanovisko k rezoluci II. sjezdu ČSTV.

Věříme, že všichni naši pracovníci v sekcích a oddílech budou hájit a bojovat za prosazení správné linie II. sjezdu ČSTV a pomohou uskutečňovat sjezdovou rezoluci. Je na nás všech, abychom pomáhali všude tam, kde je toho zapotřebí. Na podzim 16. října se seje v Praze XII. sjezd naší slavné Komunistické strany Československa. V předsjezdové kampani máme možnost uzavírat závazky ke splnění našich úkolů. Uvítejme XII. sjezd KSČ tím, že budeme úspěšně plnit plánované úkoly a že naše práce bude přispívat k uskutečnění šťastného a radostného života našeho lidu, k výchově naší mládeže tak, aby tělesná výchova se stala nedílnou součástí života socialistického člověka.

LETNÍ PŘÍPRAVU NA JAVORINĚ V TATRÁCH?

Městský výbor ČSTV Praha upozorňuje na možnost pobytu v turistické stanové základně na Javorině v Belanských Tatrách. Základna je umístěna na velmi pěkném místě, odkud lze nastupovat vysokohorské túry. Ubytování je ve stanech vybavených spacími pytlí, strava čtyřikrát denně. Cena týdenního pobytu za osobu je Kčs 182,—. Informace a přihlášky na MV ČSTV Praha 1, Divadelní ulice 5, telefon 241-324.

Na podzim minulého roku vyhlásila ústřední sekce lyžování novou soutěž, jejímž hlavním úkolem bylo vyhodnocení výsledků dosažených celými kolektivy závodníků z lyžařských oddílů, okresů a krajů v přeborech a mistrovských závodech.

Cílem této soutěže bylo zvýšení počtu soutěžících, zvláště u závodů nižšího typu, zvýšení bojovnosti i výkonnosti všech závodníků s vědomím sounáležitosti ke kolektivu. Již dříve ústřední sekce prováděla hodnocení oddílů a krajů na mistrovství a přeborech ČSSR. Byla to však více méně vnitřní záležitost sekce, nikoliv veřejná soutěž. Soutěž se ještě ve všech krajích nevžila. Přesto však se ukazuje, že je přínosem činnosti a umožňuje kritický pohled a zhodnocení dosažených úspěchů za určité období na úseku závodního lyžování.

Vítězným kolektivem v soutěži krajských sekcí na základě výsledků mistrovství ČSSR ve sjezdových i klasických disciplínách se stal Východočeský kraj s celkovým počtem 2619 bodů. Na druhém místě je úsek armády s 1584 body a na třetím MV ČSTV Praha s 1467,5 bodu.

V soutěži oddílů zvítězil oddíl TJ Dukla Liberec s 1257 body před oddílem TJ Slávia VŠ Praha s 805,5 bodu a oddílem TJ Sokol Nové Město na Moravě s 468 body.

Vítězným kolektivem v soutěži krajských sekcí s nejlepšími výsledky dosaženými ve výchově dorostu se stal na základě výsledků z přeboru ČSSR ve sjezdových i klasických disciplínách opět Východočeský kraj s 3766,5 body před Severočeským krajem 2477,5 body a Severomoravským krajem s 1866 body.

V soutěži oddílů zvítězil lyžařský oddíl TJ Spartak Vrchlabí s 943,5 bodu. Na druhém místě je oddíl TJ Rudé hvězdy Brno s 899,5 bodu a na třetím oddíl TJ Sokol Nové Město na Moravě s 577 body.

Jako v každé soutěži se vítězem stává jen jeden. Nicméně uznání obětavé práce patří i těm dalším, kteří dokázali do našich mistrovských soutěží přivést řadu dobrých závodníků.

Do příštího ročníku soutěže přejeme všem, aby si dokázali vytvořit takové podmínky, které jim umožní dostat se na přední místa. Celkové zhodnocení a pořadí bude v příloze příštího čísla s výsledky letošních přeborů dorostu a mistrovství ČSSR.

Usnesení plenárního zasedání ústřední sekce lyžování

Plénium ústřední sekce lyžování po diskusí k hlavnímu referátu stanovilo tyto hlavní úkoly:

NA ÚSEKU NEZÁVODNÍHO LYŽOVÁNÍ

- do jednoho měsíce projednat ve všech lyžařských složkách konkrétní spolupráci s ROH, ČSM a pionýrskou organizací s cílem dosáhnout zvýšený počet mládeže a dospělých v lyžařských oddílech;

- během roku 1962 ustavit zbývající okresní sekce a jejich komise;

- vytvořit takové podmínky, aby do konce roku 1962 byla splněna směrná čísla nových oddílů, lyžařských cvičitelů a nositelů odznaku Lyžař ČSSR;

- při školení i srazích věnovat pozornost zvyšování morálně volních vlastností i technické úrovně lyžařských cvičitelů;

- ve všech lyžařských složkách ještě v roce 1962 připravit podmínky pro zavedení funkce »organizátor lyžování« a tím pomoci k zabezpečení růstu masové základny v oddílech;

- připravit organizační opatření umožňující jmenovat pomocné lyžařské cvičitele již od 15 let;

- lyžařským cvičitelům, kterým pro nepřekoušení byla snížena kvalifikace, tuto vrátit. V jednotlivých případech rozhodne krajská sekce na základě vyjádření komise základního lyžování. Podmínkou zůstává aktivní činnost a požádání o vrácení kvalifikace;

- zvýšit podíl učitelů tělesné výchovy v organizovaném lyžování ve spolupráci s krajskými školskými metodiky (prostřednictvím krajských ústavů pro doškolení učitelů);

- další cvičitele a pomocné lyžařské cvičitele získávat ve spolupráci se ZTV, odborem turistiky, ROH a Svazarmem. Dohody o spolupráci předložit ústřední komise základního lyžování během dvou měsíců ke schválení;

- propagovat nově vyhlášenou soutěž o Spartakiádní ločku s cílem získat 300 000 účastníků;

- projednat s orgány ROH možnost zimmích pionýrských táborů;

- upevnit SHM jako trvalou formu a

prostředek k masovému získání mládeže pro závodní lyžování;

- pomáhat při zakládání dalších lyžařských oddílů na vysokých školách, získávat vysokoškoláky do lyžařských oddílů a zapojovat je zvýšenou měrou do funkcí v komisích i v sekcích.

NA ÚSEKU ZÁVODNÍHO LYŽOVÁNÍ

- ve všech lyžařských složkách zabezpečit maximální učebně sportovní a organizační přípravy I. Československých sportovních her 1963;

- zajistit přípravy a úspěšný průběh Zimní universiády v roce 1964 ve Spindlerově Mlýně. Zvýšenou pozornost věnovat přípravě čs. lyžařského družstva akademiků a úpravě lyžařského zařízení;

- provést podrobný rozbor výkonnosti čs. reprezentantů a na základě zkušeností zajistit podmínky ke zlepšení jejich výkonnosti na ZOH v roce 1964;

- ve spolupráci se sportovními základnami provést odpovědný výběr reprezentantů zejména z řad těch závodníků, kteří prokázali v roce 1962 na vrcholných lyžařských závodech stoupající úroveň.

- zvýšenou pozornost věnovat nadějným dorostencům a dorostenkám;

- projednat a umožnit nadějnému dorostu účast v mistrovských soutěžích a vhodně upravit jejich termíny;

- zajistit nejširší účast ve vyhlášené soutěži o nejlepší plnění podmínek odznaku zdatnosti PPOV a BPOV;

- napomáhat při zajišťování potřebné investiční výstavby (velký lyžařský můstek), řádné úpravy a využití stávajícího lyžařského zařízení tak, aby pomáhala růstu výkonnosti;

- projednat možnost většího dovozu lyžařských vosek, tak aby byla kryta potřeba nejen čs. reprezentantů, ale minimálně závodníků krajských reprezentativních družstev.

Závěrem plenární zasedání souhlasilo se zrušením registrace závodníků. Všechny body tohoto usnesení rozpracují lyžařské složky tak, aby jeho plnění přispělo k dalšímu rozvoji našeho sportu, s cílem zajistit mládeži alespoň jednu hodinu tělovýchovy denně.

Byl začátek léta roku 1942. Válka byla v plném proudu, německé jednotky postupovaly ještě kupředu, ke Stalingradu. Rádiem prolétla zpráva, která se zařizla jako hluboká, nezhojitelná rána do srdcí všeho českého lidu. Německá tisková služba oznámila 10. června 1942: »Z rozkazu vůdce Adolfa Hitlera byla dnes provedena trestní akce proti obyvatelstvu obce Lidice na Kladensku. Všichni muži od 16 let byli na místě zastřeleni, ženy dány do koncentračních táborů a děti do ústavů, kde se jim dostane vhodné výchovy. Obec byla srovnána se zemí, jméno obce vymazáno navždy z mapy a nesmí být nikde vyslovováno.«

Svět byl otřesen hrůzou tohoto zločinu. Obec do té doby neznámá se stala symbolem boje proti »třetí říši«. Jméno Lidic bourilo svědomí celého světa.

Němci chtěli jméno Lidic navždy vyhladit z dokumentů i z lidských myslí — a zatím je svým zločinným učinili známým všemu světu a navždy nesmrtelným. Ti, kteří způsobili lidstvu nesmírné hoře v mnoha zemích Evropy, znovu zvedají hlavy. Znovu řinčí zbraněmi, znovu křísí doktrínu samozvaných vládců, znovu se derou do čela, znovu palují nenávisť.

Ale Lidice žijí. Žijí plným životem svobodného člověka. Vláda Republiky československé se ve své schůzi 6. června 1945 usnesla o výstavbě nových Lidic v původních jejich hranicích. V Lidicích znovu zní sladké slovo »mámo«.

Čas hojí rány, lidickou ránu v nás nezahojí nic a nikdo. I po letech je palčivá. Je pro nás věčnou výstrahou a poučením. Vybucujeme všechny síly světa do boje za svět míru a dorozumění mezi národy. Aby pro všechny lidi světa, pro všechny děti kvetly růže.

Če

**PRO KVĚT
RŮŽÍ**

ÚDRŽBA lyžařských zařízení

INŽ. J. JINDŘÍŠEK,
člen předsednictva ústřední sekce

Hodnotíme-li celkový počet lyžařských zařízení, lyžařské můstky, běžecké i sjezdové tratě, vleky, výtahy a lanovky, jen v absolutních číslech jsme doslova lyžařskou velmocí. Máme skoro na každé dva organizované skokany jeden lyžařský můstek, na 80 organizovaných lyžařů vlek nebo výtah, takovou rozlohu volných horských strání a sjezdovek, že nechci ani uvádět, kolik hektarů připadá na 1 organizovaného lyžaře.

Skutečnost však není tak růžová. Z celkového počtu lyžařských můstků je 80 % malých, zanedbaných, neudržovaných. Zbývajících 20 % jsou střední a větší můstky, ale také v létě ani v zimě neudržované. Stav těchto větších můstků je ještě horší, neboť náklady na údržbu jsou vyšší.

Zdálo by se, že daleko příznivější situace bude u lyžařských běžeckých tratí nebo sjezdovek a slalomových svahů, kde není zapotřebí žádných stavebních hmot. I zde je situace přinejmenším svízelná. Ani jedna sjezdovka nebo slalomový svah, případně i běžecké tratě nejsou na 100 % regulérní, protože nejsou dokončeny a pravidelně udržovány. U běžeckých tratí obvykle schází prostor pro druhou stopu, většina můstků přes potoky a rokliny se často propadá, tratě nejsou řádně označeny a bývají v průběhu léta poškozovány svozem dřeva apod. U sjezdovek je situace stejná. Jsou sice prokáceny, nejsou však odstraněny pařezy a nový porost, takže se z těchto tratí stává nízká džungle, kterou nezakryje ani metrová vrstva sněhu.

Lyžařských vleků, výtahů a lanovek máme početně tolik, že i Rakousko je za námi. Jaké jsou to však vleky? Obvykle od dílové nebo některých ZV ROH u podnikových chat. Většinou neodpovídají provozním a bezpečnostním předpisům a z 90 % slouží jen v neděli a o svátcích úzkému okruhu zájemců zřizovatele. Veřejně přístupných vleků není mnoho. Také jejich technický stav pomalu zastarává i přepravní kapacita je malá a nevyhovuje.

Takový je dnes skutečný stav lyžařských zařízení. Pro příklady nemusíme chodit daleko a jsou konečkonců celé lyžařské veřejnosti známy.

Jak z této situace?

Většina těchto zařízení, mimo lyžařské můstky, slouží široké lyžařské veřejnosti v plném rozsahu a je jí plně využívána. Nemůže proto finanční prostředky na pravidelnou a potřebnou údržbu zajišťovat jen ČSTV a jeho složky. Provozovatelé všech těchto zařízení, ať ČSTV, nebo místní národní výbory či závodní výbory ROH, na Slovensku národní podnik cestovního ruchu Turista, si musí uvědomit plně svou povinnost řádné údržby a provádět ji včas a v dostatečném rozsahu. Proto je nezbytně nutné, aby ve větších střediscích zimních sportů se všechny tyto složky spojily a společně hledaly finanční zdroje k zabezpečení nálehavé údržby i provozu. Organizátorem této činnosti se musí stát místní tělovýchovné jednoty, které v rámci rajonizace tělovýchovné činnosti budou muset rozšířit své úkoly v horských oblastech i o tuto sféru, která pracovně i odpovědností nebude menší než péče o tělovýchovu mládeže.

Jednu z možností finanční podpory dává usnesení předsednictva Ústřední rady odborů ze dne 14. 3. 1961 k zabezpečení velkých úkolů masového rozvoje tělesné výchovy a sportu. Tímto usnesením bylo uloženo všem závodním výborům ROH zabezpečovat v kolektivních smlouvách péči o rozvoj tělesné výchovy. Pokud jde o finanční podporu z prostředků podnikových fondů pracujících a z rozpočtu odborových organizací, orientovat tuto pomoc především na podporu svépomocné výstavby a údržby zařízení rekreacím tělovýchovy, sloužících velkému počtu lidí — tedy také zařízení lyžařských.

Druhou pomocí bude, když dokážeme, aby provozovatelé aktivních zařízení zajišťovali nutné náklady údržby z dosažených tržeb tak, jak předepisují směrnice pro zřizování a údržbu lyžařských vleků. Těmito směrnici je předepsána řádná údržba přílehlých sjezdovek ve výši 2 % až 5 % dosažených tržeb vleků, výtahů nebo lanovky. Směrnice zatím platí jen pro zařízení ČSTV, ale přímým jednáním místních složek je možné dojednat jejich dodržování i ostatními provozovateli vleků, především národními výbory, ZV ROH případně i ústřední správou rekreacím péče i s n. p. Turista a s ČSD.

Třetí možnost je v našich rukou. Jde o správné a včasné nahlášení řádné údržby všech zařízení ve stanovených pláno-

vacích termínech. Zde nejvíce chybují naši funkcionáři. Obvykle konstatují vadný stav až před zahájením zimní sezóny, tedy po termínech nejen plánovacích, ale i po zpracování rozpočtu, který má zabezpečit finanční prostředky nejen u ČSTV, ale především u národních výborů z doplňkových rozpočtů a i u jiných složek. To je však pozdě. Náklady na řádnou údržbu pro zimní a letní období musí být nahlášeny v řádných plánovacích a rozpočtových termínech. Jinak nemohou být zahrnuty do plánu ani do rozpočtu. Nestačí však požadovat úhradu bez nutné dokumentace, obsahující propočty rozsahu práce, její rentabilitu a nálehavost. V plánovacích komisích krajských sekcí jsou odborníci, kteří sestavení a nahlášení požadavků, jejich nálehavost nejen ovládají, ale jsou připraveni a ochotní poradit i nižším organizačním složkám jak ČSTV, tak i jiných organizací. Zajistěte si tuto pomoc včas. Zpracujte stav neudržovaných lyžařských zařízení a předložte své požadavky příslušným majitelům a provozovatelům ve stanovených termínech. Pro údržbu to bývá obvykle konec měsíce srpna. Pro práce investiční povahy termíny mnohem kratší (červen—červenec).

Jedině tak v současných podmínkách můžeme udržovat, případně i zřizovat lyžařská zařízení. Využijte těchto možností. Nyni je k tomu nejvhodnější doba.

TAM, KDE SI UMĚLI PORADIT

Lyžařský oddíl TJ Chemicčka v Ústí n. L. patří mezi velké lyžařské oddíly v Severočeském kraji, a to jak počtem členů, tak plány výstavby a činnosti. Středisko v Zadní Telnici budovali příznivci lyžařského sportu již od roku 1945. Počátky byly pro nedostatečné finanční prostředky velmi obtížné a tak, odkázání sami na sebe, započali s opravami toho nejnepříjemnějšího — zchátralých bývalých německých chat.

Po sjednocení tělovýchovy byl vypracován plán výstavby střediska, které by odpovídalo potřebám rozvoje lyžařského sportu a rekreaci pracujících průmyslového centra kraje. Postupně přibývaly chaty, rostl i počet členů, kteří byli schopni vybudovat středisko takové, jaké nyní slouží tisícům návštěvníků. Ti, kteří dnes radostně užívají za slunečných nedělí dnešního střediska, si ani neuvědomují, co volného času a co námáhy pro to vynaložili nadšenci z lyžařského oddílu.

Statistika oddílu vykazuje úctyhodná čísla 33 tisíc zdarma odpracovaných hodin a prací vytvořená hodnota 1 milion 200 tisíc korun. V současné době jsou v Zadní Telnici dva lyžařské vleky s vybudovanou elektrickou přípojkou, čtyři sjezdové a slalomové tratě, osvětlený svah, cvičný můstek, čtyři lyžařské chaty a letos bylo provedeno definitivní přemostění potoka u stanice malé lanovky. V letošním roce se také podařilo zajistit celotýdenní provoz lanovek, a tím umožnit další využití střediska i během týdne. Vzhledem k neustále vzrůstající návštěvnosti se uvažuje o zřízení dalšího vleku na cvičné louce, rozšíření lyžařských terénů, z nichž některé budou osvětleny, zavedení trvalého rozhlasu apod. Ve výhledovém plánu dokonce počítají se stavbou horského hotelu, který přispěje k rozšíření cestovního ruchu.

Poznámka redakce: To jsou výsledky mnohaleté obětavé práce funkcionářů oddílu, která přinesla jistě řadu zkušeností ze zajišťování tak rozsáhlé výstavby. Bylo by velmi záslužným činem a uvítala by ho většina čtenářů našeho časopisu, kdyby pracovníci tohoto oddílu nám o svých zkušenostech napsali. Rádi jejich příspěvek uveřejníme, protože by pomohl hledat cestu tam, kde také chtějí budovat lyžařská zařízení, ale nevědí, jak začít.

JARNÉ LYŽOVANIE V RUSKOM

Dr. JÁN ILAVSKÝ

Zaiste každý sa pýta, počujúc toto meno, kde asi to Ruské leží? Nuž je to veru jedna z dvoch podhorských dediniek, ktorá leží v najseverovýchodnejšom cípe našej socialistickej vlasti — blízko hraničného stĺpa troch socialistických krajín — SSSR, PER a ČSSR. Východnejšie od nej je už len »dedinka v údolí« Runina. Zokol-vokol sa vypínajú horstvá tejto časti Karpát — tu už Poloninských. Čupí si na upätí Rypieho vrchu a Đurkova — každý má okolo 1200 m. Pomedzi ne sa stá had vinie stará obchodná cesta z Poľska priesmykom, ktorý nesie názov »Ruská brána«. Už veľa stáročí mal priesmyk dobrý zvuk. Mnoho dobrého, ale i zlého, sa do doliny Cirochej, ktorá pod Ruskou bránou pramení, donieslo. Hodno spomenúť najmä tatársky vpád, potom boje v prvej i v druhej svetovej vojne. No víťazný postup slávnej Sovietskej armády bol jedným z tých veľkých a dobrých chýrov, ktorý počulo pár miestnych obyvateľov, čo tu prežilo horthovské panstvo, ale hlavne tiež ústup hitlerovcov.

Dejinami je teda poznačené toto horstvo. Život prúdil po tisícročia len okolo riečky Cirochej. Industrializácia Slovenska však i tu doniesla svoj blahodarný vplyv. Je to v podobe mohutného strojárenského závodu Vihorlat v bývalom okresnom meste Snine. Jeho bránou prejde smena čo smena veľa obyvateľov spod poloninských dediniek. Vyrástli v kvalifikovaných robotníkov.

Sem teda nás dovedla naša snaha po poznaní lyžiarskeho hnutia. Veď je to okolie, v ktorom pred 10 rokmi usporiadali jedny z prvých lyžiarskych majstrovstiev bývalého Prešovského kraja vo všetkých disciplínach. Ba pozoruhodné bolo to, že vedeli v ten čas pripraviť i prírodný mostík takých kvalit, že sa na ňom skákalo cez 35 m!

Lyžiarsky pretekový impulz dáva tomuto krásnemu údoliu LO TJ Spartak Snina ako nástupca predošlých lyžiarskych zložiek. No tých 25—30 km, ktoré Sninu delia od Ruského, z tohto impulzu sem-tam niečo zrazia. Menia sa generácie — akoby i teraz cítil voľačo takého ako generačný problém. Lyžiar z Sniny síce dochádzajú, sú to však poväčšinou jedny a tie isté tváre. Zvádzajú tuhý boj o »mladé lyžiarske duše«. Dá sa im to so striedavými úspechmi. Problém majú hlavne s vyriešením osoby vyhovujúceho trénera. Ten, s ktorým počítali z radov technikov spomínaného závodu, nevedel pedagogicky zvládnuť masy miestnej, po lyžovaní dychtiacej mládeže — zaspomínal jeden z funkcionárov (Đurko Ondica).

Nevzdávajú sa nádeje, že i tento problém raz vyriešia. Poďarilo sa im už veľa. Veď to dosvedčí i nocľahárnička v Ruskom. Ona je síce len miniatúrna spomienka na veľkorysú snahu sninských lyžiarov po postavení vyhovujúcej chaty s patričným príslušenstvom pod Rypím vrchom — na hornom konci Ruského. Boli vtedy veľmi blízko cieľa. Žiaľ, zišlo z toho. Bolo by veru potrebné takej chaty v tomto krásnom kútiku.

Dedinky sa hýbu. Chlapci i dievčatá sa zaujímajú o lyžovanie. Vycítili sme to zo skupinky mládenčiek, čo nás sprevádzali až po okraj dediny. Od nich sme sa dozvedeli, že vedia, čo sú to lyžiarske preteky v rámci ŠHM. Najsmelší z nich hrdo prisvedčil, že pretekal na ŠHM. Lenže nebolo to u nich v Ruskom, ale v susednej dedine na základnej deväťročnej škole. Tam je súdruh učiteľ, ktorý vie strhnúť mládež k pretekaniu i k výuke v tom športe, ktorý má v obci ozaj domovské právo — k lyžovaniu. Na pretekoch v prvom kole ŠHM bolo ich vraj — chlapcov i dievčat — vyše 250!

Mrholilo. Chlapci akoby sa nám chceli vysmiať, že ideme do takého nečasu na lyžovačku. Pevné bolo však naše predszatie. I v tom zahmlenom ovzduší — celí mokri — prešli sme stúpaním ponad prameň Cirochej. Zastavili sme sa i na ceste priamo v »Ruskej bráne«. Hraničné závery ohlásili, že tým smerom ďalej už ísť nemožno. Výstup lúčnicami i lesnou cestou dovedol nás na Rypí vrch. Odtiaľ peknu zjazdovkou, celí premočení, došli sme späť do Ruského.

Druhý deň sa vydaril. Počasie sa zmenilo. Vydali sme sa juhovýchodným smerom od Ruského. V nižších polohách zostali len snehové flaky. No vyššie miesta pod Đurkovom boli ideálne vysnežené. Vedeli uspokojiť i najnáročnejších z nás. I výhľad bol krásny. Vyznojení, vyhladnutí — radi sme zjedli chlebič s opekanou slaninou nad veľiciznou vatrou. Raritou bolo i to, že ju naši miestni priatelia prichystali na snehu. Pri tejto sles-te nevdajak oko postrehlo na strome zavesený »essátek«. Bol už celý zabalený do lišajníkov. Dno mal prestrieľané. Svedčil, že tu pred 18 rokmi sa urputne bojovalo.

Lyžovačke sa teší i mladí spod Vihorlatu i spod Polonín. Vedie ju k tomu niekoľko málo pracovníkov. Žiadalo by sa viac pochopenia najmä v radoch učiteľov. Zarážajúca bola pre nás



■ Časť dedinky Ruské s priesmykom Ruskej brány v pozadí.

informácia z úst spolujazdcov, že v celom okrese sú len štyria takí pedagógovia ako onen v susednej dedinke. Ostatným je lyžovanie cudzie!

Krásne pláne i svahy v okolí Ruskej brány vábja však mládež. Ona jazdí po nich — i keď nie na jemno vyrobených lyžiach a v špeciálnych topánkach. Jazdí sama a poväčšinou živelne. Žiadalo by sa poďať jej pomocnej ruky, a to tak morálne i pedagogickej, ako aj materiálnej. Zaiste nechce žobroníť! Nuž ale i náš obchod by mal poslať i lacnejší výstroj do tohto kraja. Mnohokrát sa takáto totiž hromadí v predajniach miest, kde niet o ňu záujem. Tu by však zaiste ladom neležala! Stráne pod Rypím i Đurkovom už očarili miestnej mládeži — a nehanbime sa povedať i nám, čo sme tie dva dni venovali poznaniu ich majestátov. Tá chce lyžovať rekreačne i pretekove. Zaiste v ŠHM o nej ešte veľa počujeme.

■ P o z n á m k a : Do Ruského možno dôjsť takto: Vlakom do Sniny — resp. až do Stakčína. Odtiaľ autobusovým spojmom ČSAD až na horný koniec Ruského. Je to zo Sniny cca 25 km.

■ Pod Đurkovom, nad Ruským lyžiarci pripravujú vatru na opekanie slaniny. Snímky autor článku



Uzavíráme letošní výcvikové období. Ohlédneme-li se zpátky na svou práci, znovu prožíváme všechno napětí i uvolnění, případně zklamání, které nám připravila letošní zima, naši mladí svěřenci a také my sami, svou dobrou nebo horší prací, dobrým nebo špatným rozhodnutím. Srovnajme si také vynaložené úsilí, materiální zabezpečení, tréninkové formy, prostředky a hodnotme jejich množství, kvalitu a vzájemný poměr ve vztahu k úkolům, které jsme si vytyčili. Mnohé cíle jsme dosáhli s minimálním úsilím, jiné s větším vypětím, před některými jsme byli nuceni ustoupit. Ty vyšší cíle zůstávají stále před námi a určují základní směr v naší další činnosti. Podle jejich významu pro budoucnost musíme volit vhodné prostředky a formy a

TRENÉRŮM MLÁDEŽE

je uspořádat je vzhledem k jejich účinnosti a dostupnosti. Naším úkolem je zkracovat dobu pro dosažení mistrovství mezi všemi mladými, nadějnými lyžaři. Chceme urychlit růst jejich výkonnosti a zkvalitnit je do té míry, abychom byli spokojeni také sami se sebou, že jsme zformovali, vychovali naši mládež tak, aby byla prospěšná celé společnosti při vytváření materiálních a kulturních hodnot a aby dovedla v budoucnosti čestně reprezentovat vlasti na mezinárodním sportovním kolbišti.

Nejsou to úkoly jednoduché, protože v trenérské práci s mládeží zůstává stále velmi mnoho otázek nezodpovězených. Například otázky vlastní výchovy, tj. formování mladého člověka, jeho charakteru, vztahu a poměru k práci a ke společnosti. Patří sem výchova tzv. morálně volních vlastností závodníka, které jsou podmínkou pro úspěšnou cestu k vysoké výkonnosti.

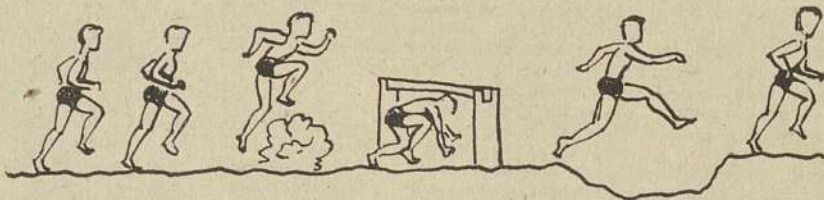
S výchovou mládeže, s morálně volní a taktickou přípravou úzce souvisí i otázky psychické přípravy, kde máme značné mezery. Tuto skutečnost si uvědomuje každý z nás, ví o ní většina funkcionářů, trenérů i závodníků. Ovšem pro velkou složitost této problematiky neumíme doposud objevit účinné tréninkové metody, které by nám pomohly využít tyto skryté zákonitosti v náš prospěch. I když jsou to otázky týkající se vyšších tréninkových forem, jsou to věci podstatné, základní, a proto i pro trénink mládeže nejdůležitější.

Velmi vážné jsou otázky fyziologické, tj. otázky vlastní fyzické přípravy, které na úseku sportovního tréninku mládeže jsou ještě velmi málo prozkoumané. Naši mladí sportovci, pokud mají zájem o dobré výsledky v lyžování, nešetří svou energii, dovedou se překonávat. Jejich fyzické rezervy, pokud jsou pro jejich rozvoj vhodné materiální podmínky, se neustále zvyšují. Ovšem umění využít těchto nastřádaných zásob v pravý čas, v přiměřeném množství, v potřebném směru podle momentální situace v průběhu přípravy a závodu tak, aby »k něčemu vedly«, soustředit je k boji za dosaže-

NA HODINKU DO PŘÍRODY

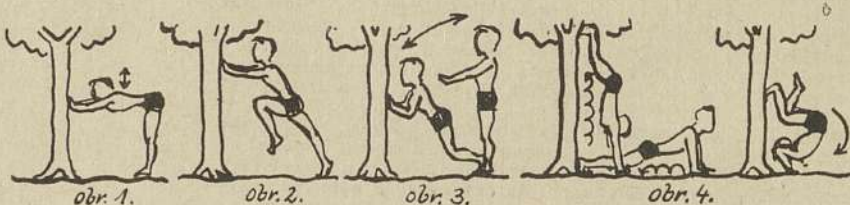
Cvičební hodina pro mládež a dospělé ve věku od 15 let

Prostředí: — louka, lesní cesta, les
Pomůcky: — lano a míč
Úkol hodiny: — herní formou trénovat rychlostní běh, zaměřit se na posílení paží a nohou
Čas: — 90 min.



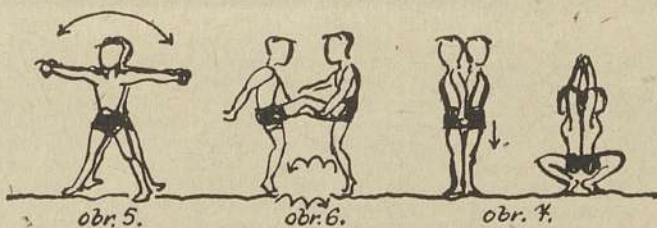
ÚVODNÍ A PŘÍPRAVNÁ ČÁST

- chůze střídaná s během. Využíváme terénu k různým přeskokům nebo přebhání terénních nerovností,
- běh, slalom mezi stromy za vodičem a v zástupu, držíme se za ruce.



Na znamení se každý postaví k jednomu stromu

- ve stoje rozkročným čelem ke stromu předklon, vzpažit, opřít se rukama o strom — hmoty předklonmo, obr. 1,
- ve stoje čelem ke stromu, opřít se rukama o strom, pokus ita místě s vysokým skrčováním nohou (poloha těla jako při běhu), obr. 2,
- ze stoje, asi jeden metr od stromu, čelem k němu pád vpřed do klidu stojmo, oporem o kmen a odrazem rukou stoj spatný, obr. 3,
- vzpor ležmo, nohy u stromu, ručkováním vzad (nohy se opírají o strom) stoj na rukou — kotoul vpřed, obr. 4,



- dvojice zády k sobě, stoj rozkročný — uchopit se vzájemně za ruce v upažení — úklony vpravo a vlevo (první cvičenec vlevo a druhý vpravo), obr. 5,
- dvojice čelem k sobě, přednožit levou, vzájemně se uchopit za nohu a ruce — poskoky jednož s otáčením vpravo — vyměnit nohy a poskoky otáčet vlevo, obr. 6,
- dvojice zády k sobě, uchopit se v připažení za ruce — upažením vzpažit a zvolna dřep — upažením připažit a stoj spatný, obr. 7.

HLAVNÍ ČÁST

Cvičení na stráni

Při cvičení na stráni nesmíme zapomínat na to, že výstup značně zatěžuje celý organismus. Běh ze stráně neprovádíme závodovou formou pro možnost pádu a úrazu. (Výběh do stráně 10–15 m se rovná běhu asi na 60 m.)

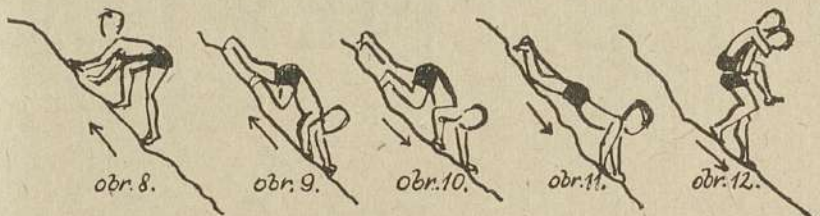
ni vítězství, to je umění, které zatím ovládá jenom malé množství závodníků.

Jsou to dále otázky orientační, materiální a další, které jsou více nebo méně úspěšně jednotlivými trenéry řešeny a zvládnuty.

Abychom alespoň částečně zodpověděli uvedené otázky a zlepšili naši trenérskou práci s mládeží, abychom na-

šli nejkratší a nejzdravější cestu k mistrovství, otevíráme v časopise rubriku — »Trenérům mládeže«. Vyzýváme současně všechny trenéry a pracovníky s mládeží, aby svými zkušenostmi pomohli na tomto úseku řešit závažné otázky. Splníme tím nejen rezoluci II. sjezdu ČSTV, ale pomůžeme na místě pro rozvoj závodního lyžování nejdůležitějším.

- výstup ve vzporu stojmo vysazeně, obr. 8,
- výstup vzad a totéž při sestupu, obr. 9 a 10,
- lezení ze straně ve vzporu ležmo, obr. 11,
- družstvo v řadu na úpatí čelem ke stráni; závodí se, kdo bude první na vrcholku,
- chůze a běh po vrstevnici,
- výstup i sestup chůzí a během ve vázané dvojici-trojici (s držením za ruce),
- sestup ze straně s cvičencem na zádech — v sedu roznožném na zádech, obr. 12.



Přetahování — k přetahu vybereme prostorné místo s rovným povrchem, přičemž dáváme přednost holé zemi před kluzkým trávnickem.

- cvičence rozdělíme do stejně početných i výkonnostně stejných družstev — na pokyn rozhodčího se obě družstva chopí lana a na další znamení začnou táhnout,
 - a) při přetahu držíme lano ve výši pasu, družstva čelem k sobě,
 - b) družstva zády k sobě — lano na rameni,
 - c) družstva se rozestavějí po celé délce lana čelem k lanu (při boji je dovoleno měnit rozestupy). Úkolem družstev je zatáhnout alespoň polovinu protivníků za čáru vyrytou 4 m za zády obou družstev,
- hra na čísla — cvičenci obou družstev se tajně očíslovají a shromáždí se asi 10 m za svou startovní čarou. Jakmile vedoucí vyvolá některé číslo, hráči, kteří je mají přiděleno, běží k lanu a začínají se přetahovat. Za několik vteřin vyvolá vedoucí další čísla a tak postupně zasahují do boje další cvičenci. Vítězí družstvo, které přetáhne střed lana na svou startovní čáru. Hru opakujeme několikrát za sebou, přičemž se družstva mohou přechíslovat.

Hra s míčem

- závod s míčem. Hraje se na desetimetrovém úseku vyšší straně. První družstvo se rozestaví po stráni, druhé se shromáždí na úpatí a na znamení vedoucího se snaží dopravit míč jakýmkoliv způsobem na vrcholek straně. Strážci mají provedení tohoto úkolu znemožnit. Zpomalují jejich postup a zachycují přihrávky, mohou útočnický držet atd. Kdykoliv se strážcům podaří zmocnit míče, položí jej na svah, aby se skutálel dolů; nesmějí jej úmyslně daleko odhazovat. Podaří-li se útočníkům dopravit míč na vrcholek, získávají 1 bod; po 2 min. družstva vyměníme. V případě, že se útočníkům nepodařilo v uvedeném čase míč dopravit na vrcholek, získávají bod strážci,
- družstva hrají kopanou v lese (na stromech nesmějí být větve — vyberte bezpečný povrchl).

ZÁVĚREČNÁ ČÁST

- naslouchaná — jeden cvičenec stojí je zavázanýma očima zády k ostatním. Cvičenci jsou rozptýleni 10–15 m po lese od cvičence. Na znamení vedoucího začíná hra, tj. přiblížit se plížením co nejbliže k cvičenci, který naslouchá. Uslyší-li zvuk, ukáže rukou tím směrem a cvičenec, na kterého ukázal, se musí vrátit do výchozího postavení,
- ve formě besedy určit s cvičenci světové strany a dohodnout příští cvičební hodinu,
- nástup, zhodnocení hodiny — určení nejlepšího družstva a odchod se zpěvem.

ZÁLEŽÍ NA VEDOUCÍM

Bylo to v Krkonoších za krásných lyžařských podmínek. Jednotlivci, rekreaanti, školní zájezdy, kursy — všude ještě živá frekvence. Také na Dvoračkách.

Tam dne 13. března dopoledne v 11 hodin: skupina chlapců s vedoucími. Ukázněně vešli, zasedli ke stolům a odpočívali. Jedli ze svých zásob, k pití si objednali čaj nebo limonády. Venku před chatou měli ve třech řadách (zřejmě po družstvech) lyže »v kozly« opřené o hole. Hezký dojem, praktické opatření a nepochybně kontrolovatelnější způsob opírání lyží u vchodu a o stěny a vnášení holí do chaty. Nevím, kdo a odkud tato skupina byla a ani na tom nezáleží. Potěšilo prostě vidět jejich počínání. Proto je uvádíme jako příklad pro další.

Tamtéž dne 14. března, opět dopoledne v 11 hodin: skupina chlapců (několik děvčat) s vedoucími. Lyže odložili kde a jak se dalo, a vešli dovnitř. Zasedli ke stolům a odpočívali. Byli docela sympatičtí. Jedli ze svých zásob, i k pití si

objednali... každý z těch chlapců — pivo. Dojem vyvrcholil cigaretami, které si tiito asi čtrnáctiletí hoši zapálili. Pravda, nekouřili všichni, »jen« asi polovina z nich, zato v kolektivu s vedoucími. Nevím, kdo a odkud tato skupina byla a ani na tom nezáleží. Neboť netěšilo vidět jejich počínání. Uvedeno necht je pro další.

Za tělovýchovou, za zdravým lyžařským sportem šla ta i ona mládež do hor. Hezký byl pohled na jejich ošlehané, zdravé tváře. A k tomu se nehodilo pivo a jistě už ne kouření. Vždyť pobyt zde má mládež formovat, má ji posilovat tělesně, duševně i morálně, má jí dávat příklady, zásady a chuť pro další lyžařskou či tělovýchovou činnost a v neposlední řadě i pro samotný život. Mládež tělovýchovu, nesporně, ale ještě na něco nesmíme zapomínat — na výchovu. A ta dy záleží nejvíce na vedoucími.

Vilém NECESAL



■ Na snímku F. Pilnaye mistr světa a olympijský vítěz Helmut Recknagel při exhibičních skocích ve Mšeně nad Nisou.

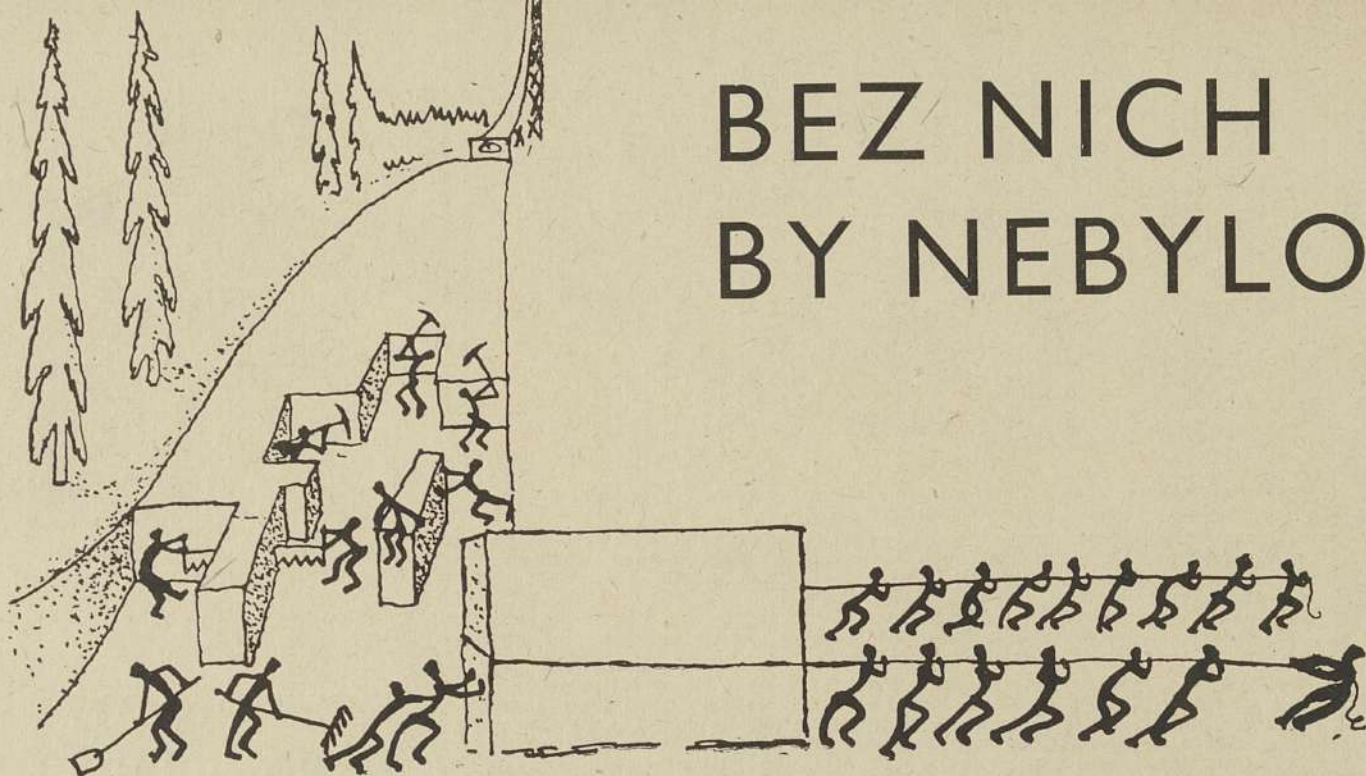
VŠESTRANNOST JE ROZHODUJÍCÍ

Mezinárodní závody v klasických disciplínách v Harrachově se rok od roku stávají významnější příležitostí nejen k měření sil se zahraničními soupeři, ale především k výměně zkušeností mezi lyžaři sprátených zemí. Po této stránce splnil letošní Harrachov, v němž jsme uvítali lyžaře NDR a Polska, své poslání na sto procent. Poslechněte jen, co zajímavého uměl říci známý trenér lyžařů NDR Rudolf Kühnrich o olympijském vítězi a mistru světa ve skoku na lyžích Helmutu Recknagelovi a o základních problémech lyžařského sportu v NDR:

»Helmut Recknagel není žádný báh. Je to člověk z masa a krve, nástrojář, který už od mládí stál na lyžích. Zprvu závodil v běhu, později ve sjezdu a tato všestrannost mu později pomohla k metě nejvyšší — ve skoku. Skokanské schopnosti u Recknagela odhalil před osmi lety trenér Renner, držitel rekordů místku v Oberhofu skokem 77 m. Spolu s Recknagelem vychoval Renner ještě celou řadu vynikajících skokanů, jejichž příklad a úspěchy přivádějí na můstky v NDR nové a nové nadějné závodníky. Ti všichni jdou dnes Recknagelovou cestou. Začínají bezpodmínečně s lyžařskou všestranností, a to už na školách. Recknagelův příklad dokazuje, že to je jediné správné řešení. Konečně podívejme se na běžce. Právě zde na harrachovských tratích se projevil nutnost, aby dobrý běžec měl i solidní sjezdářský základ. Viděli jsme, že některé běžkyně nestačily tempu sjezdu. Proto základem práce s mládeží musí být čtyřkombinace. A pracovat s mladými musíte vy v Československu stejně poctivě jako my v NDR, protože jak u vás, tak u nás jsme svědky jisté stagnace v běžectví. Průměr je dobrý, ale na obou stranách chybějí výrazné špičky. Takové, aby už jen jejich jména naháněla soupeřům strach. Vzpomínáte na dobu Weissshäutela či Cardala? Ve skocích udělali Středoevropané mohutný skok kupředu, ale v běžích ještě zůstávajíme pozadu, a to se musí změnit. Recept je jasný: všestrannost mládeže! Teď půjde jen o to, komu a jakými cestami se podaří jej co nejrychleji realizovat! Přál bych takový úspěch vám stejně jako nám!«

P. NERAD

BEZ NICH BY NEBYLO



MISTROVSTVÍ ČSSR V KLASICKÝCH DISCIPLÍNÁCH

Ve dnech 28. února až 4. března 1962 bylo na Horních Mísečkách a ve Spindlerově Mlýně bojováno a rozhodnuto o mistrovských a přebornických titulech mužů, žen, juniorů a junierek v klasických disciplínách pro rok 1962. Letošní mistrovství ČSSR bylo na dvou místech a tím byly zvýšeny požadavky na organizaci. Také rozmarná letošní příroda připravila pořadatelům perné chvíle a nutně ovlivnila řízení celého mistrovství. Otázka organizace tudíž byla otázkou prvohradého významu.

Mistrovství 1962 v klasických disciplínách bylo uskutečněno pod záštitou Svazu československých výtvarných umělců a Českého fondu výtvarného umění. Organizační výbor (OV) vyhledal toto spojení, protože je toho názoru, že sport a umění mají k sobě velmi blízko. Vůdčí myšlenkou bylo — umění, které dnes organizovaně prolíná všechna odvětví současného života, může najít úrodnou půdu a obohatit i širokou oblast sportu; obráceně pak hodnotné výtvarné dílo se sportovním námětem může vzniknout jedině v úzké spolupráci sportovců s výtvarníkem. Svaz výtvarných umělců na mistrovství vyslal zástupce, kteří navázali úzkou spolupráci s funkcionáři i závodníky během celého mistrovství. Převzetím záštity ze strany Svazu byl učiněn první vážnější krok ke spolupráci mezi sportovci a umělci. Očekáváme, že se ještě prohloubí a přinese v dohledné době žádané výsledky.

Jednotlivé mistrovské a přebornické závody se konaly na dvou místech, běžecská část na Horních Mísečkách, skoky ve Spindlerově Mlýně. Hlavním důvodem, pro který se pořadatel rozhodl konat běžecské závody na Mísečkách, byly zhoršené ubytovací podmínky ve Spindlerově Mlýně vzhledem k podstatně zvýšenému počtu návštěvníků z NDR a Polska. Průběh mistrovství ukázal, že toto rozhodnutí OV bylo správné. Soustředěné ubytování všech závodníků a činovníků v jednom objektu bylo velkou předností Míseček, která vyvážila jednotlivé drobné nevýhody. Start a cíl mohly být umístěny v bezprostřední blízkosti ubytoven. V recepční budově byl umístěn sekretariát, počtář, radisté a rozhlasová centrála.

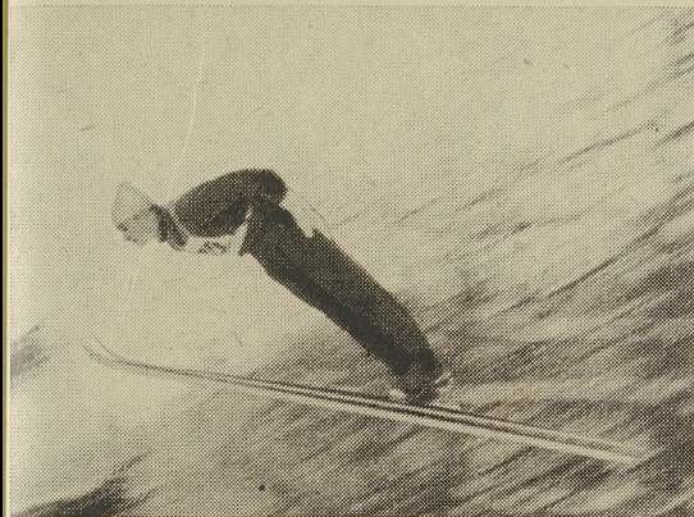
Trasy jednotlivých běžecských tratí vytvořili techničtí pracovníci za účasti zástupců trenérské rady a sportovně technické komise již na podzim m. r., kdy

také provedli příslušné úpravy. Tratě byly v členitém terénu, v nadmořské výšce 850 až 1100 m. Byly dobře upravené, technicky náročné a místy rychlé. Průběh jednotlivých závodů rozptýlil obavy některých závodníků, že by oblast Míseček byla pro mistrovské boje nevhodná. Naopak, ukázalo se, že **Mísečky mají pro běžecské tratě v mnohém směru lepší podmínky nežli »Spindl«**. Mísečkám t. č. schází pouze vhodný prostor pro nástup závodníků a větší prostory pro cíl a starty, zejména pro start štafet. Tyto nedostatky by se daly snadno odstranit zemní úpravou prostoru nad recepční budovou. Finanční náklady spojené s touto úpravou by jistě byly minimální.

Největší obtíže byly se sněhem. Na tratích byly místy zjištěny vrstvy sněhu až 3 m vysoké. Za těchto podmínek nebyla úprava pevné trasy snadná. Mnohem horší situace ovšem byla na můstcích. Ve »Spindlu« pracovalo na úpravě obou můstků 9 technických pracovníků a několik rozhodčích po dobu 5 dnů, a to od rána do pozdního večera, kdy se pracovalo při umělém osvětlení. Bylo nutno odstranit 2200 m³ sněhu! Svědčí jistě o dobré přípravě můstků, jestliže během obou závodů ve skoku nedošlo k žádnému úrazu. Také pádů nebylo mnoho. Je ovšem nutné položit otázku — je možné, aby ústřední tělovýchovná zařízení ČSTV pronajímala můstky v takovémto stavu? Co by asi řekli lehcí atleti, kdyby jim byl pronajímán stadión na Strahově s haldami škváry na běžecských drahách? **Není možno požadovat na pořadatelů závodu,**



■ Start 30 štafet ze všech krajů republiky byl jako obvykle nejzajímavější podívanou pro diváky, které neodradilo ani nepříznivé počasí.



■ Štefan Oleksák opakoval loňské vítězství v závodech sdružená a opět získal titul mistra ČSSR.

■ Součástí mistrovství byl i náborový závod mládeže. Zúčastnilo se ho přes 60 dětí. K jejich velké radosti stanuli vítězové na stejných stupních jako mistryně a mistři ČSSR.

aby prováděl úpravu můstků v takovém rozsahu, v jakém ji musel provést pořadatel letošního mistrovství. Neváháme říci, že letošní mistrovství ve skoku bylo vážně ohroženo. Za jeho uskutečnění patří dík technickému sboru, který projevil mimořádné pochopení pro potřeby mistrovského závodu.

Vedoucí myšlenkou celého mistrovství z hlediska organizace bylo zajistit co nejrychlejší výpočet výsledků a vyhlášení mistrů a přeborníků republiky hned po skončení jednotlivého závodu. Tuto myšlenku se pořadatel podařilo realizovat s výrazným úspěchem. Závodník byl o svém čase informován nejdříve 30 vteřin (1) po projetí cílem na informační tabuli. Časy uvedené na informační tabuli byly prakticky již časy oficiální. Konečné výsledky byly známy po průjezdu posledního závodníka cílem, vyhlášení mistrů a přeborníků republiky bylo provedeno nejpozději hodinu po skončení příslušného závodu. Listiny výsledků byly vydány do dvou hodin po závodu. Tuto rychlost v informaci závodníků, ve vyhlášení mistrů a přeborníků republiky a ve vydávání oficiálních listin výsledků umožnila jednak dokonalá organizace práce pětičlenného počítařského sboru, jednak dobře fungující rádiové spojení s kontrolami na trati. Pohotová informace o dosažených časech závodníků a nezykle rychlé vydávání listin výsledků patřily k velikým kladům letošního mistrovství.

Novinkou bylo nově zavedené hodnocení kolektivů a spolu s odměněním nejúspěšnějšího kraje čestnou cenou bylo příjemným překvapením mistrovství.

Šťastná byla i myšlenka uspořádat během mistrovství Zákovský náborový závod. Již v dopoledních hodinách přihlíželo 60 nejmladších přihlášených závodníků závěrečným bojům štafet. Odpoledne pak podstoupili boj v běžeckém závodě s velkou chutí a se snahou zvítězit. Rozjařené tváře těchto dětí, vyjadřující vděk za uspořádání závodu, byly pořadatelům milou odměnou.

DOMA VE STÍNU ZAKOPANÉHO

S úrovní výkonů nelze vyjádřit jednoznačnou spokojenost. Skutečnost, že se mistrovství jelo bezprostředně po mistrovství světa v Zakopaném, měla zde nemalý vliv. Neukázalo věrně pravou sílu některých jednotlivců i kolektivů. Obrácený sled soutěží by byl rozhodně lepší — přirozenější. Mistrovství ČSSR by bylo vyvrcholením příprav reprezentantů na MS a zastihlo by i ostatní v dobré formě. Tak tomu bylo v převážné většině

zemí, které posílaly své reprezentanty do Zakopaného. Také souběh mistrovství s dorosteneckým přeborem byl nevhodný. Ochudil i některé soutěže. Vše v souhrnu příliš roztránilo zájmy — také veřejnosti i tisk!

Forma některých reprezentantů na mistrovství ČSSR byla pod vlivem výkonů a výsledků na MS, stejně tak tomu bylo i u řady dalších předních závodníků, kteří byli v Zakopaném jako diváci. Nikdo si totiž nechtěl nechat — a to právem — uniknout příležitost vidět boje nejlepších lyžařů světa v Zakopaném.

Celková úroveň účastníků mistrovství ČSSR byla značně nevyrovnaná. Ve všech závodech byly patrné rozdíly mezi reprezentanty a ostatními závodníky a závodnicemi. Zvláště markantní je tento rozdíl u žen. Mezi reprezentantkami, respektive příslušnicemi státních družstev a ostatními, je rozdíl třídy. To není jistě dobrý úkaz ani příslib do budoucna. U mužů je sice situace lepší, nicméně ani zde k žádnému překvapení nedošlo. Na předních místech skončili ti, o kterých se to dalo předem předpokládat. Lze však říci, že mistrovství proběhlo ve znamení celkem úspěšného náporu mládeže. Objevila se řada mladých, kteří mají nejen vůli, ale i předpoklady výkonnosti dále zvyšovat.

Ukázalo se také, že kvalifikace I. výkonnostní třídy požadovaná pro účastníky mistrovství ČSSR je velmi relativní a že patrně je získávána za velmi rozdílných podmínek. Jak jinak by bylo mož-

né, že na mistrovství splnilo limit I. výkonnostní třídy méně než čtvrtina účastníků a zhruba třetina nesplnila ani limit III. výkonnostní třídy. Po této stránce tedy mistrovství neuspokojilo.

Dalším varovným zjevem je nedostatek sdruženářů, zejména juniorů. O úrovni pak svědčí, že mezi prvními třemi se umístil závodník, který měl tři skoky s pádem. Avšak ani ve skoku prostě se nijak markantně neprojevila »mladá krev«. Je pravda, že naši přední skokani jsou mladí, ale na dalších místech těch mladých mnoho není.

Celkově lze říci, že mistrovství ČSSR v klasických disciplínách bylo dobrou soutěží. Bude však nutné věnovat ještě mnoho úsilí výchově morálně volních vlastností závodníků i zlepšení práce trenérů a tréninkových metod i možností. Jen tak můžeme dosáhnout lepších výkonů i výsledků.

Letošní 63. mistrovství ČSSR v klasických disciplínách úspěšně skončilo. Bylo mnoho organizačních starostí a mimořádně mnoho práce. Pracovníci lyžařské sekce MV ČSTV Praha se nezalekli úkolů, před který byli postaveni. Dobře se připravili a úkol do puntíku splnili. Jim byla adresována slova zástupce předsednictva ústřední sekce soubroha F. Táborského, některých vedoucích krajů a závodníků, slova díky a uznání za vzorné organizační zajištění a technické provedení celého mistrovství.

O. KULHÁNEK — M. KLINGER

■ Ladislav Hrubý z TJ Sokol Horní Branná v čili běhu na 30 km. Časem 2:08,45 hod. se stal mistrem republiky v této disciplíně.





■ Dvojnásobná mistryně republiky Jaroslava Rubešová. Jedenadvacáté místo ve sjezdu jí však v trojkombinaci odšunulo až na třetí místo.



■ Jaroslav Janda získal mistrovský titul ve sjezdu.

Snímky: F. Ferenci a S. Štríc

■ Vítězka trojkombinace mladá Alena Kornelová na startu obřího slalomu.



MISTROVSTVÍ ČSSR 1962
VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH

SJEZDAŘI POPRVÉ NA CHOPKU

Uspořádáním letošního mistrovství ČSSR ve sjezdových disciplínách byla pověřena lyžařská sekce KV ČSTV Středoslovenského kraje a technickým provedením tělovýchovná jednota Dynamo Nizké Tatry z Lipt. Mikuláše. Tak se naše nejdůležitější sjezdová soutěž dospělých jela poprvé v celé své bohaté historii v jasné na překrásných svazích Chopku. Přiznejme si, že jsme tak trochu s nejistotou očekávali organizační zvládnutí tohoto těžkého úkolu. Velmi rádi proto konstatujeme, že i z hlediska organizačního byly naše obavy zcela zbytečné.

Boje o mistrovské tituly byla zahájena ve čtvrtek 22. února slalomem žen. Na pěkném slalomovém svahu u lyžařského vleku na »Zahrádkách« vytyčil Míša Král trať prvního kola (60 branek). Jeho koncepcí nebyla špatná, ale na ženy velmi náročná. V této těžké trati, hlavně v její střední části, se většina závodnic rychlejší jízdě bránila a »obránná« jízda ve slalomu se v žádném případě nemá stát útokem na lepší čas, resp. umístění. Druhé kolo postavil trenér družstva žen Dušan Charvát (58 branek). Bylo asi o 10 % rychlejší prvního, a tím také byly i jízdy závodnic plynulejší než v prvním kole.

V prvé skupině vylosovaných závodnic jsme letos postrádali obhájkyni titulu Milku Mohrovou a reprezentantky Evu Mrklasovou a Vladku Bambasovou.

Prvé kolo zajela nejlépe Jaroslava Rubešová, ale jen pět desetin vteřiny před Magdou Černočkovou. Rubešová i ve druhém kole prokázala velkou závodnickou rutinu a zkušenost a celkově druhým nejlepším časem si zajistila mistrovský titul. Dorostenka Anna Živcová ztratila v prvním kole těžkým pádem přes čtvrt minuty, takže ani její nejlepší čas dosažený ve druhém kole jí nepomohl k lepšímu umístění a svůj první mistrovský závod skončila až na 10. místě. Třetí místo obsadila Anna Slavičková, která měla v prvním kole po nedorozumění s brankovým rozhodčím opravnou jízdu. Velmi příjemně překvapil výkon mladé závodnice Severočeského kraje Fiedlerové, která se po vyrovnané jízdě v obou kolech umístila na druhém místě. Také druhá dorostenka — členka reprezentačního družstva Alena Kornelová, startující poprvé v soutěži dospělých, zajela pěkně. Její páté místo je velmi nadějně. V tomto závodě se vůbec nedařilo Olině Žampové (Brukové), která překvapivě skončila až na 18. místě. Magda Černočková, která ještě loňského roku byla naší reprezentantkou, měla sice v prvním kole druhý nejlepší čas, ale v druhém kole skončila až na 9. místě. Nestárnoucí Eva Malá zajela obě kola velmi dobře a uhládila si i letos své loňské čtvrté místo.

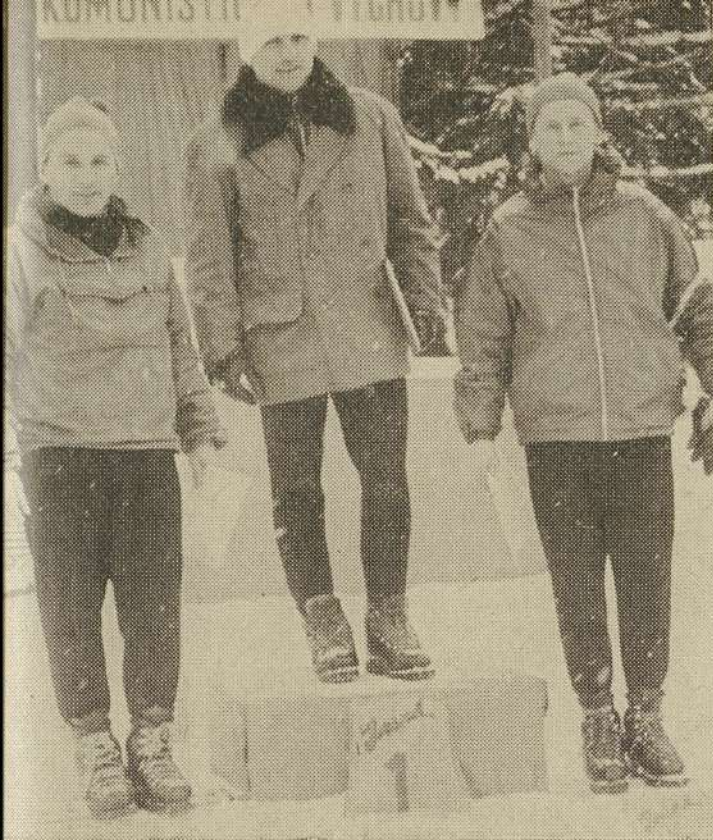
Téhož dne odpoledne ve 14 hod. byl odstartován obří slalom mužů. Autorem

trati byl žilinský trenér Jožka Kiša. Jeho úkol nebyl lehký, neboť trasa od Lukové na Priehybu a dále k dolní stanici seřadkového výtahu v Jasné neskýtá možnost velkého využití terénu. K tomu ještě celou střední, kdy byla trať obřího slalomu vytyčována, hustě sněžilo a byla neprůhledná mlha, takže už se startem musel jít autor podstatně níže, než se původně plánovalo. Trať měla 52 branek, délku asi 1800 m s dostatečně velkým výškovým rozdílem, asi 500 m. V horní části se v některých brankách tvrdá vrstva sněhu v průběhu závodu prolomila, ve střední a dolní části se tvořila hluboká koryta, která byla překážkou pro závodníky s vyššími čísly.

V závodě zvítězil Míša Brůna v čase 1:35,5 min., ale byl jeh o pouhé 4 desetin vteřiny lepší než výborně jedoucí Míša Soltýs, který tak znovu potvrdil, že mu ještě dnes obráky »sedí«. Jeho mladší bratr Anton skončil po pěkné bojovné jízdě na třetím místě. Za ním pak oba tatraňští nezmarové Vlado Krajňák a Jožka Krasula. Z mladých závodníků se v tomto závodě neprosadil nikdo. Mladý reprezentant Janda měl těžký pád. V jízdě sice pokračoval, ovšem jeho celkové umístění na 22. místě jistě nebylo uspokojivé. Ještě před Priehybou měl nejlepší mezčas člen Dukly Liberec, Radim Koloušek. Neodhadl však dobře hranici rychlosti ve skupině polozávěřených bran a upadl. Mladý košický závodník Petr Kunštadt sice nevyužil svého výhodného vylosování, ale i tak je jeho patnácté místo úspěchem. Rovněž tak šestnácté místo dalšího mladého člena družstva Vlado Zajdena.

Těžké pády na trati, hlavně v zamlženém horním úseku, vyřadily mnoho závodníků, takže ze 75 startujících mohlo být klasifikováno pouze 62. Mezi vyraženými byl i Laco Ríchlavský, který v loňském mistrovském obřím slalomu byl třetí.

Příští den, v pátek 23. února, byl již v 9 hod. ráno zahájen závod o mistrovský titul ve slalomu mužů. Trati obou kol byly opět vytyčeny na slalomovém svahu na Zahrádkách. Autorem prvního kola byl bývalý reprezentant Daňo Slachta. Jeho dobře volená trať v 63 brankách dostatečně prověřila technickou i fyzickou připravenost závodníků. Trať druhého kola postavil Jaroslav Bogdállek. Měla všechny vlastnosti, které má dnes moderní slalom obsahovat. Byla nejen technická, ale i rychlá, a tak, ač měla ještě o jednu branku víc než v prvním kole, dosahovali závodníci kratší časy. Obě trati byly přibližně stejné délky asi 760 m, s výškovým rozdílem 210 m. Sníh byl po nočním mrazu tvrdý, ale přesto při tak velkém počtu startujících se v četných brankách utvořily »vany«.



■ V trojkombinaci mužů se na stupně vítězů probjovali zkušení závodníci. Mistrem republiky se stal Zbyněk Mohr, druhé místo obsadil Vlado Krajiňák, třetí Jožo Krasula.



■ Ve sjezdovém závodě žen se konečně uplatnily i mladší závodnice. Na stupni nejvyšším stanula dorostenka Anna Živcová, druhá byla Jiřina Janoušková a třetí Olga Žampová.

Nejspolehlivěji zajel obě kola Zbyněk Mohr, startující za libereckou Duklu, v časech 64,5 a 62,2 vt., a tak celkovým časem 126,7 získal mistrovský titul. Překvapením byla diskvalifikace nebo odstoupení ze závodu mnoha předních závodníků. Hned v prvním kole vzdal vítěz obřího slalomu Brůna, po něm i M. Soltýs, i jeden z našich nejlepších specialistů slalomářů Laco Richvalský. Také mladý Janda měl z prvního kola, po těžkém pádu, velkou časovou ztrátu, kterou se mu nepodařilo vyrovnat ani bojovnou jízdou ve druhém kole, kdy dosáhl absolutně nejlepšího času dne (61,7 vt.), a skončil až na 12. místě. Loňský mistr ve slalomu Tono Soltýs neměl šťastný den. Po dobrém čase v prvním kole odstartoval do druhého, když však vyjel dvakrát z tratě, vzdal závod při další kolizi. Kurt Hennrich byl po velmi dobré jízdě v prvním kole ve druhém diskvalifikován. Také Kolousek musel vzdát, když mu praskla hůl hned v první polovině tratě. Proto nakonec vyznělo celkové pořadí dosti překvapivě. Na druhém místě se objevil po vyrovnaných jízdách v obou kolech Vlado Krajiňák (jen 1,6 vt. za vítězným Mohrem), a třetí místo »starého« Jožky Krasuly, čtvrté Arnošta Uhlíře a páté Zdeňka Špringla bylo neočekávaným úspěchem těchto poctivě trénujících závodníků. Z mladých se nejlépe prosadil košický Atila Mitro. Doufejme, že jeho sedmé místo bude mu nejlepší pobídkou k ještě intenzivnějšímu tréninku. Jedenáctý Kunštadt a čtrnáctý Zajden splnili poměrně dobře svůj úkol obhájit své loňské úspěchy v kategorii dorostenců, zatímco loňský dorostenecký přeborník Igor Hlavoň z Brna skončil až na 31. místě.

V sobotu v 10 hodin dopoledne se jel obří slalom žen na sjezdové trase zvané »Spravedlivá«. V průběhu tohoto závodu jsme si znovu ověřili, že určitě nejslabší naší sjezdařskou disciplínou je právě obří slalom. Mnohé závodnice se jen

s velkými obtížemi vyrovnávaly s rychlejší jízdou v obloucích, a tak stačila zkušené Rubešové k jasnému vítězství spolehlivá, i když ne zcela technicky zvládnutá jízda na celé tratě. Příjemným překvapením bylo druhé místo dorostenky Kornelové, která získala potřebný náskok před třetí Žampovou teprve v druhé polovině tratě. Při neúčasti loňské mistryně Evy Mrklasové byla jednou z největších favoritek Květa Merendová, která se však musela spokojit se čtvrtým místem. Lepší výsledek se očekával od Černočké a hlavně od dorostenky Anny Živcové, která ale několik bran podjela a skončila tak až na sedmém místě. Příprava tratí pro tento závod nebyla dostatečná. V některých brankách, zvláště pak na svahu od startu, se utvořila »koryta« a tak závodnice s vyššími čísly bojovaly za podstatně těžších podmínek.

V sobotu odpoledne byl pro muže i pro ženy povinný »non stop« trénink na sjezdové tratě, který odhalil všem startujícím těch několik málo technických záludností na tratě. A tak ani závod ve sjezdu, který se jel v neděli dopoledne, neměl svých jasných favoritů. Trať pro muže byla dlouhá asi 2400 m s výškovým rozdílem asi 750 m, zatímco pro ženy byl snížen start o 200 m níže, takže jejich trať byla dlouhá asi 1900 m. Výborné sněhové podmínky na této poměrně jednoduché, ale rychlé tratě dovozovaly letos i ženám podat ten nejlepší výkon. Ne všechny tyto příležitosti plně využily. Výborně zajela svou vítěznou jízdou mladička Anna Živcová, která i druhé nejlepší Janouškové ujela o plné dvě a půl vteřiny. Jsou to dvě nová jména v listině vítězů výsledků mistrovství ČSSR. Rubešová skončila letos až na 21. místě, Merendová na pátém místě a Černočká až na desátém místě. Z mladých, kromě dorostenky Živcové, opět dorostenka Kornelová čtvrtým místem

potvrdila svou dobrou všestrannou výkonnost.

Konečné pořadí v trojkombinaci ukázalo jasně úspěšný nástup mladých závodnic. Hrdý titul mistryně trojboje získala právě dorostenka Kornelová a na druhém místě se umístila dorostenka Živcová. Rubešová získala sice dva mistrovské tituly — ve slalomu a v obřím slalomu, ale pro slabší výkon ve sjezdu zůstala za nimi v trojboji na třetím místě. Standardně dobré výkony Evy Malé jí dopomohly ke čtvrtému místu v trojboji, před letos zřejmě slabší Merendovou.

Teprve ve sjezdu podal náš mladý reprezentant Janda očekávaný výkon. Zvítězil, ač ani pro něj nebylo lehké na této poměrně málo náročné tratě ujet starším, zkušenějším závodníkům. Bojoval na celé tratě, i tam, kde se to mnohým pro konečný výsledek závodu nezdálo být rozhodující. Jeho čas 1:45,3 min. je výborným průměrem této sjezdové tratě. Druhý čas dosáhl vítěz obřího slalomu Miroslav Brůna. Jen o pouhou jednu desetinu vteřiny za ním skončil dosud náš nejméně úspěšný reprezentant ve sjezdu Kurt Hennrich. Pěkné čtvrté místo Zbyněka Mohra ve sjezdu mu zajistilo i celkové vítězství v trojkombinaci. Vlado Krajiňakovi stačilo k druhému místu v kombinaci i poměrně slabší umístění ve sjezdu, kde skončil na 22. místě. Největším překvapením, díky výpočtovým tabulkám, bylo třetí místo v kombinaci Jožky Krasuly, který skončil ve sjezdu až na 44. místě (!). Možná, že by pořadí trojkombinace bylo zcela jiné, kdyby se i u nás použilo způsobu hodnocení podle pravidel FIS. Z mladých závodníků se ve sjezdu kromě vítěze Jandy nikdo neprosadil. Mitro byl až 23., Zajden 25., Šírek 28., Kunštadt 34. atd. Nejúspěšnějším z mladých v trojkombinaci byl kromě šestého Jandy desátý Kunštadt a dvanáctý Zajden.

ANTONÍN HUSÁK

ŽEBŘÍČEK BĚŽCŮ A BĚŽKYŇ V ROCE 1961 AŽ 1962

MUŽI

Snaha o zpracování žebříčků lyžařských závodníků se projevuje již po několik roků, ale stále toto víceméně matematické zhodnocení plně neuspokojuje. Také my jsme si vědomi, že ani letošní žebříčky neukazují skutečný přehled výkonnosti našich závodníků. Přes své nedostatky nám však skýtají řadu cenných informací. Ukazují, jak se jednotliví závodníci zúčastňovali kontrolních závodů a jak byli na těchto startech úspěšní. (Rozhodně se však stále neukazuje možnost podle pořadí v žebříčku sestavovat reprezentační družstvo.)

Podkladem pro vypracování žebříčků bylo bodové zhodnocení výsledků kontrolních závodů. (Uveřejněno v Lyžařství, ročník 1958, č. 12.) Pro muže byly určeny závody: Kořenovský běh 15 km, Memoriál Josefa Stebla 15 km, přebor republiky na 50 km, 15 km a 30 km a mezinárodní závody v Harrachově 15 km a 30 km. Pro ženy: Kořenov 5 km, Memoriál Josefa Stebla 5 km, přebor ČSSR 5 km a 10 km, Harrachov 5 km a 10 km. Z vypsaných závodů se boduje vždy jen pět nejlepších. Bodové zhodnocení: 1. místo muži 50 bodů, ženy 30 bodů; 2. místo muži 45 bodů, ženy 26 bodů; 3. místo muži 41 bodů, ženy 23 bodů; 4. místo muži 38 bodů, ženy 21 bodů; 5. místo muži 36 bodů, ženy 20 bodů a další místa vždy o jeden bod méně až muži 40, místo 1 bod, u žen 24, místo 1 bod.

Bohužel jen nepatrný počet závodníků mužů i žen se zúčastnil minimálního počtu určených pěti startů, a to je největším nedostatkem v kvalitě žebříčků. Pro členy reprezentačních družstev byly omluvou zahraniční starty a příprava na mistrovství světa. Pořadí v žebříčcích značně ovlivnil závod o Steblův memoriál, kde byla velmi slabá účast špičkových závodníků. Závod žen zde není možno vůbec počítat, neboť startovaly jen dvě ženy a žádná juniorka. Tento závod byl určen proti původně navrhovanému mezinárodnímu závodu v Tanvaldě, kde byla velmi kvalitní účast mužů i žen.

Zvláštností žebříčků žen je, že je sestaven společně s kategorií juniorek. Domnívám se, že tento společný žebříček daleko správněji vystihuje situaci v ženských běžeckých soutěžích.

Přes všechny velké nedostatky, které vidíme při sestavení žebříčků, nechceme od nich ani v budoucnu upouštět. Zhodnotíme několikrát zkušenosť a pro příští sezónu počítáme s přepracováním žebříčkového systému tak, aby podával přesnější obraz výkonnosti závodníků.

Jméno	Těl. jednot	Kofenov 15 km		Přebor republiky			Harrachov		Počet startů celkem	Body	Pořadí						
		um. b.	um. b.	50 km	15 km	30 km	15 km	30 km									
R. Čížek, Baník Kremnica		1	50			4	2	45	2	45	3	41	6	231	1		
J. Blažiček, Sokol Nové Město		6	35		1	50	10	31	20	6	35	6	35	6	186	2	
L. Hrubý, Sokol Horní Branná		4	38				2	45	1	50	1	50		4	183	3	
J. Klamár, Lok. Lipt. Mikuláš		3	41				12	29	10	31	7	34	12	29	5	164	4
VI. Jeřábek, Dukla Liberec		2	45						3	41	5	36	4	38	4	160	5
J. Dvořák, Slavia VŠ Praha		13	28		7	34	21	20	15	26			11	30	5	138	6-7
V. Fousek, Sokol Nové Město							1	50			4	38	1	50	3	138	6-7
J. Štrobl, Dukla Liberec		10	31	3	41			7	34		10	31			4	137	8
J. Krupka, Dukla Liberec		5	36				11	30	5	36			8	33	4	135	9
O. Páříčková, Dukla Liberec		11	30	2	45		23	18	17	24	26	15			5	132	10
Z. Gabriel, Sokol Nové Město		9	32				8	33	9	32	8	33			4	130	11-12
J. Kopt, Jiskra Vimperk		17	24				31	10	8	33	14	27	5	36	5	130	11-12
F. Kolarík, Spartak Vrchlabí							3	41			2	41	3	45	3	127	13
F. Kuchař, Sokol Nové Město		16	25		5	36	35	6			22	19	9	32	5	118	14
M. Javorský, Slávia VŠ Praha		15	26				16	25	11	30	13	28			4	109	15
J. Novotný, Sokol Horní Branná		23	18		12	29	14	27	7	34					4	108	16
J. Blažek, Jiskra Držkov		18	23		4	38	40	1	24	17			13	28	5	107	17
F. Pešl, Spartak Strakonice		8	33		2	45	13	28							3	106	18
O. Guřt, Slavoj Teplice		28	13		11	30	34	7	28	13			16	25	5	88	19
L. Fuško, Baník Kremnica		12	29				22	19	13	28					3	76	20
Š. Harvan, Lokomotiva Zvolen							6	35	4	38					2	73	21
L. Nosek, Spartak Strakonice		7	34						6	35					2	69	22
Š. Oleksák, Dukla Liberec							5	36			9	32			2	68	23
V. Breth, Dukla Liberec		19	22				17	24			23	18			3	64	24
J. Kutheil, Dukla Liberec							9	32			12	29			2	61	25

ŽENY A JUNIORKY

Jméno	Těl. jednot	Kořenov 5 km		MR 10 km		Misečky 5 km		MZ 10 km		Harrachov 5 km		Počet startů	Pořadí	Body
		um. body	um. body	um. body	um. body	um. body	um. body	um. body	um. body					
E. Paulusová, Slovan Jilem		2	26	1	30	2	26	1	30	1	30	5	142	1
VI. Srnková, Sl. VŠ Praha		1	30	2	26	1	30	2	26	2	26	5	138	2
*E. Břizová, S. Lišnice		3	23	5	20	3	23	3	23	5	20	5	109	3
Jar. Skodová, Lok. Trutnov		4	21	3	23	4	21			3	23	4	88	4
*E. Šnebergrová, Sl. Plzeň		5	20			6	19	5	20	7	18	4	77	5
*J. Fousková, S. Nové M.		7	18			9	16	6	19	6	19	4	72	6
*B. Gajancová, T. T. Lomnice		22	**3	4	21	5	20			4	21	4	65	7-8
*J. Peterková, Lok. Teplice		21	4	6-7	18,5	15-16	9,5	4	21	13	12	5	65	7-8
E. Poscjalpová, Lok. Liberec		9	16	11	14	10	15	8	17			4	62	9
Em. Širová, Sl. Jilemnice		10	15	9-10	15,5	7	18					3	48,5	10-11
E. Vacková, Sl. Kořenov		12	13	6-7	18,5	8	17					3	48,5	10-11
J. Ledvínková, Lok. Trutnov		20	5			19	6	7	18	9-10	15,5	4	44,5	12
J. Řihová, Sl. Žižkov		11	14	8	17	13	12					3	43	13
B. Lösslová, J. Město		14	11	16	9	11	14					3	34	14
N. Stehlíková, S. Nové M.		6	19			12	13					2	32	15
J. Pechová, RH Praha		13	12	22	3			10	15			3	30	16
*E. Harcubová, J. Harrachov		19	6	20	5	21	4			12	13	4	28	17
A. Stehlíková, S. Nové M.		15	10	14	11	23	2					3	23	18-19
VI. Kamlerová, S. Jakubovice				12-13	12,5	15-16	9,5					2	23	18-19
*An. Zapletalová, Sl. Olomouc						14	11			14	11	2	22	20

* juniorka

** závodu se zúčastnily pouze 2 závodnice, není možno body započítat

J. PROKEŠ

NÁS ÚSPĚCH NA 6. MEZINÁRODNÍM KONGRESU PRO VYUČOVÁNÍ JÍZDĚ NA LYŽÍCH

6. mezinárodní kongres pro vyučování jízdy na lyžích se uskutečnil v italském zimním středisku Monte Bondone u Trenta ve dnech 7. až 17. dubna.

Jednání kongresu se zúčastnilo celkem 19 států, z toho zástupce Anglie jako pozorovatel. Ze šestnácti států, jejichž zástupci se zúčastnili jednání 5. kongresu v Zakopanem v roce 1959, chyběly Bulharsko, Rumunsko, NDR a Norsko. Za nové členy byly přijaty státy SSSR, Kanada, Maroko, Španělsko, Turecko a Japonsko.

Na programu jednání kongresu byly ukázky techniky jízdy jednotlivých alpských zemí, USA a Kanady, jakož i srovnávací ukázka alpských zemí doplněná USA, filmy Rakouska, Francie, Itálie, Švédska, ČSSR. Dále probíhala oddělená jednání profesionálů a amatérů ve třech půldnech, přednášky v jednom půldni, tři půldne generální shromáždění. Bohatý program byl vcelku dodržen.

Výsledky práce našich delegátů doc. dr. Jaroslava Čtvrtečky a inž. Miroslava Chlouby byly úspěšné. J. Čtvrtečka byl zvolen za člena presidia pro příští období. M. Chlouba byl pověřen vedením pracovní komise pro turistické lyžování. Během jednání došlo ke změně statutu a bohatému jednání na různých úsecích práce pro období mezi kongresy.

K poznatkům z jednání kongresu a předvedeným ukázkám se ještě vrátíme.

Kurs rozhodčích FIS v Zakopaném

Při mistrovství světa v Zakopaném byl, jako vždy při vrcholných světových lyžařských závodech, uspořádán kurs rozhodčích FIS. Hned v úvodu musíme konstatovat, že neměl úroveň obou předcházejících.

Nejhodnotnější příspěvek měl úspěšný norský trenér a pracovník (bývalý vynikající závodník) Th. Schelderup. Uvádíme stručný výtah a hlavní myšlenky jeho referátu.

»Považuji za správné hodnotit styl na všech můstcích s kritickým bodem do 80 m. Pro lety vzduchem je správnější a logičtější nehodnotit styl, snad pouze doskok. Zaujímám tím kompromisní stanovisko.

Celou historii vývoje skoku na lyžích se táhne diskuse a spor o hodnocení stylu. Průkopník T. Huitfeldt se polekal předklonou N. Bonnase a lomeného držení těla Th. Thamse v Chamoniix v roce 1924. Oba způsoby však byly důležitým pokrokem ve vývoji skoku. Elegantním, ale nevhodným způsobem Einara Landvika se nedalo lehece skočit víc než 50 m.

Olympijský vítěz ze St. Moritz z roku 1928 — Alf Andersen — ztratil mnoho závodů svojí metodou odrazu. Jeho odraz nebyl špatný, skákal na velkých můstcích obvykle dál než ostatní. Ale rozhodčí mu strhávali body za jeho odraz. Tvrdili, že skokan se musí odrazit do výšky. Andersen se ale odrazil rychle vpřed, jak se dnes skáče na velkých můstcích. Jednou dokonce dosáhl velkolepého rekordu můstku, ale přesto v tomto závodě nezvítězil pro velkou bodovou srážku za »nesprávný« odraz.

Již v letech 1925 až 1940 skákali mnozí skokani za severního Norska s rukama vzadu, zvláště P. Jordhru a J. Kallabakken. Těm byly rovněž za to stráženy body. Je to částečně móda a zvyklost, co se považuje za správné. Jsem však přesvědčen, že nyní je stanovisko rozhodčích velmi tolerantní, objektivní a internacionální. Říkám, že rozhodčí stylu nejsou putní na můstcích pro lety vzduchem. Tvrdím to proto, že měření délky v tomto případě určuje lépe, zda skokan skočil správně a dobře, než rozhodčí stylu. Na těchto můstcích je všechno — délka i jistota — otázkou správné aerodynamiky. Jednoduše: člověk musí správně skočit, aby skočil daleko a jistě. Dobrý aerodynamik skočí také hezky.

Ptal jsem se Toralfa Engana (mistra světa 1962 na středním můstku), jestli by skákal jinak, kdyby nebylo rozhodčích stylu. Odpověděl mně: »Nemyslím nikdy na držení těla, skáču tak, abych skočil daleko a s jistotou.« Mnoho dalších vynikajících závodníků mně řeklo totéž. Na druhé straně je nutno čestně přiznat, že většina předních světových závodníků (například Helmut Recknagel) by se nemohla zříci bodů za styl.

Při skoku do závodu sruzeného na mistrovství světa jsme viděli, že mnoho skokanů, kteří nedoskočili do telemarského postoje, mělo těžký pád. Ale daleko a špatně se nedá na můstcích pro lety vzduchem skočit. Zkrácení nebo široké ve-

dení lyží, neklidné pohyby paží a těla — to všechno zkracuje délku skoku. A zkracuje o to více, oč je můstek větší.

Po mnoho let jsem dělal filmové studie skoku na lyžích. Přečetl jsem mnoho rozličných teorií, například o odrazu, abych nasbíral co nejvíce poučného materiálu. Především jsem se zaměřil na fázi odrazu. Let vzduchem probíhá celkem klidně, ten můžeme lehece vidět, přibližně v jakém úhlu skokan letí atd. Ale pohyby odrazu jsou tak rychlé, že stěží lze tento pohyb analyzovat pouhým zrakem.

Začal jsem v roce 1954 v Planici. A od té doby jsem natočil 3 až 4 tisíce skoků. Během tréninku a závodu na OH 1956 v Cortině jsem natočil zpomaleně více než 600 skoků. Současně jsem si zaznamenal dosažené délky skoků a u mnoha skoků jsem získal i výsledky měření rychlosti Straumannovým aparátem. Na tomto podkladě jsem mohl filmové snímky studovat s lepším výsledkem, protože jsem věděl, které skoky byly neefektivnější.

Při studiu jsem našel mnoho zajímavých věcí. Když někdo skočil daleko v poměru k rychlosti na odrazišti, pak bylo jeho kolena a kyčle překvapivě více ohnuty při překročení hrany odraziště. Teprve nějakých 2 až 3 metry později byly zcela nataženy. Bylo také překvapující, že všichni skokani v této fázi stáli téměř ve svislé poloze, dříve než přišli do předklonu. Skokan se přetáčí totiž velmi rychle z nájezdové polohy do polohy letu. Ale projde přitom polohou téměř kolmou, která je aerodynamicky velmi špatná.

Proč přešli skokani u všech dlouhých skoků hrnu odraziště ve více nebo méně ohnuté poloze? Ti všichni se odrazili pozdě, přestože dosáhli délky? Ne! Udělal jsem také velmi mnoho filmových snímků skokanů, kteří přešli hrnu můstku se zcela napnutým tělem (podle staré teorie). Bez výjimky byly všechny tyto skoky špatné a krátké. Jak se dají tato fakta analyzovat?

— Největší svislý komponent má skokan dříve než je tělo zcela nataženo. To jsem ovšem zde ve svém přednesu nechtěl vysvětlovat. Z různých anatomických příčin se odrazová rychlost zpomaluje dříve, než je závodník zcela napjat.

— Když závodník docela narovná kyčle a kolena již na odrazišti, dostaví se i napnutí kloubů jako spirálový reflex a lyže skokana rotují nejprve zpředu dolů. Každý, kdo byl ve svém životě skokanem, zná tuto zkušenost: předčasný odraz — špičky lyží dolů; pozdní odraz — přední část lyží rychleji nahoru, proti tělu.

— Velmi důležité: přirozeně méně odporu vzduchu v této fázi.

— Rychlejší rotace až po dokončení předklonu. Jako při skocích do vody nebo gymnastice používá skokan zde mechanickou skutečnost: když tělo není nataženo, rotuje rychleji kupředu. Když je tedy tělo zcela nataženo o něco později, zpomalí se rotace, že se skokan nemůže překloupat. S předčasným odrazem se skokan velmi lehece překloupat kupředu.

Tyto a mnoho jiných zkušeností, které jsem mohl studovat ve filmových záběrech, umožnily mně také poněkud korigovat teorie. Zcela jasně mohl by skokan dosáhnout velkých aerodynamických výhod, kdyby se mohl odrazit, aniž by horní část těla přešla do téměř svislé polohy.

Těchto několik poznatků z referátu Th. Schelderupa jistě stojí za úvahu a pozornost našich trenérů. K dalším referátům na kursu rozhodčích FIS se ještě vrátím.

M. DUFFEK

Práce rozhodčích při běžeckých disciplínách v Zakopaném

Sbor rozhodčích běžeckých disciplín pracoval dobře. Zvláště nutno vyzvednout činnost funkcionářů na startu a v cíli. Práce startérů a časoměřičů byla zajištěna elektrickou aparaturou švýcarské firmy Longines. Umístění časoměřičů bylo velmi vtipně řešeno. V cílovém prostoru byly postaveny dvě kovové kabiny lanové dráhy, připevněné na saně, takže byly pomocí traktoru lehece přemístitelné.

Vlastní start byl prováděn pomocí vrátek, která byla zapojena nejen na stopky startéra, ale na velké stopky (průměr asi 30 cm), postavené bokem pro startujícímu, který měl tak možnost dobře sledovat svůj startovní čas. Průjezd cílem byl zachycen dvěma fotobuňkami, které v registračním přístroji přesně zachycovaly cílové časy. Při štafetách byly fotobuňky přemístěny na počátek předávacího území, kde zachycovaly doběhnutí.

Všechny zachycené časy (ať již startovní s příslušnými odchytkami, tak i cílové) byly registrovány na velké světelné tabuli. Každá číslice byla sestavena z mnoha červených zárovek obalených kovovým pláštěm, pomocí kterých na ta-

buli byl stále registrován okamžitý čas podle stopek startéra či časoměřičů. To znamenalo, že každou vteřinu se číslování na tabuli měnilo. Při startu registrovala tato světelná tabule startovní odchytku (vykazovala v průměru zpoždění 0,4 vt.) a při dojezdu zase byl pevně zaznamenán cílový čas s přesností na desetinu vteřiny. Tato tabule umožnila kontrolu a evidenci všech dosažených časů nejširšímu počtu přítomných osob, především pracovníků jednotlivých výprav a novinářů, kteří si mohli potřebné údaje vypočítat okamžitě sami.

Vcelku rychle pracovala informační služba. Pro tento účel sloužila velká informační tabule, stojící poblíž tabule časů, kde ve dvou řadách nad sebou byly zachyceny dosažené výsledky v mezičasech a v cíli. Nedostatkem informační služby byla skutečnost, že nedovedla zajistit zveřejnění dosažených časů závodníků, kteří se neumístili v prvé desítkě.

Obsazení kontrol na tratích bylo dostatečné a po celou dobu mistrovství nedošlo na tomto úseku práce rozhodčích k žádným závadám.

Naproti tomu nelze nepřehlédnout některé nedostatky, které rušivě zasahovaly do vlastního průběhu závodů.

Největší nedostatky měli polští rozhodčí na úseku počítařském. Vyhlášené výsledky musely být často opravovány a již vydané listiny výsledků musely být nahrazeny novými (mezičasy na 30 km anebo výsledky pro závod sruzený atd.). Přítom práce spojené s vydáním těchto úředních výsledků byla poměrně malá. Naše výprava dostávala tyto úřední výsledky až mezi 20. a 23. hodinou.

I když byl vydáván Zpravodaj závodu, nebyly údaje v něm uvedené úplné. Velmi často se stávalo, že dané dispozice byly několikrát měněny (tak například i otázka změny průběhu závodních tratí), takže nakonec nebylo jasné, co platí, objevily se nedostatky v evidenci přihlášek, což způsobilo, že první skupina běžců na 30 km, již skoro celá vylosovaná, musela být losována znovu, mnohdy nebyl dodržován určený čas přistavení autobusů výpravám, takže jim autobus buď ujel, anebo přijel pozdě atd. Uspořádání tohoto vrcholného lyžařského podniku u nás by nejen v přípravě, ale i v průběhu vlastního provedení jistě dosáhlo vyšší úrovně.

ZDENĚK NĚMEČEK,

předseda komise rozhodčích



CO UKÁZALO ZAKOPANÉ

Běžecké disciplíny žen

M. PROKEŠOVÁ,
trenérka reprezentačního družstva

Plně čtyři roky uplynuly od posledního mistrovství světa, které bylo ve finském Lahti, než se opět všichni nejlepší lyžaři světa sešli v Zakopaném v Polsku, aby zde bojovali o mistrovské tituly. V mezidobí čtyř let, tj. v roce 1960, se konaly v Americe VIII. olympijské hry, které určily nejlepší světové lyžaře, ale pro nás znamenaly velmi málo, neboť lyžařská výprava čítala jen dva závodníky. O to s větším zájmem jsme všichni očekávali letošní mistrovství světa, které z rozhodnutí FIS bylo umístěno do sousedního státu. Byli jsme právem zvědaví, jak polští lyžařští organizátoři zvládnou závody takového rozsahu. A můžeme říci, že vlastní provedení běžecích soutěží bylo téměř bez závad.

HODNOCENÍ TRATI

Pochopitelně nás běžce zajímali nejvíce závodní tratě. Znalí jsme již dobře mnoho variant běžecích tratí v Zakopaném, umístěných buď přímo v Zakopaném, nebo náhradní tratě na Cyrhle. Všechny tyto tratě byly velmi málo členité, vedly po jednotvárných rovinách a závodníci na ně neradi vzpomínají. Ještě před mistrovstvím světa byli Poláci nuceni třikrát tratě přestavět, než konečně byly schváleny běžecskou komisí FIS. Konečné tratě, na kterých se startovalo, předčily všechno naše očekávání. Tratě vyhovovaly ve všech směrech. Líbily se nejen závodníkům, ale i divákům, kterým umožnila je během závodu několikrát vidět. Stavba tratí umožňovala i trenérům stále spojení se závodníky. Start a cíl všech závodů byly na novém lyžařském stadióně na Krokvi, přímo na dojezdu můstků. Zde byly vybudovány pod tribunami podjezdy, kterými závodníci vyjížděli a vraceli se do stadiónu. Tratě byly postaveny v malé vzdálenosti od stadiónu a stadión jednou i vícekrát křížovaly, dokonce i nejkratší závod 5 km žen. Vzhledem k poloze stadiónu můžeme mluvit o západní a východní trati. Západní část tratí zavedli stavitelé do několika přírodních členitých míst, kde provedli množství smyček a využili tak maximálně výborného terénu. Byl to lesnatý terén s malým, výškovým rozdílem, bohatý na krátká prudká stoupání a sjezdy. Trať byla vedena přímo po spádnici těchto velkých terénních muld. Východní část tratě nebyla již pro stavitele tak výhodná, neměla členitý terén. Tato část byla většinou uměle vybudována. Bylo nutno postavit chodníky ve svahu. Přesto i zde trať byla zajímavá. Na začátku měla stoupání a sjezdy, ke konci převážně rovinatější terén. Toto umělé vybudování členité tratě by se dobře dalo udělat i u nás tam, kde se závodník nedostává až na vrchol kopce (jako například ve stráních Špindlerova Mlýna). Takto volená trať vyžadovala na závodníkovy neustálou změnu kroků, tempa — vyžadovala dynamickou jízdu s možností častých krátkých zotavení. Naše tratě jsou rozhodně jednodušší mají dlouhé roviny, dlouhá

mírná stoupání a sjezdy v příliš velkých výškových rozdílech. Zajímavé je, že někteří skandinávští vítězové, například Mäntyranta a Rönnlund, se o tratích v Zakopaném vyjadřovali jako o nepříteli těžkých.

Proti očekávání bylo v Zakopaném velké množství sněhu. Jediné štěstí bylo, že sníh padal v průměru při teplotě -5°C , byl tedy velmi kvalitní. Největší starost s ním měli pořadatelé. Museli snít šlapat někdy i v noci, aby tratě byly připraveny. Tratě byly prošlapávány již delší dobu před zahájením mistrovství, takže na tvrdém podkladě bylo nutno upravovat jen vrstvy nově připadlého sněhu. Úprava se konala bez použití strojů. Trať byla po celé délce sešlapána napříč v šíři asi 3 m, s jednou vjetou stopou, která se nám zdála místo až příliš široká (30 cm). Tratě byly vždy nově označeny praporky, které ihned po skončení závodů byly odstraněny, aby závodníci nemýlili.

BĚH ŽEN A JEJICH ÚROVEŇ

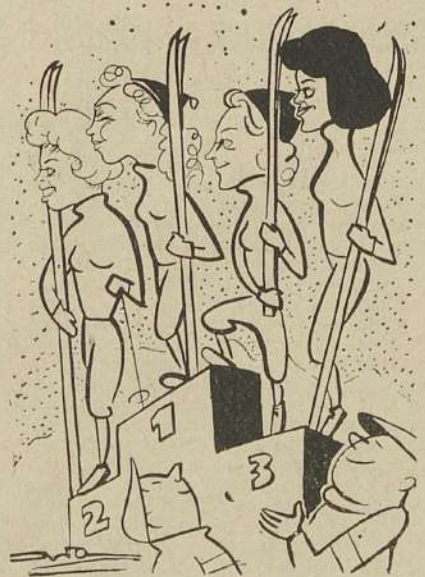
Celková úroveň závodnic není zcela na takové výši jako úroveň mužů. Mnohem menší počet národů stává ženským družstvem do bojů o prvenství. (Dokladem toho byl závod štafet, kde startovalo pouze sedm ženských družstev.) Vysoce nad průměr v celkové úrovni ženského běhu stojí závodnice SSSR, které suverénně zvítězily ve všech ženských soutěžích. Zatímco na minulých olympijských hrách a mistrovství světa bojovaly o prvenství s Finkami a Švédkami — byly letos sovětské závodnice neporazitelné. Zdá se, že Finsko a Švédsko nemá v ženských soutěžích tak dobré reprezentantky ve srovnání s jejich muži. Ve Skandinávii zřejmě chybí ženské běžecké mládeži, což se nejmarkantněji projevilo na Norsku, které nebylo schopno vyslat na mistrovství světa ani jedinou závodnici.

■ Karikatura sovětských běžkyň na stupních vítězů od polského kreslíře A. Alešowského. Zleva: Gusakovová, Kolčínová, Baranovová a Jerochinová.

Za závodnicemi SSSR, Finska a Švédska se umístily běžkyň NDR. Pro světovou veřejnost i pro nás bylo zklamáním umístění Polek v běhu na 5 km i 10 km. Po některých jejich úspěších, například ve Falunu, se zdálo, že Biegunová může v domácích podmínkách dobyt některou z medailí. Skutečnost však ukázala, že Polky nebyly v předpokládané formě — pouze jediné ze 4 startujících se podařilo v běhu na 5 km i 10 km dostat před naše děvčata.

Naše závodnice nedosáhly na mistrovství světa výsledků, jakých jsou schopny. Stalo se tak z několika důvodů, z nichž nejdůležitější jsou:

- u některých závodnic došlo k chybě v tréninku (přetrénování u Srnkové a částečně Břízové);
- poprvé v letošním roce přistoupily všechny běžkyň k velmi těžkým tréninkovým dávkám;
- družstvo jako celek nemělo za celou zimu vůbec možnost srovnání svých výkonů s jinými závodnicemi. Starty v naší domácí konkurenci závodnice hladce vyhrávají;
- zaměřovaly jsme všechny tréninky během celé zimy k jedinému cíli, tj. k mistrovství světa. Byly jsme na tento cíl až přespráviš upřeny, a tak se stalo, že v rozhodujícím okamžiku měly závodnice pro výkon »svázané nohy«. K tomu přistoupily ještě další drobné důvody



[např. méně kvalitnější lyže, ne-
utěšená organizace naší výpravy
atd.), které spoluovlivňovaly vý-
kon.

Nelze tvrdit, že se mohlo našim běž-
kyním podařit proniknout mezi
prvních 10 na světě, ale kdyby Srnko-
vá podala takový výkon jako doma na
začátku závodního období, kdy zvi-
těžila přibližně o 50 vteřin před Paul-
usovou, mohla dosáhnout přibližně
13. místa. (Bereme v úvahu, že roz-
díly mezi Paulusovou a dalšími zů-
staly zhruba stejné.)

V technice závodnic musíme znovu
vyzvednout i jízdu běžkyň SSSR, kte-
ré vysoko vynikaly nad ostatními.
Byla to hlavně Kolčinová, jejíž leh-
kost a ekonomičnost běhu byla sku-
tečně příkladná. Dokáže po celou
trať jet dlouhým skluzem s maximál-
ním zapojením paží. Dobrá technika
sovětských závodnic je podmíněna
tím, že mají tak vysokou fyzickou
trénovanost, která jim dovolí sprá-
vnou techniku během celého závodu
dodržovat. V technice jízdy se jim
blíží některé finské závodnice, napří-
klad Lehtonenová. Mají optimální cit
pro každý krok a je na nich vidět, že
na lyžích vyrůstly.

Ostatní závodnice, Švédky, Němky,
Polky i naše, mají individuální rozdí-
lnou techniku, průměrně dobré úro-
ně, ale jejich nižší fyzická připrave-
nost je vidět i na technice jízdy. Inten-
zita jejich odrazu je podstatně menší
(úhly nohou v momentě přípravy na
odraz jsou značně větší). Výrazná je
také slabší práce paží. Zdokonalení
techniky jejich jízdy je podmíněno
zlepšením stavu jejich fyzické připra-
venosti.

Do příštího velkého měření sil sv-
ětových špiček — do Zimních olympijs-
kých her 1964 v rakouském Innsbruc-
ku — zbývají pouze 2 roky. Je před
námi mnoho práce, jestliže chceme
předstihnout Němky a Polky a vezme-
me-li v úvahu, že i ony čilevědomě
zlepšují své výkony a že jejich pod-
mínky jsou stále lepší než naše. Jsme
ale přesvědčeni, že je v silách našich
závodnic je porazit. K tomu je ne-
zbytně třeba, aby vydržely v tvrdém
a těžkém tréninku, které mnohé z nich
začaly teprve v letošním roce. Aby do
tréninku šly se stejnou chutí a nes-
mlouvavostí, jakou jsme viděly v le-
tošním roce, a nedaly se odradit od
začaté práce přesto, že se jejich vý-
kony výrazně nezlepšily (i když vě-
novaly celé přípravě daleko víc, než
kdykoliv předtím). Bude nutno zlep-
šit trénink o zkušnosti, které jsme
společně získaly v letošním roce, a na-
dále věnovat zvětšenou péči morálně
volní výchově. Dále bude třeba zod-
povědněji plánovat a realizovat mezi-
národní styk, který je nesmírně důle-
žitý, zvláště pro dorůstání mladých
závodnic; nadále zůstat u stejných
tréninkových podmínek, jako byly
v letošním roce; ekonomičtěji naku-
povat vybavení pro reprezentaci apod.
Všichni se musíme stavět zodpověd-
něji k možnostem zlepšování organi-
zační práce ve všech jejich detailech.

Očima trenérů a vedoucích

Co můžete říci k soutěži mužů?

»Sovětské mužstvo bylo dost omla-
zeno. Dala se příležitost mladým, na-
příklad k nim patřil Sladkov, který
běžel 50 km. Naši běžci však nemají
ještě takovou sílu a chybí jim vše-
stranná připravenost. Je to tím, že
jejich trénink nebyl tak náročný. Po-
tom není dokonala ani technika. Bu-
deme podrobně rozebírat jejich vý-
sledky a hledat nové formy a metody,
aby byli na budoucích šampionátech
úspěšnější.

Z ostatních závodníků pokládám za
nejlepšího z mladších závodníků Män-
tyrantu, který je technicky i fyzicky
výborný. Ze starších závodníků (ne-
jen věkově) si nejvíce vážím Sixtena
Jernberga, který dominoval ve švédské
štafetě, a vlastně se dá říci, že jí ce-
lou vyhrál. V běhu na 50 km ukázal
celé své velké umění: techniku, fyzic-
kou sílu a funkční zdatnost. Doběhl
po tomto lyžařském maratónu tak
svěží, že by mohl klidně běžet zno-
vu.«

Vaše připomínky k čs. závodníkům a závodnicím?

»Málo se připravovali. Trénink ne-
měli náročný, nabíhali také poměrně
málo kilometrů. Vyrovnávali se napří-
klad těžko i se snadným terémem. Čes-
koslovenští reprezentanti jsou mladí,
mají předpoklady, jen je třeba jich
správně využít. Vést je k náročnosti,
k opravdu celoročnímu tréninku, vel-
mi pestrému, tak aby celá příprava
byla radostí, a nikoliv pfitěží. Celý je-
jich režim podříditi tréninku. Pak se
určitě dostaví i dobré výsledky.«

Jedním z nejpovolanějších k hodno-
cení výkonů i technické úrovně závod-
níků na mistrovství světa v Zakopa-
ném byl bez veškeré pochybnosti za-
sloužilý trenér Alexej Nikolajevič Ba-
ženov. Právem ho všichni účastníci po-
važují za nejlepšího trenéra. Vždyt je-
ho žeň jen z tohoto mistrovství obná-
ší pět zlatých medailí, dvě stříbrné
a dvě bronzové medaile. Je to výse-
dek, kterým se může pochlubit málo-
který trenér v kterémkoliv sportovním
odvětví. Na jeho názory i hodnocení
byla zvědava lyžařská veřejnost celé-
ho světa. Položili jsme mu i my ně-
kolik základních otázek:

Jaký je váš celkový názor na letošní mistrovství světa?

»Mistrovství bylo až překvapivě dob-
ře uspořádáno. Pořadatelé se vyrovnali
se všemi potížemi, které se na-
skytly. Tratě byly snadné, jen prům-
ěrné, a proto i výkony na nich by-
ly jen průměrné. Neobsahovaly žádné
obtížné výstupy ani náročné sjezdy.«

Jak hodnotíte závody žen?

»Nejvíce si cením Finek, zejména
Lehtonenové. Mají výbornou techniku,
jen potřebují více síly, aby vydržely
do stoupání. Ovšem technika úzce
souvisí s funkčním stavem, a když
ten není, není ani technika (viz Ren-
tanenová, které je již 38 let), nejsou
ani výsledky. Například Finky neuspě-
ly ve štafetě jenom proto, že posta-
vily Rentonenovou. Sovětské závodni-
ce dosáhly proto vynikajících výsled-
ků, protože trénují všestranně, se zá-
jmem a soustavně.«

Na slovíčko s Italy

Na mistrovství světa v Zakopa-
ném překvapilo každého, včetně
Italů samotných, krásný úspěch
italského mladého běžce De Floriá-
na, který v běhu na 30 km získal
bronzovou medaili. Vysvětlení naš-
bylo složité. Trenérem italských
běžců je už čtyři roky Švéd Bengt-
Herman Nilsson. Od něho a vedou-
cího delegace pana Strumula jsme
se dozvěděli o přípravě italských
lyžařů následující:

»Naše výsledky jsou nad očeká-
vání dobré. Počítali jsme, že těch-
to úspěchů dosáhneme až v roce
1964 na zimních olympijských
hrách v Innsbrucku. Úspěchy nás
zavazují, abychom na olympiádě
byli ještě úspěšnější. Nikoliv snad
v počtu medailí, ale v umístění do
10. místa ve dvou disciplínách. Ces-
ta k tomuto cíli bude spočívat v ješ-
tě větším tréninku, zvláště v létě.
Naši závodníci už zde v Zakopa-
ném pochopili, že nestačí intenziv-
ní příprava jen 3 až 4 měsíce před
zimou, ale že je nutný náročný tré-
nink po celý rok.

Do mistrovství světa se naši zá-
vodníci účastnili 11 závodů, z toho
6 bylo v Itálii, 3 ve Švédsku, 1 ve
Švýcarsku a v Jugoslávii. Intenziv-

ně naběhali 1200 km a k tomu ne-
tréninkově 200 až 300 km. V přípra-
vě jsme používali především tato
cvičení: přespolní běhy, gymnastic-
ká posilovací cvičení na horní část
těla, švédskou gymnastiku, tenis
atd. Na podzim běhají závodníci
hodně v lese a na loukách, větši-
nou intervalově. Každý den je jiný
trénink. Snažíme se, aby trénink
byl pestrý. Střídají se jak délky
trati, tak i rychlost běhu. Z napo-
dobivých cvičení používáme na po-
zim pouze běh s lyžařskými hole-
mi. Nejvíce kilometrů se snažíme
naběhat na sněhu. Jakmile napadne
sníh, 14 dní se věnujeme technice.
Zopakujeme si všechny způsoby
běhu a hodně cvičíme běh bez holí.

Ve sruženém závodě máme na-
dějněho 19letého Bacheru. Má dob-
rý běh, jen skok je horší. Za dva
roky má velkou možnost se zlep-
šit. Bude trénovat na můstku s um-
ělou hmotou v Monte Doleno, který
má kritický bod 45 m. Bude na
něm trénovat vždy 10 dní v měsí-
ci a zbytek bude mít normální tré-
nink.

Na letošním mistrovství startovali
za Itálii jen muži. Věříme, že na
ZOH 1964 přihlásíme i ženy,



SPORTEM ZA MÍR

a V. Pácl k předložení návrhů na základě dotazníků, které budou zaslány všem svazům.

Olympijské hry 1968. Pro jednotlivá místa: Oslo, Lahti, Banff, Sapporo, Grenoble a Švýcarsko byli stanoveni experti, kteří mají podat zprávu o situaci. Ostatní členové komise dostali k prostudování materiálu vydané jednotlivými národními olympijskými výbory.

Olympijské hry 1964. Byly projednány předběžné zprávy některých členů komise, kteří navštívili Seefeld, o běžeckých terénech a tratích. Vzhledem k tomu, že S. Bergman byl zvolen generálním tajemníkem FIS a nemůže dále vykonávat technického experta pro OH, byl zvolen nový expert V. Pácl.

Mistrovství Evropy v lyžování. Běžecká komise nedoporučuje, aby v lyžování byly pořádány další velké mezinárodní závody jako mistrovství Evropy.

Biatlon. Vzhledem k tomu, že se vyskytují názory, že by biatlon měl být nahrazen zimním pětibojem, usnesla se běžecká komise doporučit UIPM (mezinárodní federace moderního pětiboje), aby biatlon byl i nadále zachován.

V. P.

Na dny 5. až 8. června je svoláno do Moskvy zasedání Mezinárodního olympijského výboru (MOV). Jednání bude zvlášť důležité. Koná se v období, kdy všichni poctiví funkcionáři mezinárodních sportovních organizací aktivně bojují proti narušování sportovních styků a spolupráce mezi národy. Na programu je řada závažných otázek dalšího rozvoje olympijského hnutí.

Připravujeme se na toto jednání a předložíme některé návrhy na řešení současné situace v mezinárodním sportovním dění. Především k otázce související s jednotným celoněmeckým družstvem na OH 1964. Zde navrhuje, i když jsme si vědomi, že toto je vnitřní záležitost obou olympijských výborů NDR a NSR, aby byl ukončen nepřátelský stav, který byl vyvolán zásahy západoněmeckého sportovního svazu na pokyn vlády NSR. Nedosáhne-li se kladného výsledku, doporučujeme, aby MOV vyzval národní olympijský výbor NDR k samostatnému vyslání družstva na olympijské hry 1964.

Na obranu olympijských zásad při mistrovství světa, Evropy, i ve sportovním tisku, žádáme, aby národní olympijské výbory a mezinárodní sportovní federace zabezpečily při těchto soutěžích účast všech přihlášených národů. V opačném

případě tyto soutěže nekonat. Dále doporučujeme Mezinárodní federaci sportovního tisku, aby ze sportovních novin a časopisů byly odstraněny všechny články, které rozněčují nenávisť mezi sportovci, propagují diskriminaci a nepřátelství. V této souvislosti bude se MOV podrobně zabývat politickým zasahováním do sportovního dění v Chamonix, Colorado Springs, ve Švýcarsku, NSR, Norsku, při asijských hrách. Stejně tak přijdou na pořad otázky rasové diskriminace v jižní Africe.

Plenární zasedání MOV se bude zabývat stavem příprav letních a zimních olympijských her 1964 a jejich programem. Současně bude projednávat zprávu o rozvoji sportu v Africe a přijetí dalších členů, mezi nimi Mongolska.

Čs. delegace chce předložit následující rezoluci ke schválení:

»Mezinárodní olympijský výbor připomíná sportovcům, mezinárodním sportovním organizacím a národním výborům uznaným MOV, že nejen během OH, nýbrž i v každodenním životě a během olympijské přípravy mají hájit a prosazovat šlechetné olympijské myšlenky: sportovní přátelství a přátelství mezi národy a mír ve světě. MOV schvaluje všechny činy sportovců a sportovních organizací, které budou pomáhat šířit porozumění pro mírumilovnou práci mezi národy, neboť jedině v míru se mohou sporty rozvíjet pro blaho všeho lidstva.«

SSSR

V tundře, v Mončegorské oblasti, byla vytvořena trať závodu, kterým byla slavnostně zakončena lyžařská sezóna v SSSR. Za neobyčejně těžkých podmínek, na špatném sněhu, při oblevě a silném větru podala většina ze startujících 118 běžců výkon, který lze v tomto namáhavém závodě označit za mimořádně dobrý. Při velmi dramatických okolnostech v průběhu závodu — který se stal vlastně kořistí tělovýchovné organizace »Spartak« — zvíťazili ve stejných časech Jevgenij Rudkovskij a Vladimír Jerusalemskij: oba proběhli 70kilometrovou trať za 5 hodin, 14 minut a 57 vteřin. Cílovou páskou prošli vedle sebe, ani zlomkem vteřiny nemohli být rozlišení. Jevgenij Rudkovskij byl první na 20., 30. a 50. kilometru, Vladimír Jerusalemskij na 40. kilometru. Poslední úsek trati běželi téměř společně. Třetí místo obsadil V Soldatov v čase 5:16:47 hod., čtvrté místo obsadil V. Jolkín v čase 5:17:19 a páté A. Majdurov v čase 5:19:38, oba rovněž z tělovýchovné organizace »Spartak«. Pro omocnění nestartovali dva známí sovětské běžci Kolčín a Anikín, zatímco I. Moskvín — který první proběhl 10. kilometrem maratónu — pádem ztratil výhodu svého skvělého startu.



Na lyžařském můstku v Gorkém skočil student pedagogického institutu Vladislav Kitajev 104 m. Je to nejlepší skok na lyžích dosažený v Sovětském svazu.

VZÁCNÁ NÁVŠTĚVA

Na začátku dubna projížděla Československem delegace SSSR na kongres výuky do Itálie ve složení: vedoucí soudruh Bogačev, odpovědný sekretář federace, dále kandidát věd K. Spiridonov, učitel Moskevského institutu, a J. Kabin, trenér Burevestníku z povolání (je to manžel známé sjezdářky Sidorovové, nositelky olympijské medaile z roku 1956). Všichni byli v Praze poprvé. Prohlídka naší Zlaté Prahy, jak ji nazývali, se jim velmi líbila. Večer se zúčastnili představení lední revue »Ledový ve-

černík« a opět jsme slyšeli chválu na výkony našich krasobruslařů při mistrovství světa, na samotnou halu a také na program, který viděli. Zeptali jsme se soudruha Bogačeva jak hodnotí výsledky sovětských běžců. Rekl nám: »S ženami jsme spokojeni. Ale s muži ne. K tomu, abychom byli na příštích světových soutěžích — na olympijských hrách — úspěšnější, je třeba vést trenéry k náročnější, systematické celoroční práci a omladit kádr reprezentačního družstva. Věkový průměr 30—32 je už moc vysoký.« Při odjezdu nás poprosil, abychom prostřednictvím našeho časopisu předali srdečně pozdravy všem československým lyžařům. Rádi vyhovujeme.

-lyž-



FIS

Při mistrovství světa v Zakopaném zasedala poprvé v Polsku běžecká komise FIS. Na 45. a 46. zasedání byly projednány následující úkoly:

Průběžná kontrola zajišťování běžeckých soutěží na mistrovství světa. Konstatovalo se, že po stránce organizační i technické jsou soutěže dobře připraveny a mají zdařilý průběh. Na základě požadavků některých národních svazů byly projednány otázky mezinárodních soutěží juniorů. Byla pověřena pracovní skupina ve složení A. Svensk (Finsko)

JAPONSKO

V uplynulém roce byla postavena v Tokiu tzv. Sayama-Hala pro lyžování. Je 400 m dlouhá s výškovým rozdílem 30 m a uvnitř je umělý sníh, který je vytvářen z ledových vloček. Je položena 30 kilometrů od centra Tokia a je velmi oblíbena mezi lyžaři. Vstupné se platí za hodinu (v hodnotě jedné marky NSR). Je v provozu v zimním období od 8.00 do 22.00 hod. a v sobotu celou noc. Návštěvníků je velký počet a dochází často k úrazům. Je vybavena také lyžařským vlekem. Slavnostní zahájení prováděl T. Sailer.

NDR

13. mistrovství NDR v běhu na 50 km skončila až nečekáním překvapením. V Carlsfeldu v Rudohoří porazil 21letý Dieter Ritter celou běžecskou elitu NDR. V cíli měl více než 4 min. náskok před Wernerem Haasem a Klausem Kretschmannem. Obhájece titulu Kuno Werner, který v letošním roce patřil k nejužšímu kruhu favoritů, se umístil až na 12. místě. Ztratil proti novému vítězi více než 15 min.; Werner zřejmě promazal.

Šlo o těžký závod vzhledem k tomu, že teplota mezi startem a cílem stoupla během 2 hodin na 22° C. Dieter Ritter běžel rovnoměrně kolo za kolem. Již po prvním kole se dostal na 2. místo, i když ještě se značným odstupem za vedoucím závodníkem H. Weidlichem. Po 25 km však se ujal vedení, kterého se do konce závodu již nevzdal. Dieter Ritter běžel svůj první závod na 50 km (!) a byl dosud znám jen jako závodník v biatlonu.

BULHARSKO

V lyžařských závodech o pohár bulharského listu »Otečestven front« z vítězů v alpské kombinaci již po desáté za sebou Petr Popangelov, který obsadil první místa ve sjezdu i ve slalomu.

ŠVÝCARSKO

Dělnická sportovní organizace SATUS uspořádala 25. února v Saint-Gervais X. ročník závodu Coupe Intervilles, ve kterém vloni zvítězili naši reprezentanti. Letošního ročníku se zúčastnili závodníci SSSR, Francie a Švýcarska. Naši nestarovali vzhledem ke kolizi s mistrovstvím republiky. Výsledky:

Slalom: 1. Mělnikov V. (Moskva) 74,4 vteř., 2. Minějev G. (Moskva) 78,2 vt., 3. Fedorov V. (Moskva) 78,7 vt.

Sjezd: 1. Minějev G. (Moskva) 1:43,10 min., 2. Delver P. (Moskva) 1:43,11 min., 3. Roch-Neray Y. (St. Gervais) 1:43,48 min.

V soutěži měst zvítězila Moskva 11,14 b., 2. St. Gervais 34,48 b., 3. Ženeva SAS 92,46 b.

NORSKO

Letošní mezinárodní závody na Holmenkollenu byly v pořadí již pětadesáté. Proto měly slavnostní, jubilejní ráz. Za přítomnosti tisíce diváků byl jako první odstartován závod v běhu na 15 km. Již od startu se rozpoutal tuhý boj, ve kterém se proti výborným Švédům a Norům prosadil mistr světa na 50 km Fin Eero Mäntyranta. Přestože favorizovaní Švédové se umístili, obdobně jako Finové, 3 běžci mezi prvními 10, utrpěli přece jen porážku, neboť mistr světa Rönnlund skončil až na 4. místě.

Technické výsledky: 1. Eero Mäntyranta (Fin.) 50:58, 2. Harald Grönningen (Nor.) 51:12, 3. Lars Olsson (Švéd.) 51:19, 4. Assar Rönnlund (Švéd.) 51:38, 5. Einar Östby (Nor.) 51:57, 6. Milo Väisänen (Fin.) 52:08.

Rönnlund se revanžoval v lyžařském maratónu, který vyhrál velkým stylem. Během závodu se pokusili o dobré umístění Ivan Utrobin (SSSR) a norský lyžařský veterán Hallgeler Brenden a oba se probojovali až na 3. místo. V druhé polovině závodu však museli ustoupit Finu

Hämäläinemu. Norům se dostalo zadostiučinění, že se jich mezi prvními 10 běžci umístilo 5.

Technické výsledky: 1. Assar Rönnlund (Švéd.) 3:12:44,4, 2. Reidar Hjermstad (Nor.) 3:14:38, 3. Raimo Hämäläinen (Fin.) 3:16:12, 4. Herald Grönningen (Nor.) 3:17:07, 5. Sverre Stensheim (Nor.) 3:18:52, 6. Milo Väisänen (Fin.) 3:19:44. Startovalo 51 závodníků, do cíle došlo 39.

V závodě sdruženém si zajistil vítězství Nor Fageras, který proti očekávání se i ve skoku umístil před mistrem světa Larsenem. Skok vyhrál Japonec Eto před Knutsenem (Nor.) a Maatelou (Fin.) Překvapením byl Američan John Bower.

Technické výsledky: 1. Ole Henrik Fageras (Nor.) 492,52 b., 2. Tormod Knutsen (Nor.) 472,65 b., 3. Lars Dahlquist (Švéd.) 444,18 b., 4. Arne Larsen (Nor.) 440,83 b., 5. Martti Määtela (Fin.) 435,81 b., 6. John Bower (USA) 432,8 b.

Vyvrcholením závodu na Holmenkollenu byl závod ve skoku prostém. Za úplného bezvětří skákalo 86 skokanů z 12 zemí. Scházeli skokani z NDR, kterým jak známo nebyla udělena víza. Také sovětsí skokani nebyli zastoupeni. Toralf Engan (Nor.), mistr světa na středním můstku, skočil stylově nejlepší a také nejdělsí skok dne 80,5 m, zajistil si 10 bodů náskoku před Rakušanem Willi Eggerem a Finem Veikko Kankkonem, kteří se stejným výkonem dělili o 2. místo. Překvapivě dobrý celkový výsledek dosáhl Japonci, kteří získali 4., 6. a 9. místo.

Technické výsledky: 1. Toralf Engan (Nor.) 239,5 b., 2. Willi Egger (Rak.) a Veikko Kankkonen (Fin.) oba 229,3 b., 4. Sadao Kichuchi (Jap.) 223,0 b., 5. Max Bolkart (NSR) 221,3 b., 6. Yosuke Eto (Jap.) 220,2 b.

U žen dominovaly jako dosud na všech mezinárodních závodech sovětské běžkyně.

Technické výsledky 10 km: 1. A. Kolčínová (SSSR) 42:20, 2. M. Gusakovová (SSSR) 43:04, 3. L. Baranová-Kosyrevová (SSSR) 43:30, 4. Britt Strandbergová (Švéd.) 44:26, Barbo Martinssonová (Švéd.) 45:00.

Časopis Sportsmanden uveřejnil pořadí nejlepších 10 závodníků 1962 v klasických disciplínách mužů na základě názorů norských expertů.

Běžecské disciplíny: 1. S. Jernberg (Šv.), 2. A. Rönnlund (Šv.), 3. E. Mäntyranta (Fin.), 4. H. Grönningen (Nor.), 5. J. Stefansson (Šv.), 6. E. Östby (Nor.), 7. K. Hämäläinen (Fin.), 8. S. Stensheim (Nor.), 9. M. Luudemo (Nor.), 10. A. Tiainen (Fin.).

Závod sdružený: 1. A. Larsen (Nor.), 2. O. Fageras (Nor.), 3. D. Kočkin (SSSR),

4. T. Knutsen (Nor.), 5. M. Prjachin (SSSR), 6. W. Köstinger (Rakousko), 7. L. Dahlquist (Šv.), 8. P. Ristola (Fin.), 9. M. Maatela (Fin.), 10. E. Lengg (NSR).

Skok prostý: 1. Recknagel (NDR), 2. T. Engan (Nor.), 3. A. Laciak (Pol.), 4. N. Kamenskij (SSSR), 5. N. Halonen (Fin.), 6. W. Egger (Rak.), 7. V. Kührt (NDR), 8. K. Cakadze (SSSR), 9. P. Lesser (NDR), 10. H. Silvennoinen (Fin.).

Je zajímavé, že jediný neseverský závodník, běžec Ital De Florián, který se umístil na mistrovství světa v běhu na 30 km jako třetí a na 15 km jako sedmý, není mezi prvými deseti. S. Jernberg je nyní pokládán za nejlepšího běžce všech dob.

FINSKO

Na Salpausselkä-hrách, v Lahti, dominovali Norové. Obsadili prvé místo na 15 km, prvá tři místa v běhu na 50 km a v závodě sdruženém a třetí místo ve skoku prostém.

Technické výsledky — 15 km: 1. Grönningen (Nor.) 52:25,3, 2. Persson (Švéd.) 52:52,1, 3. Oikarainen (Fin.) 53:12,3, 4. Hämäläinen (Fin.) 53:19,9, 5. Tienen (Fin.) 52:23,1, 6. Grah (Švéd.) 53:29,2. **50 km:** 1. Stensheim (Nor.) 2:23:51,6, 2. Grönningen (Nor.) 3:28:30,5, 3. Luudemo (Nor.) 3:29:14,2, 4. R. Hämäläinen (Fin.) 3:29:27,8, 5. K. Hämäläinen (Fin.) 3:30:07,2, 6. Huhthala (Fin.) 3:32:33,0. **Závod sdružený:** 1. Fageras (Nor.) 484,59 b., 2. Larssen (Nor.) 481,38 b., 3. Knutsen (Nor.) 477,11 b., 4. Jussila (Fin.) 455,61 b., 5. Määtela (Fin.) 445,9 b., 6. Ristola (Fin.) 443,41 b. **Skok prostý:** 1. Leodolter (Rak.) 214,6 b., 2. Immonen (Fin.) 212,4 b., 3. Larssen (Nor.) 204,9 b., 4.

RAKOUSKO

Před čtyřiceti lety založil H. Schneider první rakouskou školu a vytvořil tak základ dnešní masové výuky v Rakousku. Je zakladatelem ve svém období velmi dokonalé školy, která byla charakterizována především přivrátou technikou. Jeho pedagogické schopnosti mu umožnily rozvést tenkrát známou techniku tak, aby odpovídala podmínkám lyžování v Alpách. H. Schneider zemřel v roce 1955 v USA, kam odešel po připojení Rakouska k Německu v r. 1938.

V rodinném kruhu oslavoval v letošní zimě známý lyžařský závodník A. Seelos 50 let. Zúčastnil se také sjezdových soutěží, kde dosáhl velmi dobrých výsledků.

Le Ski-Circus est né en Amérique

mais ses chances d'implantation en Europe paraissent minces nous dit le D' Carle dans Le Ski Français



Oficiální orgán francouzského sportu Les sports en France převzal a plně otiskl článek ze »Ski Français« od dr. Carleho, ostře kritizující nejen praxi, ale i samu myšlenku amerického »lyžařského cirkusu«. Zde otiskujeme nápadnou úpravu článku s úvodní karikaturou.

Z ODDÍLŮ A SEKCI

■ VÝCHODOČESKÝ KRAJ HODNOTIL PRÁCI S MLÁDEŽÍ

Při krajských přeborech ve sjezdových disciplínách žactva byla současně vyhodnocena družstva. Přebornickým družstvem ve sjezdových disciplínách pro rok 1962 se stává družstvo žáků a žákyn Slovany Pec pod Sněžkou, které dosáhlo nejvyššího počtu bodů. Přinášíme tabulku hodnocení, a bylo by dobře, kdyby si všechny oddíly položily otázku, zda jejich práce s mládeží byla letos dostatečná a zda ten obrovský rozdíl mezi vítězným družstvem Slovany Pec pod Sněžkou a ostatními, zvláště u horských a podhorských oddílů, není tak trochu jejich špatnou vizitkou. Letošní zima, která byla na sních bohatá, dala všem oddílům velké možnosti ve výchově mládeže. A jak jich kdo využil, nám ukazuje výsledky vyhodnocení družstev z krajských přeborů žactva ve sjezdových disciplínách.

VYHODNOCENÍ DRUŽSTEV:

1. Slovan Pec pod Sněžkou celkem 2574 b., 2. Slovan Spindlerův Mlýn 1080 bodů, 3. Jiskra Mladé Buky 988 b., 4. Jiskra Ústí nad Orlicí 556 b., 5. Sokol Janské Lázně 399 b., 6. Slovan Hradec Králové 353 b., 7. Spartak Rokytnice nad Jizerou 315 b., 8. Lokomotiva Trutnov 247 bodů, 9. Sokol Klášterec nad Orlicí 175 bodů, 10. Dynamo Pardubice 143 b., 11. Lokomotiva Česká Třebová 133 b., 12. Jiskra Dvůr Králové 99 b., 13. Spartak Vrchlabí 90 b., 14. Sokol Nová Paka 77 b., 15. Sokol Čenkovice 60 b., 16. Sokol Mrklův 47 b.

Blahopřejeme Slovany Pec pod Sněžkou k dosažení tak výrazných úspěchů ve výchově mladých sjezdařů a vysoce oceňujeme obětavou práci soudruhů O. Vořechovského a M. Sochora a dalších, kteří se na dosažených výsledcích podílejí. MIROSLAV UHER

■ DOPIS Z JISKRY TEXTILANY

»Jsme jen malý lyžařský oddíl. Naše činnost je převážně turistická. Téměř všichni naši členové jsou však nositeli odznaku Lyžař ČSSR. Věkový průměr našich

■ Vítězná hlídka pověstně »sedmdesátky« těsně po dojetí do cíle. Snímek V. Seinička.



členů již přesáhl třicetku. Chyběli nám však mladí lidé. Co dělat? Čekat, až nám narostou dlouhé vousy, nebo začít. Rozhodli jsme se pro to druhé. Založili jsme při oddíle kurs základního lyžování pro mládež do 15 let. Přihlásilo se nám 36 dětí.

Již po prvních hodinách jsme zjistili, že se dětem v kursu líbí a že se vyplatí věnovat jim všechny svůj volný čas. Vypsali jsme první veřejný závod v běhu a v obřím slalomu. Naši cvičenci dobře obstáli, a poněvadž s jídlem rostě chuť, přišly další a další závody.

Celkem 7 závodů uspořádala pro děti Jiskra Textilana. Poslední závod v obřím slalomu pořádaný 24. března 1962 v Bedřichově v Jizerských horách byl rovněž vypsán jako veřejný. Zúčastnila se ho mládež z 8 škol. Několikrát jsme četli v tisku, že i větší oddíly se vyhýbají uspořádání veřejných závodů mládeže. Těm bychom chtěli říci, že právě veřejný závod naučí mládež urputně bojovat o každou desetinku vteřiny. Dokud závodíte jen v oddíle mezi sebou, ví se často o vítězi předem. To je velká chyba. Z malých závodníků rostou nám potom prima-dony. Veřejný závod přinese vždy překvapení a je daleko lepším měřítkem výkonnosti.

Víme, že za jeden rok neuděláme zá-zraky. Budeme se však poctivě věnovat mládeži a do lyžařského oddílu tak vždy včas mladá krev. A to je to nejdůležitější.

Dnes je skutečnost, že na konci sezóny se nám hlásí další děti, věří nám a my je určitě nezklameme.»

■ PO HŘEBENECH KRKONOŠ

Pod tímto názvem uspořádaly TJ Slovan Praha ÚV ČSTV a Rudá hvězda Hradec Králové již VIII. ročník orientačního závodu desetičlenných hlídek tak zvané »sedmdesátky«. Závod se jel 25. února se startem a cílem ve Spindlerově Mlýně. Hlídky musely projet osmi kontrolními body, a to Mísečkami, Voseckou boudou, Spindlerovkou, Luční boudou, bufetem u Výrovky, Náchodskou boudou, Klínovkou a Hromovkou. Jinak mohly používat libovolné cesty. Zúčastnilo se 14 hlídek, z nichž 13 závod dokončilo.

Na startu se sešli vedle lyžařských závodníků Buchara, Honců, Hrubého též vodní slalomáři — mistři sportu Janovský, Pospíchal, Stach a Valenta, lehcí atleti, i zástupci jiných sportovních odvětví.

Již v prvé třetině trati se proboujvalo do čela hlídka Horské služby, která vyjela na trať jako šestá. Za ní si vedly úspěšně též hlídka Pohraniční stráž, Lokomotiva Liberec, TJ Jičín a TJ Slovan ÚV ČSTV Praha.

Ve 14 hod. 14 min. a 55 vteřin projela cílem prvá hlídka — Horská služba Spindlerův Mlýn, vedená Petrussem. Její čas 5:49:55 je výborný. Ve 14 hodin 49 min. objevuje se na stadiónu další hlídka — jsou to závodníci TJ Jičín. Když vteřinová ručička ukazuje 48 vteřin, projíždí cílem poslední člen této hlídky — 5:49:48 hod., je tedy o pouhých 7 vteřin lepší času Horské služby. Skutečně velmi těsně vybojované vítězství. Tento čas se již nepodařilo překonat ani hlídce TJ Slovan ÚV ČSTV Praha, která si uhájila pěkné čtvrté místo.

Výsledky VII. ročníku závodu Po hřebenech Krkonoš:

1. TJ Jičín (dr. Bosák, Havlík, Hořtých, Jenček, Kučera, Foff, Novotný, Hlaváč a Stránská) — čas 5:49:48 hod.; 2. Slovan Spindlerův Mlýn — Horská služba (Bu-

char, Berger, Honců I., Honců II., Hrubý, Mrtka, Spusta a Hartman) — 5:49:55 hod.; 3. Lokomotiva Liberec (vel. hlídky Volf) 5:54:49 hod.; 4. Slovan Praha ÚV ČSTV (vel. hlídky Valkoun) 6:04:05 hod.; 5. Rudá hvězda — Pohraniční stráž (vel. hlídky kpt. Vidlák) 6:04:20 hod.; 6. Spartak Praha AZKG (vel. hlídky Klouda) 6:15:57 hodin.

Členové prvých šesti hlídek obdrželi upomínkové ceny a knihy a všichni účastníci diplomy, osvědčující jejich lyžařskou i brannou zdatnost, kterou prokázali účastí v tomto nejdelším lyžařském závodě u nás.

VÁCLAV SETNIČKA

■ TAM, KDE NELENI

V letošním roce si nemohou naši malí lyžaři stěžovat na nedostatek závodů. Jistě si pamatujete nedávnou ještě dobu, kdy jsme pro děti uspořádali lyžařské závody, a to obyčejně ku konci zimy, a byli jsme často nuceni hledat »bílé jazyky«, abychom vůbec mohli závod uspořádat.

Zvrat v situaci nastal loni, kdy jsme s dětmi absolvovali pět závodů. V letošním sezóně se situace ještě o 100 % zlepšila. Zavítali jsme do Josefova Dolu, Albrechtic, Kořenova, Zásady, Mšena, Kokonína, a troje závody jsme uspořádali v místě. Naše 1. veřejné lyžařské závody, pořádané na počest MDZ, se nám velmi vydařily. Přilákaly 101 startujících z devíti oddílů. Byli jsme zvyklí na to, že při měření sil naši závodníci končovali v minulých letech tak někde uprostřed. Tím, že se dětem umožnil několikanásobný start, se zlepšily značně i výsledky.

Jména Imbr, Pavlišta, Hořička, Siřínek, Jenda a Vláda Trpišovský, Koleno, Dumek, Polcar a Langr se stále více a více objevovala na předních místech závodů. Loňského roku se pouze dva závodníci Jiskry Lučany proboujvali na I. zimní olympiádu mládeže do Tanvaldu. V této sezóně jich bylo již 12, a to je pěkný výsledek.

Z III. kola SHM pro děti si titul nejvyšší odnesl J. Trpišovský, který zvítězil s obrovským náskokem v soutěži nejmladších žáků. »Zlatou« jsme vyvěsili ve skřínce. Je to dosud největší úspěch lučanského chlapce v této disciplíně. Stačtěně se bil i Ladislav Koleno ve III. kole SHM mladšího dorostu, kde v silné konkurenci ve Mšeně skončil na 3. místě a získal bronzovou medaili. Luboš Langr, o rok mladší, byl v této soutěži ze 17 na velmi čestném 6. místě.

To jsou největší úspěchy jednotlivců v této sezóně. Nesmíme však zapomenout na celkový kolektiv. V krajském přeboru žáků obsadili mladší žáci Jenda a Vláda Trpišovští spolu s Pavlištou páté místo ve štafetě časem 22:53 min. a mladší žáci Siřínek, Hořička a Imbr šesté místo časem 23:09 minut v konkurenci 14 krajských štafet hned za Kořenovem, Lokomotivou Liberec, Jiskrou Zásada a Jiskrou Držkov. — Celkově získali lučanští žáci a žákyně v běhu jednotlivců i štafet v krajském přeboru 7. místo z 38 oddílů. Dosažený počet bodů 563,5 žactvo naší Jiskry a školy tak jen potvrdilo, že výsledky dosahované v náborových soutěžích případně v soutěžích SHM nebyly náhodné, nýbrž, že byly výsledkem cílevědomé soustavné péče a práce našeho malého oddílu.

Hodnocení oddílů na přeboru Severočeského kraje v klasických disciplínách žactva ve Mšeně nad Nisou:

1. Jiskra Mšeno nad Nisou 1572,5 bodu; 2. Slavoj Kořenov 985 bodů; 3. Jiskra Tanvald 942,5 bodu; 4. Lokomotiva Liberec 785 bodů; 5. Baník Osek 754 bodů; 6. Jiskra Držkov 645 bodů; 7. Jiskra Lučany 563,5 bodu.

ADA NOVÁK

■ APRÍLOVÉ ZÁVODY

V neděli 1. dubna probíhaly v Krkonoších dva tradiční lyžařské běžecké závody: Slovan Spindlerův Mlýn pořádá V. ročník běhu na 30 km, «Memoriál Jardy Materny» a Spartak Mladá Boleslav IX. ročník «Memoriálu kpt. Jaroše» v běhu na 15 km na Dvoračkách.

O obou závodech lze těžko říci něco jiného, než že příroda doslova vyvedla lyžaře aprílem. Od pátku do neděle v Krkonoších střídavě hustě pršelo, chvíli padal mokrý sníh, a za chvíli — pro změnu — opět pršelo.

Ve Spindlerově Mlýně připravili pořadatelé velmi pěkné trati v údolí Bílého Labe a v Labském dole. Vzedmutá hladina Labe však tyto trati zčásti zaplavila, přemostění odnesla, a tak v sobotu odpoledne bylo třeba začít upravovat tratě náhradní. To se zásluhou obětavosti členů pořádající jednoty, jakož i členů TJ Slovan Praha ÚV ČSTV, kteří v rámci «Maternova memoriálu» vybíjeli svůj oddílový přebor, vcelku podařilo. Bohužel bylo nutné původních 30 km zkrátit na 22 až 24 km. Vlastní závod kladl na všechny účastníky zvýšené nároky, neboť na sněhu, který se měnil doslova každou chvíli, většina závodníků promazala.

V hlavním závodě mužů zvítězil Jeřábek z Dukly Liberec v čase 1:30:38 hod. před Bucharem ze Slovanu Spindlerův Mlýn 1:31:12 hod. a dalšími dvěma závodníky Dukly Liberec — Beranem a sdruženým Fabiárem, kteří dosáhli časů 1:34:20 hod. a 1:34:38 hod. Jako pátý se umístil Gult ze Slovanu Teplice a šestý byl Vavřín z Pece pod Sněžkou.

V kategorii závodníků starších zvítězil Vit z Jiskry Náchod v čase 1:40:59 hod. před Chalupou ze Spartaku AZKG, Petrussem ze Slovanu Spindlerův Mlýn.

Rámcový závod žen na 8 km vyhrála Lášková z Žitky Praha a přebor TJ Slovan ÚV ČSTV na trati 12 km Toušil.

Druhý závod — «Memoriál kpt. Jaroše» — probíhal na Dvoračkách za nepříznivých povětrnostních podmínek. Hlavní závod mužů vyhrál Bieman ze Slovoje Kofenou v čase 1:00:5 hod. před J. Honců z Dukly Liberec 1:01:45 hod., Luptákem z Dukly Karlovy Vary, Petrem ze Spartaku Odolena Vođa a Kuldou ze Spartaku AVIA Čakovice. Vítěz průběh ročníku tohoto závodu — Karel Vojšta — obsadil až 17. místo v čase 1:16:28 hod.

VÁCLAV SETNICKA

■ OKRESNÍ PŘEBOR SHM — SVÁTKEM CELÉ OBCE

Okresní komise SHM při ÚV ČSTV v Prachaticích se snažila využít letošních příznivých sněhových podmínek a přivést na start prvých kol co největší počet mládeže. Vyvrcholením letošního 2. ročníku SHM v lyžování bylo III. kolo, uspořádané jako přebor okresu, pohraniční tělovýchovnou jednotou v Horních Vltavících.

Rozhodnutí okresní komise SHM vyvolalo u členů této malé, velmi aktivní tělovýchovné jednoty radost, ale také celou řadu problémů a nových starostí. Ve spolupráci s MNV, ČSM a školami se přebor vydařil. Celá obec žila a věnovala svojí pozornost a péči všem 150 mladým závodníkům, mezi nimiž byli i příslušníci jejich lyžařského oddílu, který byl prakticky založen loni v zimě. Za tak krátkou dobu dosáhl dobrých výsledků v práci s mládeží, díky obětavé práci náčelníka tělovýchovné jednoty souduha Fastnera, starého člena FDTJ. Na pořadu byly soutěže ve sjezdových, běžeckých i skokanských disciplínách. Dosažené výsledky a značná účast ukázaly, že v pra-



■ Pohled na start 3. ročníku Velké ceny Kremnice. Odstartovala dorostenka Přivitzzerová z TJ Baník Kremnice.

chatickém okrese je o lyžařskou mládež dobře postaráno a že se jí věnuje značná péče a pozornost.

Přeborníky okresu a vítězi III. kola SHM se stali: žáci 9 až 10 let běh na 500 m — O. Gombani 1:50,4 minuty, v dívkách G. Konratová 2:16,6 minuty, oba Horní Vltavice.

Běh na 1000 m žáci 10 až 12 let — Knotek (Vimperk) 2:09,0 min., žacký — Hrdinová (Vimperk) 2:47,0 min. Běh na 2000 m, žáci 13 až 14 let, Žižka — Stachy za 4:47,0 min., 1000 m žacký — Hrdinová 2:47,1 min.

Dorost 5 km — Strnad (Vimperk) 7:01,0 min., dorostenky 2 km — Voldřichová (Stachy) 4:25,0 min. Ve skoku zvítězili ml. žáci — Peší (Stachy); st. žáci — Krpala (Volary); dorost — Vastl (Vimperk). -BB-

■ DO TRETICE VELKÉ CENY MESTA KREMNICE...

Kdesi sa to »odkukalo«. A nie je to špatné. Ide totiž o ten názov »Veľká cena«. Hútam si, že je to asi z ľahkoatletických podujatí — tam majú viacero veľkých cien. Nuž ale aj v lyžovaní — v zjazdárskom — je jedna »Veľká cena«. Že by si Kremničania brali z nej príklad? Ide tu o ich svojrázne podujatie, ku ktorému lpnú celým svojim otcom. Z roka na rok ho vylepšujú, skrášľujú, popularizujú, dokumentujú tak, že nadsením a tvorivou iniciatívou sa zvládne viac než mnohomiestnymi položkami, hotovými z ústredia... Nechcem však tvrdiť, že grošky nie sú potrebné. Veď i tu platí — »bez penez, do hospody nelez!« — avšak štrif sa nemusí vždy na úkor tvorivej veľkorysosti — čiže vynaliezavej iniciatíve nikde nikto nemôže cestu zahatať!

Asi v takomto prostredí vyrástol tretí ročník Veľkej ceny mesta Kremnice v behu na lyžiach. Čaro horskej dediny Krahuľe, podnikajúcej si za snežnej nedele pod Skalkou v Kremnických vrchoch, narušil nezvyčajný ruch. Boli to jednak »technici«, čo pripravili v krásnom prostredí za pomerného dostatku snehu ideálne bežecké trate, a jednak i ďalší pracovníci organizačného výboru, čo zavčas ráno burcovali zvedavých občanov... Potom došli ďalšie turnusy z hučiacich autobusov. Bolo to do dvesto pretekárov. Radostná bola skutočnosť, že došlo i veľa vďačných divákov — hoci z mesta je dosť ďaleko!

Preteky pôvodne pripravili ako krajské majstrovstvá Stredoslovenského kraja v behoch na lyžiach. Z týchto však v zmysle úpravy krajskej lyžiarskej sek-

cie zišlo. Tak zostala len Veľká cena — ale tá bola ozaj veľkou...

Hudba znela z megaónov, ostrý vetrík povieval v korunách inovatou ovenčených stromov. V osvite sinka, čo sa kedytedy predrelo z hmlovitého obalu, jagali sa dobre prešliapané trate. S presnosťou desiatinkových stopiek preteky v tomto prostredí začali. Startovali mladí i starší, chlapi i dievčatá. Radost bola pozrieť na tie kolektívne pretekárov, čo došli jednak zo samotnej Kremnice, ale tiež i zo vzdialenejších Novák, Turčianskych Teplic, Banskej Bystrice i Štávnice, z Považskej Bystrice, Martina, Mikuláša atď.

Každá veková skupina chlapcov i dievčat, žien i mužov mala svojich favoritov. Bojovalo sa úporne. Samozrejme najväčší záujem sa sústreďil na vlastné preteky o Veľkú cenu mesta Kremnice. Tu súťažili viacerí členovia širšieho štátneho družstva. Víťazne vyšiel rodák z blízkych Kremnických Baní — majster športu Rudo Činnik.

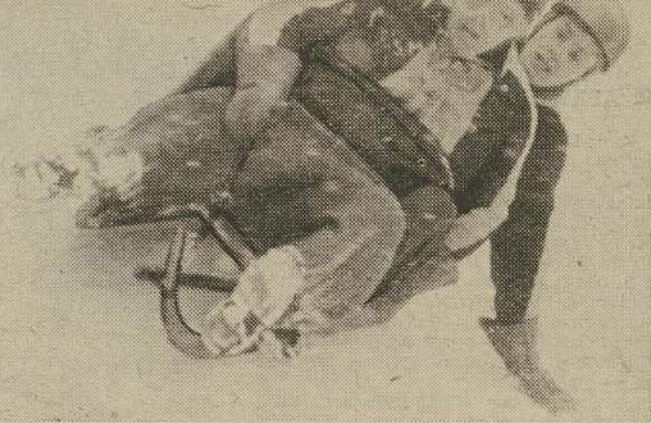
Zvlášť pozoruhodná bola veľká účasť žien, junioriek, dorasteniek i žiačok a ešte väčšia účasť chlapcov všetkých vekových skupín. Boli to ozaj preteky lyžiarskej mládeže z Kremnice a širokého okolia. Teda Veľká cena — i keď len symbolicky — patrila najmladším. Veď vlastná Veľká cena je určená len starším.

Podujatí tohto druhu bolo by načim i v iných centrách lyžiarskeho športu. Zvlášť hodno odporučiť spôsob prístupu kremnických lyžiarskych činiteľov, sústredených okolo lyžiarskeho oddielu TJ Baník, aký majú voči mladým. Tých si sústavne školia a vedú. Nuž a nečudo, že všetky ich podujatia dýchajú potom sviežim vánkom mladého pokolenia.

Z počínov lyžiarstvu oddaného kolektívu tohto starého banského mesta je vidieť, že má úprimnú snahu do všetkých dôsledkov splniť uznesenia II. sjazdu ČSTV. Veľa im záleží na tom, aby pripravili mládež pre veľké úlohy, ktoré ju pri budovaní komunizmu čakajú. Robia tak prostredníctvom lyžiarskeho športu. Uvedomujúce si, že dôsledné návyky z cvičenia prenesú i do života. Majú pre to vzory vo veľmi výkonných miestnych pretekároch, funkcionároch i pracovníkoch špeciálnych profesií, ktorými Kremnica oplýva. Mládež si toho veľmi všimá — napodobňuje... Nuž a práve v tomto — popri vlastných lyžiarskych výkonoch — bola veľkou tohoročnou, v poradi už tretia Veľká cena mesta Kremnice v behoch na lyžiach.

Do ďalších úspešných rokov treba takémuto kolektívu želať veľa úspechov!

-S-



■ Nově utbořená dvojice Peukert a Feix z TJ Spartak Smržovka, která na mistrovství získala 2. místo.

NA VÝBORNĚ

MISTROVSTVÍ ČSSR V JÍZDĚ NA SANÍCH

Závodní ruch na bobových i sáňkařských drahách utíchl, barvu ledu stěn zatáček vystřídala zeleň.

Na domácím sněhu se díky prodloužené zimě uskutečnily všechny plánované kvalifikační i veřejné závody. Na startu se objevily nové tváře, byly založeny nové oddíly, na nových drahách byl zahájen provoz. Na mezinárodním poli jsme si po pětileté přestávce ověřili v mistrovství světa, že máme i velmi dobré špičkové jezdce a že jen více mezinárodních příležitostí a jedna dokonalá domácí dráha nás může postavit do čela evropského sáňkařství. O tom, že jsou reálné naděje i na blížících se olympijských

SKONČILA SEZÓNA

hrách nás přesvědčují junioři, kteří letos již po druhé dosáhli významného vítězství v NDR nad nejlepšími účastníky juniorského mistrovství Evropy.

Také bobisté měli příležitost dokázat co umějí. Vítězstvím nad silným soupeřem potvrdili oprávněnost požadavků dalšího měření sil v zahraničí.

To však nás neopravňuje k odpočinku i po takové úspěšné sezóně. Naopak, již nyní musíme začít se soustavným posilováním naší fyzické zdatnosti. Již dnes je čas vyběhnout na atletické dráhy či hřiště. Plnění podmínek odznaku zdatnosti může být jednou z forem naší letní přípravy. Také míčové hry, turistika i různé druhy motorismu jsou osvědčenou náplní našich pravidelných tréninků v letním období i dobrým prostředkem k posílení soudružského prostředí našich sportovních kolektivů. Pro vás, kteří nemáte zkušenosti se sestavením pestrých hodin letní přípravy přineseme v dalším čísle několik praktických příkladů.

Sáňkařský a bobový sport jsou technické disciplíny náročné na udržování výzbroje. Proto opravy, stavbu nových modelů saní a bobů neodkládejte až na podzim. Nezapomenejte, co se dá udělat dnes, neodkládejte na zítřek.

Ani na dráhy nesmíme zapomenout. Jistě bude třeba opravit odvodnění koryta a tak je zajistit proti vymílání přivalovými dešti. V živé paměti máme nedostatky některých zatáček, jak se projeví při závodech a proto zjednejme nápravu dříve, než se zapomene. Pamatujte však, že dobrou dráhu můžeme postavit jen tam, kde je dostatek vody, kterou lze rozvést do všech zatáček.

Činnost bobistů a sáňkařů je bohatá i v létě a proto čím dříve začneme tím lepších výsledků dosáhneme.

-vh-

Když plenární zasedání ústřední sekce loňského roku rozhodlo přidělit uspořádání mistrovství v jízdě na saních Severomoravskému kraji, sáňkařskému oddílu Jiskry Jeseník, nečinilo to jistě náhodou. Byla to obětavá a záslužná práce krajské sekce již od roku 1954 a vzorná činnost sáňkařského oddílu Jiskry Jeseník, který právě letošního roku slaví své pětileté jubileum. A jeseníčtí a ostravští sáňkaři udělali vše pro to, aby své dobré pověsti nezůstali nic dlužni. Již od října pravidelně měsíčně, později čtrnáctidenně zasedal organizační výbor mistrovství jednou v Jeseníku, jednou v Ostravě a pracoval na systematickém zajišťování všech úkolů spojených se zdárným uspořádáním mistrovství. I když se udělalo dosti chyb, o kterých se ještě zmíníme, faktem zůstává, že práce nebyla marná a spokojenost závodníků a vedoucích činovníků sáňkařského sportu ostatních krajů byla tou největší odměnou organizátorům mistrovství.

Propagačně bylo využito téměř veškerých možností: od ledna uveřejňovali zprávy v krajském i celostátním tisku, uspořádali dvě besedy v rozhlase, i natočili televizní snímek o přípravě dráhy. Nepřehledně počasí pronásledovala údobí příprav. O tom svědčí fakt, že samotnou dráhu museli jeseníčtí stavět od poloviny ledna do začátku mistrovství třikrát, aby se vůbec mohlo konat. Původní termín 1. až 4. února byl odvolán na 22. až 25. a nakonec se konalo 15. až 18. února. Neustálé střídání termínu mělo nejen vliv na vypětí organizátorů, ale také na další okolnosti, jako je ubytování, stravování, organizační záležitosti a propagace. Proto všichni byli rádi, když ve čtvrtek 15. února za pěkného zimního počasí slavnostně nastoupilo před budouv národního výboru 100 závodníků ze všech krajů republiky.

K samotnému průběhu: ve čtvrtek odpoledne byl trénink odvolán pro úpravu dráhy. Byl však nahrazen pilotní jízdou v pátek ráno. Potom každý den jednotlivé sledy jízdy byly dodržovány jak závodníci, tak pořadatelé, vyjma neděle, kdy jízdou dvojic musely absolvovat kratší trať a přemístění měřícího pultu a telefonního zařízení si vyžádalo určité doby.

Chybou lepší propagace, která se opakuje na většině mistrovství bylo, že jednotliví vedoucí krajů, přestože byli upozorňováni již před odjezdem, nedodali žádný propagační materiál o sáňkařském sportu svého kraje, ani profily nejlepších

závodníků. Je to na škodu našemu pěknému sáňkařskému sportu, když tato samozřejmá povinnost není funkcionáři dodržována. Dobrým počinem během mistrovství bylo každodenní vydávání zpravodaje, každodenní relace v městském rozhlase a informační tabule na nejrušnějším místě Jeseníku, pohotově doplňovaná denními výsledky a fotografiemi, i páteční relace v rozhlase po drátě, která byla uspořádána jako beseda o sáňkařském sportu se soudruhy Matějovským, Rackem, Judou, Kovandou, Soukupem a Vaňou. Pěkný úspěch měla také beseda, která se pořádala v závodním klubu nár. podniku Moravolen.

Jistým druhem senzace, v tom dobrém slova smyslu, byla účast televize na mistrovství. Ostravský televizní reportér Bušniak, aby si pořídil co nejoriginálnější záběry, natáčel jízdu J. Urbanové, dorostenky z Baníku Ostrava, jako spolujezdec H. Faixe. Již v Tatrách jezdil na bobu se Suchánkem, takže měl jakousi přípravu. Šťastně dojel do cíle, jízdá se mu velmi líbila, ale na natáčení, jak nám důvěrně sdělil, neměl dost času. Snaha naší propagace byla co nejlépe informovat naši veřejnost o sáňkařském sportu, a to se podařilo.

Na jednotlivé výkony měl velký vliv neustále se měnící stav dráhy. Jeden den hustě sněžilo, druhý den tálo i přšelo a třetí vála pravá zimní vichřice Jeseníků. Bezesporu hegemonii prokázali závodníci Severočeského kraje. Z ostatních krajů potom Praha a Severomoravský kraj.

Zahájení a ukončení mistrovství proběhlo velmi dobře a vyznělo opravdu pěkně i pro jeseníckou veřejnost. Dobrým nápadem jistě byly i permanentní vstupenky a jejich prodej závodním výborům místních velkých podniků.

Velmi pěknou pozorností byly čestné dary MNV mistrů republiky v jízdě na saních jednotlivců. Vůbec bylo třeba si všimnout, že za mnoho úspěchů vděčí jeseníčtí dobré spolupráci s MNV a jeho komisemi. Na druhé straně nemůžeme však být plně spokojeni s postojem ústřední sekce, která neprovedla vše, co bylo v jejích silách, aby zabezpečila hladký průběh mistrovství, zejména pokud jde o včasné dovezení plakátů, diplomů a přebornických odznaků.

12. mistrovství v jízdě na saních a přebor dorostu, které poprvé uspořádala Severomoravský kraj, staly se tedy dobrým vysvědčením jejich obětavé práce.

Inž. LUBOŠ PÁSEK

POHÁR PŘÁTELSTVÍ NÁRODŮ zůstal v Československu

Poslední únorová neděle byla pro československé bobisty svátkem. Poprvé po druhé světové válce došlo na naší dráze k měření sil s národním družstvem Německé demokratické republiky v jízdě na dousedadlových bobech. Na bobové dráze »Krakonoš« v Mariánských Lázních byl uspořádán první ročník mezinárodního závodu o Pohár přátelství národů. Startovalo 21 dvousedadlových bobů, z nich 16 závod dokončilo.

Němečtí hosté přijeli přímo z mistrovství NDR s dvanácti závodníky a šesti dvousedadlovými boby. Vedoucím německé výpravy byl Gerhard Bach a trenérem Werner Röhr. Až na olympioniky Kreusla s Wiegandem, kteří se umístili na mistrovství NDR až na 3. místě, startovali v Mariánských Lázních, v čele s mistry NDR 1962 Heftem—Johnem, všichni závodníci z Oberhofu.

Povinné tréninkové jízdy se jely v sobotu při -4°C na dobře upravené ledové dráze dlouhé 1100 m se sedmi zatáčkami a průměrným spádem 10 %. Po dvou jízdách byli v tréninku nejrychlejší jezdcí Heft s Johnem (NDR), kteří zajeli první jízdu za 1:00,2 min. a druhou za rovnou minutu. Za cílem se při brzdění a převržení bobů zranil na koleně pilot Heft a tím byl tento mistrovský bob hostů vyřazen z vlastního závodu. Nejlepšího času dosáhl ve druhé tréninkové jízdě bob »Stahl« se závodníky Bindeseil—Schulze 0:55,3.

Trénink ukázal, že naši závodníci budou muset utrpět bojovat o vítězství. Němečtí bobisté přivezli lepší boby proti našim strojům, a to dva typy vylepšených bobů »Feierabend« a čtyři kopie nejlepších současných bobů italské výroby »Podar«. Hosté jeli v tréninku bojovně se snahou seznámit se co nejlépe se závodní dráhou.

V naděli byl zahájen pilotní jízdu pohárový závod, ve kterém byla hodnocena vedle jednotlivých bobů i družstva. V této jízdě nejlépe zajel bob »Jolle« se závodníky NDR Dathem a Leinem za 0:51,0 vt. Na 2. místě byl bob »Stahl« s posádkou Bindeseil—Schulze v čase 0:51,2 vt. před našim bobem »Speciál« ze Slovanu Mariánské Lázně, pilotovaným dr. Horou s brzdářem Jechem — za 0:51,3 vt.

1. finálová jízda zaznamenala veliký nástup Němců. Dathe s Leinem v ní vytvořili riskantní jízdou rekord trati průměrnou rychlostí 79,2 km/hod. — časem 0:50,1 vt. jako druzí se umístili mistři

ČSSR 1962 Kaňka s Kracíkem z Jiskry Textilany Liberec na bobu BK-54, kteří dosáhli stejného času 0:51,1 vt. s německou dvojicí Bindeseil—Schulze, mistry NDR z roku 1960. Na třetím místě v čase 0:51,2 vt. se držel dr. Hora s Jechem z domácí jednoty.

Ve II. jízdě bob »Stahl« Bindeseil se Schulzem byli druhou dvojicí závodu, která zajela pod 51 vteřin, dosáhla času 0:50,8 vt. Dosud na 1. místě jedoucí bob »Jolle« nečistou jízdou dostihl cíle v horším čase 0:52,1 vt., zatímco dr. Hora s Jechem rychlou suverénní jízdou dosáhli svého nejlepšího výkonu v tomto závodě 0:51,1 vt. Dostihli vedoucí bob »Stahl« až na 0,4 vteřiny a za bobem na 2. místě zůstali pouze 0,1 vteřiny. Kaňka s Kracíkem zajeli také velmi dobrý čas 0:51,2 vteřiny.

Ve III. rozhodující jízdě nevydrželi němečtí závodníci nervově. Tvrzí podmínky na dolním úseku dráhy zvládli lépe naši bobisté. Bindeseil se Schulzem, inženýři z oceláren v Ilseburku, měli v této jízdě ztrátu proti dr. Horovi 0,9 vteřiny (0:52,1 vt. — 0:51,2 vt.). Dathe projel cílem bez brzdáře po lehké havárii v zatáčce »Varhany« a byl diskvalifikován. Tak zvítězil a Pohár přátelství národů získal po tuhém boji vyrovanými jízdami bob »Speciál«, řízený dr. Horou, celkovým časem 2:33,5 min. před německými závodníky Bindeseilem a Schulzem 2:34,0 min. a našimi mistry republiky Kaňkou s Kracíkem, kteří dosáhli času 2:34,4 min. Pěkné čtvrté místo získali mladí teplotičtí závodníci Pospichal s Růžičkou na bobu »Diana I« časem 2:37,6 min., pátý byl další německý bob s posádkou Renner—Trepte za 2:38,9 min. a šestý byl bob »Elektron« se zkušenými závodníky Simkem a Ritterem z TJ Trnovany za 2:40,3 min.

V hodnocení nejlepších výsledků družstev, skládající se ze tří nejrychlejších bobů NDR a ČSSR, zvítězili naši bobisté vysokým rozdílem, vzhledem k tomu, že třetí německý bob skončil až na šestnáctém místě za všemi našimi závodníky.

Závod byl dobře organizován. Díky obětavosti členů bobového oddílu Slovan Mariánské Lázně a dobrým sportovním výkonům všech startujících závodníků postoupili jsme letos na úseku bobového sportu o další krok kupředu. V příštím roce pozvou němečtí přátelé naše bobisty v rámci oddílového styku k závodům ve Wadeberg-Bobbahn do Oberhofu. Z tohoto závodu je možno využít některých poznatků. Je to zejména úkol zlepšit konstrukce našich bobů a zaměřit se na výběr vhodné skluzné ocele na sanice, upravit pro trénink ještě kvalitnější bobovou dráhu s maximální šířkou koryta 140 cm, tvrdými mantinely a s potřebným dojezdem. Otázkou fyzické připravenosti našich bobistů vyřešíme důslednou kontrolou celoročního tréninku, který bude proveden v září na kontrolním srazu v Nymburce. Předsednictvo ústřední sekce mělo by přednost do plánu mezinárodních styků zájezdy bobistů, které pomohou zvýšit technickou vyspělost bobového sportu u nás a budou příspěvkem k navázání přátelství mezi národy.

Inž. BRONISLAV HANÁK

Na snímku K. Lamploty je vítězný bob Speciál s osádkou dr. Hora a Jech z TJ Slovan Mariánské Lázně.

Z PŘEDSEDNICTVA ÚSTŘEDNÍ SEKCE

■ Z rozhodnutí předsednictva ÚV ČSTV se budou konat mistrovství ČSSR v jízdě na dvousedadlových a čtyřsedadlových bobech i nadále každoročně jako dosud.

■ Pracovníci ústřední sekce natočili na letošním mistrovství světa v Krynicích 300 m filmu 16 mm. Po provedení sestřihu bude film k dispozici oddílům a krajským sekcím u propagační komise ústřední sekce.

■ Ústřední sekce se obrací na všechny pořadatele sáňkařských soutěží SHM, aby jí hlásili počty startujících a výsledky těchto závodů, aby mohly být zpracovány a využity pro další ročník.

■ Technická komise ústřední sekce byla pověřena zajištěním další zásilky závodních saní z NDR typu Pilz-Combi. Oddíly, které mají zájem o dovoz, zašlou ústřední sekci závaznou písemnou objednávku s uvedením počtu a druhu saní (jednosedadlové nebo dvousedadlové). Cena saní z minulých dodávek byla 550 Kčs.

ŽEBŘÍČEK SÁŇKAŘŮ 1962

Na základě letošních výsledků sestavila trenérská rada ústřední sekce žebříčky jednotlivců. Body do žebříčku získávají závodníci z mistrovství ČSSR a ze dvou kvalifikačních závodů, na kterých dobyli závodníci nejvyššího počtu bodů.

Uveřejňujeme prvních 20 mužů, v dalších kategoriích vždy jen 10 nejlepších.

MUŽI:

1. Horst Urban (Spartak Smržovka) 101,4 b., 2. Roland Urban (Spartak Smržovka) 76,5 b., 3. Petr Škrabálek (Sokol Albrechtice) 54,2 b., 4. Manfred Novotný (Spartak Smržovka) 48,8 b., 5. Herbert Feix (Spartak Smržovka) 42,9 b., 6. Vladimír Dašek (Slávie Praha) 41,7 b., 7. Jan Hamřík (Start Praha) 40,6 b., 8. Erich Peukert (Spartak Smržovka) 35,4 b., 9. Jiří Hujer (Dukla M. Lázně) 34,5 b., 10. Rudolf Gerhard (Spartak J. Paseky) 33,5 b., 11. Josef Židek (Spartak J. Paseky) 27,9 b., 12. Ota Bartoš (Jiskra Jeseník) 23,6 b., 13. Lubomír Macko (Slavan D. Smokovec) 21,8 b., 14. Jiří Stýblo (Start Praha) 20,8 b., 15. Jiří Rydval (Lokomotiva Teplice) 19,3 b., 16. František Valenta (Spartak Smržovka) 18,7 b., 17. Max Hillebrandt (Spartak J. Paseky) 17,5 b., 18. Josef Mužík (Spartak Kláštec) 16,7 b., 19. Milan Perla (Slávia Praha) 15,2 b., 20. Vladimír Kovanda (Slávia Praha) 14,2 b.

ŽENY

1. Alena Švadlienová (Sp. Smržovka) 105,7 b., 2. Marcela Havlíková (Start Praha) 78 b., 3. Oldř. Tylová (Lok. Teplice) 71,5 b., 4. Erika Patřmanová (Sp. Smržovka) 63,6 b., 5. Zorka Tomášková (Lok. Teplice) 63,1 b., 6. Marta Hillebrandtová (Sp. J. Paseky) 43,2 b., 7. Janá Jarolímová (Jiskra Liberec) 34,1 b., 8. Etela Acellová (Vysoké Tatry) 32,9 b., 9. Alice Mohaplová (T. Kopyvnice) 20,8 b., 10. Jaroslava Holečková (Slávie Praha) 20,4 b.

(Pokračování.)



Lýžování ve středověku

očiima mistra sportu ILJI MATOUŠE



Přesný čas vám, vладыko, změříme, až vyjde slunce.



Mnohaletým výzkumem zjistila naše vědecká skupina, že čím větší tečich, tím menší frekvence.



Konstelace hvězd byla opět nepříznivá. Místo lyžařského vosku se mi vydostiloval vosk štěpařský.



TEĎ JE JIŽ POZDĚ

PRĚMÝŠLET O VÝHODÁCH

POJIŠTĚNÍ PROTI ŠKODÁM NA MOTOROVÝCH VOZIDLECH

KTERÉ POSKYTUJE NÁHRADY ZA ŠKODY VZNIKLE ROZBITÍM NEBO POŠKOZENÍM, POŽÁREM, VÝBUchem, ODCIZENÍM CELÉHO VOZIDLA NEBO JEHO ČÁSTÍ. POJIŠTĚNÍ SE PLATÍ PODLE OBSAHU VALCŮ

STÁTNI POJIŠTVOVNA

Návodů k ošetřování lyží většinou nemívají praktický ohlas. Lyže se po sezóně stejně někde uloží, kde nepřekážejí. Nejčastěji do vlhkého sklepa, na sluncem vyprahlý balkon či na jiná vhodná místa. Vydrží-li všechny tyto neblahé vlivy »uskładnění«, je to jen dík tomu, že jsou zamazány, oblepeny a umatřány vrstvami starých vosků a tím i dostatečně impregnovány.

První sněhové zprávy a termín odjezdu je znamením k zahájení opravných prací. Smůla je, že to bývá v nové sezóně a obvykle na štědrý den, mezi zabíjením kaprů a pečením vánoček, čímž přispíváme k vytváření opravdové vánoční pohody. Opravné lyže jsou v té době přeplněny a zuřivý zákazník nemůže pochopit, že opravář má jen dvě ruce a 24 hodin za den. Toto se odehrává ovšem jen v ideálních případech. Většinou se lyže, ještě pevně svázané, tak jak jsme je »uskładnili« po návratu z hor, vezmou a opět odvezou na první sněž v nové sezóně. Tento postup nám ušetří čas se zbytečným rozvazováním a novým svazováním lyží. Takovoto příznivce lyžařského sportu poznáte na chatě podle naivních otázek, například: — nemáš náhodou šroubováček na hrany? — nemáš ještě šrouby do hran? — nemáš hranu? A co trochu laku, a benzínu, a zápalky, kleště a pilník — a bůhví co ještě!

Dotyčný bývá zpočátku trpěn, ale za chvíli je poslán ke všem čertům, není-li to náhodou hezká dívka, která má možnost nic takového nemít a neumět. V podstatě to však není nic jiného než pořádný kus lajdáctví a příživnictví. A nyní zcela vážně, vážený a milý lyžaři. Chceš-li mít lyže v příští sezóně v pořádku a nebyt posílán přáteli k čertu, poslechni naše rady:

■ Očisti lyže od všech nečistot (zbytky vosků, laku, bláta, trav apod.), zejména na skluznici, silné vrstvy vosku odstraň škrabkou nebo nožem, zbývající tenkou vrstvou umyj lihem (na pálení nikoli na napálení). Totéž i s povrhu i boku lyží. — Zbytky laků oškrábej škrabkou (cidlinou) nebo nožem a skelným papírem. Aceton se k tomu účelu nehodí, neboť rozpuští povrchový lak.

■ Na očištěné lyži proved' potřebné opravy:

— svrchní celuloidové hrany doplň následovně: očisti zářez pro hranu, zároveň a zjisti, nejsou-li odlepeny i sousední části hran. Novou hranu uřízni v patřičné délce chybějícího místa, na něž nanes lepidlo. (Celuloidová drť, získaná nastrouháním hrany a rozpuštěná v acetonu do hustoty přibližně asi jako pasta na zuby.) Na tuto vrstvu lehce přilož novou hranu, chvíli nech volně ležet, aby se lehce narušila acetonem a teprve potom přitiskni k lyži. Je-li nová hrana širší, oškrábej se pilníkem až po 4 hodinách. Lepíme-li hrany v ohbí lyže (ve špičce, nebo na patce) nejdříve ji nad ohněm, nad kamny nebo ve vařící vodě změkčíme a potom zformujeme podle tvaru lyže. Hranu můžeme pro jistotu přitáhnout k lyži tkaničkou nebo přitisknout koltčkem na prádlo než přischne;

— spodní ocelové hrany se vyměňují v celých dílcích. Staré dírky po šroubčích zakolíčkej zápalkou, kterou předtím namočí do lepidla na horní hrany. Hrany, chybějící v ohbí lyže musíme nejdříve ohnout naklepáváním kladívkem na její vnější straně;

— povrch a boky lyží — poškozený lak na povrchu lyží, zvláště na bocích a na patkách oprav nitrolakem. Škrábance a praskliny očisti skelným papírem a natři. Boky a patky několikrát. K dovršení lesku doporučujeme leštit lyže lihovou politurou (šelak rozpuštěný v lihu). Polituru nanášej vlhčným tamponem, do něhož je zabalena vata. Leštění se provádí dlouhými tahy. Tampon se občas lehce potře čistou vasielnu. Podobně politurujeme i umělé skluznice s plátěným podkladem (umatex);

— jasanovou skluznici po očištění impregnuj slabou vrstvou skare, které teplem (žehličkou nebo opalovací lampou) zahřívaj a stírej hadrem;

— lakovanou skluznici po očištění vyhlad skelným papírem a natři asi ve 3 až 4 vrstvách. Koupenny lak rozřeď acetonem a nanášej vrstvy na vodorovně položenou lyži. Lyže i lak měj asi 4 hodiny ve stejné teplotuře, při níž se budou lakovat a oříjí lihem. Jinak lak odprýská;

— vytrhanou nebo odlepenou umatexovou skluznici je lépe dát do odborné opravy. Menší škrábance či rýhy zaplň politurou.

■ Uskladnění lyží. Ošetřené a opravené lyže svaž na patkách a špičkách tam, kde se dotýkají. Do středu lyží, pod čelisti, vlož mezi skluznice rovný spaliček v celé šířce lyží a v tloušťce asi 4 cm. Špičky u lepených lyží nevypinej, u nelepených vlož mezi špičky silný drát na obou stranách zašpičatělý, který lehce zabodni; — svázané a vypnuté lyže nepokládej na zem a neopíraj v šikmé poloze. Mají stát kolmo. Prohlédni si i hole a oprav poškozené části, případně vyměň kroužky.

Opravy, které nemůžeš nebo nechceš sám provádět, je nejlépe svěřit nejbližší odborné opravě, a to co nejdříve. Budeš mít jistotu, že budou včas hotové.

JAROSLAV KADAVÝ, ITVS Praha

Lýžařství

ROČNÍK 48, ČÍSLO 5

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce, Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-18*21630

Představuje to však 300 nositelů odznaku Lyžař ČSSR, které získali učni odborného učiliště Vítkovických železáren v tomto roce. Ta procenta jsou ve vztahu k celkovému plánu plnění odznaku v celostátním měřítku.

Tak jako každý rok i letos zúčastnili se učni II. ročníku výchovně výchovných lyžařských zájezdů. Celkem 550 jich prošlo týdenními zájezdy do Vysokých Tater. Zájezdy již mají na učilišti tradici. A dobrou. Získávají bílému sportu další adepty, kteří mu zůstávají věrni.

Na letošní zájezdy se v učilišti Vítkovických železáren pečlivě připravovali. Chtěli, aby vše dopadlo co nejlépe a týdenní zájezd byl plně využit k zvládnutí lyžařského výcviku a poznání kouzelného prostředí hor. Pro cvičitele, kteří vedli družstva, uspořádali dvou denní seminář na Javorovém, kde byla probрана metodika základního lyžařského výcviku a celý program zájezdu. Nebylo jich zrovna nejméně. Ve 4 turnusech působilo celkem devětačtyřicet cvičitelů. Přitom většina byla na dobré technické i pedagogické úrovni.

Téměř dvě třetiny učňů, kteří získali odznak, svědčí o dobře vedeném výcviku. Všichni nositelé odznaku si ho budou vážit. Neměli plnění nijak lehké. Výlety byly vždy po sněhové vánici a na trase prošlapávali první stopu. Bylo to namáhavé, ale snad právě proto se výlet družstvům líbil. Vůbec letošní zima byla nějaká opravdová, taková, jakou bychom si jako lyžaři přáli mít.

Středem zájmu v každém turnusu byl karneval na lyžích. Nejlepší masky odměňovali věcnou cenou. Některé z nich byly neobyčejně vtipné, například slon na snímku M. Neuwirta nebo kolektivní maska jesle a jiné.

Na ukončení výcviku byly vždy velké závody ve slalomu. Ti slabší jeli jen krátký slalom na spinění odznaku. Zdatnější jeli náročný, dvoukolový závod, ve kterém se sváděly urputné boje o prvenství. Svědčí o nich i dva snímky z trati od R. Krčmáře. I na mistrovství světa do Zakopaného se dostala hezká řádka chlapců. Byli nadšení hlavně skoky na Velké Krokvi.

Během zájezdu si natočili film, ve kterém zachytili průběh týdenního výcviku. Bude sloužit jako propagace a poučení pro učně, kteří se zúčastní zájezdů v příštích letech. Na tento týden ze své tříleté učební doby jistě nezapomenou. Většina učňů se velmi těžko loučila s lyžemi a Starým Smokovcem. Proto věříme, že zůstanou horám i lyžím již věrni.



**Půl
procenta
—
kapka
v moři**



Titulní strana obálky: Zbyněk Mohr, jeden z našich nejúspěšnějších závodníků v letošním roce, na trati slalomu při Velké ceně Slovenska. Podrobnou zprávu přineseme v příštím čísle. Snímek Jar. Zelený.

4. strana obálky: Posádka bobu »Pfiiffi« Renner a Trepte z NDR při startu na Poháru přátelství v Mariánských Lázních.



ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

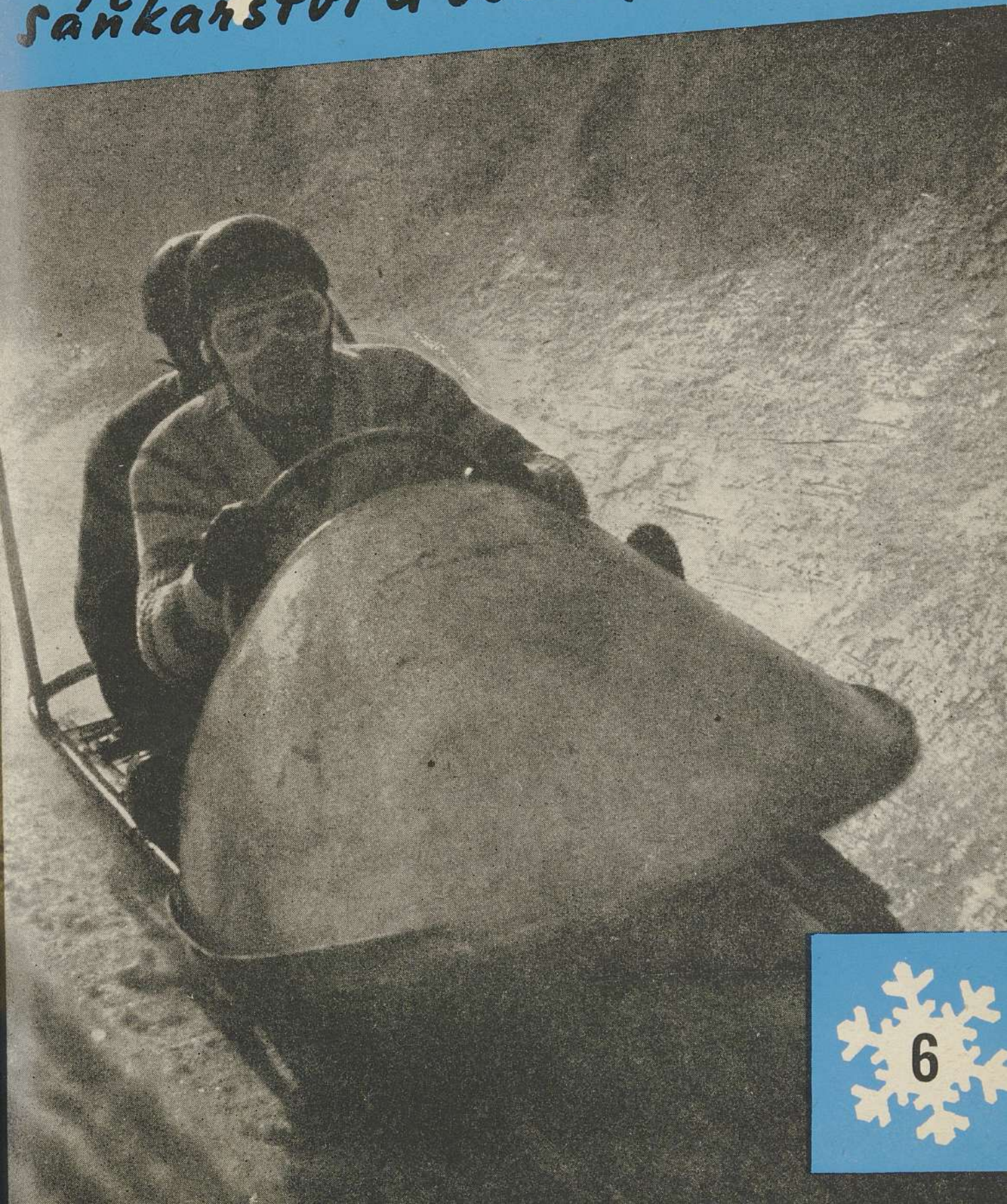
Lyžařství - sáňkařství a bobový sport



Lýžařství

sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
ČERVEN 1962





TAKOVÝCH

BY MĚLO BÝT

VÍC

Slovan Pec pod Sněžkou uspořádal 25. března t. r. veřejný závod v obřím slalomu pro žáky a mladší dorostence. Trať byla vytyčena v délce asi 900 m na nově upraveném svahu na konci Pece u Zeleného potoka. Počasí dobré, sníh kvalitní, počet přihlášených značný. Chut do závodění velká. Skoda jen, že v celé Peci nebyl vidět žádný plakát, který by jistě přilákal četné diváky.

Na jedné straně výtečné výkony — malému špuntovi, který sotva chodí do školy, mačkáte palce, když míjí jednu branku za druhou, a máte obrovskou radost, že ten kluk to tak krásně jede. Na druhé straně výkony takové, že vás od pádů některých bolí celé tělo, tak je s nimi prožíváte, a v duchu nadáváte těm, kteří je sem přihlásili. Obdivuhodné byly výkony některých mladších zákyň, které celou trať jely od startu do cíle v pluhu, méně obdivuhodné je počínání těch, kteří je k tomu vedou. Odmyslíme-li si tyto záporné stránky, byly to pěkné závody; radost většiny byla veliká, ať už jeli sami dobře, nebo alespoň že jeli dobře jejich kamarádi. Vždyť přistě to může dopadnout jinak. Jenže to příště je, bohužel, až za dlouhou dobu.

Letošní zima byla na sníh bohatá a závodů, i když jich jistě nebylo málo, mohlo být alespoň pro mládež mnohem více. Mnoho lyžařských oddílů jezdí do Pece, stejně jako jezdí i do jiných středisek v jiných horách. Obvykle o sobě navzájem mnoho nevědí. Kdyby se vedoucí místních oddílů iniciativně sešli a pohovořili s vedoucími oddílů dojíždějících, věříme, že by se dalo uspořádat mnohem více závodů. Zájem u mládeže je. Je jen třeba ho využít a zvyšovat tak úroveň našeho závodního lyžování.

Snímky M. PAVLÍKOVÁ

Titulní strana: Jedni z nejobětavějších pracovníků, budovatelů bobové dráhy v Mariánských Lázních, soudruzi Lavička a Svršek. Na snímku fotografa Lamploty je vidíte při projíždějí Sluneční zatáčky na mistrovství ČSSR, kde se svým bobem Naděje obsadili 6. místo.

4. strana obálky: V Běhu vítězství závodu jednotlivců a tříčlenných hlídek na 3000 m v Liberci si dobře vedli sdrúženáři. Nejlepší z nich byl Olekšák, který skončil na 11. místě s časem 10:40 min., a Kutheil s časem 10:58 min. skončil na 15. místě. Snímky Fr. Pilný.



Na prvním zasedání nového ústředního výboru ČSTV v květnu t. r. bylo vyhodnoceno plnění rezoluce II. sjezdu ČSTV. Hlavní pozornost referátu i diskuse byla zaměřena na úkoly související s každodenní tělovýchovnou, sportovní a turistickou činností mládeže. V usnesení bylo znovu zdůrazněno: musíme mít stále na zřeteli, že plnění tohoto náročného úkolu vyžaduje podstatnou změnu v naší práci. Za tělesnou výchovu mládeže odpovídáme společně se Svazarmem, ROH, školou a národními výbory a především s ČSM. Společně s nimi musíme proto vytvářet politické, organizační a materiální podmínky pro rozvoj tělesné výchovy mládeže za plného využití iniciativy všech funkcionářů i místních podmínek. Je povinností pracovníků ČSTV, kteří

DOBŘÁ SPOLUPRÁCE ROZHODNE

mají nejvíce odborných zkušeností s organizováním tělesné výchovy, být předními iniciátory při zajišťování těchto úkolů. I když v lyžařství máme řadu dobrých zkušeností ze vzájemné součinnosti organizací, jak to ukazují výsledky SHM, plnění odznaku Lyžař ČSSR a další, nemůžeme být zcela spokojeni. Je třeba, tak jak o tom bylo hovořeno na plénu lyžařské sekce ÚV ČSTV, projednat na všech stupních, a především v oddílech a okresech, konkrétní formy této spolupráce. Dohovořit se na společných akcích a hlavně zabezpečit další růst počtu organizátorů, cvičitelů a trenérů. Učitelé na školách udělali pro rozvoj lyžování velký kus práce, ale i zde je možné rozšířit počet spolupracovníků a především pomoci při zkvalitnění celkové činnosti.

Kvalita práce na úseku výchovném a metodickém je v popředí naší činnosti. Již nyní připravíme v oddílech podzimní besedy, přednášky, promítání filmů, ve kterých seznámíme naše členstvo a všechny zájemce s otázkami celoročního tréninku, techniky a organizace práce. V okresních a krajských sekcích projednáme otázky související s plněním plánu školení. V letošním roce, spolu s ČSM, ROH i školami, rozšíříme školení pracovníků na úseku lyžování. Nemůžeme čekat, že všichni přijdou za námi, ale sami musíme vyvinout iniciativu a přesvědčit odpovědné pracovníky o správnosti našich požadavků.

Zasedání ústředního výboru jednalo o zabezpečení I. ročníku Československých sportovních her (ČSSH). Tyto hry budou dobrou prověrkou naší spolupráce s jednotlivými složkami. Máme opět velkou příležitost dokázat, že lyžaři dovedou dobře připravit a zorganizovat nejen vrcholné soutěže, ale i soutěže náborové, s masovou základnou, především SHM. Na prvý pohled se zdá, že zařazení soutěží ČSSH bude znamenat velký nedostatek volných a vhodných termínů a komplikace v kalendáři. Bude opravdu nutné dobře promyslet kalendář soutěží v krajích a okresech a dobře sladit všechny termíny. Československým hrám musí být věnována mimořádná pozornost, neboť to bude nejdůležitější sportovní akce v příštím roce a její význam je na úrovni celostátních spartakiád. Jednotlivé soutěže musíme daleko lépe rozvinout na celé období zimy a více využít termínů na začátku ledna a především koncem března a v dubnu. V letošním roce byly velké možnosti, které využilo jenom několik desítek oddílů, jako například Spartak Vrchlabí, Lokomotiva Trutnov a další. ČSSH přispějí k uspořádání dalších kvalitních soutěží a budou zároveň prověrkou péče KV a OV ČSTV o rozvoj jednotlivých lyžařských disciplín. Ukáží nám schopnost a organizačtorskou připravenost všech našich složek.

Čeká nás opět mnoho úkolů. Při tradiční, obětavé a houževnaté práci lyžařských funkcionářů a všech lyžařů budeme jistě při plnění těchto úkolů na předních místech mezi sporty.



V PRŮVODĚ JIŽ SE ZÁVAZKEM

Lyžaři liberecké Lokomotivy, členové nejuspěšnějšího lyžařského oddílu Severočeského kraje, si vyšli do prvomájového průvodu se závazkem k XII. sjezdu KSČ. Všichni aktivní závodníci oddílu získají odznak PPOV nebo BPOV. Zvýší počet nositelů výkonnostních tříd na 5 prvních výkonnostních tříd, 20 druhých, 15 třetích a 24 prvních a 40 druhých výkonnostních tříd mládeže. Na počest 45. výročí VŘSR odpracují členové oddílu dva tisíce brigádnických hodin, které věnují výstavbě zimního střediska ještěd a údržbě tělovýchovných zařízení. Aktivní členové se zapojí do soutěže o nejzdatnější sportovce okresu a do celostátní soutěže odznaku zdatnosti, kterou vyhlásila ústřední lyžařská sekce. Cvičitelé oddílu připraví 100 lyžařů k splnění pamětné odznaku Lyžař ČSSR a vedení oddílu bude nadále pečovat o doškolení a školení nových cvičitelů, trenérů, rozhodčích a organizátorů.

Dosavadní úspěšná práce oddílu je zárukou, že závazek na počest významného XII. sjezdu KSČ bude nejen splněn, ale podstatně překročen a napomůže dalšímu rozvoji lyžařského sportu pod ještědem. Na snímku F. Pilnaye liberečtí lyžaři v průvodu 1. máje v Liberci.

VZALI ZA SPRÁVNÝ KONEC

Plenárni zasedání ústřední lyžařské sekce v dubnu t. r. i podzimní plenární zasedání sekce v Olomouci zdůraznila význam a důležitost práce okresních sekcí. Zejména nyní po projednání úkolů daných II. sjezdem ČSTV se ukazuje aktivní činnost na okrese jako jedna z nejdůležitějších podmínek realizace usnesení o masovém rozvoji tělovýchovy. Přestože si všichni tyto skutečnosti uvědomujeme, je ještě řada okresů i v podhorských oblastech, kde sekce lyžování vůbec nejsou nebo jsou sice ustaveny, ale nedostatečně pracují. Zlepšit tuto situaci je naším společným úkolem. Cesty k tomu budou však různé. V každém okrese jsou docela jiné podmínky a tak nejvíce bude záležet na iniciativě, obětavosti a vtipnosti několika jednotlivců. Nicméně proč se nepoučit z činnosti těch, kteří se již v minulém roce pustili do práce za zlepšení činnosti okresní sekce. Požádali jsme proto lyžařského pracovníka Jana Mráze z Bratislavy, aby nám napsal, jak v minulém období postupovali u nich.

S čím a jak jste začali?

»Mestská sekcia v Bratislave začala svoju prácu na úrovni okresnej sekcie už v októbri 1960 a prevažne s novými pracovníkmi. Dovtedy sekcia pracovala na úrovni krajskej sekcie. Prvou starostou bolo dať do poriadku evidencie, pretože ich neprevzala v najlepšom poriadku. Obrátili sme sa na všetkých pracovníkov, aby nám oznámili, či mienia pracovať, či majú príslušné preukazy. Bola to namáhavá a niekoľkomesačná práca. Drobná mravčia trepezlivá práca, ktorá sa vyplatila. Dnes sa staráme už len o dopĺňovanie evidencie. Okrem toho môžeme poskytnúť presné a pravdivé údaje aj orgánu MV ČSTV k vykazovaniu štatistiky.

Druhou starostou bolo zaviesť do našej práce pravidelnosť a plánovitosť, čo sa nám tiež postupne podarilo. Porady predsedníctva sa konajú pravidelne dvojtýždne v hlavnom období. O poradách sú hneď na tretí deň vyhotovené podrobné zápisy, ktoré sa zasielajú všetkým evidovaným oddielom a slúžia súčasne ako inštruktážna pomôcka. Ďalšie obehníky už nevydávame, len sporadicky. Je samozrejmosťou, že pred hlavným obdobím sme mali pripravený podrobný plán na budúci rok a okrem toho štvrtročné plány činnosti s menami referujúcich členov PLS k jednotlivým bodom, prípadne ktorý oddiel bude prerokovaný, takže môžu prísť s pripraveným materiálom. Tu sme ale stále v štádiu zlepšovania a nie vždy sú materiály pripravené. Na tomto úseku je čo zlepšovať. Pripravili sme podrobný rozpis plánu rozvoja na III. päťročnicu a zaslali sme ho rozpisovaný tiež na jednotlivé oddiely.«

Znamená to, že ste napred vybrali vhodné pracovníky, udělali si mezi sebou pořádek a rozdělili práci. Kterým směrem jste obrátili pozornost potom?

»Ďalšiu našu organizačnú prácu sme zamerali na oddiely, ktorým sme menovali patrónov a postupne začali prerokúvať ich situáciu na predsedníctve LS. Po osobných prieskumoch patrónov sme zaevidovali 11 oddielov, ktoré majú predpoklady vyvíjať činnosť. V priebehu minulého roku podarilo sa nám aktivizovať sedem oddielov, kde sa začal rozvíjať pravidelný oddielový život. Úspechom bolo, že v platiach sa podarilo uskutočniť výročné členské schôdze. V šiestich sa začalo pravidelne v prípravnom období cvičiť. Zlepšila sa v nich organizačná a schôdzková činnosť, začali sa pravidelne schádzať výbory od-

dielov. Dva oddiely nepodarilo sa nám zatiaľ zaktivizovať a pravdepodobne ich budeme musieť vyškrtnúť.

Mrzí nás to najmä u oddielu v Karlovej Vsi, kde sú aj niektorí známi lyžiarski pracovníci, ako napr. Šurlákovci a člen slovenskej lyžiarskej komisie dr. Ilavský. Napriek veľmi intenzívnemu presvedčovaniu sa to nedarí. Zlá je tiež situácia v oddiele Slovan Hluchonemí, kde to tiež nefunguje. Takto s poriadkom v základných veciach išli sme do hlavného tohoročného obdobia.«

Co listopadové usnesení ÚV KSČ a rezoluce II. sjezdu? Jak ty se projevil v činnosti vaší okresní sekce?

»Zlý začiatok zimy nám pokazil radosť a už sme sa domnievali, že to dopadne ako posledné roky. Toto obdobie „čakaní“ využili sme na ďalšie školenie pracovníkov. Už pri usporadúvaní evidencie zisťovali sme u pracovníkov záujem o školenie, a preto sme nemali vôbec starosti pri jeho obsadzovaní. Mali sme v zálohe vyše 50 záujemcov, a tak sme si obsadili všetky školenia a vyškolili ďalších pracovníkov. Hoci sme nemali najlepšiu pomoc v tomto smere zo strany LS KV ČSTV, niektoré školenia sme v plnej kvóte obsadili za celý Západoslovenský kraj; napr. na školení v Harrachove sme mali vyše polovice účastníkov zo Slovenska. Naše snaženie na tomto úseku charakterizuje táto tabuľka:

Ukazovateľ	1962			1961—1965			Stav 1. 5. 1962
	plán	skut.	%	plán	skut.	%	
Cvičitelia	4	6	150	22	40	181	102
Rozhodcovia	8	3	37	48	46	97	72
Tréneri	—	7	—	—	7	—	18
Stav. trať	—	5	—	—	5	—	14
Celkom	12	21	175	70	98	140	208

U novovyškolených ide o väčšinu ľudí pod 20 rokov. Úlohy boli stanovené orgánom.

V praktickej práci na snehu museli sme sa na počiatku zimy zamerať najprv na sneh mimo Bratislavu. Oddiely si tam usporiadali prebory jednoty. Po napadnutí snehu sa dobrým tempom rozprúdili súťaže — hlavne ŠHM tu v Bratislave. Uskutočnili sme až na zjazd tiež mestský prebor vo všetkých disciplínach, a tak pokiaľ ide o mestské prebory a prebory jednot, usporiadali sme celkom 20 pretekov s účasťou cca 1600 účastníkov. Pekný úspech sme zaznamenali pri usporiadaní ŠHM, kde bolo školami, učilišťami a za pomoci oddielov usporiadaných celkom 40 pretekov s cca 5500 účastníkmi. Takto sme prekročili náš záväzok: na počesť II. sjazdu získať 5000 účastníkov. Okrem toho sme v Bratislave usporiadali II. mestské kolo ŠHM s 236 účastníkmi.

Je to v našich podmienkach pekný úspech, keď si vezmeme do úvahy, že v predošlých ŠHM sa účasť na Slovensku pohybovala niečo vyše 30 tisíc, čiže len náš „okres“ dnes získal takmer 1/5 účasti celého Slovenska. Samozrejme, že lyžiarski pracovníci boli v permanencii celé soboty, nedele, stredy a štvrtky. Celkovú ŠTK činnosť sme riadne v termíne vyhodnotili a s podrobnými prehľadmi zaslali LS KV ČSTV.

Osobitnú pozornosť sme pritom venovali aj ďalšiemu rozširovaniu lyžiarstva medzi masami lyžiarov tu v Bratislave. Prítom sme videli hlavný prostriedok v získavaní lyžiarov pre plnenie odznaku Lyžiar ČSSR. Aj tu sa nám podarilo dosiahnuť pekné úspechy, ktoré vidieť z pripojeného prehľadu:

plán	skut.	%	1961—1965		
			plán	skut.	%
400	1905	476	3000	2505	83

Úlohy boli stanovené orgánom KV ČSTV.

Niekoľko desiatok našich cvičiteľov pomáhalo učiť lyžovať našich pracujúcich v rekreačných strediskách. Menej však už naši cvičitelia urobili vo výuke lyžujúcich nás na Kolibe, a preto v budúcnosti budeme musieť zamerať pozornosť týmto smerom. Tiež v oveľa väčšej miere ako doteraz budeme musieť získať mládež do oddielov a intenzívne pokračovať v dobre nastúpenej ceste LO Lokomotíva Bratislava, ČH Bratislava, Lokomotíva Rača a Dukla Žižka.

Menšie úspechy, ako sme očakávali, sme dosiahli na úseku pretekového lyžovania a len o málo lepšia je situácia v plnení plánu výkonnostných tried, ako je vidieť z pripojenej tabuľky:

Druh	1962			1961—1965		
	plán	skut.	%	plán	skut.	%
VT I.	3	—	—	23	7	30
VT II.	20	13	—	95	13	14
VT III.	10	—	—	46	—	—
VT M	18	—	—	88	—	—
Celkom	51	13	25	252	20	8

No tu sú hlavnou príčinou administratívne nedostatky. Zrušenie registrácie bude mať iste priaznivý vplyv aj na splnenie plánu rozvoja na tomto úseku. Veď v hlavnom období pretekári dosiahli vyše 70 limitov VT.»

Neúspechy na športovných poli nejen u reprezentantů, ale i u závodníků nižší výkonnosti nás vážně varují. Vypodílili jste důsledky z této skutečnosti zjištěné ve vašem oddíle?

»Zaostávanie na úseku pretekového lyžovania je spôsobené aj slabou činnosťou lyžiarskej základne. Tu vôbec nie sme spokojní ani s trénerom a ani s celkovou organizáciou a pričlenením. A tak v snahe dať veci do poriadku aj tu požiadali sme o pridelenie lyžiarskej základne pod priamu starostlivosť lyžiarskej sekcie MV a v tomto období prerokujeme a vyjasňujeme organizačné problémy, aby sme mohli pristúpiť ihneď k zabezpečeniu riadneho fungovania základne, ktorá doteraz nie našou vinou nefungovala. Príčiny sú okrem iného aj v tom, že je nedostatok dobrých lyží a voskov. V našich oddieloch sme v kondičnej príprave nevyčerpali všetky možnosti a je to najmä plnenie odznaku zdatnosti, kde veľmi zaostávame, ba možno povedať, že aj naša sekcia a aj oddiely venovali tomuto úseku málo pozornosti. Smerné čísla plánu na tomto úseku hlboko neplníme, čo volá k urýchlenej náprave.«

Zúšťaváte ve své snaze osamocení? Jak vám pomáhají vyšší orgány?

»V našej práci sme sa vždy mohli plne oprieť o porozumenie a spoluprácu voleného orgánu. Takmer denný styk s pracovníkmi aparátu pomáhal k rýchlemu riešeniu vyskytnutých sa problémov. Okolnosť, že podpísaný je členom pléna LS ÚV ČSTV, prispela i pri čiastočnej stagnácii činnosti LS KV ZSK k tomu, že úlohy ústrednej sekcie sme ihneď premietali do hnutia a napr. uznesenia pléna LS ÚV ČSTV zo 14. 4. 1962 bolo možné premietnuť do uznesení plenárnej porady LS MV ČSTV, ktorá sa uskutočnila o 10 dní neskoršie po ich dôkladnom prediskutovaní a upravení na naše pomery.«

Jaké máte plány a co všechno připravujete na budoucí hlavní období?

Ak rekapitulujeme činnosť lyžiarskej sekcie, môžeme s určitým uspokojením povedať, že bola dobrá. V krátkej dobe dvoch rokov sa nedalo iste všetko dať do poriadku a nedostatky v našej práci sa iste aj v budúcnosti budú vyskytovať. No sme v situácii, že máme základný poriadok a plníme úlohy na úseku masovosti vcelku s dobrou perspektívou. Teraz máme voľné ruky k odstraňovaniu nedostatkov napr. na lyžiarskej základni, k zlepšeniu výkonov našich pretekárov, pre ktorých už v prechodnom a prípravnom období máme naplánovanú súťaž o najlepšieho nositeľa OZ, ľahkoatletické súťaže o najlepší oddiel, na jeseň väčší počet slalomov na suchu a lesných behov.

Predovšetkým ale už teraz rozmyšľame o metódach a organizačných opatreniach, ako čo najlepšie zabezpečiť v našich podmienkach súťaž o Spartakiádu vložku a I. čs. športové hry. Kolektív PLS spolu s oddielmi a školami je rozhodnutý neúnavne pracovať a prispieť tak svojím skromným podielom k ďalším úspechom československého lyžiarstva a plneniu uznesení II. sjazdu ČSTV v našich podmienkach.



VRCHLABŠTÍ SE MĚLI ČÍM CHLUBIT

Nejen liberečtí lyžaři se jako organizovaný celek zúčastnili průvodu 1. máje. Také ve Vrchlabí si vyšli členové lyžařského oddílu Spartak Vrchlabí do slavnostně vyzdobených ulic. Hrdě a radostně si vykračovali pod transparentem se zdravotí k Prvnímu máji. Jejich hrdost byla na místě. Vždyť na základě výsledků přeborů dorostu ČSSR byli ústřední lyžařskou sekci v soutěži o nejlepší kolektiv v práci s mládeží vyhodnoceni na prvním místě.

Vedení oddílu se však nespokojilo jen s účastí členů v průvodu a na májových oslavách. Současně připravilo v obchodě na hlavní ulici pěknou výstavku o činnosti oddílu, získaných trofejí a dalšího propagačního materiálu. Výloha, tak jak ji vidíte na snímku J. Petříka, se těšila oprávněnému zájmu kolemjdoucích. Je to pěkný příklad propagačně výchovné práce lyžařů směrem k široké veřejnosti. Nejenže přicházejí před širokou veřejností se svými závazky, ale na fotografiích tu představují mladé přeborníky republiky po boku úspěšných závodníků minulých let. Podle slov některých funkcionářů se na základě této výstavky přihlásila řada chlapců a děvčat do oddílu. To jistě není hlavním měřítkem výstavky a ani to nebylo jejím posláním, ale dokazuje to, že je na místě pochlubit se široké veřejnosti s úspěšnou činností. Podobných akcí by se měli i v jiných oddílech ujmout propagačně výchovní pracovníci a tím přispět k propagaci organizovaného lyžování. Připomeňme si, že počty členů v lyžařských oddílech ani zdaleka neodpovídají počtům lyžařů vybavených základní výzbrojí. Nedostatečná informovanost veřejnosti o činnosti v oddílech a tím i jejich zdánlivá uzavřenost a výlučnost je jistě jednou z hlavních příčin tohoto stavu.



PLÁN, KTERÝ SE VYPLATÍ

Skončilo závodní období 1961—1962 a lyžařské oddíly hodnotí svou činnost. Trenéři na základě zkušeností a dosažených výsledků svých svěřenců sestavili náplň tréninků v přechodném a přípravném období.

Lyžařský oddíl Slávia Žižkov ÚRO má letos za sebou páté období své závodní činnosti. Zaměřil ji zejména k výcviku mládeže. V oddíle je organizováno a zúčastňuje se pravidelně výcviku přes 70 mladých lyžařů všech věkových kategorií. Přípravuje je fyzicky v tělocvičně i na hřišti na základě jednotného metodického plánu úzce souvisejícího s výcvikem na sněhu.

Z širší základny oddílu pak vybíráme ty, u kterých se projevují potřebné předpoklady, a zařazujeme je do závodního výcviku. Podmínkou je však dobrý prospěch ve škole nebo na pracovišti, bez kterého rodiče nebo škola výkonného závodníka neuvolňují.

Zeměpisná poloha Prahy svou značnou vzdáleností k horám nás nutí, abychom celou přípravu a trénink zaměřili tak, aby svěřencům v největším rozsahu vyrovnala možnosti, které mají lyžaři z horských krajů. Proto do cvičení zařazujeme speciální cviky, při kterých se soustředujeme na techniku různých forem odrazu a zdokonalení co nejdynamičtějšího provedení. Nezapomínáme přitom na nácvik rovnováhy, vytrvalosti a ve značné míře i síly a obratnosti. Po uplynulé sezóně jsme zjistili, že je zapotřebí do tréninku zařadit vhodná cvičení podnětující bojovnost a odvalu. Obě tyto vlastnosti a zvláště u mládeže se během růstu výrazně mění.

Letos přecházíme ze cvičení z tělocvičny do loděnice v Braníku. V přechodném období doplníme cvičební hodiny míčovými hrami a budeme dále rozvíjet obratnost a lehké provádění cviků. Přitom zachováváme v náplni speciální cviky zaměřené na odrazovou techniku na lyžích. Nutnou údržbu chaty v Krkonoších budeme provádět brigádami a zde též připojíme lehký kondiční trénink v terénu.

Vzhledem k tomu, že mládež je většinou školou povinná a po dobu prázdnin bývá mimo Prahu, budou cvičit závodníci podle tréninkového plánu, který individuálně určuje dávky v té které tréninkové disciplíně. Jsou v něm obsaženy i prvky BPOV a PPOV, které hned po prázdninách budeme plnit.

Po prázdninách také provedeme prověrku plnění tréninkových plánů a zintenzivníme tréninky s větším počtem cvičebních hodin v týdnu a naplní cvičení podle výsledku prověrky. Tím zahájíme přípravné období — období přespolních běhů, které rovněž zařadíme do tréninkového programu. Již v loňském roce jsme započali s prací na jednotném metodickém vedení oddílů, ve kterém hledíme zajistit našim cvičencům všechny předpoklady rovnoměrného růstu tělesného i duševního. Soustavná spolupráce s lékaři a výzkumným psychologickým ústavem má k získání těchto předpokladů napomáhat.

Přes obtíže, které zůstávají stále ještě těžko překonatelné, chceme být stále rovnocennějšími soupeři lyžařů, kteří mají lepší přírodní podmínky. Vždyť i v minulosti byli závodníci z pražských oddílů příslušníky lyžařské elity.

ZDENEK ŽÁK,
Slávia Žižkov ÚRO



■ Na startu III. kola SHM ve sjezdových disciplínách. V pozadí zotavovna Krakonoš.

JAK JE NEZNÁTE

Město působící sytou zelení, léčící minerálními vodami, přitahující letním ruchem a krásou. Nejen v létě, ale i v zimě se stávají stále pěknějšími a navštěvovanějšími — kouzelné Mariánské Lázně.

Minulost, přítomnost, budoucnost

Když se hovoří o Mariánských Lázních v souvislosti se zimními sporty, vybaví se každému před očima bobová dráha, která je v současné době nejlepší bobovou dráhou v ČSSR.

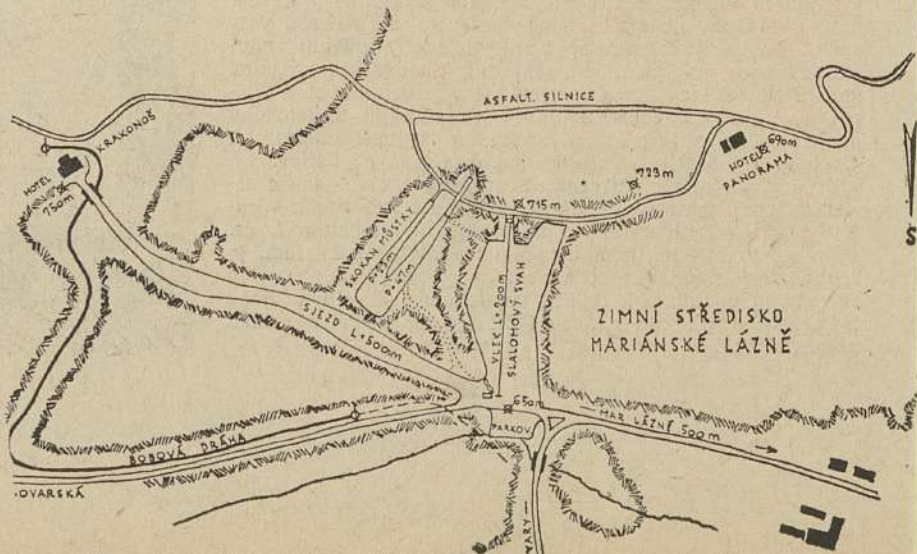
Není na tom nic divného. Vždyť již na začátku tohoto století, v roce 1904, byly pořádány na dřevěných primitivních botech první jízdy směrem od Krakonoše, po silnici, k Novým Lázním, kde v nynější době prochází také hlavní část bobové dráhy. Proto boby a saně v Mariánských Lázních zdomácněly. Po první světové válce se začínali bobisté v ČSR organizovat a také v této době jsou v Mariánských Lázních pořádány první mezinárodní závody a v roce 1924 mistrovství ČSR. Později pak bylo několik členů vysláno na mezinárodní závody do Garmisch-Partenkirchenu.

Když se na mariánskolázeňské dráze objevuje první kovový bob, dochází k velkému zlomu v bobovém sportu. Nedlouho poté všechny dosažené úspěchy ničí fašistická okupace.

Hned po válce nastává obrát k lepšímu. V této době se ve větší míře přidává také lyžování. Nadšením několika obětavců roste počet příznivců zimních sportů a přináší také větší úspěchy. Lyžaři se probojovali na mistrovství ČSR, bobaři dokonce v letech 1947 a 1948 na mistrovství světa ve Švýcarsku.

Postupně však postihla zimní sporty v Mariánských Lázních krize, která přechází v úplnou stagnaci. Až v roce 1958, kdy městský národní výbor se snaží odstranit sezónnost v Mariánských Lázních a uvolňuje finance na vybudování střediska zimních sportů, nastává obrát k lepšímu. V této akci se příkládá veliký význam vybudování vhodných podmínek pro zimní sporty. Teprve v této době se zde dostává plného uznání lyžování, které má velkou popularitu nejen u mládeže, ale i u dospělých.

Nastává vyhledávání terénů, kterých je v okolí Mariánských Lázní dostatek jak pro začátečníky, tak pro vyspělé lyžaře. Nakonec se však buduje komplex zimního střediska poblíž bobové dráhy pod Krakonošem, kde jsou také výborné terénní a sněhové podmínky. V akci Z je vybudována sjezdová dráha a slalomový svah s umělým osvětlením, přes 200 metrů dlouhý. Na slalomovém svahu je



umístěn lehký vlek. V minulém roce se začalo s výstavbou skokanských můstků. Stavba malého cvičného můstku s kritickým bodem 23 m je již dokončena. Nyní bude postaven můstek s P-47 m a 20 m vysokou nájezdovou věží. Současně je také v přípravě bobová dráha. Zatačky se budují z betonu, dráha se vybaví vodovodem a osvětlením.

Velký podíl na úspěšném dokončení některých plánovaných akcí měli především členové příslušných oddílů TJ Slovan Mariánské Lázně. Odpracovali zde stovky brigádnických hodin a vytvořili tak dílo v hodnotě téměř 500 tisíc korun.

Již v letošním roce bude dobudována bobová dráha tak, že bude odpovídat všem mezinárodním požadavkům. Současně bude zahájena výstavba nájezdové věže většího můstku, na který po dokončení bude položena umělá hmota.

SPORTOVCI NA NOVÝCH ZAŘÍZENÍCH

Mariánské Lázně jsou tedy v současné době ideálním střediskem jak pro bobový a sánkařský sport, tak pro pěstování klasických lyžařských disciplín. V jejich okolí je v zimě velmi bohatý výběr tratí pro běžecké závody, z nichž už »Běh kolem pramenů« získal značně na své popularitě. Je však zajímavé, že zde nejsou v klasických disciplínách dosahovány úspěchy.

V současné době se podařilo získat nové zájemce o běh na lyžích a můžeme plně věřit, že po vybudování skokanského můstku s umělou hmotou se Mariánské Lázně stanou centrem klasických disciplín Západočeského

kraje. Lyžařští pracovníci nezapomínají ani na plnění odznaku Lyžař ČSSR. Ve vzájemné spolupráci s vedením rekreace ROH získali pro tuto akci nezávodící členy oddílů i samostatné rekreaanty a podařilo se jim s nimi splnit podmínky přes dvě stě odznaků.

Více úspěchů dosáhli sjezdaři Slovanu Mariánské Lázně, kteří získali všechny tituly okresních přeborníků, umístili se na předních místech v krajském přeboru i v některých kvalifikačních závodech.

V tomto roce začali s intenzivnějším tréninkem, který jistě přinese větší úspěchy než v uplynulé sezóně. Také bobaři se poctivě připravují — jejich snahou je opět vybojovat pro Mariánské Lázně přízvisko »líheň bobářů«, chtějí získat opět vedoucí postavení v bobařském sportu. Zatím se jim to daří a jsou na dobré cestě. V příští sezóně jsou připravovány významné závody v jízdě na bobech, saních a několik lyžařských závodů: kvalifikační závody bobů a saní, sánkařské závody SHM, které jsou pravidelně pořádány již několik let a získaly si mezi mládeží velikou oblibu. Jejich uspořádání má být opět prvotním úkolem. Lyžaři připravují tradiční »Běh kolem pramenů« a další ročník »Večerních slalomů« při umělém osvětlení. Pro mládež budou uspořádány SHM okresního kola a okresní přebor žactva ve skoku.

IDEÁLNÍ STŘEDISKO PRO REKREACI

Při výhodných sněhových podmínkách se Mariánské Lázně stávají velmi dobře vybaveným střediskem zimních sportů, kde najdou vhodné terény



■ Snímek patří minulosti. Brigáda na dokončení malého můstku.

začátečníci i náročnější lyžaři a pěknou podívanou všichni ostatní rekreaanti. Ubytování zajišťují všechny pobočky n. p. Turista nebo přímo Turista Mariánské Lázně. Pro velký nedostatek lůžek je nutné zajišťovat ubytování delší dobu předem. Hromadným výpravám může poskytnout ubytování TJ Slovan Mariánské Lázně v turistické ubytovně v sokolovně s kapacitou asi 50 lůžek. Také zde je třeba zajistit ubytování předem.

JIRÍ SEIDL

■ Celkový pohled na Mariánské Lázně od zotavovny Krakonoš. Na levé straně snímku M. Kočího je vidět místo startu sjezdových závodů, na straně pravé jedna ze zataček bobové dráhy.



SOUČASNÁ ÚROVEŇ SVĚTOVÉ SJEZDAŘINY

V druhé polovině března, tedy velmi brzo, skončila mezinárodní sezóna 1961—1962 a elita sjezdařů a sjezdaček nastoupila několikaměsíční přestávku v závodění. Nadešla doba bilancování, zvažují se »plán« a »skutečnost«, analyzují se úspěchy a slabiny. Listovali jsme v odborném zahraničním tisku, konzultovali jsme s některými našimi odborníky a dospěli k závěrům, které shrneme ve dvou článcích, z nichž první je věnován sjezdařům — mužům, druhý se zabývá současnou úrovní ženského závodního sjezdového sportu a bude zveřejněn v příštím čísle.

V hlavním závodním období 1961 až 1962 bylo mnoho obtíží se sněhem, přesto však proběhlo po sportovní stránce velmi zajímavě. Častokráte, zejména na počátku sezóny v lednu, jsme se v referátech o průběhu jednotlivých závodů setkávali s výtčnou neregulérností. Ve skutečnosti to však nebylo tak zlé. Ten, kdo při nepatřném oteplení a v důsledku toho i zpomalení rychlosti na sjezdových tratích nechce uznat hodnotu provedeného závodu, se bude muset smířit s všeobecně přijímaným názorem, že právě počasí je důležitým faktorem ve sjezdovém závodním sportu — právě tak jako u kopané tvrdé nebo rozbrědlé hřiště. Od jezdců světové třídy je nutno očekávat, že se prosadí vyspělou technikou a zkušenostmi v mazání i ve volbě lyží také při nepříznivém počasí.

Předčasné starty nejsou rozhodující

Dříve než přikročíme k vlastnímu hodnocení sportovní úrovně letošního mezinárodní sezóny, chtěli bychom se letmo dotknout zcela zásadní otázky, o které se v souvislosti s přípravou na hlavní závody sezóny, tj. na světové hry v Chamonix a Kandahar v Sestrière, hodně diskutovalo. Francouzi, jak známo, vyvinuli tentokrát mimořádné úsilí, aby si vůči svým soupeřům Rakušanům zajistili dostatečný náskok v tréninku na sněhu. Již v létě trénovali nejen kondičně »na suchu«, ale také na sněhu. V provincii pak jeli první závody. Zpočátku se zdálo, že rozhodnutí Honoré Bonneta, trenéra francouzského družstva, byla správná, neboť v prvních mezinárodních závodech udávali tón dobře připravení Francouzi. V rozhodujících dnech, tj. v polovině února a začátkem března, však Francouzům scházel elán a potřebná bojovnost. Zdá se, že Bonnet zapomněl, že dlouhá sezóna s nekonečným cestováním z místa na místo, s tréninky a se závody také vyčerpává. S posunutím hlavního období do prosince s příslušným předsunutím začátku tréninku na sněhu se automaticky předsunula i doba únavy, vyčerpanosti a nezájmu. Právě u Francouzů se ukázalo, že po psychické stránce dosáhli svého kulminálního bodu před Chamonix, za-

tímco Rakušané se do plné formy dostali relativně později. Proto mohli v Chamonix a v Sestrière plně využít svých možností. V tomto směru byla letošní zima velkým poučením — včasná příprava kondice je nezbytně nutná a správná; nesprávné však se zdají být předčasné starty, provázené přirozeně i psychickou zátěží závodníků.

Karl Schranz nejlepší sjezdař 1961—1962

V březnovém čísle Lyžařství byl v článku »Sjezdaři bez mistrovství světa« podán jakýsi rámcový pohled na průběh letošního závodního období s komentářem k závodům ve Wengenu, Kitzbühelu, Cortině, Mégève a Chamonix. Poslední velký mezinárodní závod Kandahar, který se jel v polovině března, dokresluje situaci a dává ucelený obraz o současné úrovni světové sjezdařiny. U mužů zanechal jako družstvo nejsilnější dojem Rakušané. Obhájili nejen svou vedoucí roli v obřím slalomu a ve slalomu, ale vytlačili Francouze i z vedoucího postavení ve sjezdovém závodě. Na začátku zimy nasvědčovalo vše tomu, že Rakušané před Francouzi neobstojí. Počínaje Cortinou se situace podstatně změnila. Nepochybně nejlepším sjezdačem sezóny byl Karl Schranz. Po jednom vítězství v Cortině a v Mégève a po dvou vítězstvích v Chamonix a v Sestrière vytvořil »rekord«, který připomíná slavné doby Toni Sailer. Spolu se Schranzem je nutno jmenovat Egona Zimmermanna, který je ve všech třech disciplínách schopen špičkových výkonů. Gerhard Nening, Pepi Stiegler, který proti předchozímu roku poněkud polevil, Ernst Falch, talentovaný slalomář, dále Hias Leitner, Martin Burger, Heini Messner a Helmut Schranz doplňovali rakouské družstvo. Znovu mezi předními rakouskými jezdci se objevil 20letý Hugo Nindl, který dosáhl několika mimořádných výkonů.

Francouzská špička snad nebyla ani tolik za Rakušany. Scházel jí však jezdec, který umí vyhrávat, jezdec typu Schranze, Zimmermanna nebo i Pérrillata 1961. Guy Pérrilat a Adrien Duvillard se osvědčili i v letošní zimě jako prvotřídní jezdci, i když nedovedli navázat na své úspěchy z loň-



■ Nejúspěšnější závodník ve sjezdových disciplínách Rakušan Karl Schranz.

ské zimy. Vynikajícím způsobem zajel Charles Bozon, který po sérii pozoruhodných výsledků v minulých letech byl v Chamonix odměněn vítězstvím ve slalomu. François Bonlieu nedosáhl s ohledem na svůj zdravotní stav obvyklou formu. Emile Viollat, Michel Arpin, Léo Lacroix a Gaston Perrot obsadili některá čestná místa. To, co pro Rakušany je mladý Nindl, je pro Francouze Jean-Claude Killy, talentovaný junior, který je schopen nastoupit dědictví Pérrillata, Bozona, Duvillarda nebo ostatních.

Silní jedinci

Mezi Rakušany a Francouzi na straně jedné a ostatními národními družstvy na straně druhé je velká mezera. Žádné z ostatních družstev nedosáhlo ani jen přibližně výkonnosti Rakušanů nebo Francouzů. Vyskytla se však řada silných jedinců. U Italů to byli především Carlo Senoner a zraněním handicapovaný Bruno Alberti, kteří v několika závodech zajeli velmi dobře. Podprůměrně jeli v letošní zimě závodníci NSR Fritz Wagnerberger a Willy Bogner, střídavě se umísťovali bratři Ludwig a Adalbert Leitnerovi. Jedině Wolfgang Bartels dosáhl několika mimořádných výsledků. Bartels je odborníky označován za specialistu a nejlepšího jezdce ve sjezdu po Schranzovi a Zimmermannovi (1) Švýcaři Döfl Mathis ve slalomu, Willy Forrer ve sjezdu a částečně i Robert Grünenfelder v obřím slalomu jsou nepochybně jezdci prvotřídních kvalit. Američané disponují druž-

6. mezinárodní kongres výuky

Po třech letech od 5. kongresu v Zakopaném se sešel 6. kongres v pěkném italském zimním středisku Monte Bondone nedaleko Trenta v severní Itálii. Moderní středisko s centrem ve výšce 1300 m nad mořem vybavené četnými lanovkami a vkusnými a pohodlnými hotely vyzářilo v týdnu od 8. do 14. dubna delegáty osmnácti lyžařských zemí, kteří sem přijeli předat si navzájem poznatky a zkušenosti z lyžařské výuky. Své delegáty vyslalo Finsko, Francie, Itálie, Jugoslávie, Maďarsko, NSR, Polsko, Rakousko, Švédsko, Švýcarsko, USA, Československo. Za nové členy byly přijaty Japonsko, Kanada, Maroko, SSSR, Španělsko, Turecko; jako pozorovatel byla zástupkyně Anglie.

Presidium v čele s prof. Kruckenhauserem připravilo v předběžných zasedáních mezi kongresy program jednání a ukázek techniky jízdy. Zvlášť zasedaly pracovní skupiny profesionálních učitelů jízdy na lyžích a amatérů-cvičitelů ve třech půldenních jednáních. V jednání amatérů byly předneseny osnovy školení a zkoušek cvičitelů v jednotlivých zemích. Podle přednesených referátů bylo zřejmé, že země se stejnými geografickými podmínkami mají i téměř shodné osnovy pro školení dobrovolných cvičitelů. V zemích, kde jsou i profesionální učitelé jízdy na lyžích, předcházejí obvykle amatérské zkoušky před výukou pro profesionální učitele. Vzhledem k tomu, že většína zástupců nepřivezla s sebou osnovy školení a zkoušek dobrovolných cvičitelů, bude provedena vzájemná výměna mezi všemi zeměmi, jejichž zástupci zasedali v amatérské komisi.

Kromě toho si uložila amatérská komise připravit lyžařský mezinárodní slovník, katalog lyžařských filmů, katalog lyžařské literatury v jednotlivých zemích a úkol vypracovat denní řád pro příští kongres podle návrhu jednotlivých zemí. V amatérské komisi bylo dále jednáno o organizačním rozdělení práce pro období mezi kongresy. Po různých návrzích a jejich korekcích bude pracovat amatérská komise ve dvou hlavních subkomisích, a to pro výuku (vede prof. Ritschel z Rakouska) a pro turistické lyžování (vede inž. Chlouba z Československa). Subkomise první se dělí dále na výuku alpského a severského lyžování.

Na rozdíl od jednání komise profesionálních učitelů jízdy na lyžích, které bylo značně bouřlivé a napjaté, bylo jednání v komisi amatérské klidné, přátelské a sledovalo cíl — pomoci zvýšit úroveň lyžování ve všech státech, zlepšit organizaci školení a zkoušek a z kvalitní výuky širokých mas lyžařů.

V průběhu jednání kongresu bylo vyraženo jedno odpůldne pro všeobecné přednášky. Proti kongresu v Zakopaném, kde bylo předneseno hodně referátů, v Monte Bondone nebyly zdaleka všechny přednášky předneseny a sloužily jako předlohy. Z celkového počtu 11 přihlášených přednášek byly pro nedostatek času předneseny čtyři. Při uvedení přednášek předsedajícím prof. Kruckenhauserem jsme byli příjemně překvapeni, když obě naše přednášky, obzvláště přednáška o biomechanice, byly vysoko oceněny a mimořádně zdůrazněna jejich hodnota. Pro nedostatek času byla přednesena jako úvodní přednáška doc. Čtvrtečky »Zvláštnosti lyžařského výcviku a závodění mládeže«. Kromě těchto přednášek byly před rakouským a francouzským filmem předneseny další dvě přednášky. K těm nejzajímavějším se ještě v časopise vrátíme.

Při konečném generálním shromáždění podávalo odstupující presidium zprávu o svém působení, byly přijaty nové členské

státy, projednáván nový statut, podle kterého došlo i ke změně názvu organizace na »Mezinárodní svaz pro lyžařskou výuku«. Presidentem byl pro další období zvolen opět prof. Kruckenhauser z Rakouska, prvním viceprezidentem je Ziobrzynski z Polska, druhým Jean Franco z Francie, sekretářem prof. Hopfichler z Rakouska. Dalšími členy jsou vedoucí profesionální komise Cathiard z Francie, vedoucí komise amatérů Kraus z NSR a Posticcio (Itálie), Rubi (Švýcarsko), Jurtolla (Finsko), Höberg (Švédsko), Čtvrtečka (ČSSR). Zvolení doc. Čtvrtečky do prezidia s odůvodněním, že toto místo patří zástupci země, která svou dosavadní práci ukázala, že si této pocty zaslouží, a tou že je podle jeho názoru ČSSR. Získali jsme vítězství poměrem hlasů 11:8 při jedné abstenenci mezi 18 státy, z nichž pouze pět bylo lidově demokratických států. Příští kongres se bude konat v Rakousku v roce 1965.

Velmi zajímavé byly předvedené filmy. Předvádělo Rakousko a Francie dva filmy, Itálie, Švédsko, Československo po jednom. Rakouský film byl dosud nedokonečený, na kterém kromě dobrých ukázek jsme vysoko ocenili vynikající kameru prof. Kruckenhausera, ostatně známou z jeho publikací. Ve filmu byly studovány převážně otázky smyčků, činnosti nohou a trupu pro otáčení, metodika nácviků krátkých smyčků, nová varianta dlouhého oblouku snožným smyčkem apod. Film nesporně zajímavý.

První francouzský film byl u nás známá »Christianie légère«, s kterou byl loni na podzim pan J. Franco na návštěvě v Československu. Film jistě zajímavý, s mnoha vtipnými nápady, zřejmě nákladný, působící značně částí publika rozpakami nad školou, která je ve filmu demonstrována, a ukázkami techniky při slalomu a jízdě v terénu, kde jsou očividně užívány zcela jiné prvky pro otáčení, než jaké užívá »škola«.

Mnohem lepším, lze říci vtečným filmem byl druhý francouzský film »Ski total«. Barevný, velmi dobře zpracovaný film s výbornou hudbou a komentářem ukazuje trénink francouzského národního mužstva sjezdářů — mužů pod vedením jejich trenéra Bonetta. Ukázky jsou z tréninku na suchu, v lese, v terénu, kde jsou využívány všelijaké překážky různými způsoby pro zvýšení kondice členů družstva, dále trénink sjezdů, obřího slalomu a slalomu. Pokud se týče techniky zátačení, staví tento film na moderním způsobu jízdy, nelze postřehnout souvislost mezi rotační »Christianie légère«, která je základem francouzské lyžařské školy. Pro naše závodníky a trenéry by tento film měl mnohem větší význam než propagačně atraktivní film »Slalom«, který se »Ski total« nelze vůbec srovnat. Italský film jsme bohužel neviděli, protože jediné promítání filmu se konalo v době zasedání vedoucích delegací. Švédský film byl filmem ryze amatérským. Ukazoval techniku a metodiku nácviku lyžařské běžecké techniky v typické severské krajině. Dokonalá technika předního švédského běžce našla řada obdivovatelů i mezi zástupci alpského lyžování, kterých byla na kongresu převážná většina.

A na konec československý film »Komu patří pohár«. Byl vhodným doplněním k naší a francouzské přednášce o dětském lyžování. Film jsme uvedli krátkou zprávou o lyžařských základnách a jejich významu a vyličili prostředí filmu. Film je třídní a byl odměněn pěkným potleskem. Gratulace mnohých delegátů a obdiv nad dobrou technikou našich mladých sjezdářů je zaslouženou odměnou všem, kteří stáli u kolébky tohoto filmu, nás příjemně hrály a nepřáli jsme si nic jiného, než aby je mohli oni i všichni ostatní nadšení pracovníci, kteří stáli u kolébky tohoto pěkného filmu, sdílet s námi.

Inž. MIROSLAV CHLOUBA

stvem, které se v letošní zimě nedo-vedlo ještě prosadit. Bud Werner sehlal nervově. Chuch Ferriès byl velkým objevem ve slalomu; Bill Kidd a Jim Heuga jsou mladí jezdcí a bude zajímavé sledovat jejich vývoj v příštích letech. Typicky silnými jedinci, kteří dokázali několikrát prorazit řady světové špičky, byli finští sjezdáři Manninen a Ekstam, jakož i Nor Holm. K sjezdářům zemí socialistického tábora, kterým se podařilo se probít mezi jezdce světové špičky patří především Eberhard Riedel (NDR), který ve sjezdu na Lauberhornu zajel 12. a na Hahnenkammu 11. místo a Viktor Taljanov (SSSR), jenž se na Hahnenkammu umístil jako 13.

Světový žebříček sjezdářů sestavený na základě výsledků z nejdůležitějších mezinárodních závodů letošní sezóny dává tento obraz:

Sjezd:

1. K. Schranz (Rak.)
2. E. Zimmermann (Rak.)
3. W. Bartels (NSR)
4. W. Forrer (Švýc.)
5. E. Viollat (Fr.)
6. G. Nening (Rak.)
7. A. Duillard (Fr.)
8. G. Périllat (Fr.)
9. L. Lacroix (Fr.)
10. B. Alberti (It.)
11. H. Nindl (Rak.)
12. B. Werner (USA)
13. G. Perrot (Fr.)
14. C. Senoner (It.)
15. M. Arpin (Fr.)

Slalom:

1. C. Bozon (Fr.)
2. C. Ferries (USA)
3. A. Mathis (Švýc.)
4. E. Zimmermann (Rak.)
5. G. Périllat (Fr.)
6. P. Stiegler (Rak.)
7. K. Schranz (Rak.)
8. E. Falch (Rak.)
9. G. Nening (Fr.)
10. L. Leitner (NSR)
11. M. Burger (Rak.)
12. A. Duillard (Fr.)
13. B. Kidd (USA)
14. C. Senoner (It.)
15. A. Gacon (Fr.)

Obří slalom:

1. K. Schranz (Rak.)
2. E. Zimmermann (Rak.)
3. A. Duillard (Fr.)
4. M. Burger (Rak.)
5. M. Arpin (Fr.)
6. P. Stiegler (Rak.)
7. L. Lacroix (Fr.)
8. G. Nening (Rak.)
9. J. C. Killy (Fr.)
10. G. Périllat (Fr.)
11. R. Grünenfelder (Švýc.)
12. B. Werner (USA)
13. F. de Nicolo (It.)
14. L. Leitner (NSR)
15. C. Senoner (It.)

(Pokračování v příštím čísle)

DOBŘE ZKUŠENOSTI

Soutěž o odznak zdatnosti cenným pomocníkem

Mistr sportu Rudolf Čilík, hlavní trenér sportovní základny Baníku Kremnica, vede společně s kolektivem vedoucích své věřence k lyžařskému mistrovství a k dosažení nejvyšších výkonů jak sportovních, tak pracovních. Jako první podmínku pro dosažení těchto cílů staví výchovu sportovce „... skromného, s bojovným srdcem, s dokonalou houževnatostí, iniciativního a s kladným poměrem k našemu zřízení...“

Jsou to vlastnosti, které jej přivedly k osobním úspěchům, a proto v ně věří, čerpá z nich sílu pro další závodní činnost svou i mladých členů základny.

TRENÉRŮM MLÁDEŽE

Podobné cíle si vytvářejí i ostatní trenéři mládeže. Vítězství, úspěch, uspokojení budou odměnou za úsilí těch, kteří první dosáhnou společně stanovených cílů a kteří budou ovládat nejužitečnější zbraně v každodenním boji s časem a s danými materiálními podmínkami. Těmito zbraněmi je síla lidského myšlení a úroveň morálního uvědomění.

Nezastavitelný vývoj si žádá neustále vyšších výkonů a většího úsilí. Čas však zůstává stejný, naopak, někdy je ho méně, a méně je i finančních prostředků.

Zbývá tedy hlavně důvěra ve své vlastní síly, rozum a vynalézavost. Hledat skryté rezervy a nové formy práce a pracovat s dokonalejšími tréninkovými prostředky.

Kdo bude chtít čestně obstát v tomto těžkém boji, ten bude muset v prvé řadě mít pevnou vůli a vydržet zvýšený tlak nadměrné rychlosti vývoje tak, jak to dokázal první kosmonaut Gagarin a jeho následovníci.

Skromnost v materiálních požadavcích a boj za dokonalejší využití času by měly být hlavním vodítkem v práci s mládeží tak, jak tomu učí mladé sportovce Rudolf Čilík.

Velké rezervy zůstávají ještě v psychologické přípravě, v nerozvinutých volných vlastnostech sportovců, v clevědomosti, v samostatnosti a iniciativě, v sebekázni a sebeovládání, v jejich začlenění do denního režimu a celého tréninkového systému.

Všechny uvedené psychologické vlastnosti lze dobře rozvíjet i v každodenním ranním a večerním cvičení. Mnozí trenéři již dovedli rozšířit kvantitu a zlepšit kvalitu tréninku právě touto formou. Půl hodiny ranního a půl hodiny večerního cvičení denně znamená velké fyzické zatížení, ale je to 30 hodin měsíčně ve prospěch rozvoje hlavně psychologických vlastností a pohyblivosti kosterně-svalového aparátu.

Obsahem ranního cvičení budou prvky zaměřené k zvýšení kloubní pohyblivosti, hlavně kloubů ramenních, kyčelních, hlezenních, dále páteře, hrudního koše a cviky přímivě.

Budou to hlavně cvičení švihová, protahovací a uvolňovací, pro zlepšení ohebnosti a pružnosti jednotlivých částí těla, posilovací cvičení svalstva hýžděvého, břišního, šíjového, klenby nožní, pro správné držení těla a dýchací cvičení, pro celkové uvolnění svalového napětí.

Tato cvičení jsou často opomíjena, nezbyvá pro ně čas při kolektivním tréninku, jsou však základem pro technickou i funkční přípravu.

K těmto cvičením, k jejich výběru i dávkování, nutno přistupovat individuálně, podle nedostatků každého závodníka. Bude vhodné, aby závodníci své nedostat-

Základem tréninkového plánu v letním období minulého roku byla ve sportovní základně v Polici nad Metují všestrannost. O získaných zkušenostech a dosažených výsledcích nám napsal vedoucí základny Jiří Čejka.

Pro poměrně nízký věk příslušníků základny nemohli jsme si dovolit nějaké jednotvárná opakovaná cvičení ve velkých dávkách, která mladé závodníky spíše duševně otupují, než aby přinášela užitek, ale museli jsme volit hravě a soutěživé formy. Zdůrazňovali jsme intenzitu tréninku a zvyšování rychlosti při nácviu disciplín v kterémkoliv sportu, ať už to byl nácviu jízdy na pramicích před desetidenním putovním táborem po Nežárce a Lužnici, jízda na kole, plavání nebo lehká atletika, košíková a odbíjená.

Nejvíce nám však prospěla soutěž o plnění disciplín PPOV, vyhlášená ústřední sekci a časopisem Lyžařství. Plnění podmínek odznaku PPOV bychom prováděli stejně, ale zmíněnou soutěž a především zvýšenou tíživostí u jednotlivých závodníků, podporovanou pravidelným zveřejňováním výsledků v tisku závodníci často velmi intenzivně trénovali a odstraňovali své slabiny v jednotlivých disciplínách sami, mimo tréninkové hodiny, skoro každodenně. Důležité bylo, že i během letních prázdnin, tedy v době, která v dřívějších letech byla spíše obdobím oddechovým, v tréninku neustali.

Při této všestrannosti, intenzivní tréninku závodníci nijak nezatěžovali. Naši závodníci naopak dosahovali po určité době takových výsledků v doplňkových sportech, že vítězili s převahou i v závodech plaveckých, cyklistických, lehké atletiky, řada jich hrála úspěšně kopanou a odbíjenou i v mistrovských utkáních. Proto se základna v Polici nad Metují mohla s úspěchem zúčastnit soutěže o nejlepší plnění podmínek PPOV a její jména jako Pivnička, Lajer, Beran, Pohl a další se stále objevovala na předních místech soutěže, až se ozývaly hlasy pochybnosti, zda si politici lyžaři povedou právě tak dobře i na sněhu.

Po vhodné kombinaci s lyžařskými běhy v podzimních měsících, výborný fyzický stav závodníků umožnil, že jak-

mile napadl sněh, jsme se ihned mohli zaměřit jen a jen na techniku jízdy. V době, než napadl sněh, nám velmi prospěla umělá běžecká dráha z jehličí z Borovic. Máme s ní výborné zkušenosti a doporučujeme ji i ostatním základnám a oddílům. Za trochu té námahy určité stojí. Chlapci nosili 20 pytlů jehličí, ze kterého si upravili asi 130 m dlouhý okruh. Tato umělá dráha jim umožnila nácviu techniky ještě před napadnutím sněhu a současně nadále zvyšovala jejich fyzickou kondici, protože skluz na borovicovém jehličí odpovídal skluzu na vlhkém, těžším sněhu.

Po takové přípravě nenechaly výsledky na sebe dlouho čekat. Druhé místo v mladším dorostu hned v zahajovacím závodě harrachovských štafet, tři závodníci v první desítce na výběrových závodech v Kořenově, přední místa v juniorech, starším a mladším dorostu a vítězství ve štafetách v přeboru Východočeského kraje, dobré umístění na celostátních přeborech dorostu a celá řada úspěchů starších a mladších žáků v krajských soutěžích ukázaly, že se nám podařilo vyrovnat se předním základnám z horských oblastí i přes jejich nespornou výhodu v tamních sněhových podmínkách a dlouholeté tradici. Je nutno si uvědomit, že v Polici nad Metují ještě před 6 lety neznali lyžařského závodníka a že nynější závodnický kolektiv se musel vychovat ze začínající mládeže.

V kolektivu základny dosud nemáme závodníka, který by byl zařazen do reprezentace družstva, ani do jeho širšího výběru. Ale rychlý vzestup ve výkonnosti a umístění mezi nejlepšími závodníky v kategorii mladých napovídají, že závodníci policecké základny budou vážnými aspiranty mezi těmi, kteří se budou připravovat na reprezentaci pro olympijské hry v roce 1968.

Dosažené zimní výsledky byly pro náš ověření správnosti dosavadní práce loňského roku, kterou v letním a podzimním období rozvedeme ještě ve větší míře. Proto vítáme soutěž o nejlepšího lyžaře v plnění disciplín PPOV, která byla letos znovu vyhlášena, a těšíme se, že nám při naší přípravě pomůže přinejmenším tolik, jako loňského roku.

JIRÍ ČEJKA,
vedoucí základny
Police nad Metují

ky hledali samostatně a také aby se aktivně podíleli při výběru vhodných cvičení.

Ranní cvičení má začít bezprostředně po probuzení, může trvat 20 až 30 minut. Záznam o charakteru a počtu opakování určitého cvičení, dále záznam o celkovém vnitřním pocitu během cvičení i po jeho ukončení, stačí zatím provést do tréninkového deníku jednou týdně.

K večernímu cvičení, k jeho účelnosti, obsahu a metodickým pokynům přistoupíme až po dokonalém vžití ranního cvičení. Obě tyto tréninkové formy budou tedy dalšími kroky k rozvoji clevědomosti — znalost účinnosti jednotlivých cviků a jejich využití pro celkovou trénovanost — samostatnosti a iniciativy — důvtíp při sestavování a výběru prvků, při změně intenzity a rytmu provádění podle celkového momentálního stavu — sebekázně — překonání vnitřního odporu před za-

čátkem cvičení a při jeho každodenním opakování.

Ranní a večerní cvičení je vhodné zahájit po osvětlení jejich významu závodníkům, postupně od neaktivnějších, a důsledně kontrolovat, případně vyhlásit soutěž o nejzornější plnění.

Podmínky pro zavedení ranního cvičení jsou všude. Může probíhat v uzavřené místnosti s využitím nábytku, na otevřeném prostranství s pomocí lyžařských holí, švihadel, stromů, zábradlí, zdí aj. Čas pro cvičení může získat každý vhodným uspořádáním denního programu.

Vhodnost a popis cviků s dalšími metodickými pokyny zveřejníme v příštích číslech.

ARKADIJ BIRJULIN, ústřední metodik

LETNÍ VÝCVIKOVÉ TÁBORY LYŽAŘŮ

Přechodné období mladého lyžaře vrcholí v období školních prázdnin a dovolených a oddílům dává možnost připravit svým členům alespoň týdenní pobyt v přírodě. Je na činovnících oddílů a zvláště na trenérech, zda plně využijí této příležitosti k zvyšování tělesných a morálních vlastností závodníků s perspektivou k přípravnému a hlavnímu období nastávající sezóny. Protože délka možnosti pobytu bývá zpravidla minimální, je nutné do podrobnosti vypracovat denní režim, cíl a úkol pobytu. Důležitou podstatou programu je volba obsahu tělesných cvičení. Hlavní zásadou je stanovení cíle, který po této stránce sledujeme. To je však závislé na celkové tělesné připravenosti účastníků a prostředí, ve kterém je tábor organizován. Dosaďovací práce bývá taková, že veškerý obsah tábora vyplní kulturně poznávací činnost (putování po vodě, celodenní turistika) nebo pracovní úkoly (lesní brigády) doplněné rekreačním prováděním sportovních her (kopaná, odbíjená). Touto formou však není plně využito optimální plánovitě působení trenéra na zvyšování tělesné i morální připravenosti závodníka. Základ úspěchu tábora dává dobrá organizační příprava, určující pestrý obsah, intenzitu a prostředky tréninku. Udržení získané tělesné připravenosti až do přípravného období závisí na termínu tábora. Nejvhodnější doba je koncem srpna, protože získané tělesné vlastnosti jsou od září pravidelnými tréninky opět posilovány, takže nebezpečí jejich vyhasnutí je minimální.

PLÁN PŘIPRAVOVANÉHO TÁBORA

Termín: 18.—26. srpna 1962.

Místo: Velká Louka u Sněžné (stanový tábor ČKD Chlumčany).

Počet účastníků: 25, 1 trenér, 1 vedoucí.
Pracovní úkol: Odklizování polomů v lese a likvidace stanového tábora.

Okol sportovní přípravy: Posílit tělesné vlastnosti: síla, rychlost, obratnost. Připravit vnitřní orgány postupným zatěžováním.

Okol morální volní přípravy: Besedami k odznaku zdatnosti a denním tiskem zvyšovat morální uvědomění závodníků. Společným pobytem zpevnit oddílový kolektiv.

Pravidelným otužováním a zaměstnáním za každého počasí zvyšovat volní úsilí. Častým soutěžením zvykat závodníky překonávat negativní pocity předstartovního stavu.

Prostředky sportovní přípravy:

síla: brigády v lese, cvičení s poleny, koulařská průprava, větve jako nářadí, šplh na laně, opakované skoky, příprava a plnění podmínek OZ, malé hry;
obratnost: příprava a plnění podmínek odznaku zdatnosti, malé hry, švihadla, akrobacie, LA skoky, přeskoky a zdolávání překážek, cvičení rovnováhy, lezení po stromech, skoky do vody, sportovní hry, napodobovací cvičení;

rychlost: příprava a plnění podmínek odznaku zdatnosti, malé hry vyžadující startovní rychlost, opakované starty, opakované starty z různých poloh, opakované starty do různých směrů na různá znamení, vyběhání krátkých úseků, opakované vyběhání krátkých úseků s prováděním určených pohybů, sportovní hry (zvláště rugby a košíková), plavání krátkých úseků na čas;

vytrvalost: plavání dlouhých úseků 600 až 800 m, rychlý přesun do zaměstnání v lese a zpět, kondiční vycházky.

DENNÍ REŽIM

Dospělí a dorost:

6.30 budíček, rozcvičení s koupáním, snídaně, úklid
8.00—9.00 lehká sportovní příprava
9.00—9.30 přesun do zaměstnání
9.30—13.30 zaměstnání v lese
13.30—14.00 přesun do tábora
14.00—14.30 hygiena
14.30—16.30 odpočinek, oběd
16.30—19.00 intenzivní trénink
19.15—20.00 večeře
20.00—21.30 program u táboráku
21.30 večeře

Žactvo:

7.00 budíček
7.10 rozcvičení
7.25 ranní hygiena
8.00 snídaně
8.15—8.45 úklid stanů
8.45—9.45 táborové povinnosti
9.50 přesnídávka
10.00—11.30 volná škola
11.45 prohlídka stanů a bodování
12.00 oběd
do 13.45 polední klid
14.00—18.00 odpolední program
18.30 večeře
19.00—20.30 večerní program
21.00 večeře

Žactvo.

I když posláním letního tábora zůstává v žactva přibližně stejné, režim denní činnosti i pracovní rozvrh jsou přizpůsobeny věku a vyspělosti většiny dětí. Komise mládeže lyžařské sekce MV ČSTV Praha pořádá již po několik let letní výcvikové tábory mladých lyžařů. S některými jejich zkušenostmi vás seznámíme.

ZDENEK EFENBERGER,
ZDENEK ŠULC A KOLEKTIV

„TI DVA SE HLEDALI“

Svědomitý archivář lyžařských závodů vlastní ve »svém majetku« vždy hodně zajímavých věcí, které mnohdy zůstanou utajeny na věky.

V jednom z němých svědků začátků i pozdější slávy našeho lyžování se můžeme dočíst v kapitolech z roku 1923 o závodech FIS ve skoku na lyžích, který se konal na nově postaveném můstku s kritickým bodem 72 m v kolébce našeho lyžování — v Harrachově. Můstek, jehož stavitelem byl arch. Karel Jarolímeck, byl tehdy největším ve střední Evropě.

Těto slávě byl také přítomen mladý bruslič skla, harrachovský rodák Jan Hendrych (1905). Nadšen závody stal se velkým vyznavačem bílého sportu a později spolehlivým organizátorem lyžařských závodů. Těto velké lásky pak věnoval každoročně již od října všechno svůj čas před válkou a s ještě větší houževnatostí po osvobození Krkonoš. Po roce 1945 byl zakladatelem lyžařského turistického Bucharova klubu (LTBK) Harrachov. Rovněž po sjednocení naší tělesné výchovy zůstal předsedou lyžařského oddílu, rozhodčím a hlavně průbojným organizátorem. Jeho zásluhou např. vyrostla z bývalé německé školy v Harrachově první lyžařská ubytovna a později — v roce 1950 — ze zrušené textilky známé tělovýchovné středisko ČSTV v Harrachově-Rýžovišti. Podílel se i na obnovení tradice mezinárodních lyžařských závo-*

delý režim tábora žactva je třeba upravit se zřetelem na sportovní charakter. Využíváme zkušeností z oddílů, z pionýrských táborů a vedeme tábor podle pionýrských zásad. Do programu tábora v dopoledních hodinách zařazujeme drobné práce na vylepšení zařízení tábora, jeho úklid, pomoc v kuchyni, štipání dříví atd. Ve volné škole učíme děti jednotlivým sportům, které v táboře mají podmínky [volejbal, plavání, kanoistika, lukostřelba], dále výchově zručnosti při výrobě drobných předmětů. Velký zájem je o poznávání přírody, rozdělávání ohňů, chování v lese a v přírodě vůbec apod. Samozřejmě v této době připravujeme děti i ke zkouškám z teorie při plnění všech stupňů odznaku BPOV, Plavec ČSSR a Mladý turista ČSSR, jejichž plnění dává náplň programu tábora. Neopomíjíme i pohovory o letní přípravě lyžaře a údržbě lyžařské výstroje a výzbroje.

Dbáme, aby děti své stany udržovaly ve vzorném pořádku a čistotu jednotlivých stanů denně budujeme. Vůbec nevyužíváme v co nejvyšší míře zdravé a přirozené soutěživosti dětí.

Pro odpolední zaměstnání se nám nabízí mnoho možností. Jsou to různé sportovní turnaje, osvědčil se i základní horelezecký výcvik a velké hry např. honba na lišku, honba za pokladem a jiné. Zařazujeme zde také speciální lyžařské soutěže, jako lesní slalom, závody obratností a nácviky běhu na lyžích. Program je nutno měnit, zpestřovat a dbát, aby fyzické zatížení dětí bylo rovnoměrné. Vhodné jsou i turistické orientační závody a jednou za týden celodenní výlet, kterým zároveň plníme jednu z podmínek ke splnění odznaku Mladý turista.

V závěru zdůrazňuji jednu zásadu, která platí pro zimní i letní tábory. Děti musejí být v neustálé plné činnosti, nesmějí být ponechány bez dozoru samy sobě. Proto je velmi důležitý výběr cvičitelů, kteří si musejí být vědomi, že jejich povinnosti trvají po celý den.

dů v Harrachově, dovedl najít pochopení u představitelů závodů i složek Národní fronty. Ve veškeré své práci měl »Honza« vždy neúnavnou podporu v manželce, ředitelce mateřské školy.

Od 1. října 1945 má Jan Hendrych nového velkého pracovního partnera — učitele Josefa Springra, klidného, rozšafného a usměvavého počtáře (matematik), ovšem také všestranného muzikanta, hlavně však »pragmatikálního« tajemníka všech lyžařských závodů v Harrachově a od roku 1959 i rozhodčího FIS. Bez jejich společné práce si již ani nelze závodů v Harrachově představit.

Josef Springr (1914) učiteloval v letech 1937—1938 ve Vítkovicích, a tak se vlastně vrátil po válce do »svého kraje — do svých Krkonoš. Lyžařské závody v Harrachově a v okolí bez Springra — vlastně bez rodiny Springrových — jsou nemyslitelné. Josef byl nejdříve učitelem žáků u jednatelů Sokola, a to mu již zůstalo do dnešna, stejně tak jako jeho manželce Věře Junce náčelnice. A aby tato práce »zůstala doma«, pomáhají i obě dcery — Věra a Raďka.*

Jména Jan Hendrych a Josef Springr možná lyžařskému historikovi unikají, avšak na žádném dokladu o lyžařských závodech v Harrachově v pondělních letech nechybějí a nebudou chybět ani u budoucnosti.

(Mc)

KOPANÁ

JAROSLAV HONCŮ,
Dukla Liberec

V TRÉNINKU LYŽAŘE

Že jsou sportovní hry a zejména kopaná součástí tréninku, je již samozřejmostí. Otázkou však zůstává forma provádění. Jde mnohdy jen o hru na dvě branky, bez ohledu na to, jak mají členové kolektivu zvládnutou základní techniku. Hraje se podle zásady »kopni, jak umíš«. Tento způsob však nemůže dát to, co od hry v tréninkovém procesu požadujeme. Úkolem naší tréninkové jednotky je naučit základům techniky kopané, což nám umožní ji hrát ve zjednodušené formě.

Technika kopané je v jednotlivých částech tréninkové jednotky rozdělena takto: úvodní část — pohyby bez míče. Hlavní část — pohyby s míčem. Závěrečná část — malé hry.

Doba trvání: 110 minut.

Místo: hřiště, louka, rovné prostranství.

Pomůcky: míč na kopanou (při větším počtu trénujících více míčů).

Úvodní a průpravná část

— pohyby bez míče (20 min.):

a) běh a změna směru běhu,

b) skoky,

c) klamání bez míče (klamání tělem).

Volný běh okolo hřiště. Na znamení (tlesknutí, písknutí, mávnutí apod.) rychle startovat vpřed, několik kroků sprint a opět zpomalit. Totéž šikmo vpřed nebo celý obrát a běh vpřed, běh vzad, cval stranou, naznačení běhu vlevo a vyběhnutí vpravo a totéž opačně, výskoky [odraz snožmo i jednonož] a výskoky s obraty.

Ve dvojicích: jeden z dvojice dělá ur-

čité úkoly [změny rychlosti běhu a směru běhu, cval stranou, klus, klus vzad, klamně pohyby, změny poloh, sed leh], druhý prvého těsně sleduje a napodobuje. Úkol: rychle a často střídát jednotlivé prvky.

Výběr a intenzitu cvičení v této části hodiny řídíme vyspělostí cvičenců a jejich počtem. Nesmíme cvičence unavit, ale rozehrát a připravit na další části hodiny.

Hlavní část

— pohyb s míčem (40 minut):

a) kop,

b) převzetí míče,

c) hra hlavou,

d) vedení míče.

[Vhazování a klamání a technika brankáře nemůžeme pro naše účely nacvičovat.]

Nejprve ukážeme základní druhy kopů: vnitřní částí nohy, nártem (přímým, vnitřním, vnějším), vnější částí nohy [špičkou, kolenem a patou]. Vysvětlíme, kdy se jednotlivé kopy používají.

Způsob nácvičku: V zástupech proti sobě.

Kopy do stojícího míče, hráč na místě; kop do míče v pohybu, hráč na místě; později kop do míče v pohybu z rozběhu několika kroků. Totéž, ale na větší vzdálenost.

Dbáme, aby kopy byly prováděny správně. Totéž můžeme nacvičovat v kruhu, trojúhelníku, v postupujících dvojicích a trojicích, též s měněním míst.

Převzetí míče — činnost, kterou bere hráč míč pod svou kontrolu. Ukážeme a vysvětlíme jednotlivé druhy převzetí míče — nohou (vnitřní částí nohy, přímým a vnějším nártem, chodidlem, patou), bérce, stehnem, bříchem, hrudníkem, hlavou. Upozorníme na správné převzetí, polohu a práci nohy, trupu, hlavy. Vysvětlíme, kdy kterého převzetí použijeme.

Způsob nácvičku: Opět v zástupech proti sobě — převzetí kutálejšího se míče. Hráč, který zastavil míč, ho kuli k protějšímu zástupu a zařadí se na konec svého zástupu; hráč zastaví míč a přihrává ho nohou (zastaví známým způsobem). V kruhu — stahování přizemního, polo-vysokého nebo vysokého míče letičho vzduchem a převzetí míče po odrazu. Střední hází míč hráčům na obvodu kruhu. Ti stahují a přihrávají zpět střednímu, který je po několika přihráních vystrídán.

Hra hlavou — usměrňování, přihrávání a střelba hlavou. Úder provádíme čelem, spánkovou částí nebo zadní částí hlavy, a to na místě, za pohybu a ve výskoku. Činnost ukážeme a vysvětlíme, kdy je hra hlavou nejúčinnější.

Způsob nácvičku: Nejlépe opět v kruhu [máme-li více míčů, pak ve dvojicích]. Nejříve si každý sám nadhodí míč a přihraje spoluhráči po obvodu kruhu; dále již nahazuje střední, hráči na obvodu vracejí hlavou; přihrávky jsou nejdříve přesně umístěné, později nutí střední spoluhráče vhodně volenou přihrávkou volit úder hlavou, hrát ve výskoku nebo za pohybu. Dále můžeme hrát hlavou v kruhu bez středního s výměnou míst, kam přihrávají tam běžím, nebo v zástupech proti sobě, též s výměnou míst apod.

Vedení míče — opět ukážeme vedení míče jak přímým, vnějším a vnitřním nártem, tak i zrychlování, zpomalování a zastavování s míčem.

Způsob nácvičku: V zástupech proti sobě [větší vzdálenost] — vedení míče, nejdříve v pomalém běhu jednou nohou, vedení míče střídavě oběma nohama; ve-

Až se zima zeptá... Až se zima zeptá... Až se zima zeptá...

Pro ty, co se chystají na letní slalom do Tater, spojený s několika dalšími dny ježdění na sněhu, je určena tato tréninková jednotka. Neznamená to ovšem, že by se nehodila také pro ty, kteří se na sniž dostanou až příští sezónu. Obsahově je velmi náročná a bude-li vedena takovou formou, aby závodníci neztratili radost z pohybu, jistě i pro ně bude přínosem.

Místo: hřiště nebo terén.

Materiál: kláda nebo silné prkno asi 4 m dlouhé, míč na odbíjenou nebo kopanou.

Úvodní část: Nástup, prezenace, oznámení obsahu hodiny.

Klus 600 až 800 m kolem hřiště, vybíhání do náspů, zatáčení kolem stromů, přeskoky překopů, laviček, zábradlí, na vhodném místě kotouly, skoky podmetmo na větvích stromů nebo na brance apod. 4 min.

Závodivé přeběhy družstev: družstva stojí v hloučcích ve čtyřech rozích předem ohrani-

čeného prostoru velikosti hřiště na házenou:

— každá skupina běží po obvodu do protějšího rohu (obr. 1),

— skupiny běží po uhlopříčce do protějšího rohu a zpět (obr. 2),

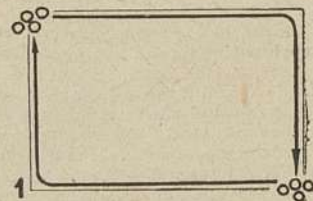
— skupiny běží po uhlopříčce do protějšího rohu, pak po protější dlouhé straně a znovu po uhlopříčce a po vlastní dlouhé straně zpět do výchozího postavení (obr. 3). 4 min.

Průpravná část: Cviky provádíme s asi 4 m dlouhou klá-

SJEZDAŘI V ČERVENCI

VILÉM PODESVA,

obrázky A. BRÁZDA



du, silným prknem, trámkem apod. Nejprve provedeme několik lehkých cviků, abychom si zvykli na zatížení:

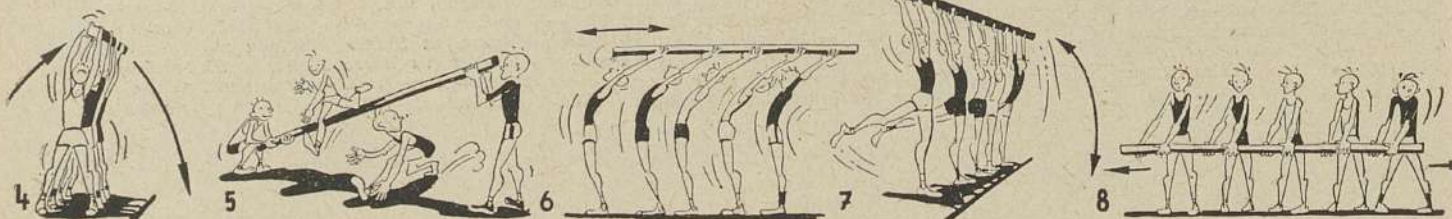
— přeběhy s kládou 10 až 15 metrů, obrát zatočením nebo přehmátnutím a zpět,

— cvičenci stojí v zástupu, drží kládu vpravo stranou

u země. Vzpažením přenesou na druhou stranu a naopak (obr. 4),

— dva cvičenci drží kládu, ostatní opakovaně podlézájí a přeskakují. Později ztěžujeme tím, že kládou pohybujeme nahoru a dolů, vpravo a vlevo, jeden konec nahoru, druhý dolů a opačně atd. (obr. 5),

— kláda ve vzpažení — předklony a mírné záklony (po-



dení míče v rychlém běhu; vedení míče slalomovým způsobem; vedení míče v pomalém, pak v rychlém běhu s úkoly (změna směru běhu, zrychlení, zpomalení, vyhýbání se překážkám apod.).

V této (hlavní) části tréninkové jednotky vybereme ty činnosti, které činnější cvičencům nejdělejší těžkosti a důkladně je procvičíme.

Závěrečná část

— malé hry [50 minut].

Zařazujeme takové hry, které jsou přiměřené stupni dovednosti cvičenců, které odpovídají herní situaci ve skutečné hře a může se v nich procvičit některý nacvičený prvek anebo ukázat na základy taktiky kopané.

Zaháněná kopání. Hrajeme na vymezeném prostoru, například napříč hřiště. Každá strana má právo jednou kopnout do míče, buď z »voleje«, nebo z místa dopadu míče. Záleží na dohodě. Družstvo, které zahrlo soupeře za koncovou čáru, získává bod.

Bagó. Hraje se ve vymezeném kruhu. Jeden hráč uprostřed. Hráči na obvodu si přihrávají, hráč uprostřed se snaží zachytit přihrávku nebo se dotknout míče. Podaří-li se mu jeden z úkolů, střídá hráče na obvodu, který hrál míčem naposled. Můžeme hrát na jeden dotyk. Hráči na obvodu musí hrát z »voleje«. Dotkne-li se některý míče dvakrát, jde do středu kruhu.

Na beký. Cvičenci rozdělení na dvě poloviny. Jedni útočí, druzí brání. Můžeme procvičovat některé prvky úmyslným upravováním pravidel. Hraje se na dva poločasy, ve druhém se stávají z útočnicků obránci a opačně. Vítězí družstvo, které dá v útoku více branek.

Malá kopaná. Hra na dvě branky s upravenými pravidly. Hra za brankou dovolena, auty se nevhadzují. Vítězí družstvo, které dá více branek.

Podrobnější a názornější popis v I. a II. dílu příručky »Kopaná« od Arpáda Csanádiho.

JE TRÉNINK SKOKU NA UMĚLÉ HMOTĚ ÚČELNÝ?

ZDENĚK REMSA, trenér reprezentačního družstva ČSSR

V minulosti, kdy neexistovaly můstky s umělou hmotou, prováděl se nácvik techniky skoku v přípravném období jenom pomocí napodobivých cvičení. Trénink se prováděl v terénu, na stadionu nebo v tělocvičně a pro kvalitní nácvik techniky byl nedostačující. Bylo to asi jako by se plavec učil plavat bez vody. V roce 1955 nastal v tomto směru obrát. V Oberhofu v NDR byl první můstek na světě pokryt umělou hmotou. Němečtí skokané se zde připravovali na nastávající olympijské hry do Cortiny. A výsledky? H. Glass získal bronzovou medaili a W. Lesser byl osmý. To byl skutečně pronikavý úspěch, který Hans Renner, trenér německých skokanů přisuzoval hlavně dobrému tréninku na hmotě v podzimních měsících. Skokani měli možnost nacvičovat jednotlivé fáze skoku přes celé léto přímo v praxi na můstku.

Přes tyto faktory někteří závodníci, trenéři a techničtí pracovníci stavějí se k tréninku na hmotě pasivně. Tak vznikají k této otázce diskuse a různé se názory v celém lyžařském světě. V Zakopaném jsem na toto téma mluvil s mnoha cizími závodníky i trenéry. Jejich názory jsou různé. Někteří závodníci (Recknagel, Lesser, Kürth, Cakadze, Polkart aj.) pokládají trénink na hmotě za velmi účelný pro získání formy, hlavně v měsících září, října a snad i listopadu. Jiní jsou naopak proti přípravě na hmotě (Schamov, Kamenskij, Happle) a tvrdí, že jim trénink nepomáhá.

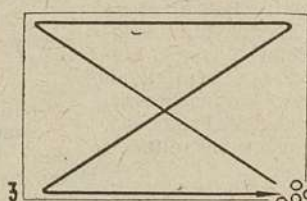
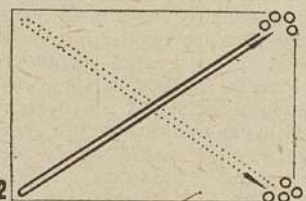
U nás existují můstky s umělou hmotou již od roku 1956. Protože jsem na nich sám trénoval, mohu posoudit kvalitu přípravy. Hmotu má téměř stejné vlastnosti sněhu. Proto se také trénink na můstku pokrytém hmotou nikterak neliší od skákání na sněhu. Odchytky jsou jedině ve špatné počáteční rychlosti, v tvrdém a tupějších doskoku. Dále se nedá na hmotě odšlapovat ani zatáčet. Tyto vlastnosti hmoty však nikterak neškodí kvalitnímu tréninku vlastního skoku na můstku. Dají se procvičovat velmi dobře všechny technické prvky skoku v praxi již dlouho před hlavní sezónou. Ze své činnosti závodní i trenérské mám v tomto směru dobré zkušenosti. Tak například Ulrych a Hubač se naučili na hmotě doskok, Divila, Martiňák, Motejlek a Matouš odraz. Dalo by se jmenovat mnoho takových případů. Proto s plnou odpovědností mohu prohlásit, že hmota je dnes pro vyspělého skokana nepostradatelným tréninkovým prostředkem.

Přesto se vyskytují časté připomínky, že nám hmota nepřinesla dosud žádný výsledek. S tímto názorem nesouhlasím. Sledujeme-li výkony našich skokanů od roku 1956, zaznamenáváme zlepšení výkonů i technického provedení skoku. Např. Bulír na německo-rakouském turné, já v NDR v roce 1959 a 1960, Nevlud v Polsku a Jebavý v minulém a Motejlek v letošním roce v NDR, Matouš na Týdnu skoků v ČSSR atd. I na těchto výsledcích se podílí určitou měrou trénink na umělé hmotě a nelze tuto skutečnost podceňovat. Na letošním mistrovství světa v Zakopaném to našim skokanům nevyšlo tak, jak jsem očekával. Ovšem tam byly jiné příčiny, o kterých jsem se zmínil již v předcházejícím čísle.

Otázkou zůstává, zda je hmota stejně dobrá pro přípravu začátečnicků. Podle mého názoru se má mládež věnovat především všestranné lyžařské přípravě. Nácvik skoku začít na sněhu a větších sněhových můstcích, osvojit si nejprve techniku.

Závěrem zdůrazňuji: hmota je tréninkovým prostředkem pro skokany již technicky vyspělejší. Kvalita tréninku na hmotě je téměř stejná jako na sněhu. V praxi se dají nacvičit všechny fáze skoku již během přípravného období.

Až se zima zeptá... Až se zima zeptá... Až se zima zeptá...



- zor na rovnováhu při záklonu) — (obr. 6),
- cvičící v řadu drží kládu v předklonu v předpažení u země-vzpažením zdvihnout kládu, zanožit střídavě pravou a levou, prohnout (obr. 7),
- kláda ve vzpažení — dřepy (vždy 5 pomalých a 5 rychlých; u vyspělých cvičenců i na jedné noze, druhá přednožuje),
- cvičící v řadu, stoj rozkroč-

- ný — houpání klády vpravo a vlevo (obr. 8),
- cvičící se rozdělí, jeden přidržuje kládu na jednom konci, druhý konec přehazuje jedna skupina druhé (obr. 9),
- kláda leží jednou stranou na zemi, druhou drží cvičící ve výši ramen — vyhýbání po šikmém břemeni, seskok (obr. 10),
- kládu držíme v připážení — přechod,

- totéž, ale břemenem pohybujeme dopředu a dozadu (obr. 11),
 - zdvihání stojícího cvičence na kládě, cvičenec nahře, chůze s obraty, seskok (obr. 12),
 - šplh po kolmo postavené kládě (obr. 13).
- Cviky až na výjimky provádíme 8krát až 10krát, 15 min.

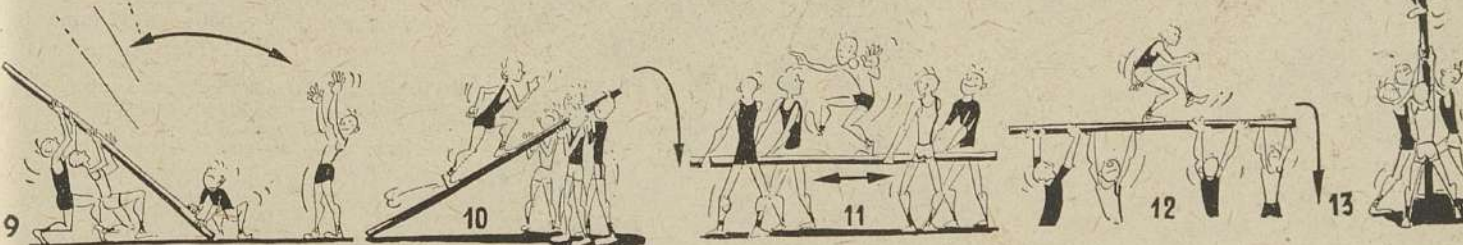
- 2 výdechy ve vzdálenosti 10 m
- 1 výdech ve vzdálenosti 15 m,
- přeběhnout bez dechu,
- trojskok 2krát s prvním odrazem pravou, 2krát levou,
- skok vysoký na základní výšce: poměrně rychle za sebou rozběhy s odrazy pravou, levou, oběma všemi skokanskými styly nejméně 5 min. s úcelem vyskákat se 25 min.

HLAVNÍ ČÁST:

1. lehká atletika

- starty z různých poloh (sed, leh, vzpor ležmo),
- 3krát nízký start,
- 3krát vysoký start i s lyžařským počítáním — všechny starty s 30m rovinkami,
- krátké úseky s dechovým cvičením — 30 m:
- 3 krátké intenzivní výdechy ve vzdálenosti 8 m,

- 2. míčová hra (podle možnosti hřiště) 2x 15 min.
 - 3. znovu proběhnout jako v úvodní části 4 min.
- Závěrečná část:** Prvky z předchozí hry (např. nahrávky nebo odbíjení v kroužku, střelba na branku nebo koš — i ve formě soutěže), zakončení, organizační záležitosti, rozchod. 6 min.





■ Celkový pohled na švýcarské zimní středisko Villars.

Mezinárodní vysokoškolský sport úzce souvisí s hnutím studentstva a mládeže. V celé jeho dlouhé a slavné historii se také obrátila světová politická situace. Jasně ukazuje, že nikdy nebyl apolitický a že vždy sloužil jako nástroj určitých tendencí. Je radostným poznatkem, že to většinou byly tendence pokrokové. Mezinárodní studentské sportovní universiády jsou jedním z důležitých článků upevnování přátelství mezi studenty všech národností a současně umožňují aktivní působení pokrokových studentů na vysokoškolském hnutí v kapitalistických zemích. Druhá zimní universiáda se letos konala ve známém švýcarském středisku zimních sportů — ve Villars. Českoslovenští akademici se zúčastnili soutěží v ledním hokeji, krasobruslení a lyžování. Lze jen litovat, že výprava našich lyžařů nemohla být početnější. Tiha reprezentace tak spočívala na pěti závodnících v klasických disciplínách: Harvanovi, Ilavském, Fuskovi, Fabiánovi a Martiňákově.

■ Příprava našich závodníků

Všichni členové akademického družstva lyžařů se zúčastnili vánočního šestidenního soustředění v Harrachově, které se uskutečnilo díky porozumění ministerstva školství a kultury. Přece jen svým rozsahem byla nedostačující. Tělovýchovné jednoty Slávia VŠ zatím nemohou poskytnout svým závodníkům tak kvalitní přípravu, jaká je pro mezinárodní reprezentaci potřebná. Během sezóny podávali akademici střídavé výkony, které byly korunovány úspěchy Martiňáka na mistrovství světa v Zakopaném, úspěšným umístěním Harvana na mistrovství republiky a vítězstvím Zb. Mohra ve sjezdových disciplínách na mistrovství republiky. Nominovaní závodníci svými výkony na mistrovství republiky a

ve Villars potvrdili oprávněnost svého zařazení do výpravy.

Do Villars jsme přijeli dva dny před prvním závodem, takže na přípravu v místě závodů jsme měli postačující minimum dvou dnů, avšak všechny větší výpravy a závodníci, kteří chtěli bojovat o tituly, byli ve Villars již před námi.

■ Průběh závodů

Lyžařských soutěží se zúčastnili akademičtí reprezentanti 18 národů. Konkurence byla velmi silná, ať už ve sjezdových nebo v klasických disciplínách. Jména Eto, Zelek, Larinov, Ble-gun, Stoeva, Nigawara v klasických disciplínách a Bogner, Wagnerberger, Mollard, Hennebergerová, Princeová, Sandvíková ve sjezdových disciplínách

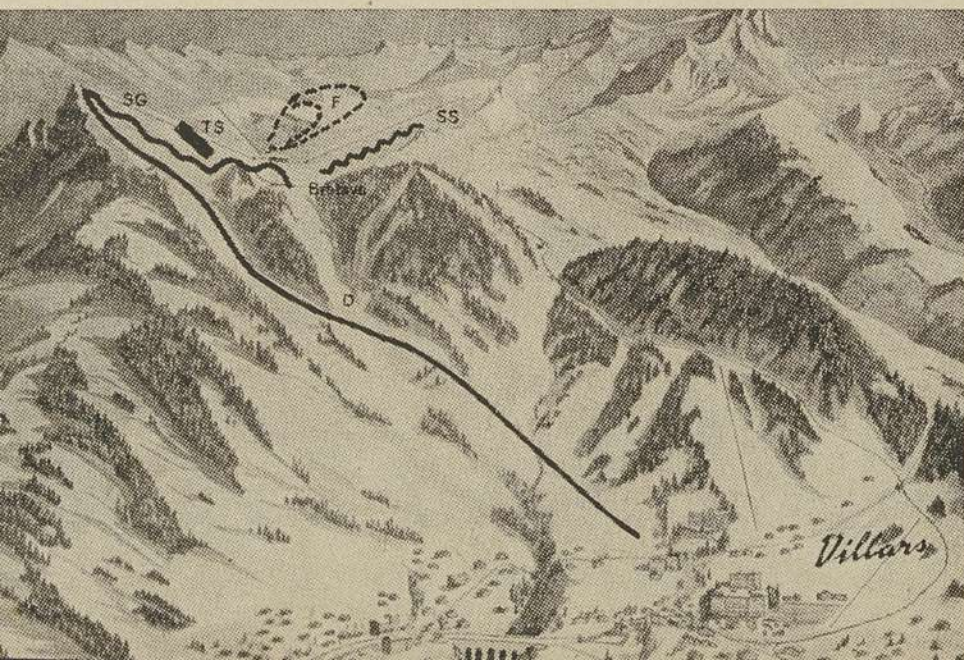
jsou jména olympioniků a státních reprezentantů známá z výsledků z mistrovství světa, ZOH a jiných světových soutěží.

Villars má velmi dobré podmínky pro sjezdové disciplíny. Jsou zde četné slalomové svahy s náročnou sjezdovou tratí a k tomu značný počet lanovek a lyžařských vleků.

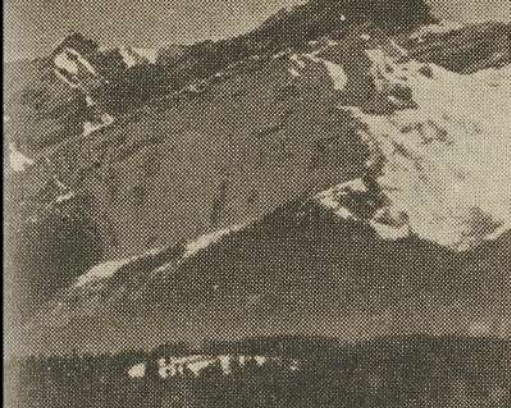
Tratě běžeckých závodů byly umístěny v okolí Bretaye, 20 min. elektrickou dráhou od Villars, v nadmořské výšce 1850 m, což odporuje pravidlům FIS, v typicky alpském velehorském terénu. Nadmořská výška nám působila zjevně potíže. Tratě byly nedostatečně upravené, zejména na prudkých úbočích byly úzké chodníky, sjezdy byly bez upravených širších stop. Rovněž profilové nebyly tratě vyhovující. Táhlá stoupání se střídala s nebezpečnými sjezdy, v závěru tratě v posledním kilometru do cíle bylo obtížné stoupání. Trať štafety — běželo se osm kilometrů ve dvou okruzích — byla volena nepoměrně lépe, avšak úprava tratě byla také nedostačující.

Lyžařský můstek ve Villars—Bretaye, jak pořadatelé nazývali upravený terénní zlom představující lyžařský můstek, byl naprosto nevhodný k uskutečnění závodu ve skoku na lyžích v rámci tak významné soutěže. Všechny delegace jednomyslně žádaly řešení, a tak se závod konal na můstku v Chateaux d'Oex, asi jeden a půl hodiny autobusem od Villars. Můstek v Chateaux d'Oex, kde se rovněž konalo mistrovství Švýcarska ve skoku 1962, není nijak výstavný, s P — 62 m, počátkem R 3 75 m, sklon stolu 9 stupňů.

Sníh a mazání bylo značně ovlivněno vysokou nadmořskou výškou a časťou a náhlou změnou počasí a teploty. Tato situace je pro závody v běhu na lyžích v alpských zimních střediscích typická. Den před závodem v běhu na 12 km svítilo sice slunce, ve stínu však bylo stále -8° , sníh zůstával suchý. Před startem v běhu na 12 km



■ Vyznačení lyžařského zařízení v okolí střediska: D — sjezdové tratě, SG — tratě obřího slalomu, TS — skokanský můstek, SS — slalom, F — okruh běžeckých tratí.



svítlo slunce, tesně před startem se zamračilo, avšak v průběhu závodu se opět vyjasnilo a začalo svítit slunce. Teplota se od rána náhle a rychle zvyšovala od minus 6^o do plus 8^o ve stínu. Mazat klistrem před startem se nikdo neodvážil, přesto však druhá polovina závodu nutně klistr vyžadovala. Všichni závodníci měli hladké lyže. Před posledním stoupáním jsem proto našim závodníkům položil do stopy prkno natřené silnější vrstvou klistru, přes které přešli, a tím si alespoň částečně zlepšili stoupavost lyží.

Je našim dnes již tradičním nedostatkem, že naši závodníci nemají minimálně dva páry stejně kvalitních lyží, které by bylo možno různě namazat, a teprve podle podmínek těsně před startem volit vhodnější namazané. Vedle výhody lepšího mazání je závodník méně nervózní a má více času na rozcvičení a rozježdění.

■ K výsledkům a výkonnosti

Nejúspěšnější jsme byli ve štafetách. Umístili jsme se druhí za SSSR z devíti družstev, a tím jsme získali stříbrnou medaili. V běhu na 12 km byli před našimi závodníky jen sovětský běžec a Polák Zelek, který na mistrovství svě-

■ Výprava našich reprezentantů lyžařů. Zleva Fabián, Harvan, trenér Chovanec, Fusko, Ilavský, Martiňák.

ta v Zakopaném podal velmi dobré výkony a byl lepší než všichni členové našeho národního družstva. Překvapením bylo umístění Japonce Inoue Kunio. U Japonců je pozoruhodné, s jakým soustředěným úsilím se snaží probouvat se do světové špičky ve všech disciplínách. Na universiádě se to projevilo v závodech ve skoku na lyžích, kde Martiňák skončil na osmém místě a před ním bylo šest Japonců a Polák Witke.

Silná a vyrovnaná konkurence byla v závodech sruženém. Japonce Eto, který byl desátý na mistrovství světa v Zakopaném, musil se spokojit ve Villars s třetím místem. Fabián vyhrál sice závod v běhu do závodu sruženého, podal však slabý výkon ve skoku. Jeho umístění by však bylo daleko lepší, kdyby závod sružený byl ve Villars hodnocen podle nových bodovacích tabulek FIS. Není dobrým vysvědčením pro pořadatele II. universiády, že nezvládli nová pravidla, hodnocení a výpočty podle nových tabulek.

Ve skoku dominovali Japonci, kteří ke své vysoké výkonnosti měli navíc tu výhodu, že po skončení mistrovství světa v Zakopaném odjeli přímo do Villars. Polák Witke získal na Martiňáka především délkou svých skoků (celkem 5,5 m).

Výsledky a umístění našich závodníků plně odpovídají jejich výkonnosti a možnostem. Udělali vše pro to, aby čestně obstáli. Bojovali ze všech svých sil s vědomím odpovědnosti reprezentantů naší socialistické republiky. Vzhledem k početnosti naší výpravy, k možnostem společné přípravy jsme v porovnání se závodníky sovětskými, japonskými a polskými dosáhli cenných úspěchů.

II. zimní universiáda se stala nejen přehlídkou sportovní vyspělosti mladých sportovců, ale také manifestací přátelství a porozumění pokrokových studentů nejrůznějších zemí.

Ve Villars se rovněž konalo zasedání FISU (Mezinárodní studentské sportovní organizace), které rozhodlo o místě konání příští zimní universiády. Je pro nás potěšitelné, že zasedání po zvážení všech okolností dalo přednost žádosti Československa a rozhodlo, že III. zimní universiáda se bude konat v roce 1964 ve Špindlerově Mlýně.

■ Výsledky

Běh na 12 km muži: 1. Igor Vorončichin, SSSR, 51:47,4 min., 2. German Karpov, SSSR, 52:23,8 min., 3. Ivan Kondračev, SSSR, 53:39,0 min., 9. Štefan Harvan, ČSSR, 55:51,5 min., 10. Ján Ilavský, ČSSR, 56:40,4 min., 11. Jindřich Fabián, ČSSR, 56:56,3 min., 12. Ludovít Fusko, ČSSR, 57:21,8 min.

Skok prostý: 1. Shigeyuki Wakasa, Jap., 64 m, 65 m, 227 bodů, 2. Yosuke Eto, Jap., 61,5 m, 65 m, 225 bodů, 3. Renzo Nigawara, Jap., 62 m, 64,5 m, 223,5 bodu, 8. Miroslav Martiňák, ČSSR, 60 m, 62 m, 213 bodů.

Závod sružený: 1. Vjačeslav Drjagin, SSSR, 435,2 bodu, 2. Albert Larionov, SSSR, 433,8 bodu, 3. Yosuke Eto, Jap., 431,1 bodu, 6. Miroslav Martiňák, ČSSR, 429,7 bodu, 10. Jindřich Fabián, ČSSR, 399,5 bodu.

Slalom muži: 1.—2. Willy Bogner, NSR, 104,4 vt., 1.—2. Ulf Ekstam, Fin., 104,4 vt., 3. Masayoshi Mitani, Jap., 104,9 vt.

Obří slalom muži: 1. Fritz Wagnerberger, NSR, 1:40,7 min., 2. Willy Bogner, NSR, 1:42,8 min., 3. Walter Kutschera, Rak., 1:43,0 min.

Sjezd muži: 1. Philippe Mollard, Francie, 2:00,9 min., 2. Walter Kutschera, Rak., 2:01,7 min., 3. Willy Bogner, NSR, 2:02,3 min.

Sjezdový trojboj mužů: 1. Willy Bogner, NSR, 7,58, 2. Philippe Mollard, Francie, 27,90, 3. Walter Kutschera, Rak., 49,02.

Stafeta mužů 4x8 km: 1. SSSR, Kondrašov 37:54 min., Karpov 36:49,5 min., Sleznov 37:21,4 min., Vorončichin 36:40,4 min., celkem 2:28:48,7 hod., 2. ČSSR, Fusko 40:09,7 min., Fabián 39:53,1 min., Ilavský 38:41,6 min., Harvan 38:48,3 min., celkem 2:37:32,7 hod., 3. Polsko 2:51:28 hod.

Běh na 8 km ženy: 1. Stefania Blegunová, Pol., 39:52,7 min., 2. Krastana Stoevová, Bul., 40:50,0 min., 3. Fadia Faizrachmanová, SSSR, 41:23,2 min.

Slalom žen: 1. Cecilie Princová, Francie, 41,7 vt. a 44,4 vt. — 86,1 vt., 2. Barbí Hennebergerová, NSR, 42,0 vt. a 44,8 vt. — 86,8 vt., 3. Anie Famoseová, Francie, 46,8 vt. a 43,3 vt. — 90,1 vt.

Obří slalom žen: 1. Barbí Hennebergerová, NSR, 1:44,5 min., 2. Astrid Sandviková, Norsko, 1:44,7 min., 3. až 4. Anie Famoseová, Francie, 1:45,1 min., Gertruda Ehrenfriedová, Rak., 1:45,1 min.

Sjezd žen: 1. Barbí Hennebergerová, NSR, 1:28,3 min., 2. Gertruda Ehrenfriedová, Rak., 1:29,9 min., 3. Cecilie Princová, Francie, 1:32,9 min.

FELIX CHOVANEC,
ústřední trenérská rada



NOVÁ FORMA ŠKOLENÍ SE OSVĚDČILA

Doc. dr. JIŘÍ JELÍNEK,

člen ústřední komise rozhodčích

Do roku 1960 se získávala kvalifikace lyžařských rozhodčích I. tř. účastí v několikadenním semináři zakončeném zkouškami. Na jaře roku 1961 byla tato praxe změněna a pro tyto rozhodčí bylo vypsané jednorozhodčí dálkové školení. Letos v březnu byl tento první turnus celoročního dálkového školení ukončen.

Jak nové školení probíhalo? Kraje uvítaly toto školení s velkým zájmem. Přihlásily ke školení téměř stovku rozhodčích. Musely být proto požádány, aby své přihlášky znovu uvážily a snížily celkový počet. Jenom jediný kraj, Středočeský, vůbec žádoucí přihlášku nepodal. Bylo to asi proto, že v tom období krajský referent rozhodčích nefungoval. Každého z 50 přihlášených účastníků měl kraj světit do péče zkušeného a kvalifikovaného rozhodčího — patrona. Některé kraje však určovaly patrony opožděně, až po urgencích. Východočeský kraj je neměl vůbec. Většina patronů svým svěřencům nepomohla, až na několik vzorných, kteří připravili své svěřence ke zkouškám svědomitě a odborně.

Účastníkům bylo v červnu oznámeno téma, které měli do konce srpna zpracovat jako přednášku pro školení nižších tříd rozhodčích. Měli v ní uvádět i příklady z praxe. Některí vypracovali hodnotnou přednášku. Mnozí však nedovedli podat obsah pravidel lyžařských závodů vlastními slovy, nepokoušeli se smysl pravidel novým rozhodčím vysvětlovat, neukazovali práci rozhodčích v praxi a jen opisovali nebo rozváděli jednotlivá pravidla. Některí z přihlášených účastníků školení odpadli již při tomto prvním úkolu, protože práci neposlali nebo přišla pouze omluva pro přílišné úkoly v zaměstnání. Byla to první prověrka hlubšího zájmu o práci lyžařského rozhodčího a ukázala, že mnozí ani za 3 měsíce nedokázali napsat o své práci na sněhu, kterou jistě mají rádi. Těm, kteří požádali o prodloužení lhůty, bylo samozřejmě vyhověno.

Současně s uložení prvního tématu byl dán účastníkům úkol sestavit do poloviny listopadu příklady výsledků deseti závodníků ve sručeném závodě a deseti závodníků ve sjezdovém trojboji. Ve sručeném závodě mělo dojít aspoň u čtyř závodníků k interpolaci. Tento úkol, ačkoliv na něj bylo půl roku času, byl pro některé účastníky podstatně těžší než psát o pravidlech. Ukázalo se, že mnozí z nich neznali dostatečně interpolaci a vůbec neměli zkušenosti se sestavováním příkladů pro školení rozhodčích ve výpočtech výsledků lyžařských závodů, zatímco pro jiné to bylo naopak hračkou.

V polovině listopadu bylo všem dáno druhé téma z oblasti pravidel se lhůtou zpracování do konce ledna. Současně bylo účastníkům připomenuto, že mají v závodním období zastávat nejméně jednu vedoucí funkci při kterémkoliv větším lyžařském závodě a nejméně jednou rozhodčího stylu skoku. Dále byli seznámeni s obsahem závěrečného semináře v březnu a s otázkami ústní zkoušky.

Do závěrečného semináře se dostavilo jenom 25 účastníků, tedy 50 % z počátečního stavu. V semináři se vyučovaly nové věci z činnosti lyžařských rozhodčích. Dále se doplňovaly meze-ry ve znalostech některých účastníků, které se ukázaly v písemných pracích nebo které vyllynuly z dosavadní jednostranné činnosti rozhodčího. Všechny 25 účastníků závěrečného semináře v dálkovém školení obstálo a při zkouškách prospělo, šest z nich prospělo výtečně. Další dva úspěšně absolventi dálkového školení, kteří nemohli do závěrečného semináře přijet, složili zkoušky dodatečně, při nichž oba prospěli.

Již 1. ročník této nové formy školení lyžařských rozhodčích I. třídy jasně potvrdil, že jde o podstatné zlepšení. Jedním z jeho největších kladů je, že nesporně ukáže hloubku zájmu o práci rozhodčího. Kdo dokáže podrobně zpracovat uložené písemné

POTŘEBUJETE PŘEVODOVOU SKŘIŇ PRO LYŽAŘSKÝ VLEK?

Ústřední tělovýchovná zařízení ČSTV — lyžařský vlek Pec pod Sněžkou na Zahrádkách, nabízí za cenu starého materiálu převodovou skřín v dobrém stavu, vhodnou pro lyžařský vlek. Vstupní obrátky max. 1420 za minutu, převod 1:40. Převod je kuželocelnl s pomaloběžným vertikálním hřídelem (průměr hřídele 100 mm). Ložiska dvouřadá válečková, naklápeči. Hnací motor max. 50 ks a 1420 obr./min. Váha 650 kg. Dotazy jen písemně.

Předsednictvo ústřední sekce lyžování ve své schůzi 15. května t. r. jmenovalo na návrh komise rozhodčích nové rozhodčí I. třídy.

ALOIS STRNAD,
JAN VALSA (MV Praha),
OSKAR TONNER,
inž. SVAT. TÝBL,
inž. J. VALENTA (Středočeský),
M. HLAVATÝ,
V. KOMRSKA (Jihočeský),
JAROSLAV RAIS,
MIR. RŮŽIČKA (Západočeský),
MIR. DUCHÁČEK,
inž. FR. POSPÍŠIL,
JAR. SRŮTEK,
VLADIMÍR ŠVITORKA (Severočeský),
KAREL HUVAR,
VÁCLAV MEČÍŘ,
MILAN PETROVICKÝ (Východočeský),
dr. O. GRÁČEK,
VLAD. KOVÁŘÍK,
RICHARD MALÝ,
ALF. ŠTANCL,
FRANT. VESELÝ (Jihomoravský),
EMIL VODÁK,
OLGA KALÁBOVÁ,
LEOPOLD KALABUS,
dr. KAREL LANGER (Severomoravský),
MARTA KUKUROVÁ (Východoslovenský).

Uvedeným soudruhům přeje ve jejich odpovědné práci ve prospěch celého lyžařského hnutí hodně úspěchů.

práce a během celého roku studovat předepsanou teorii, ten má poctivý zájem, vytrvalost a obětavost, a to jsou hlavní předpoklady dobré práce rozhodčího.

Dálkovým školením se také bezpečněji pozná, kdo má dobré schopnosti vykládat pravidla lyžařských závodů při výchově nových rozhodčích.

Dálkové školení se zajišťuje podíl kraje na přípravě rozhodčího ke zkouškám, dává kraji příležitost dobře poznat svého rozhodčího a vhodně ho využít při závodech i při školení v kraji. Roční školení ve spolupráci s patronem umožňuje mnohem obsáhlejší osnovu a hlubší probírání všech otázek a trvalejší poznatky účastníků. Dřívější forma školení v několikadenním semináři, kde se látka odpřednášela a za dobré paměti se také hned vyzkoušela, neměla pro mnohé absolventy trvalejší užitek.

První studijní rok této nové formy školení rozhodčích I. tř. měl pochopitelně řadu nedostatků. Některé kraje málo nebo nedostatečně spolupracovaly se svými příslušníky, které do školení přihlásily, někteří patroni nebyli pro přihlášené očekávanými pomocníky. Také výběr nebyl prováděn dost uváženě nebo kriticky; jinak by jich tolik během školení neodpadlo. Z kraje Praha-město dokončili 2 ze 3 přihlášených, ze Středočeského kraje 3 z 5, z Jihočeského kraje 2 ze 6, ze Západočeského 2 z 5, ze Severočeského 4 ze 6, z Východočeského 3 z 5, z Jihomoravského všech 7 ze 7 přihlášených, ze Severomoravského 3 z 5, z Východoslovenského 1 ze 4. Ze 4 přihlášených Západoslovenským krajem nedokončil školení nikdo. Přitom je třeba jasně říci, že úkoly účastníků byly přiměřeně náročné. Rada účastníků nebyla krajem pověřována významnějšími funkcemi při větších závodech. Není závadou, že se některý rozhodčí věnuje téměř výhradně jedné ze dvou skupin disciplín (běžeckých nebo sjezdových), v níž je pak dobrým odborníkem, ale je velikou závadou, když jde někdo ke zkouškám na I. třídu a přizná se, že ještě nikdy nebyl při skoku rozhodčím stylu. Četní účastníci projevíli ještě při příchodu do závěrečného semináře malou zkušenost a zručnost v počítání výsledků. Dokonce někteří neměli jasnou představu o zásadě a použití interpolace. Všechny takové mezery v praxi i v teorii některých účastníků byly důsledkem toho, že kraj, a hlavně patron, nekontroloval úkoly, přípravu a znalosti svého rozhodčího v dálkovém školení. Značným nedostatkem prvního dálkového školení rozhodčích byla výměna referenta školení rozhodčích ústřední komisí, čímž se některé informace účastníkům opoždily. Ústředí nemohlo také zajistit dostatek literatury potřebné ke školení.

Většina z těchto nedostatků bude jistě v druhém běhu odstraněna. Dá se jim předejít lepší organizací a využitím zkušeností. Rozhodně je třeba přenést na kraje daleko větší odpovědnost za výběr účastníků a za jejich přípravu. Literatura potřebná pro přípravu účastníků je již v tisku a bude od letošního podzimu snadno dosažitelná.

UDĚLEJTE SI PŘENOSNÝ LYŽAŘSKÝ VLEK

Zvládnutí slalomové jízdy, která klade na závodníka vysoké technické požadavky, lze si dnes těžko představit bez pomoci lyžařského vleku. V současné době máme téměř na všech náročných a vhodných slalomových svazích našich hor různé druhy výtahů. Nejsou však všechny svahy na začátku a na konci zimního období dostatečně zasněženy. V takových případech je dobrým pomocníkem lehký přenosný vlek — navíjáč jednoduché konstrukce.

Uvádím ověřené zkušenosti, získané při výrobě vleku (viz fotografie vpravo).

Jako hnací síly možno použít stabilního benzínového motoru, nejlépe, chlazeného vzduchem s pomocným větráním. V současné době je vhodným motorem ČZ 175 s doplněným větrákem nebo Manet 100. Řetězovým převodem na navíjáč buben opatřeným 200 až 400 m dlouhým lanem o průměru 3,5—5 mm, získáme dobrého pomocníka při nácviu krátkých slalomů, případně i pro výcvik skokanů. Výhodou přenosného vleku jsou jeho malé rozměry, váha a hlavně spolehlivý chod. Na uvedeném fotografii má tyto rozměry: délka 650 mm, šířka 380 mm a výška v místě upevněných řídítek 550 mm. V tomto případě je použito motoru ze skútru Manet 100, který má výborné vlastnosti, využití při provozu hlavně za mrazu (spolehlivě startování, vysoký výkon apod.). Motor má dynamobateriové zapalování s elektrickým startérem, který je napájen dvěma 6V bateriemi. Má 4 převodové stupně, které lze libovolně zařadit podle počtu osob a sklonu svahu. Rovněž plynulé rozjíždění je umožněno čtyřlamelovou olejovou spojkou. Vlek je sestaven vesměs ze součástek, které jsou běžně v Mototechnách k dostání.

1. Motor skútru Manet 100, 1760 Kčs,
2. řídítka z Pionýra včetně brzdové a spojkové páky k ovládnutí rychlosti, spouštění, startování, brzdění atd., 111 Kčs,
3. ozubené zadní kolo z Pionýra jako převod navíjáčeho bubnu s mechanickou brzdou k brzdění jezdce, svážejičho lano, 82,60 Kčs,
4. benzínová nádrž z Mopeda 58 Kčs,
5. 2 akumulátory 6 V 12 Ah 158,40 Kčs,
6. regulátor napětí 12 V 145 Kčs,
7. klakson k signalizaci 48 Kčs,
8. sekundární řetěz z Pionýra 29,80 Kčs,
9. navíjáč buben se stavitelnými šrouby pro napínání řetězu, vlastní výroba,
10. konstrukce saní z trubek, vlastní výroba,
11. vhodné pásy pro lyžaře s pojistkou, vlastní výroba.

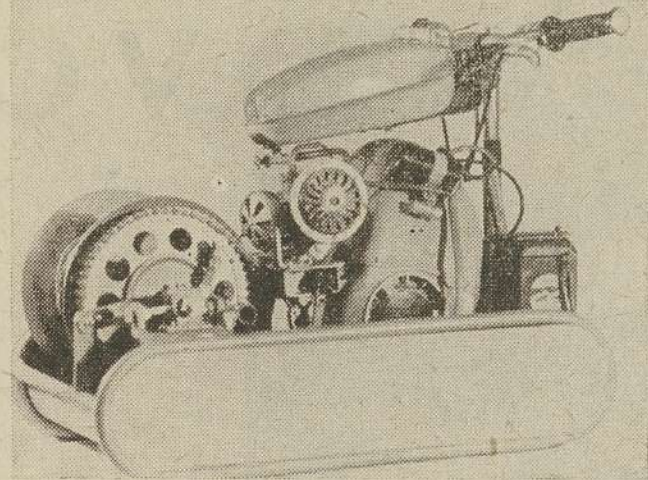
Motor je ke konstrukci saní upevněn dvěma šrouby \varnothing 8 mm. Ovládání stroje je pomocí řídítek, ukládání lana je samočinné, případně také pomocí řídítek. Spodní část konstrukce saní je vyplněna plechem pro snadnější transport a lepší stabilitu při provozu.

Vlek byl úspěšně v provozu po celou zimní sezónu na malé sjezdovce na Pustevnách, kde na 1. převodový stupeň »vytáhl« 5 lyžařů a na lyžařském můstku 3 skokany. Transport do svahu je umožněn samočinným navíjením a je kontrolován řídíčem, který řídí jeho rychlost navíjení. Vzhledem k tomu, že nastartování je velmi spolehlivé, je motor v chodu jen při navíjení, takže spotřeba je míni-

mální. Za celodenní provoz se spotřebují 3 litry pohonné směsi. Tento přenosný vlek je možno převážet v osobních automobilech nebo velmi pohodlně v autobusech. Je velmi platným pomocníkem trenéra. Pro větší počet osob by byl vhodnější motor vyššího obsahu. Celková konstrukce může však být obdobná.

Použije-li se motor ČZ 175 s větrákem, zvýší se cena o 570 Kčs, ovšem výkon je nepoměrně vyšší, a je vhodný pro oddílové tréninky. Rozhodně není dobré použít normálního motocyklového motoru bez pomocného chlazení. Chlazení je nedokonalé, motor se přehřívá, výkon se snižuje, ba dokonce zadírá. Výhodou motoru ČZ 175 je, že startování je bez pomoci baterií, elektromagnetické, čímž se váha může snížit o baterie. Doporučuji však montovat baterie, protože startování i ve značném mrazu je naprosto spo-

lehlivé. Celková váha s motorem Manet je 42 kg. Vzhledem k tomu, že jsem dosud neměl zkušenosti a šlo o prototyp, předimenzoval jsem vlastní konstrukci saní a volil jsem zbytečně silné trubky z železného materiálu, který by mohl být nahrazen durallem v trubkách nebo v jiných tvarech. Také navíjáč buben s řídicím je zbytečně předimenzovaný. Namísto ocelového tažného lana je možno použít také silonové. Na svahu 30° jsem vytáhl za hodinu 80 osob při délce svahu 150 m. Počet přepravených osob ovšem závisí na délce svahu, sklonu a samozřejmě na zařazeném převodovém stupni. Za součástky jsem vydal 2392,80 Kčs, ostatní jsem si zhotovil sám. Pořizovací cena celkové podle mého odhadu by činila 2800 Kčs, tedy cena únosná i pro naše oddíly, zejména pokud jsou při výrobním podniku. **Vlastimil Horák, Ostrava**



HODNOCENÍ STYLU BRZDOU ROZVOJE?

Na kursu rozhodčích FIS v Zakopaném hovořil na toto téma dlouholetý člen skokanské komise Švéd Pelle Öhmann. Jeho zajímavá přednáška nutí opravdu k vážnému zamyšlení, a proto uvádím její stručný obsah.

V roce 1917 se skákalo ve vzpřímeném postoji a závodníci dosahovali délky skoků přibližně 25 m. O dva až tři roky později přišli Norové (T. Thams a N. Bonna) s novým stylem, s předklonem v kyčlích, i když nohy a lyže svíraly dosud úhel 90 stupňů. Postupně se stavěly větší můstky a zvyšovala se rychlost, takže skokanů byl nucen zvětšovat předklon. I když většina závodníků nevěděla téměř nic o aerodynamice, v praxi se jí podřizovali. Rozhodčí museli přizpůsobovat hodnocení stylu těmto změnám (zvětšování předklonu, pohyby paží, odraz atd.) a i autoři mezinárodního závodního řádu byli nuceni brát na ně zřetel.

Předchůdcem byl tedy závodník a ostatní ho museli následovat. Dnes si klademe otázku, zda vývoj bude ještě pokračovat, zda rychlost na největších můstcích je již taková, že to znamená i poslední krok k dokonalosti stylu. Kdyby bylo možno přesně měřit délku skoku (např. finskou akustickou metodou s přesností na 10 cm), stalo by se hodnocení stylu zbytečným. Bylo by nutno pouze hodnotit, zda jde o skok bez pádu, bez ohledu na způsob provedení doskoku. A je zcela možné, že i v tomto směru závodníci přijdou s jiným, snad ještě jistějším způsobem doskoku.

Sotva by bylo správné pro vývoj sportu určovat přesně, jak se závodník musí pohybovat a co snad ještě smí dělat. Dnešní klasický styl doskoku, kdy závodník dělá telemarský výpad, nutí skokana, aby se těsně před doskokem napřímil, aby dostal nohy pod těžiště těla. Připusťme nyní, že skokan najde jiný způsob doskoku. Zůstane např. delší čas v předklonu a místo vzpřímení těla jen přitáhne kolena do výšky, a tím dostane nohy, zejména chodidla, pod sebe. Získá tím rovněž rovnováhu, doskočí s dobrou stabilitou a klidně odjede. Podle dnešních ustanovení mezinárodního závodního řádu udělal velikou chybu, za níž dostane nebo přinejmenším by měl obdržet bodovou srážku. Jsou i dnes obratní závodníci, kteří doskakují tímto způsobem úmyslně, aby dosáhli větších délek. Skokan získá tak přibližně 2 m délky při současně bodové srážce 1½—2 body. Tedy nezískal vlastně nic. A tady také je nutno zvážit, zda dnešní ustanovení jsou brzdou vývoje, či zda dnešní způsob doskoku je již po všech stránkách zcela dokonalý a neměnný.

Kdyby byl vývoj skoku již ukončen, nic by nebránilo přesnému dodržování norm mezinárodního závodního řádu. To však nemůžeme tvrdit, tím spíše, že názoru rozhodčích z různých zemí se poněkud liší. Skokan při letu vzduchem se musí automaticky podřizovat aerodynamickým zákonům. K tomu ho nutí i cit. Kdybychom mohli přesně měřit délku, mohli bychom se spokojit bez hodnocení stylu, protože lepší výkon skokana se kryje s pojmem krásného provedení. Tato úvaha se vztahuje ovšem pouze na velké můstky spojené s velkou nájezdovou rychlostí. Na můstcích s délkou skoků do 60 m musí zůstat i hodnocení stylu.

MILOŠ DUFFEK, předseda trenérské rady ÚSL

VCS — 1962

ANTONÍN HUSÁK, ústřední trenérská rada

Slavnostní zahájení VIII. ročníku Velké ceny Slovenska bylo ve čtvrtek večer 8. března před hotelem »Lomnica«. Hned druhý den v pátek se jel na Hrebienku za překrásného slunečného počasí závod ve slalomu žen a mužů. Byl to časově velmi náročný den a to nejen na pořadatele a všechny funkcionáře, ale i pro závodníky, neboť týž den odpoledne měli ještě v Tatranské Lomnici trénovat sjezd a případně si prohlédnout tratě obřího slalomu na příští den. Poprvé v historii závodu bylo k vytyčení slalomových tratí použito pěkného svahu na Hrebienku. Bylo to správné a šťastné rozhodnutí, neboť jsme po dlouhé době mohli zase přivítat mnoho diváků, kteří by se do prostoru Skalnatého plesa, kde se až dosud slalomy jezdily, asi nedostali.

Tratř prvního kola vytyčil ženám 55 brankami trenér Jírša. Druhé kolo postavil s 49 brankami trenér žen NDR Herbert Görner.

Nejlepší čas prvního kola dosáhla známá polská reprezentantka Maria Daniela Gasienicová (42,4 vt.), celou i vteřinu před nejlepší reprezentantkou NDR Hannelore Riedelovou, manželkou známého Eberharda Riedela. Jen o 1 vteřinu delší čas dosáhla nestárnoucí, technicky stále vynikající Barbara Grocholská-Kurkowiaková (44,4 vt.), která ale ve druhém kole byla diskvalifikována pro vynechání branky. Na 4. místě po prvním kole se překvapivě umístila naše Jiřina Janoušková, startující jako 20., a to pěkným časem 45,1 vt. Škoda, že také druhé kolo nezajela tak pěkně. Měla v něm pád, který ji nakonec v celkové klasifikaci odsunul až na 9. místo. Ještě i pátý čas Rubešové z prvního kola nám dával naděje na přední umístění, ale ani jí druhé kolo »nevyšlo« a ztráta celých 10 vt. na nejlepší čas ji odsunula až na 6. místo.

Z dalších našich nadějí: dorostenky Anna Živcová i Ilsa Fiedlerová měly před cílem pád, dorostenka Alena Kornelová zajela sice svůj dobrý průměr, ale ten stačil celkově na 7. místo.

V druhém kole překvapila Riedlová pěknou stylovou jízdou, získala náskok na dosud prvou Daniielu Gasienicovou 1,5 vt. který jí stačil i k celkovému vítězství. Pořadí dalších časů druhého kola bylo také až do 4. místa totožné s pořadím celkového umístění. Na 3. místo se probjovala rutinovaná polská reprezentantka Maria Kowalská-Wanja (po 1. kole až 7.1), čtvrtou byla mladá Rakušanka Elke Pucherová (po 1. kole 6.). Z našich nejlepších postrádali jsme sice Milku Richvalskou-Mohrovou, Evu Mrklasovou i nadějnou Vladku Bambašovou, přesto nemůžeme šesté místo naší Rubešové pokládat za úspěch našich žen, i když neměly letos ani zdaleka tolik příležitosti k závodění jako všechny jejich zahraniční soupeřky.

Hned po skončení slalomu žen pokračoval závod slalomu mužů. Startovalo v něm mimo našich nejlepších a nejnadějnějších závodníků pět reprezentantů NDR (Riedel, Scherzer, Süß, Klaus Illing a Peter Lützendorf), tři mladí reprezentanti Rakouska (Stolz, Schmutzer a Knauz) a čtyři reprezentanti Polska (Sobanski, Trzebunia, Migdal a Marek), když nejlepší z nich Czarniak se po svém zranění omluvil. Celkem bylo na startu 51 závodníků, z nichž závod dokončilo 42.

Prvé kolo, které postavil Parma, zajel nejrychlejší reprezentant NDR Ernst Scherzer, který hned v první jízdě prokázal nejlepší formu ze všech závodníků a časem 52,1 vt., lepším o více než 2 vt. před druhým nejlepším, našim Tono Šoltýsem (54,3 vt.), zajistil si pěkný náskok do druhého kola. Třetí nejlepší čas prvního kola měl Polák Trzebunia (54,9 vt.) před dalším našim reprezentantem Zbyňkem Mohrem (55,1 vt.). Ve druhém kole zajel Scherzer opět nejlépe, a aniž zbytečně riskoval, dosáhl nejlepšího času 48,1 vt. Získal tak naprosto přesvědčivé vítězství ve slalomu celkovým časem 100,2 vt. Na druhé místo se spolehlivou jízdou ve druhém kole dostal náš reprezentant Zbyňk Mohr, zatímco Tono Šoltýs nezvládl svou bojovnou jízdu a po těžkém pádu musel závod vzdát. Také nejlepší polský



■ Jeden z nejlepších německých reprezentantů Riedel mezi slalomovými brankami.

■ Pro slalomové tratě byl poprvé vybrán svah na Hrebienku a tak po čase jsme se při lyžařských závodech setkali s větším množstvím diváků.





■ Mladý Scherzer (NDR) vyhrál přesvědčivě letošní Velkou cenu Slovenska.

závodník z prvního kola Trzebnia měl pád a byl diskvalifikován. Na jeho třetí místo se tak dostal další polský reprezentant Roman Sobanski. Z našich mladých se více čekalo od Jandy. I když se mu podařilo ve druhém kole zajet druhý nejlepší čas, přece jen svou desetivteřinovou ztrátu z prvního kola nemohl vyrovnat. Také Riedel (NDR), který jinak patří k světové špičce, neměl den, neboť ani jedno kolo mu »nevyšlo«, i když svou bojovnou jízdou nám dokázal své velké kvality. Mladí rakouští závodníci na tuto konkurenci nestačili. Nejlépe z nich zajel Schmutzer, ale i tak byl celkově až na 10. místě. Ani ostatní polští reprezentanti nemohli být spokojeni, neboť mimo třetího Sobanského neměli v prvních deseti již nikoho. (Marek byl 13. a Migdal 15.)

V sobotu dopoledne se měl jet jen obří slalom a odpoledne měl být další trénink na sjezdovkách, případně i povinný »non-stop« trénink sjezdu. Protože však lanovka na Skalnaté sedlo pro velkou vichřici »nepremávala«, nezbylo pořadatelům než uspořádat ještě jeden náhradní slalom, který se cvšem do klasifikace Velké ceny nepočítal. Zvítězila v něm Daniela Gastenicová a opět Ernst Scherzer. Současně bylo rozhodnuto, že se sjezd nepojede a že letošní VIII. ročník bude vybojován pouze v dvojkombinaci slalomu a obřího slalomu.

Tratě nedělního obřího slalomu v sedle Lomnického štítu nad Skalnatým plesem byly tentokrát velmi náročné, neboť vzduch oteplení i odsunutí startů o více než jednu hodinu, ledový povrch téměř nezměkl. Zvláště trať mužů byla v první své třetině velmi tvrdá a každý pád zde znamenal prakticky vyřazení ze závodu. Závod zahájili muži, kterým vytyčil trať trenér Ota Krajňák, a to 49 brankami v délce 1530 m s výškovým rozdílem

400 m. Vzduch velmi těžkým podmínkám, které dávaly předpoklad poměrně značných rozdílů v dosažených časech, podařilo se dvěma závodníkům dosáhnout naprosto stejného nejlepšího času. Náš Tono Soltýs i polský reprezentant Bronislav Trzebnia stali se tak časem 1:19,8 min. společnými vítězi tohoto těžkého závodu. Druhý nejlepší čas měl Scherzer (1:20,3 min.), který si tímto krásným umístěním zajistil i celkové vítězství v letošním ročníku. Velmi pěkně zajel i druhý polský reprezentant Sobanski, který svým třetím nejlepším časem v obřím slalomu (1:20,6 min.) získal i krásné druhé místo v celkové dvojkombinaci.

Naším druhým nejlepším závodníkem v obřím slalomu byl Janda, který tak v dvojkombinaci zůstal naším druhým nejlepším, celkově jako pátý Nejúspěšnějším z našich v kombinaci Velké ceny byl Zbyněk Mohr, celkově čtvrtý, i když mu obří slalom úplně »nevyšel«, neboť skončil až na 10. místě. Třetí místo v kombinaci získal loňský mistr NDR mladý Peter Lütendorfer, který se umístil ve slalomu na 6. a v obřím slalomu na 5. místě. Škoda, že náš letošní mistr v obřím slalomu M. Bruna neměl v tomto závodě více štěstí, vždyť jeho výborný mezičas v polovině trati dával velkou naději na přední umístění i v kombinaci, neboť ze slalomu byl jako čtvrtý nejlepší a měl na Sobanského ztrátu pouhých 6 desetin vteřiny. Riedel dovršil svou smůlu na letošním ročníku i v obřím slalomu, když se po pádu musil spokojit až 12. místem. Na konci závodu byly povoleny dvě opravné jízdy. Zůstalo nám ovšem nepochopitelným, proč byla tato náhradní jízda uznána i mistru sportu J. Krasulovi, který v první jízdě již ve 4. brance závod vzdal, pak znovu pokračoval v jízdě za dalším závodníkem (M. Soltýsem), načež žádal opakovaný start. Bylo to správné?

Trať žen vytyčil trenér Gurský 50 brankami v délce 1285 m s výškovým

rozdílem 350 m. I v tomto druhém závodě dvojkombinace dosáhla reprezentantka NDR Riedlová nejlepší čas (1:35,0 min.) a tak i ona získala bezpečně vítězství v letošním ročníku. Velmi pěkně zajela Barbara Grocholská-Kurkowiaková, která měla čas jen o 3 desetiny vteřiny horší. Do kombinace ovšem zasáhnout nemohla pro diskvalifikaci ve slalomu. A tak druhé místo v kombinaci získala Daniela Gastenicová, která se umístila v obřím slalomu na 4. místě. Překvapila bojovná jízda zkušené polské reprezentantky Marie Kowalské-Wanji, která nejlepším časem v obřím slalomu získala i třetí místo v kombinaci. Z našich žen zajela nejlépe obří slalom dorostenka Anna Živcová, a to jako pátá, ale ani ona nemohla být klasifikována do dvojkombinace, neboť slalom nedokončila. A tak se z našich žen nejlépe umístila naše letošní mistryně v trojboji Alena Korneřlová, a to celkově jako pátá. Škoda, že Rubešová nezajela i v obřím slalomu tak dobře jako ve slalomu. Byla časem 1:44,7 min. až na osmém místě a to jí stačilo do kombinace jen na 6. místo.

Slavnostní vynášení vítězů v hotelu Lomnica, jakož i závěrečný večer na zakončení VIII. ročníku Velké ceny Slovenska v Grand hotelu Praha byly velmi srdečné. A tak, i když letošní ročník nemohl být absolvován v plném rozsahu, možno jej označit jak po stránce organizační, tak i po stránce sportovní za velmi zdařilý a hodnotný. Doufejme, že příští ročník bude ještě úspěšnější, i když snad bude záhodno celkový program omezit pouze na závod v dvojkombinaci sjezdu a slalomu, přičemž by se v nezbytném případě mohl závod ve sjezdu nahradit obřím slalomem! Toto řešení bude rozhodně vyhovovat nejen pořadatelům, kteří se při sjezd. trojboji snadno dostávají do časové tísně zvláště s ohledem na povinný »non-stop« trénink ve sjezdu, i všem zahraničním účastníkům.

■ Trenér německých reprezentantů Görner se svými svěřenkami při výkladu jízdy v obtížné jízdě ve slalomu.





NEMAJÍ TO LEHKÉ

Národní olympijský výbor NSR (NOV NSR) konal začátkem května ve Wiesbadenu svou výroční schůzi. Neměl to lehké, neboť se musel zabývat dopisem Mezinárodního olympijského výboru (MOV) ze dne 8. března t. r., ve kterém byl vysloven požadavek na sestavení společného německého olympijského družstva jak pro zimní, tak i letní olympijské hry 1964.

Národní olympijský výbor NDR, veden vždy snahou po dorozumění, odeslal MOV již 16. března odpověď, ve které vyslovil souhlas s jeho návrhem. NOV NSR neodpověděl ani v březnu, ani v květnu.

Vzhledem k tomu, že MOV, jakož i západoněmečtí sportovci, kteří jsou na sestavě společného družstva velmi zainteresováni, na odpověď netrpělivě čekají, bylo ve Wiesbadenu nervózně přeshlapováno.

Willi Daume, předseda Sportovního svazu NSR a představitel adenauerovské kliky ve sportu, prostě prohlásil, že NOV NSR nikdy neřekl, že by nesouhlasil s nástupem společného olympijského družstva na příštích olympijských hrách. Ani náznakem však nenaznačil, jak si představuje, že by společné družstvo — bez kontaktu národních olympijských výborů a sportovních svazů obou zemí mezi sebou a bez kvalifikačních bojů sportovců obou zemí — mělo být sestaveno.

Ve svém dopise z 8. března t. r. psal MOV olympijským výborům obou států: »... víte jistě velmi dobře, že do ZOH v Innsbrucku zbývá již jen jedna zimní sezóna a čas naléhá.« Dauma tlačí jiné věci — vláda v Bonnu a bezmezná nenávisť vůči sportovcům prvního německého státu dělníků a rolníků, jejichž úspěchy mu nahánějí strach a jsou mu trnem v očích.

Na zasedání MOV v květnu t. r. zástupce NSR opět slíbil, že vytvoří společné družstvo. Budoucnost ukáže hodnotu těchto slibů.

■ A. Kolčinová, trojnásobná mistryně světa, pěkným technickým stylem zdolává stoupání na trati běhu na 5 km v Zakopaném.



SSSR

Na jaře letošního roku se konalo VII. plenární zasedání Svazu sportovních organizací SSSR. Zde byla vyhodnocena zimní spartakiáda národů SSSR a na úseku lyžování doporučena následující opatření:

Zajistit pro závodníky I. VT a mistry sportu účast na 25 až 30 závodech během závodního období na různých tratích. Pořádat závody na 4 až 5 km pro ženy, 8, 10 a 12 km pro muže s intervalovým nebo hromadným startem, tak aby byl zajištěn nácvik větší rychlosti běžců a získány taktické zkušenosti pro závody štafet. Pro zlepšení sjezdové techniky běžců organizovat v letním období její nácvik. Při tréninku běžců má být věnována hlavní pozornost běhu na tratích, které mají dostatečné stoupání, i sjezdům s častými změnami směru a většími výškovými rozdíly. Sportovní organizace mají zabezpečit vyšší počet soutěží na 50—60 km.

Dále bylo doporučeno zvýšit pozornost a utvořit družstva skokanů při větším počtu sportovních organizací v jednotlivých republikách a uspořádat pro tyto kolektivy soutěže. K zlepšení úrovně skoků a závodu sruženého uspořádat všesvazové soutěže na 3 až 4 místech na různých místcích s vyhodnocením celkového výsledku všech závodů.

Plénium poukázalo na to, že je nezbytné rozšířit učebně sportovní střediska pro rozvoj sjezdových disciplín, především v RSFSR, na Ukrajině, v Gruzii, Arménii, Kazachstánu a Kirgizii. Dále uložilo jednotlivým sportovním organizacím, aby připravily konkrétní plány rozšíření těchto disciplín vytvořením nových sjezdových základů a při nich organizovat dětské a dorostenecké sportovní školy. Lyžařské federaci bylo uloženo pomocí republikánským organizacím i sportovním školám při zabezpečování tohoto úkolu, zvláště na úseku trenérů. V uvedených republikách se mají konat každoročně sjezdové závody za účasti nejlepších sjezdařů ze všech republik. Dále bylo schváleno organizovat všesvazové dorostenecké závody v lyžařských disciplínách.

■ Výsledky sjezdové části zimní spartakiády národů:

Muži sjezd: 1. V. Taljanov (Moskva) 1:23,5 min., 2. A. Kurajev (Moskva) 1:24,6 min., 3. G. Čertišev (RSFSR) 1:24,7 min.

Slalom: 1. Džaugobekov (Gruzie) 2:13,9 min., 2. V. Rumjancev (RSFSR) 2:14,2 min., 3. V. Taljanov (Moskva) 2:15,4 min.

Obří slalom: 1. V. Rumjancev (RSFSR) 1:50,0 min., 2. V. Taljanov (Moskva) 1:51,0 min., 3. D. Kartašov (RSFSR) 1:53,2 min.

Ženy sjezd: 1. S. Korzuchinová (RSFSR) 1:32,6 min., 2. E. Kabinová (Moskva) 1:35,8 min., 3. L. Volkovová (Moskva) 1:38,1 min.

Slalom: 1. L. Volkovová (Moskva) 2:18,8 min., 2. A. Artěmenková (Kazachstán) 2:19,3 min., 3. G. Korzuchinová (RSFSR) 2:22,7 min.

Obří slalom: 1. A. Artěmenková (Kazachstán) 2:02,1 min., 2. G. Korzuchinová (RSFSR) 2:02,3 min., 3. E. Kabinová a L. Volkovová (Moskva) 2:04,2 min.

Sovětská lyžařská reprezentace zakončila letošní sezónu závody XXVIII. ročníku tradičního »Svátku severu« v Murmansk, na kterých startovalo přes 1000 závodníků. V lyžařské štafetě žen na 3x5 kilometrů zvítězilo družstvo Moskvy za 50:25 min. V závodech na 5 km vyhrála mistryně světa Marie Gusakovová za 18:25 min., zvítězila i na trati 10 km za 37:11 min. a stala se absolutní vítězkou. Absolutním vítězem v soutěži mužů se stal Jevgenij Rudkovskij z Moskvy, který v běhu na 15 km byl druhý v čase 50:59 min., a vyhrál běh na 30 km za 1:41:57 hodiny.

NDR

A. Kolčinová si zavzpomínala na Zakopané a napsala pro časopis Skisport (NDR) několik postřehů, které ilustrují současný stav světového běžeckého sportu u žen. A Kolčinová říká: »... Věděly jsme, že mistrovství světa bude pro nás těžkou zkouškou. Po úspěších, kterých jsme dosáhly ve Squaw Valley, nasadily běžkyně severských zemí vše, aby vyrovnaly náš náskok. Je velmi obtížné jít do závodů jako favorit. Vše se koncentruje na to, být lepší, nežli jsme my. U vás v NDR máte přísloví — mnoho psů uštve zajíce. I to se nám mohlo stát. Již v přípravném období jsem cítila, že jsem ve výborné formě. Ze se vrátím ze Zakopaného se třemi medailami, nebyla bych však věřila. Pro mne bylo také překvapením, že moje spoluběžkyně z družstva se zařadily na místa hned za mnou. Byly jsme přesvědčeny, že se Fince Lehtonenové a Švédce Martinssonové podaří proniknout do absolutní špičky. Tím více se těšíme z našich úspěchů.

Ženy z NDR se mi velice líbily. Bylo vidět, že v létě intenzivně trénovaly a měly by tak pokračovat i v budoucnosti. Sonnhildě Kallusové by se při troše štěstí a lepší orientaci o stavu závodu bylo jistě podařilo zařadit se mezi prvních 6 běžkyň.«

FRANCÚZSKO

O Svetových hrách FIS v Chamonix sa už veľa napísalo najmä v súvislosti s ich názvom a prerokúvaním neúčasti pretekárov NDR.

V tieni tých hlavných problémov bol akosi v úzadí už potom aj celkový priebeh hier, ktoré mali byť majstrovstvom sveta, najmä ich organizačná a technická časť.

A práve po organizačnej stránke ako sa zdá neboli preteky zvládnuté. Vyskytli sa značné ťažkosti a problémy napr. s dodávkou prúdu, a tak najmä zpravodajstvo bolo hodne tou-

to okolnosťou postihnuté a bola ne- spokojnosť.

Pri zjazde mužov, ktorý ako je zná- me sa nekonal priamo v Chamonix, vznikli značné ťažkosti, ba možno po- vedat chaos v doprave a bol celý rad pripomienok aj k technickej stránke usporiadaných pretekov.

Niet pochybností, že k nedokonalos- tiam došlo aj preto, že usporiadatelia, miesto aby venovali plnú pozornosť zabezpečeniu technickej a organizač- nej stránky, museli sa starať o otázky a problémy, ktoré — keby nebolo stu- denej vojny, NATO a NSR — vôbec ne- museli byť.

-Mr-

RAKOUSKO

Alfréd Knaus, mladý rakouský re- prezentant, ktorý sa také zúčastnil Veľké ceny Slovenska bez výraznej- šieho umiestnenia, môže se kromě desáté- ho miesta ve slalomu na letošním mis- trovství Rakouska pochlibit i pra- covními úspěchy. Je technikem u fir- my Kästle a ve spolupráci s K. Schran- zem navrhl některá zlepšení epoxy- doových hmot a jejich využití na ly- žích. Na takto vylepšených lyžích do- sáhl K. Schranz letošních významných úspěchů.

JAPONSKO

O Japonsku zo stránky lyžiarskej nevieme toho veľa. Vieme síce, že Ja- ponci boli dobrí skokani i v minulosti. Poznáme výborného japonského slalo- mistu Igayu, no menej poznáme pod- mienky, v ktorých sa lyžiarstvo v Ja- ponsku vyvíja a akým smerom sa ubera.

Do popredia sa Japonsko — ako ly- žiarska krajina — dostáva znovu v sú- vislosti s uchádzaním sa o usporiada- nie aj zimných olympijských hier v roku 1968.

Aby svoju žiadosť o usporiadanie aj patrične podporili, pozvali si do Ja- ponska na prehladku terénov a trať pred- sedu zjazdovej a slalomovej komisie FIS a generálneho tajomníka ZOH v Innsbrucku prof. Friedla Wolf- ganga.

Ten prešiel v Japonsku všetky mies- ta prichádzajúce do úvahy pre uspo- riadanie ZOH: Nikko, Naeba, Shiba a Hakuba, ležiace blízko Tokia, ale aj vzdialenejšie miesta na ostrove Hok- kaido, a to Sapporo, Niseko a Niwani, a konštatoval niektoré zaujímavosti, ktoré si lyžiari iste radi prečítajú.

Už dnes je v Japonsku asi 7 milión- ov lyžiarov a ich počet sa v najkrat- šom čase zmnohonásobi. Pritom lyžiar- stvo do Japonska priviezol pred 50 rokmi rakúsky major Lerch, žiak Zdar- ského. Samotné Japonsko disponuje už dnes celým radom kvalitných sla- lomových trať a trať obrovského sla- lomu, prístupných lyžiarskymi vleka- mi. Ba prof. Wolfgang musel s udi- vením konštatovať, že Japonsko je kra-

jinou lyžiarskych výťahov a vlekov a len napr. jedno miesto — Shiba — dis- ponuje 2 lanovkami a 21 výťahmi a vlekmí. Takú »výťahovú« koncentráciu nájdeme aj v máloktorom európskom známom zimnom stredisku.

Aj ďalšie stredisko Nikko, ktoré sa vyznačuje prírodnými krásami a je hlavne v lete navštevované, je schop- né vysporiadať sa s fluktuáciou 7 mil- liónov turistov, ktorí tadiaľto vlni prešli.

Ako najvhodnejšie miesto pre uspo- riadanie zimných olympijských hier zdalo sa prof. Wolfgangovi aj u nás známe stredisko rýchlokorčuliarov Sapporo, ktoré disponuje dnes 2 rých- lokorčuliarskymi dráhami s umelou dráhou, z nich jedna je zakrytá. Zdá sa teda, že Japonsko, ktoré usilovne pripravuje letné olympijské hry v To- kiu v roku 1964, je vážnym uchádza- čom aj o usporiadanie zimných olym- pijských hier v roku 1968.

-Mr-

ŠVÉDSKO

Švédsky športovní časopis Idrottsbla- det vyhodnotil za »nejlepšího sportov- ce zimy 1962« Assara Rönnlunda, mistra sveta v behu na 15 km. Časopis uvádí, že Rönnlund obdržel čestný ti- tul za své úspěchy v letošní sezóně, ve které několikrátě porazil přední běžce světa. Běžel ve všech velkých závodech; sérii svých vítězství zapo- čal na mistrovství Švédska, pokračo- val v ní v Zakopaném a zakončil ji na Holmenkollenu. Jeho veľkou předností po celou zimu byla vyrovnaná forma; byl nespolehlivějším běžcem švédské- ho družstva.

■

100 mil za polárním kruhem se na- lézá hornické městečko Kiruna (1600 kilometrů severně od Stockholmu). Je to velmi zajímavé místo a v posled- ní době oblíbené dostaveníčko světo- vé běžecké elity. V letošním roce, 7. a 8. dubna, se zde konal již 53. ročník Kirunských lyžařských her za účasti závodníků Polska, Japonska, NDR, Finska, Norska, USA a Švédska. Výsledky: 15 km: 1. S. Jernberg 56 :00 min., 4. byl H. Grönningen (Nor.) 56 :47 min. — 5 km ženy: 1. B. Martinssonová (Šv.) 23 :33 min., 4. M. Leh- tonenová (Fin.) 23 :57 min. — 10 ki- lometrů ženy: 1. T. Gustavssonová (Šv.) 49 :11 min. a 4. I. Nieminenová (Fin.) 51 :36 min. — 30 km muži: 1. S. Jernberg 1 :57 :01 hod., 3. A. Tjal- nen (Fin.) 1 :58 :34 hod. — Skok pro- stý: 1. T. Engan (Nor.) 221,9 b., 2. I. Eto (Jap.) 217,3 b. 6. P. Wala (Pol.) 211,1 b. — Závod sdružený: 1. K. Pus- senius (Fin.) 444,1, 2. K. Goldhan (NDR) 441,2.

■ S. Jernberg, nekorunovaný král běžců, ve volných chvílích v Zakopaném se věnoval zkoušení vosků a hledání nejpohodnějšího mazání.

Kresba Chachola



LETY VZDUCHEM

Při 13. mezinárodních závodech, uskutečněných pod patronací FIS, do- sáhli v Oberstdorfu, Mitterdorfu a v Planici tito skokani největších dé- lek: 1950 Oberstdorf: Toivo Lauren (Švéd.) 135 m, 1951 Oberstdorf: Tau- no Luuro (Fin.) 139 m, 1952 Oberst- dorf: Toivo Lauren (Švéd.) 130 m, 1953 Mitterdorf: Sepp Bradl (Rak.) 120 m, 1954 Planica: Jackie Alfredsen (Nor.) 119 m, 1955 Oberstdorf: Jakie Alfredsen (Nor.) 130 m, 1956 Mittern- dorf: Peter Lesser (NDR) 122 m, 1957 Planica: Helmut Recknagel (NDR) 124 m, 1958 Oberstdorf: Hauno Val- kama (Fin.) 136 m, 1959 Mitterdorf: Otto Leodolter (Rak.) 128 m, 1960 Planica: Helmut Recknagel (NDR) 127 m, 1961 Oberstdorf: Josef Slibar (Jug.) 141 m, 1962 Mitterdorf: Pe- ter Lesser (NDR) 141 m.

ŠVÝCARSKO

Po dvouletém působení ve Švýcar- ském lyžařském svazu se vzdali svých funkcí dr. Jürg Frei, prezident tech- nické komise, a Walter Nigg, trenér národního družstva sjezdářů. Rozhod- nutí obou činovníků je v úzké souvis- losti s kritikou vyslovovanou ve spo- jitosti s neúspěchem švýcarských sjezdářů v letošní zimě. Jak Frei, tak Nigg se hájí tím, že jim nebyla dána možnost uskutečnit program ohlášený v roce 1960, kdy přejímali funkce. Tento program byl zaměřen perspek- tivně k ZOH 1964 a kladl důraz na výchovu a přípravu mladších kádřů.



Z ODDÍLŮ A SEKCI

AKADEMICKÝ PŘEBOR VYSOKÝCH ŠKOL 1962

se konal tohoto roku v Jasně na Chopku za účasti 95 běžců a 100 sjezdářů v týdnu od 12. do 18. února. Prvá část přeborů byla věnována klasickým disciplínám. Do finále akademického přeboru postoupili jen ti nejlepší, kteří prošli sítím přeborů škol a oblastních přeborů Čech, Moravy a Slovenska. Ze známých závodníků startovali Fusko, Ilavský, Harvan, Honců, Kopf, Baluch. Ženy měly tentokrát vyrovnanou konkurenci. Po odchodu Dostálové nebylo v ženské soutěži favorita.

V prvním závodě — štafety oblastí na 4x10 km mužů — nebylo dlouho jasné, zda vyhraje štafeta Slovenska, která byla favoritem, neboť štafeta Čech — Kopf, Honců, Javorský, Šlosiarik — vedla i po třetí předávce. Ale finišman slovenské štafety Harvan (Fusko Králík, Ilavský) vyrovnal ztrátu a ještě dokázal získat v posledních kilometrech náskok jedné minuty. Jako třetí se umístila další štafeta Čech ve složení Čtvrtečka, Ječmínek, Dvořák, Weissshautel s velkým časovým odstupem 12 minut za vítěznou štafetu. Výsledky: 1. Slovensko I. 2:39,59 hod., 2. Čechy III. 2:40,58 hod., 3. Čechy I. 2:52,01 hod., 4. Slovensko III. 2:53,20 hod., 5. Morava I. 2:55,00. Ve štafetě Slovenska III. startoval reprezentant Baluch, který dosáhl druhého nejlepšího času 39,31 (Harvan 38,18, Ilavský 39,34, Fusko 39,35).

Ve štafetách žen se tentokrát prosadily závodnice z Moravy, které se umístily na prvních dvou místech před štafetou Čech, která svým výkonem trochu zklamala. 1. Morava III. (Hájková, Pospíšilová, Stehlíková) 1:14,32 hod., 2. Morava II. 1:18,33 hod., 3. Čechy II. 1:19,33 hod., 4. Čechy I. (Hamplová, Vacková, Darebná) 1:19,56. Nejlepšího času dosáhla Hájková 24,25 min. před Stehlíkovou 24,41 min.

Běh na 15 km byl ve znamení náporu českých závodníků na pozici Harvana. Harvan zvítězil časem 47,43 min. před Ilavským 48,51 min. Jako třetí se umístil Javorský 48,59 min., čtvrtý Kopf (Plzeň) 49,38 min., jako pátý Fusko 50,20 min. Baluch byl 14. časem 52,48 min.

V ženách zvítězila Hájková z Olomouce za 23,42 min. před Stehlíkovou z Brna 23,53 min. Třetí Hamplová 24,08 min., čtvrtá Vacková 24,17 min., obě z Prahy.

Skok do závodu sdruženého i skok prostý vyhrál Fabián z Olomouce před Vávrou z Liberce. Skákalo se z můstku na Lúčkách, který svou konstrukcí není vhodný pro delší skoky. Maximálního výkonu dosáhl Machačka z Liberce 33 m. Fabián vítězstvím ve skoku pro závod sdružený vyhrál i závod sdružený. Jako druhý se umístil Bohuslav Maleňák z Olomouce.

Druhá polovina týdne byla věnována sjezdařským disciplínám. Přestože počasí bylo velmi nepříznivé, byly pece jen z plánovaných tří soutěží provedeny dvě, a to slalom a obří slalom.

V první soutěži ve slalomu byla vyrovnaná konkurence. Vítěz Z. Mohr, člen reprezentačního družstva předvedl vyrovnanou jízdu a získal titul akademického

mistra vysokých škol pro rok 1962. Jako druhý se umístil Z. Springl z Liberce a jako třetí Mitro Atilla, který se také velmi dobře uvedl na mistrovství ČSSR.

Výsledky: Zbyněk Mohr, absolvent vysoké školy technické v Bratislavě, 105,3 vt. (55,00, 50,3), 2. Zdeněk Springl, VSST Liberec, 110,15 vt. (57,1 53), 3. Atilla Mitro, Pedagogický institut Košice, 111,3 vt. (57,9, 53,1).

V ženách byla konkurence daleko slabší. Při neúčasti Bambasové z Prahy a Lívorové z Bratislavy zvítězila absolventka Vysoké školy chemickotechnologické z Prahy E. Valčíková 101,50 vt. (53,2, 48,3) před nadějnou Rybářovou z Brna 103,9 vt. (53,8, 50,1).

Soutěž ve slalomu v kategorii mužů měla vysokou úroveň a dokázala, že na vysokých školách je možno vytvořit kádr dobrých závodníků.

Obří slalom byl vytyčen na sjezdové a slalomové trati, takže nejobtížnější část zdolávali závodníci ke konci trati. Zvítězil nečekaně Atilla Mitro z Pedagogického institutu Košice 1:40,2 min. před Scheibem z Prahy 1:42,9 min. a před inž. Bužgou. Vítěz slalomu Z. Mohr se umístil jako pátý časem 1:45,0 min.

V ženské soutěži zvítězila opět inž. Valčíková před Mohrovou z Prahy. Vítězi dvojboje se stali Atilla Mitro, Pedagogický institut Košice, a Valčíková Praha.

Akademické přebory tohoto roku se konaly za mimořádně nepříznivého počasí, ale je třeba říci, že úroveň soutěží tím nijak neutrpěla. Velký zájem mezi studenty byl o finálové boje stejně jako i o postupové závody. Dává zřetelně najevo, že na vysokých školách jsou velmi dobré podmínky pro rozvoj tohoto sportu a že pracovníci — učitelé — udělali v tomto směru kus práce.

Rádi bychom, aby v příštím roce univerziády, která se bude konat ve Spindlerově Mlýně, prokázali závodníci i pořadatelé opět stoupající úroveň vysokoškolského sportu.

PRÁCU S MLÁDEŽOU NA PRVÉ MIESTO

V uplynulej sezóně sa v našom oddiele zlepšila práca s mládežou. Vydarili sa nám najmä Športové hry mládeže, na ktorých sa zúčastnilo v II. kole do 200 pretekárov a v III. kole vyše 60 pretekárov. Takto sme získali prehľad o výkonnosti mládeže v našom meste. Najlepších sme pozvali na pravidelné tréningy, ktoré svedomite vedie tréner Bágel. Do oddielu sme získali 28 žiakov.

Chlapcov tréningy bavia a veľmi radi chodia každú nedeľu na Martinské hole.

Aby sme závodné lyžovanie ešte viac spopularizovali, usporiadali sme 25. marca 1962 I. jarný slalom mládeže na Martinských holiach. Najlepší boli Janko Hlavaj a Peter Hlavaj, ktorí sú vzorom pre ostatných chlapcov v dochádzke na tréningy a v šetrení si na nové lyže. Radost z pretekov mali všetci, najmä dobrovoľní pracovníci, pretože spolu s chlapcami sme do oddielu získali aj rodičov, bývalých pretekárov, ktorí nám v práci pomáhajú. Skoda, že Ečka Valková, ktorá stála na stupni víťazov I. jarného slalomu mládeže, nechodí medzi nás. Nechcú ju pusťiť na tréningy, pretože je vraj veľmi zanepřádznená.

Náš oddiel vyzval na súťaž o titul »Vzorný lyžiarsky oddiel v práci s mládežou« tieto oddiely: TJ Lokomotiva Vrútky, TJ Ružomberok a TJ Dynamo Nizke Tatry v Lipt. Mikuláši. Podmienky súťaže sú jednoduché — každý oddiel postaví 10—15 členné družstvo zjazdárov alebo bežcov, ktoré budú navzájom súťažiť v lete v niektorých atletických disciplínach a v plávaní. V zime v zjazdových disciplínach a v behoch. Zvíťazí ten oddiel, ktorý získa najviac bodov, podľa umiestnenia členov svojho družstva. Myslíme si, že takáto vzájomná súťaž pomôže oživiť prácu s mládežou, pretože jej zanedbávanie je príčinou zostávania nášho závodného lyžovania.

LYŽAŘI DUKLY ÚSPĚŠNÍ I BEZ LYŽÍ

Tak jako loni i letos se zúčastnili sportovních oslav Běhu vítězství, který byl spojen s III. kolem SHM v přespolním běhu. Nejdříve pomohl mladým běžcům na stadionu v Pavlovicích v organizování běhů všech kategorií. Po skončení závodu mládeže se všichni zúčastnili I. ročníku Běhu vítězství o pohár SČSP jednotlivců a tříčlenných družstev na 3000 m. Vedli si úspěšně a potvrdili, že i bez lyží dokáží měřit své síly s ostatními. Neúspěšnější na trati 3000 m byl z lyžařů Dukly Brett, který doběhl jako třetí v čase 10:06 min. a hned za ním Krupka za 10:07 min. Další pořadí závodníků Dukly: 8. Štrobl, 9. Páříčka, 11. Olekšák, 13. Ploc, 15. Kutheil, 20. Martiňák, 21. Zacharides.

Soutěž družstev vyhrálo I. družstvo Dukly (Brett, Krupka, Štrobl) za 30:35,4 min., II. družstvo Dukly bylo čtvrté a sdružení (Olekšák, Kutheil, Martiňák) pátí.

Nyní se všichni lyžaři Dukly připravují na plnění podmínek soutěže o nejzdat-

■ Nástup mladých pretekárov pri jarnom slalome mládeže na Martinských holiach.



Z PŘEDSEDNICTVA ÚSTŘEDNÍ SEKCE



V úterý 20. března t. r. tragicky zahynul dlouholetý člen lyžařského oddílu TJ Slávia Olomouc, posluchač Pedagogického institutu v Olomouci Mojmír Dostál.

Všichni máme ještě v živé paměti jeho poslední slova, jeho tichý, milý úsměv, jeho družnou a přátelskou povahu.

Škoda, že právě poslední závod — závod o život — neobjel...

nějšího lyžaře 1962 v disciplínách odznaku zdatnosti. Přespolní běhy, ke kterým přidávají i častou jízdu na kolech, jsou vhodným doplňkem zvyšování fyzické zdatnosti a vytrvalosti v přípravném období na novou sezónu.

Z PĚTI CEN ČTYŘI ODVEZLI

Mezi velmi dobře pracující tělovýchovné jednoty v Jihočeském kraji, kde lyžování je jedním z předních sportů, hlavně mezi mládeží, je TJ Horní Vitavice. Krajská sekce lyžování v Č. Budějovicích pověřila tuto tělovýchovnou jednotu uspořádáním zimního orientačního závodu, přeboru Jihočeského kraje. Celkem přijelo 15 dvoučlenných hlídek v pěti kategoriích. Nejlépe byli připraveni závodníci Sokola Křemže, které vede bývalý dlouholetý aktivní závodník a dnes známý dobrovolný pracovník F. Zimmermann. Z pěti kategorií vyhráli čtyři, když v páté se umístili na druhém místě. Úspěch členů Sokola Křemže je výsledkem dobré práce, svědomité přípravy a důkazem toho, že i v malých oddílech se dá vykonat velký kus práce.

Do rubriky zpráv z oddílů a sekcí přispěli dopisovatelé B. Burian z Jihočeského kraje, M. Jirsa a J. Hoch z Prahy, M. Macula ze Středoslovenského kraje a Fr. Pílnay ze Severočeského kraje.

Posílejte nám krátkou zprávu o činnosti, kterou připravujete v letním období. Nepřehlédněte však, že článek, který zašlete do 15. každého měsíce, může být uveřejněn až v čísle následujícího měsíce.

Předsednictvo ústřední sekce projednalo hodnocení plenárního zasedání, které mělo velmi dobrou úroveň, zejména pokud jde o přístup delegátů k projednávaným materiálům z II. sjezdu ČSTV a k návrhu usnesení, které bylo předloženo na závěr zasedání. Rovněž účast pozvaných předsedů krajských lyžařských sekcí a ostatních delegátů byla velmi dobrá.

Předsednictvo sekce uložilo jednotlivým komisím projednat usnesení z plenárního zasedání a doplnit o ně jednotlivé plány činnosti, jejichž plnění bude průběžně kontrolováno. Zejména pak zdůraznilo úkol projednávání spolupráce s ROH a ČSM v otázkách zimních pionýrských táborů, obdobně jako jsou letní tábory.

Dále projednalo předsednictvo průběžnou zprávu komise základního lyžování o plnění podmínek odznaku «Lyžař ČSSR». Průběžná zpráva ukázala, že stanovený plán nositelů tohoto odznaku bude překročen, i když do zprávy nebyly zapracovány hlášení Jihočeského kraje, MV Praha a Západoslovenského kraje, které zprávy nezasílaly. Bylo zdůrazněno, že tato soutěž tvoří podstatnou část učebně sportovní náplně oddílů a zejména pak výchovně výcvikových zájezdů školní mládeže a zimní rekreace ROH, i když se vyskytují někteří organizátoři, kteří přistupují k plnění pouze formálně. Toto je však třeba zlepšit, a proto předsednictvo uložilo KZL zpracovat celkovou zprávu o politickoorganizační zajištění plnění podmínek soutěže o odznak «Lyžař ČSSR» pro příští období a tento návrh předložit předsednictvu ústřední sekce na červencovou schůzi.

Průběžnou zprávu komise mládeže o Sportovních hrách mládeže přijalo předsednictvo s uspokojením, i když rov-

něž na tomto úseku nezaslalo zprávu několik krajů (Jihočeský, MV Praha, Západoslovenský a Severomoravský). Zpráva ukázala, že stanovený plán bude vysoce překročen. Je zřejmé, že v letošním roce věnovaly lyžařské složky, počínaje oddíly, daleko větší pozornost organizování Sportovních her mládeže než v minulých letech. Nejvíce účastníků vykazuje Středoslovenský kraj, celkem 58 723 chlapců a děvčat, zatímco na druhém místě je kraj Severočeský s 33 703 účastníky. Nejmenší účast vykazuje kraj Západoslovenský 2085 účastníků.

Předsednictvo ústřední sekce projednalo v dalším bodě náplň a organizační zajištění, jakož i návrh znaku a propagačních prostředků nově vyhlášené soutěže o «Spartakiádní vložku» která bude plněna v příštím závodním období. Soutěž je obdobná jako při II. celostátní spartakiádě s menšími úpravami a celé lyžařské hnutí bude včas seznámeno jak s náplní, tak s organizačně technickým zajištěním celé akce.

Dále schválilo předsednictvo návrh lyžařských vrcholných a mezinárodních soutěží pro rok 1963, se kterým budou seznámeni předsedové krajských sportovních technických komisí na celostátním aktivu v Klánovicích.

V dalším bodě projednalo předsednictvo sekce patronátní činnost jednotlivých členů předsednictva ústřední sekce, jakož i účast jednotlivých členů na schůzích předsednictva sekce. Bylo zdůrazněno, že patronátní činnost se musí podstatně zlepšit, má-li být skutečnou pomocí krajským sekcím. Dále předsednictvo odsouhlasilo tuto změnu patronů. Jiří Pílnay byl určen patronem lyžařské sekce MV Praha a Jindřich Hoch patronem lyžařské sekce Západoslovenského kraje.

JEŠTĚDSKÝ POHÁR OBNOVUJE TRADICI

Po delší přestávce jel se dne 18. února 1962 opět tradiční «ještědský pohár», závod v obřím slalomu, který se těšil vždy značné popularitě.

Závod se jel na zcela nové trati v délce 1900 m s výškovým rozdílem 430 m a měl 45 branek. Trať této sjezdovky odpovídá všem požadavkům dobrého obřích slalomu. Má padáky, profisvah, rychlé i mírnější úseky s příčnými i podélnými boulemi a schody, takže je velmi členitá a zajímavá. Šířka je 30 m.

Jelí povrch byl zbaven všech pařezů a porostu, takže je zcela bezpečná a dovoluje značné rychlosti.

Pořadatel TJ Lokomotiva Liberec byl nucen vynaložit značné úsilí k úpravě trati. Po velkých sněhových váních se musela ušlapat téměř 80cm vrstva nového sněhu. Závod se však jel za krásného slunného počasí.

Absolutním vítězem a nositelem Ještědského poháru pro rok 1962 se stal Miloslav Brůna z Jiskry Žel. Brod časem 1:49,3 min., na dalších místech se umístili: Jaroslav Janda ze Sokola Č. Šumburk časem 1:50,8 min. a Kurt Hennrich ze SZ Litvínov časem 1:52,9 min. V kategorii žen zvítězila Ilsa Fiedlerová z Jiskry Tanvald časem 2:42,3 min.

Dorostenci starší měli pořadí: 1. Alois Mutl z Lokomotivy Teplice časem 1:58,8 min., 2. Jiří Kočárek z Lokomotivy Liberec časem 2:03,9 a 3. Pavel Matouš z Kovo Děčín časem 2:04,6 min. Dorostenci mladší: 1. Jaromír Matoušek z Chemičky Ústí časem 2:05,8 min., 2. Petr Stoches ze Spartaku Rýnovice časem 2:09,5

min., 3. Rudolf Tomani z Chemičky Ústí časem 2:13,6 min.

Dorostenky starší vyhrála Alena Kornelová z Kovo Děčín časem 2:08,7 min., 2. Milada Vlachová z Kovo Děčín časem 2:37,6 a 3. Alena Langerová z Chemičky Ústí časem 2:42,5 min.

Dorostenky mladší: 1. Heidi Fretschnerová z Chemičky Ústí časem 2:19,0 min., 2. Vlasta Bambasová z Baníku Jirkov časem 2:31,2 min. a 3. Věra Štulíková z Chemičky Ústí časem 2:32,5 min.



■ Horní travers ještědské sjezdovky.

MLADÍ SÁŇKAŘI V NDR

MILOSLAV BELDA, vedoucí výpravy

V letošním roce již po druhé se zúčastnili naši junioři-sáňkaři mezinárodního závodu v jízdě na saních v Ilmenau (NDR). Tentokrát to byl pouze oddílový styk sáňkařského oddílu TJ Spartak Smržovka. V naší sáňkařské veřejnosti je ještě v živé paměti úspěšný zájezd juniorského družstva ČSSR v roce 1961, kdy vyhráli v II. ročníku »Lindenberg-Pokal« soutěž družstev a v jednotlivcích 2. a 3. místo v kategorii juniorů a 2. místo v kategorii juniorek, jakož i 2. místo v kategorii dvousedadlových saní. Byl to skutečně mimořádný úspěch. Pod tímto dojmem odjíždělo také juniorské družstvo Spartaku Smržovka ve složení: Hladík, Klápště, Nitsche, Valenta, Nesvadbová, Švadlenová, Krikorková, Váterová s trenérem Švadlenou a vedoucím Mil. Beldou začátkem února z Prahy do Ilmenau. I když jsme vloni vyhráli soutěž družstev, bylo nám celkem jasné, že v III. ročníku »Lindenberg-Pokal« bude daleko silnější konkurence.

Ilmenau, známé zimní středisko v těsné blízkosti Oberhoftu, nás nepřivítalo právě příznivě. Myslím, pokud se sněhu týče. Městské působilo spíše jarním dojmem. Vynahrádili to naši hostitelé, kteří od prvního okamžiku se o nás starali skutečně velmi.

Po slavnostním zahájení bylo provedeno losování. Celkem bylo přihlášeno 36 juniorů, 14 juniorek a 12 dvojic.

Možnost tréninku před vlastním zahájením závodu prakticky nebyla vůbec žádná. Závodníci si pouze v pátek odpoledne prohlédli trať a museli se spokojit s tím, že v sobotu byla provedena jedna tréninková jízda odstartovaná podle vylosování pro vlastní závod. Již v této jízdě se ukázalo, že naši závodníci mohou zasáhnout do bojů o přední místa. Přesto nejlepší čas dosáhli Schipanski a Meusingerová z Ilmenau. V první jízdě se zájem přítomných diváků soustředil hlavně na předposlední zatáčku tzv. »Dinkel-Kurve«, která proti předcházejícímu roku byla zcela přestavěna a byla naprosto bezpečná.

V sobotu dopoledne se jely dvě jízdy juniorů a po dohodě s vedoucími jednotlivých družstev pouze jedna jízda juniorek. Po prvé jízdě juniorů se ujal vedení Hörnlein z Ilmenau časem 1:07,6 (průměrná rychlost: 74,5 km) před Schipanskim (1:08,1), Rakušanem Bichlerem (1:09,2), Froschem z Rakouska (1:09,4) a našim Hladíkem (1:09,6). Nitsche byl 8. a Klápště 7., Valenta měl havarii před cílem a dojel v čase 1:26,7 a tím ztratil možnost se umístit mezi nejlepšími závodníky. Ve druhé jízdě se však umístění na předních místech částečně změnilo. Hörnlein menší havarii se posunul na 4. místo, zatím co vedení se ujal Schipanski z Ilmenau celkovým časem 2:15,3 min. Náš Hladík velmi dobrou jízdou a druhým nejlepším časem v této jízdě se posunul na 2. místo v čase 2:17,8 min. Mistr Evropy 1962 Bichler z Rakouska zajel »pouze« 1:09,2 a klesl za Hladíka na 3. místo. Pokud se ostatních závodníků týká, klesl Frosch z Rakouska celkovým časem dvou jízd 2:28,9 minut až na 12. místo, Thaler z Rakouska na 8. místo, zatím co Valenta postoupil z 24. na 19. místo. Nitsche zajel 2. jízdu za 1:12,4 a obsadil 5. místo a Petr Klápště časem 1:13,0 postoupil na 8. místo.

Velmi příznivě pro nás se vyvíjel závod juniorek. Zatím co mistryně Evropy 1961 a 1962 Helga Meusingerová z Ilmenau zajela pilotní jízdu o 4 vteřiny lépe než naše závodnice, havarovala právě v předposlední zatáčce, ztratila drahocenné vteřiny a dojela 1. jízdu v čase 1:20,0 min. Těsně před ní se startovním číslem 77 jela Hana Nesvadbová a dosáhla skvělého času 1:15,5 min. (průměrná rychlost: 86,6 km). Alena Švadlenová časem 1:17,7 min. obsadila 2. místo a překvapením pro nás bylo 3. místo Kristy Krikorkové časem 1:17,9 min. Teprve na 5. místě mistryně Evropy Helga Meusingerová.

Sobotní odpoledne jsme věnovali zájezdu do známého zimního střediska Oberhoftu. Naši hostitelé nám připravili krásný výlet osobními auty, spojený s návštěvou Domu sportu v Oberhoftu. Zpět jsme jeli přes Zella Melis, odkud pocházejí nejlepší závodníci — bobaři NDR.

V neděli se jela 3. jízda juniorů a 2. a 3. jízda juniorek, jakož i 2 jízdy dvojic. V noci byla teplota málo pod nulou, takže dráha byla zmrzlá, ledová. Proto pořadatelé z obav před úrazy zkrátili dráhu na 1200 m. Velké štěstí při vylosování měli opět Rakušané. Opakovala se historie loňského roku, neboť mistr Evropy Bichler, který po dvou jízdách byl na 3. místě za našim Hladíkem, jel se startovním číslem 48 jako první a dosáhl skvělého a nejlepšího času 57 vt. (průměrná rychlost 75,6 km) a posunul se na 2. místo. Vedoucí závodník Schipanski zajel v čase 58,4 vt. a zvítězil v kategorii juniorů. Náš Hladík časem 58,5 vt. získal 3. místo. Nitsche a Klápště si uhlíželi 5. a 6. místo. Valenta časem 1:03,4 min., se posunul na 18. místo. S napětím jsme očekávali závod juniorek již proto, že Helga Meusingerová prohlásila v sobotu večer, že musí porazit naši Nesvadbovou. První z obou favoritek jela Nesvadbová. Její odvážná jízda vzbudila oprávněný obdiv všech přítomných diváků — a její čas: 1:01,2 min., průměrná rychlost: 70,5 km vyvolal bouři potlesku. Za několik minut později odstartovala mistryně Evropy Helga Meusingerová. Jela velmi pěkně a odvážně s úmyslem snížit náskok Nesvadbové na minimum. Dosáhla stejného času jako Nesvadbová — 1:01,2 minuty. A to byl psychologický zvrat. Meusingerová ve 3. jízdě dosáhla již podstatně horšího času 1:02,4, zatímco Nesvadbová stejného času jako ve druhé jízdě a zvítězila o plně 4,4 vteřiny před Švadlenovou, která zajela ve třetí jízdě vůbec nejlepší čas: 1:00,5 (průměrná rychlost: 71,2 km) a předstihla též Helgu Meusingerovou a umístila se v konečném pořadí na velmi hezkém 2. místě. Krista Krikorková po 2 jízdách na 4. místě bohužel ve třetí jízdě havarovala a klesla na 9. místo. A. Váterová vyrovnanými jízdami se umístila v polovině kategorie juniorek na 7. místě.

Ohledně skončení jízd jednotlivců se jel závod dvousedadlových saní. Vzhledem k velmi rychlé dráze zkrátili pořadatelé pro dvojky opět dráhu o dalších 200 m. Bez konkurence jel Rakušan Bichler a Thaler, kteří na dráze dlouhé 1000 m dosáhli času 47,9 vt. po obě jízdy (průměrná rychlost: 75,5 km). Po prvé jízdě byl Hladík s Nitschem na 2. místě časem 50,1 vt. Ve druhé jízdě havarovali a umístili se až na 8. místě z 12 dvojic. Naproti tomu Valenta s Klápštěm zajel druhou jízdu ve skvělém čase



■ Alena Švadlenová byla i letos členkou vítězného juniorského družstva, v jednotlivcích skončila letos na 2. místě.

se 49,9 vt. a v konečném pořadí se umístili na 3. místě.

Výkon našich závodníků, hlavně děvčat, měl pochopitelně velký ohlas mezi přítomnými diváky. Cestou ze závodní dráhy nás zastavovali a blahopřáli k úspěchu. Také závodníci NDR a Rakouska byli překvapeni velmi dobrou výkonností našich závodníků a nikterak se s tím netajili. Dostalo se nám oficiálního pozvání na příští ročník »Lindenberg-Pokal«.

Tento zájezd do NDR je možno hodnotit jako velmi úspěšný. Je také dobrým nástupem do předolympijské přípravy ZOH 1964. Pochopitelně, že se také projevil některé nedostatky, které bude nutno do ZOH 1964 odstranit:

1. Současný stav drah v Evropě, a dokazují to také poznatky z mlstrovství světa v Krynici, vyžaduje nácvik rychlosti u našich závodníků. Bohužel, až na ještěd, žádná dráha u nás nevyhovuje prakticky pro nácvik rychlosti. Bude třeba věnovat zimní úpravě dráhy na ještědu podstatně větší pozornost a umožnit tak našim předním závodníkům, aby udrželi krok se špičkovými závodníky ostatních zemí.

2. Daleko větší pozornost je třeba věnovat tréninku dvousedadlových saní. Nenechávat nominaci dvojic pouhé náhodě.

Miloslav Belda, vedoucí výpravy

TECHNICKÉ VÝSLEDKY

1. Schipanski, NDR	3:13,7
2. Bichler, Rakousko	3:15,4
3. Hladík, ČSSR	3:16,3
4. Hörnlein, NDR	3:19,5
5. Nitsche, ČSSR	3:23,5
6. Klápště, ČSSR	3:24,4
7. Thaler, Rakousko	3:27,5
8. Valenta, ČSSR	3:44,5

Juniorky:

1. Nesvadbová, ČSSR	3:17,9
2. Švadlenová, ČSSR	3:22,3
3. Meusingerová, NDR	3:23,6
4. Leinová, NDR	3:29,7
5. Wefingová, NDR	3:31,6
6. Tierlichová, NDR	3:33,2
7. Váterová, ČSSR	3:34,4
9. Krikorková, ČSSR	3:48,1

Dvojice:

1. Bichler—Thaler, Rakousko	1:35,8
2. Tresselt—Brembach, NDR	1:40,1
3. Klápště—Valenta, ČSSR	1:42,1
8. Hladík—Nitsche, ČSSR	1:54,5

Saně

OBSTÁLI JSME

Inž. BRONISLAV HANÁK, trenér

Účast na VII. mistrovství světa v jízdě na saních v Krynicích byla zahrnuta předsednictvem ústřední sekce bobů a saní do plánu olympijské přípravy. Měření sil s nejlepšími závodníky světa ukázalo, že čs. reprezentanti si zaslouží, aby byli na IX. zimní olympijské hry do rakouského zimního střediska Igls-Insbrucku vysláni.

Trenérská rada ústřední sekce podrobně hodnotila výsledky dosažené na mistrovství světa v Polsku. Zabývala se především nedostatky, které se vyskytly v přípravě, a vytyčila konkrétní opatření k prohloubení tréninku a výchovy našich špičkových závodníků, kteří byli zařazeni do olympijského družstva. Ve stručnosti seznámíme vás s obsahem tohoto hodnocení.

Naše národní družstvo sáňkařů absolvovalo před mistrovstvím světa pouze krátký výcvikový tábor na nedostatečně upravené ještědské dráze a ve Smržovce. Pro oblevu musel být společný trénink zkrácen z plánovaných 7 dnů na 4. V tomto krátkém čase se podařilo odstranit některé technické nedostatky závodníků a smelit družstvo v bojovný kolektiv. Byli jsme si od začátku vědomi toho, že malé mezinárodní zkušenosti (naposledy jsme startovali na II. mistrovství světa v Davosu v roce 1957) a nedostatek tréninku v Krynicích musíme nahradit bojovností a vůlí získat co nejlepší umístění.

Místo tréninku uspořádali pořadatelé na zkrácené dráze asi 1100 metrů dlouhé dva pohárové mezinárodní závody: Muži jeli tři jízdě na zkrácené trati, z toho jednu při umělém osvětlení, a pouze dvě jízdě na celé trati z rozjezdové věže, a to jen za denního světla.

Ženy měly lepší možnost přípravy na vlastní mistrovské jízdě. Jely pět jízd v tréninku na trati mistrovství světa, z toho jednu večer. Jak se ukázalo, byl tento trénink zvláště pro muže nedostatečný. Nemohl ani z poloviny dohnat náskok, který mělo polské a německé družstvo ze společné přípravy.

V Krynicích se výkony našich závodníků zlepšovaly od jízdy k jízdě. Z žen si nejlépe vedla v tréninku mistryně sportu Jana Jarolímová, z mužů mistr sportu Horst Urban, Maník Novotný a Vladimír Kovanda. Vzhledem k tomu, že trénink na celé délce dráhy byl proveden jenom ve dvou jízdách, souhlasili jsme s ostatními alpskými a skandinávskými zeměmi se zkrácením trati pro ženy a dvousedadlové saně. Bylo to šťastné rozhodnutí. Pouze jeden lehčí úraz a dobré výsledky našich zejména v těchto dvou disciplínách dokumentují jeho oprávněnost.

Čs. národní družstvo v počtu 3 ženy a 6 mužů (z toho 3 dvojice) startovalo ve všech disciplínách, i když ne v plném počtu, který povolují pro každý stát mezinárodní pravidla, tj. 8 mužů, 6 žen a 4 dvojice. Této možnosti však využilo Rakousko, Německá spolková republika, Německá demokratická republika, Polsko, v kategorii mužů a dvousedadlových saní Itálie, tedy státy, které se v hodnocení národů zásluhou svých početně a tím i výkonnostně silných družstev umístily na prvních pěti místech. Také Norsko postavilo plný počet 8 mužů.

V závodech o mistrovství světa na dvousedadlových saních jsme dosáhli nečekaného úspěchu. Z 25 startujících dvojic získali Maník Novotný a mistr sportu Petr Škrabálek 3. místo a bronzovou medaili ve 2 jízdách časem 56,12 vt. — 56,57 vt. — celk. čas 1:52,69 min., zatímco vítězové — mistři světa 1962 Johan Graber a Giampolo Ambrosi (Itálie) zajeli časy 55,75 vt. — 55,75 vt. — celk. čas 1:51,50 min. a držitelé stříbrné medaile Němci Fritz Nachmann (dvojnásobný mistr světa) a Max Leo jeli v čase 56,21 vt. — 56,36 vt. — celk. čas 1:52,57 min. Ke stříbrné medaili chybělo naší dvojici pouze 12 setin vteřiny.

Krásné 5. místo vybojovala další československá dvojice mistři sportu E. Peukert s H. Urbanem časem 56,58 vt. — 56,26 vt. — celk. čas 1:52,84 min. Soutěž dvousedadlových saní měla vysokou sportovní úroveň. Naše závodníky na 5. místě dělilo od zlaté medaile pouze 1,34 vteřiny. Kovanda s Tomáškovou nebyli oficiálně klasifikováni, protože kongres v průběhu mistrovství světa start smíšených dvojic zakázal. Podali jsme protest s odůvodněním, že naše smíšená dvojice byla připuštěna ke startu a celé mistrovství absolvovala podle pravidel. Jury protest zamítla.

Plán olympijské přípravy počítal v této disciplíně s umístěním jedné dvojice do 6. místa, je tedy výsledek dosažený v Krynicích více než radostný. Původně počítala trenérská rada ještě se startem Rolandu Urbana, který měl jet na dvousedadlových saních se svým bratrem mistrem sportu Horstem Urbanem. Po snížení počtu účastníků výpravy Roland do Polska nejel, a tak jsme ztratili možnost reálně zaútočit na zlatou medaili. Týden po mistrovství světa zvítězili bratři Urbanové na mistrovství ČSSR v lázních Jeseníku a nositelé bronzové medaile z Krynic byli odsunuti v domácí nejvyšší soutěži až na 3. místo. Na dvousedadlových saních patříme díky novým konstrukcím saní naší výroby ke světové špičce. Pro ZOH máme ještě rezervy v mladých závodnících, kteří dosud na mistrovství světa nestartovali.



■ Velkým uměním je projet plnou rychlostí nízko na stěně zatáčky. Ze to lze provést, dokazuje na našem snímku mistr světa Thomas Köhler z NDR.



■ V dokonale ledové úpravě jsou na dráze v Krynicích provedeny všechny zatáčky. Na snímku je Petr Škrabálek při projíždění druhé zatáčky.

■ Polák Wojnar, druhý na mistrovství světa, zná krynickou dráhu dokonale. Na našem snímku projíždí zatáčku »Pálmetek«.



NOVINKY STN

Sportovního a turistického nakladatelství v Praze a Vydavatelstva Sport v Bratislavě.

Pro informaci čtenářů předkládáme stručný obsah některých publikací, které byly zařazeny do edičního plánu a vyšly anebo vyjdou do konce tohoto roku.

Korobkov — Jananis: Fyziologické a biochemické základy sportovního tréninku: Nejnovější dílo pracovníků Lesgaftova Institutu tělesné výchovy v Leningradě je určeno cvičitelům tělesné výchovy a studentům vysokých škol, trenérům a vědeckým pracovníkům. Kniha podává rozbor sportovního tréninku z hlediska fyziologie a biochemie člověka. Náklad 2000 výtisků. Váz. 20 Kčs.

A. Kuchen: Efektivnost lokomočních pohybů. V knize nášmu autorovi jde o ekonomičnost a efektivnost lahkotletických pohybů — chůdže, behu, skoku a hodů — a o ich uplatnění a zdokonaľovanie vo futbale, hádzanej, basketbale, volejbale, lyžování, ľadovom hokeji, cyklistike a tenise. Bude to »Iahkoatletický« přístup k tréniniovým metodám v spomínaných športoch. Náklad 4000 výtlačkov. Viaz. 17,70 Kčs.

J. Houdek: Lyžujeme v terénu. Příručka bude sloužit zejména lyžařům-rekreativům. Rozebírá základy lyžařského výcviku a zaměřuje se především na nezávodní lyžování. Náklad 5000 výtisků. Brož. 8 Kčs.

M. Zálešák: Naučme sa lyžovať. Publikácia poskytuje vedúcim lyžiar-ských kurzov, cvičiteľom i ostatným záujemcom všetko potrebné, čo pri prvých krokoch na lyžiach a pri zdokonaľovaní v tomto zdravom športe potrebujú. Autor prechádza po jednotlivých prvkoch lyžiarskej techniky od tých najjednoduchších k zložitejším. Prítom rozoberá každý prvok z hľadiska potrieb lyžiara-turistu a lyžiara-pretekára. Publikácia bude spestrená výstižnými a názornými kresbami. Ilustrácie S. Németh. Náklad 4000 výtlačkov. Viaz. 10 Kčs.

Kolektív Horskej služby: O záchrane v horách. Kolektív pracovníkov Horskej služby sa podujal spracovať veľmi potrebnú príručku o tom, ako sa majú návštevníci našich hôr správať, aby nedochádzalo k nehodám, ktoré sa často končia tragicky. Chcú teda zvýšiť vzdelanie mnohých ľudí v oblasti správaní sa v horách a v problematike záchranej techniky, ktorí či už ako turisti, rekreatanti alebo lyžiari vyhadávajú horskú prírodu alebo majú za úlohu zabezpečiť príjemný pobyt skupín turistov alebo väčších skupín žiakov a študentov v našich horách. Náklad 8000 výtlačkov. Brož. 11,40 Kčs.

Kolektív autorů: Putovní tábor: Instrukční příručka o turistickém putování a organizování putovního tábora. Obsahuje praktické pokyny k jeho zřizování a je doplněna názornými kresbami. Náklad 5000 výtisků. Brož. 3 Kčs.

Z. Zibrin, R. Kuchař: Z Tatier na Kaukaz. Prvá pôvodná bohato ilustrovaná publikácia o ceste našich horolezcov z najťažších tatranských stien do Kaukazu a Álp. Autori, ktorí zdolali Mont Blanc, Petit Dru, Grandes Jorasses, severnú stenu Matterhornu a konečne Eiger, oboznamujú v tejto pútavej publikácii čitateľa so svojimi bohatými zážitkami, s úspechmi našej horolezeckej školy a so zákulisím horolezectva v kapítalistickej krajine. Náklad 8000 výtlačkov. Viaz. 24 Kčs.



MOTEJLEK VÍTĚZÍ V KLINGENTHALU

Výsledky československých reprezentantů ve skoku na lyžích na letošním mistrovství světa v Zakopanem neukázaly správnou výkonnost našich závodníků. Neúčast našich dvou nejlepších, Matouše a Motejleka, nás určitě připravila o lepší umístění a zároveň o lepší veřejné mínění o úrovni československých skokanů. Tato skutečnost se plně projevila při závodech v NDR — zemi nejlepších skokanů — kde byla dána našim reprezentantům příležitost, aby si opět změřili síly na velkých mezinárodních závodech za účasti domácích závodníků a závodníků z Polska, Maďarska a SSSR.

Družstvo ČSSR bylo složeno z mladých skokanů, se kterými počítáme na ZOH v roce 1964. Scházeli pouze Matouš, který si ještě léčí své zranění utržené v Zakopanem, a mladý nadějný Hubač. Mezinárodní závody v NDR se konaly dne 29. března t. r. na velkém můstku v Klingenthalu. Je to jeden z nejlepších můstků v NDR, s moderní betonovou nájezdovou věží. Kritický bod »P« je 82,7 m a poměr H/N je 0,45. Pro pohodlnější vstup závodníků k nájezdové věži je vybaven lanovkou. Nevýhodou tohoto můstku je jeho návětrná poloha. Většinou zde fouká silný vítr.

K závodu bylo přihlášeno 40 nejlepších závodníků z pěti států. Již dopolední trénink naznačil, že nastane tuhý boj mezi reprezentanty jednotlivých národů. Samov skočil 95 m a přiblížil se rekordu můstku, který je 96 m, náš Motejlek i Martiňák 94 m, Němci Riedel a Bokoloh 93 m a jeden z Poláků taktéž 93 m.

Počasí v průběhu závodu bylo špatné. Vál silný protivítr a mlha a déšť ztěžovaly závodníkům dobré provedení skoků. I za těchto podmínek byl můstek vzorně upraven.

Při odpoledním závodě se postaral náš reprezentant Dalibor Motejlek hned v prvním kole o velké překvapení. Jako jediný závodník se dostal skokem dlouhým 85 m za hranici 80 m. Za tento velmi dobrý výkon obdržel 115,3 bodu a převzal vedení v soutěži. Samov skočil 79,5 m, Bokoloh 80 m, Riedel 79,5 m, Cakadze 74,5 m, Doubek 76 m a Martiňák 70,5 m.

Do druhého kola nastoupil Motejlek z dosti vysokým bodovým náskokem před sovětským závodníkem Samovem. Tím získal klid a sebedůvěru a i druhým skokem dlouhým 85 m dokázal, že

patří mezi nejlepší v celé soutěži. Samov skočil 84,5 m, Riedel 85 m, Cakadze 84 m, Bokoloh 81 m, Doubek 78,5 m, Martiňák 77 m.

Protože ze tří provedených skoků se hodnotí dva nejlepší, skáče každý závodník ve třetím skoku »naplno«, aby si zajistil co nejlepší umístění. Tak i Motejlek na pokyn trenéra při posledním skoku dal ze sebe vše, aby si vítězství udržel. Dobře provedeným odrazem, ekonomickým letem a hlavně jistým doskokem skočil nejdělsí skok dne 86 m a zajistil si tím definitivně velmi cenné vítězství na tak velkém mezinárodním závodě, jakým »Klingenthal« bezesporu je. V tomto posledním kole skočil Samov 84,5 m, Bokoloh 85,5 m, Riedel 86 m a pádem, Cakadze 77,5 m, Doubek 76,5 m a Martiňák 78 m.

Konečný výsledek

	m	m	bodů
1. D. Motejlek, ČSSR	85,0	86,0	229,7
2. N. Samov, SSSR	84,5	84,5	223,5
3. D. Bokoloh, NDR	80,0	85,5	216,9
4. J. Riedel, NDR	79,5	85,0	214,0
5. L. Heyer, NDR	86,0	80,0	212,0
6. K. Cakadze, SSSR	84,0	77,5	211,1
17. R. Doubek, ČSSR	76,0	78,5	196,2
20. M. Martiňák, ČSSR	77,0	78,0	195,7

Vítězství Motejleka bylo velkým překvapením pro účastníky soutěže a často bylo slyšet: »Čechoslováci se v poslední době velmi zlepšili.«

Z tohoto mezinárodního úspěchu máme velkou radost. Znovu se nám potvrzují poznatky z minulých let, že naši reprezentanti se dostávají do vrcholné formy teprve koncem sezóny, po absolvování většího počtu skoků. Podání vrcholných výkonů s jednoměsíčním zpožděním proti nejlepším světovým závodníkům je tedy zaviněno především tím, že se pro nedostatek sněhu nedá u nás skákat již začátkem prosince. Jistě z tohoto poznatku budeme muset nyní v období přípravy na ZOH 1964 vyvodit vážné závěry. Chceme-li vyžadovat od našich reprezentantů vrcholnou formu již v únoru, kdy se konají hlavně mezinárodní závody, budeme jim muset zajistit přípravu na velkém můstku již začátkem prosince — ovšem na sněhu. Jistě tím umožníme našim skokanům se zařadit mezi nejlepší závodníky na světě.

RUDOLF SCHRÜFEL

Lyžařství

ROČNÍK 48, ČÍSLO 6

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouza. Telefon 248-115. Redakce: Praha I-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-19*21769



DOČKALI JSME SE



■ Celkový pohled na skokanské středisko Klingenthal v NDR.

■ Naši reprezentanti spolu se svým trenérem Schröflem. Zleva Raška, Motejlek, trenér Schröfel, Doubek a Martiňák.

■ Ne nadarmo se říká, že bez práce nejsou koláče. Názorně to ukazuje snímek D. Motejčka při letní činnosti před několika roky. Jedině cílevědomou a soustavnou činností je možné dosáhnout mistrovských výkonů.





ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lyžařství - sánkařství a bobový sport



6

Lýžařství

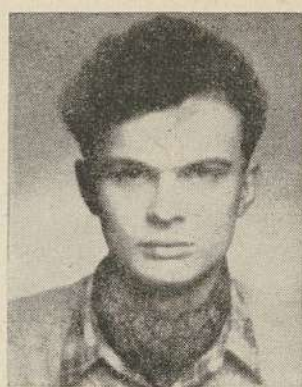
sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
ČERVENEC
— SRPEN 1962





Trenér Zdeněk Remsa, MS



Jáchym Bulín, MS



Drahoš Jebavý, MS



inž. Jaromír Nevlud, MS

NAŠI REPREZENTANTI

Přestože ještě nejsou »zlikvidovány všechny účty« z uplynulé sezóny, otevřeli již naši reprezentanti konto příprav pro příští hlavní období. Vedení svými trenéry získávají především fyzickou zdatnost, vytrvalost, obratnost, sílu a rychlost. Chceme vás na stránkách časopisu seznámit s nejúspěšnějšími závodníky ve všech disciplínách v uplynulém období:

Jako první vám představujeme nejlepší závodníky ve skoku, z nichž řada bude členy nového reprezentačního družstva, které spolu s ostatními družstvy bude v dohledné době schvalovat předsednictvo ústřední sekce.



Stojí: Matouš, Jebavý, Remsa, Vašut, Doubek, Nevlud, Raška.
V podřepu: Motejlek, Hubač, Ulrych.



Ladislav Divila



Rudolf Doubek



Zbyněk Hubač



Josef Matouš



Miroslav Martiňák



Dalibor Motejlek



Jiří Raška



Emil Ulrych

ČÍM DŘÍV — TÍM LÉPE

Kyž se má postavit dům, musí mít jeho stavitel nejen hotové plány a materiál, ale hlavně dostatečný počet zedníků, kteří ho rychle a spolehlivě postaví.

Co to má však společného s činností a prací lyžařských oddílů a sekcí? Mnoho ne, ale něco přece. Jako onen stavitel, tak i my máme své plány, dokonce i výhledové plány až do roku 1968. Také materiálu — mládeže, která má zájem o tělovýchovu, máme tolik, že doslova nevíme, z které strany dřív začít. Jedině co nám chybí, je dostatek cvičitelů, pomocných cvičitelů a trenérů, bez kterých tělovýchovnou činnost mládeže nezajistíme, stejně jako bez zedníků by žádný stavitel dům nepostavil.

Všichni si tuto skutečnost uvědomujeme, mluvíme o tom halasně na všech poradách a schůzích, ale podstatné zlepšení není nikde vidět. Příčiny nijak se nelepšící situace jsou různé. Hovoří se o nezájmu dělat cvičitelskou nebo trenérskou práci, o potížích s uvolňováním ze zaměstnání, o nedostatku finančních prostředků na školení apod. Po učme se zkušenostmi a čísly statistiky loňského roku a nedávno uplynulé sezóny. Tak například na jaře minulého roku uspořádala lyžařská sekce MV Praha několik běhů týdenního náborového školení pomocných cvičitelů. Podmínkou účasti byla vlastní úhrada pobytu a účastníci jeli na úkor své dovolené. Všechny kursy byly dopředu vyprodány a na mnohé žadatele se nedostalo. Víme, že nejsou ve všech krajích stejné podmínky, a co platí v Praze, nemusí platit jinde. Víme však také, že lyžařský sport svou oblíbeností a krásou prostředí má na tisíce ctitelů, kteří mají zájem o vše, co s ním souvisí, a jsou ochotni pro něj ledacos obětovat. Domníváme se, že více tu působí nedostatečná propagátorská a informační činnost lyžařských oddílů směrem k široké veřejnosti než opravdový nezájem. Vždyť zejména v tomto roce pracovníci ČSM a PO i Revolučního odborového hnutí volají po spolupráci při školení nebo doškolení tělovýchovných pracovníků na jejich úseku a je jen třeba vzít je za slovo.

Je samozřejmé, že v době, kdy průmyslové podniky, zemědělství i ostatní sektory jsou soustředěny na plnění výrobních úkolů, není uvolňování pracovníků na školení jednoduchou záležitostí. Řekněme si rovnou, že bez zainteresovanosti podniku a jeho vedení a bez přesvědčování ZV ROH je skoro v současné době vyloučené. Že však jsou zaměstnanci uvolňování a v dostatečném množství, svědčí již stovky vyškolených organizátorů, pomocných cvičitelů a někde i cvičitelů, například na okrese Bruntál, Trutnov, v Praze i jinde. Jde tedy o to, aby se oddíly větší měrou věnovaly tělovýchovné činnosti mimo rámec naší organizace a spolu s ROH vytvářely podmínky k jejímu zabezpečení. Potom jistě nebudou potíže s uvolňováním tak velké.

Byla již řeč o nedostatku finančních prostředků na školení. Co si však pomyslet o zprávě, která byla nedávno přednesena předsednictvu ÚV ČSTV o tom, že položky cvičitelů a trenérů na I. čtvrtletí letošního roku byly čerpány jen na 52,5 %. Přitom I. čtvrtletí je obdobím, kdy probíhají školení zimních sportů, tedy i lyžování. Kde hledat chybu? Je to snad zaviněno tím, že lyžařští funkcionáři neplnili plán školení a věnovali se jen doškolení? Nebo nevěděli o dosažených odsouzených úsporách?



■ Cvičitel Jaroslav Bartel vede družstvo při výcviku v Lyžařské škole mládeže pořádané lyžařským oddílem VŽKG o pololetních prázdninách. Mládež se seznamuje se základním lyžařským výcvikem a z nejspokojnějších jsou vybráni budoucí pomocní cvičitelé.
Snímek: C. Zahradníček

Ať tak, či onak, ukazuje se, že stále ještě v mnoha oddílech a sekcích podceňují význam školení nových cvičitelů a trenérů a že mnoho funkcionářů dosud nepochopilo základní a rozhodující úkol daný listopadovým zasedáním ÚV KSČ a potvrzený II. sjezdem ČSTV — zajistit kvalitní tělovýchovu a sport všem občanům a především mládeži. Jedině tak je možné vysvětlit, proč řada oddílů a lyžařských sekcí se zaměřuje převážně na sportovní výkonnost a pečuje o poměrně úzký okruh těch nejvýkonnějších na úkor zvyšování počtu organizovaného členstva v oddílech a růstu skutečně masové základny.

Nyní, v letním období, je nevhodnější doba k přípravám školení nových cvičitelů a trenérů. Zkušenosti nám ukazují, jak nejlépe postupovat. Hodně se hovoří o nutnosti vzájemné spolupráce s ČSM, se školou i s ROH i o radostných výsledcích této spolupráce:

(Pokrač. na str. 2)

NÁŠ KOMENTÁŘ

V Moskvě na závěrečné tiskové konferenci zasedání Mezinárodního olympijského výboru (MOV) generální sekretář MOV Švýcar Mayer prohlásil: »Bylo to jedno z našich nejpłodnějších zasedání. Probíhalo ve skutečném olympijském duchu. Důležitá rozhodnutí byla přijata v klidné a tvůrčí atmosféře. Sověští pořadatelé vytvořili maximálně dobré podmínky pro práci zasedání.«

Šlo tudíž o mimořádně úspěšné zasedání. Přesto však o jedné z důležitých otázek, a to o otázce, zda na zimních a letních olympijských hrách nastoupí celoněmecká družstva, jasno zjednáno nebylo. Čestný prezident Olympijského výboru NSR von Halt prohlásil, že nejvyšší sportovní vedení NSR souhlasí s vytvořením společného německého družstva, dodal však, že příslušné rozhovory budou muset být poněkud odsunuty vzhledem k současné politické situaci.

První, pozitivní část prohlášení von Halta ostře kontrastuje s činy OV NSR. Byl to OV NSR, který neodpověděl na dopis OV NDR, ve kterém bylo navrhováno, aby byla zahájena konkrétní jednání o vytvoření celoněmeckého olympijského družstva. Je to OV NSR, který nečinně přihlíží, jak jsou v NSR vypovídáni a zavírání sportovci NDR jen proto, že přijali pozvání svých přátel v NSR k účasti na sportovních soutěžích. Byl to prezident OV NSR Daume, který redaktorům časopisu Spiegel (č. 17/12) provokativně prohlásil, že policejní předpisy postačí, aby bylo zabráněno sportovním stykům mezi oběma německými státy.

Daume v zásadě souhlasí s představami A. Brundage a Mayera, avšak o termínu a metodách vytvoření družstva chce rozhodovat sám. Když měl MOV vysvětlit důvody pro své obstrukční stanovisko, onemocněl chřipkou. Daume, vždy ochotný provádět sportu nepřátelské směrnice své vlády, je hlavním představitelem kliky rušitelů míru v mezinárodním sportovním dění. Sabotuje všemi prostředky rozhodnutí MOV, která by pro něj, jako jeho člena, měla být bezvýhradně závazná.

V Moskvě bylo rozhodnuto, že olympijští funkcionáři jižní Koreje se nejpozději do 1. září musí dohodnout s Korejskou lidově demokratickou republikou (KDR) na společném olympijském družstvu, jinak že do Tokia odjedou jen sportovci KDR. Termín pro sestavu německého olympijského družstva pro ZOH 1964 je mnohem naléhavější, neboť družstvo má být již v plné přípravě.

Bylo by dobře, kdyby pan Daume z čestného předsedy von Halta neudělal lháře. S pravdou si zahrává již příliš dlouhou dobu. Je na čase, aby našel cestu k pravdě, cestu pravého olympijského ducha.

-OK-

V současné době je nejdůležitějším úkolem v lyžování vyškolení co největší počet pomocných lyžařských cvičitelů a trenérů, případně rozhodčích III. tř.

Předpokladem pro to je dostatečný počet a vysoká úroveň pracovníků vyšší kvalifikace, tj. instruktorů lyžařských cvičitelů, trenérů II. tř. a rozhodčích I. tř., kteří jsou školeni ústředně.

Úroveň frekventantů ústředních škol v lyžování v posledních dvou letech nesporně stoupla až na školení instruktorů LC v roce 1962, kde z 22 frekventantů 7 neprospělo. Rovněž zastoupení jednotlivých krajů se až na výjimky zlepšilo. Tak v roce 1961 nebyly např. na školení trenérů II. tř. zastoupeny ani jedním účastníkem kraje Západoslovenský a Východoslovenský a na školení instruktorů LC kraje Jihočeský, Jihomoravský, Západoslovenský a Východoslovenský. Naproti tomu v letošní zimní části školení trenérů II. tř. nebyl zastoupen pouze kraj Východoslovenský a na školení instruktorů LC Východočeský a Východoslovenský. Je zapotřebí, aby lyžařská sekce Východoslovenského kraje zjedнала nápravu, neboť se jedná o kraj, který má velmi dobré podmínky pro lyžování. Pro ostatní krajské sekce platí připomínka, že je nutné posílat přihlášky včas podle termínů, které budou oznámeny, a uvádět i pořadí přihlášených pro případný výběr.

Abyste mohli zájemci, kteří splňují podmínky, již nyní přihlásit sami u svých krajských trenérských rad, komisí základního lyžování, případně komisí rozhodčích, zveřejňujeme návrh plánu ústředních škol pro rok 1963.

Školení trenérů II. tř. — letní část [8. až 14. 7., Třeboň, 50 účastníků].

V roce 1963 bude po zkušenostech z posledních let zahájeno školení letní částí a teprve v lednu 1964 bude zimní část ukončeno. Na školení mohou kraje přihlásit schopné trenéry III. tř., tak aby byly zastoupeny jednotlivé disciplíny podle klíče, který bude oznámen. Předběžně je možno počítat se 4 až 5 trenéry z každého kraje.

Školení rozhodčích I. tř. — závěrečný seminář [4 dny, březen, Harrachov, 35 účastníků].

Toto školení proběhne tak jako letos dále, na základě výběru přihlášených z jednotlivých krajů (výběr je v současné době) a na závěrečném semináři budou provedeny zkoušky.

Doškolení trenérů II. a I. tř. — [22. až 28. 4., Luční bouda, 50 účastníků].

Jelikož se jedná o doškolení, budou pozváni jmenovitě již vyškolení trenéři II. a I. tř., u nichž je časový odstup od jejich vyškolení nejméně 2 roky. Toto doškolení musí postupně absolvovat každý trenér II. a I. tř.

Doškolení instruktorů lyžařských cvičitelů:

- a) 24. až 30. 3., Chopok, 25 účastníků,
- b) 14. až 20. 4., Roháče, 25 účastníků.

Budou dva kurzy, do prvního budou pozváni absolventi školení instruktorů LC z roku 1958 a 1959, kdy byli poprvé vyškoleni podle nové techniky, a do druhého budou pozváni absolventi tohoto školení z let 1960 a 1961.

Termíny jsou zveřejňovány proto, aby trenérské rady, komise základního lyžování, komise rozhodčích na krajích již nyní mohly vybírat účastníky pro tyto akce a aby každý zájemce již předem s touto dobou mohl počítat ve svém plánu. Další informace budou postupně zveřejňovány buď v časopise, nebo ve Zprávách sekce.

JAN JUREČKA, učitel ÚŠ ČSTV

(Dokončení ze str. 1.)

Tam, kde ještě nezačali nebo nevědí, jak dál, doporučujeme: Na zahájení školního roku navštívit školy v okruhu působení tělovýchovné jednoty a s učitelem TV dohodnout nejen přípravu a zajištění zimních výcvikových zájezdů školy, ale také výběr nejlepších žáků z vyšších ročníků do školy pro pomocné lyžařské cvičitele nebo lyžařské organizátory. Podobnou schůzku uspořádáme i se ZV ROH blízkých podniků, které mají vhodné objekty na horách. Ty se pak budeme snažit přesvědčit, že je především v jejich zájmu, aby měli mezi svými zaměstnanci vyškolené pracovníky, kteří jim pomohou zkvalitnit zimní rekreaci. Stejně můžeme postupovat i při zahájení spolupráce s ČSM. Jistě nám dáte za pravdu, že výsledkem této činnosti bude plně obsazená škola pomocných cvičitelů, cvičitelů bez větších problémů s uvolňováním a s možností budoucího rozšíření členské základny oddílu. Vzájemná spolupráce, která pomáhá a přináší výhody všem zúčastněným,

řeší i finanční náklady na školení. Tak například v Praze se podařilo společnými náklady MV ČSTV, MV ČSM a POR uskutečnit zimní doškolení 40 vedoucích PO. O několik týdnů později na náklady krajského pedagogického ústavu školení pomocných cvičitelů, kterého se zúčastnilo kolem 70 stálých skupinových vedoucích ČSM. I když je pravda, že všichni nebyli tak dobrými lyžaři, aby mohli vykonávat cvičitelskou funkci, přesto pomohou ke kvalitnějšímu vedení lyžařského výcviku v pionýrské organizaci.

Uvedené příklady i příčiny potíží svědčí o tom, že je možné současný nedostatek cvičitelů a trenérů úspěšně řešit. Pochopitelně to vyžaduje, jako každá jiná náročná činnost, čas na přípravu a obětavost odpovědných pracovníků. Jde o základní úkol, úkol číslo jedna, který bychom neměli podceňovat a odkládat na pozdější dobu, neboť je v současné době hlavním úkolem všech oddílů a sekcí. Čím dříve začneme, tím lépe se nám podaří.

ZAMYŠLENÍ NAD HODNOCENÍM KOLEKTIVŮ V ZÁPADOČESKÉM KRAJI

V letošním roce bylo poprvé provedeno vyhodnocení kolektivů — okresů a lyžařských oddílů — i v Západočeském kraji. Podnětem k tomu byla výzva ústřední sekce lyžování koncem minulého roku, ale hlavním momentem bylo i zdravé soutěžení mezi oddíly lyžování, mezi lyžařskými sekce a okresy, a konečně i mezi oběma oblastmi našeho kraje, tj. mezi Sumavou a Krušnými horami.

Do hodnocení byly zahrnuty všechny závody krajských přeborů žactva, dorostu i dospělých. Většina z nich byla letošního roku naplánována a také provedena v oblasti Sumavy. Byly to přebory žactva ve sjezdových disciplínách, přebory dorostu a dospělých ve sjezdových disciplínách (závod ve sjezdu se pro špatné sněhové podmínky neuskutečnil), a konečně i krajské přebory v běhu dorostu a dospělých. V Krušných horách pak byly zbývající přebory: žactvo — běh a skok, dorost a dospělí — skok. Současně s krajským přeborem žactva v běhu a skoku byl i přebor v závodech sdruženém, který však do hodnocení nebyl zahrnut.

Systém hodnocení jednotlivých kolektivů byl vzat přesně podle zásad vytyčených ústřední sportovní technickou komisí. To znamená, že jsme proti hodnocení na celostátních přeborech a mistrovstvích brali v úvahu všechny závodníky nebo závodnice příslušné kategorie. Toto hodnocení je jistě spravedlivější v krajském měřítku, neboť kromě růstu mistrovství oceňuje i širší základnu průměrných výkonů.

POŘADÍ OKRESŮ V SOUTĚŽI KOLEKTIVŮ

Vítězný okres krajského přeboru žactva v roce 1962: okres Karlovy Vary (3111).

Vítězný okres krajského přeboru dorostu v roce 1962: okres Karlovy Vary (2448).

Vítězný okres krajského přeboru dospělých v roce 1962: Plzeň-město (1946).

	KP žactva	KP dor.	KP dosp.	Celkem bodů
1. Karlovy Vary	3111	2448	1605	7164
2. Plzeň-město	2342	1726	1946	6014
3. Klatovy	1671	965	494	3130
4. Cheb	949,5	294	17	1280,5
5. Domažlice	388	196	396	980
6. Plzeň-sever	120	221	182	523
7. Sokolov	150	248	24	422
8. Plzeň-jih	Ø	4	34	38

Z okresů Rokycany a Tachov nestartoval na krajských přeborech v lyžování ani jeden závodník!!!

POŘADÍ PRVNÍCH DESETI ODDÍLŮ 1962:

Krajský přebor žactva: 1. TJ Železná Ruda 999 bodů, 2. Spartak LZ Plzeň 759,5 bodu, 3. Jiskra Abertamy 585 bodů, 4. Slavoj Karlovy Vary 578 bodů, 5. Žižka Karlovy Vary 544 bodů, 6. TJ Špičák 528 bodů, 7. Lokomotiva Plzeň 475 bodů, 8. Baník Boží Dar 444 bodů, 9. Slovan Mariánské Lázně 442 bodů, 10. Rudá hvězda Plzeň 363,5 bodu.

Krajský přebor dorostu: 1. Žižka Karlovy Vary 785 bodů, 2. TJ Klatovy 650 bodů, 3. Slavoj Karlovy Vary 552 bodů, 4. Slovan Karlovy Vary 482 bodů, 5. Rudá hvězda Plzeň 444 bodů, 6. Slavoj PP Plzeň 431 bodů, 7. Slávia Plzeň 339 bodů, 8. TJ Jáchymov 310 bodů, 9. Slovan Mariánské Lázně 294 bodů, 10. ZTS Klatovy 264 bodů.

Krajský přebor dospělých: 1. Slávia VŠ Plzeň 726 bodů, 2. Spartak LZ Plzeň 696 bodů, 3. TJ Jáchymov 347 bodů, 4. Rudá hvězda Sušice 285 bodů, 5. Slavoj Karlovy Vary 282 bodů, 6. Rudá hvězda Karlovy Vary 224 bodů, 7. Žižka Karlovy Vary 222 bodů, 8. Rudá hvězda Plzeň 216 bodů, 9. Lokomotiva Plzeň 208 bodů, 10. Jiskra Kdyně 206 bodů.

Co ukázaly výsledky našeho prvního hodnocení kolektivů? Podíváme-li se nejdříve na hodnocení okresů, odhalily se nám znovu naše slabiny — okresy Rokycany a Tachov nedokázaly vyslat a připravit pro krajský přebor ani jediného závodníka. (Okresy, které nemají nijak mimořádně špatné podmínky např. pro lyžování žactva.) Tabulka okresů potvrdila převahu okresů Karlovy Vary, který v hodnocení žactva a dorostu obsadil první místa. Okres Plzeň-město je nejsilnější v kategorii dospělých (v klasických i sjezdových disciplínách), u mládeže se však musel spokojit s 2. místem. Okres Klatovy dosáhl dříčho prvenství v hodnocení žactva ve sjezdových disciplínách, celkově i v jednotlivých kategoriích si drží stále

3. místo. Celkem úspěšné je umístění okresu Cheb, který je celkem čtvrtý v pořadí všech okresů Západočeského kraje. Je to díky iniciativní činnosti s mládeží v oddílech Slovanu Mariánské Lázně, Jiskry Plesná a Jiskry AŠ. Přidat ve své činnosti pro rozvoj sportovního lyžování však budou muset — kromě již jmenovaných Rokycan a Tachova — okresy Plzeň-sever a Plzeň-jih, a také především okres Sokolovo, který má ideální podmínky především na Kraslicku.

Hodnocení oddílů přineslo některé zajímavosti. Podívejme se alespoň na některé z nich: Z lyžařských oddílů, které dokázaly udržet své postavení »mezi nejlepšími desítkami« ve všech třech kategoriích (žactvo, dorost, dospělí), je třeba jmenovat lyžařský oddíl TJ Slavoj Karlovy Vary (4., 3., 5. místo), TJ Žižka Karlovy Vary (5., 1., 7. místo) a Rudá hvězda Plzeň (10., 5., 8. místo). Jen ve dvou kategoriích se udržely oddíly Spartak LZ Plzeň, Lokomotiva Plzeň, Slávia VŠ Plzeň, Slovan Mariánské Lázně, TJ Jáchymov, Jiskra Abertamy — tyto oddíly mají již 1. nebo 2. umístění pod desátým místem.

Radostným poznatkem při hodnocení oddílů je, že »lže« mladých, vlastně nejmladších lyžařských závodníků mají i některé menší jednoty, které se zařadily mezi desítky nejlepších. Jsou to TJ Špičák ze sumavských jednot a TJ Baník Boží Dar z krušnohorských jednot. Bylo by dobré, kdyby je následovaly i další lyžařské oddíly. Opakem této dobré činnosti a jejich výsledků jsou např. některé větší jednoty, které jsou dobře hodnoceny v kategoriích dospělých nebo dorostu, ale v kategoriích žactva se vůbec neobjevují. Znamená to, že buď nepřipravily pro krajský přebor ani jediného závodníka, nebo jejich žactvo obsadilo v krajském přeboru poslední místa v hodnocení kolektivů, např. Rudá hvězda Sušice, Rudá hvězda Karlovy Vary, Jiskra Kdyně a TJ Jáchymov. Bude třeba, aby tyto jednoty a oddíly zlepšily svou péči právě u těch nejmladších, z nichž mohou vyrůst budoucí přeborníci okresů i kraje, tak jak tomu bylo u našich dnešních nejlepších závodníků. Mnohé z těchto kolektivů si tuto okolnost uvědomily již v průběhu letošního závodního období, a tak zlepšení bylo patrné ještě před ukončením sezóny na některých veřejných závodech.

Hodnocení kolektivů v lyžařském sportu obohatilo a zpestřilo činnost nejen v oddílech, v okresech a v krajích, ale přineslo i zdravé sebevědomí každého závodníka a odpovědnost k základnímu i vyššímu kolektivu, o jehož čestné umístění svým osobním výkonem každý lyžařský závodník bojoval. Dobrá myšlenka hodnotit v lyžařských závodech i kolektivy zapouští pozvolna své kořeny i v jiných veřejných a tradičních závodech — a to můžeme jen vítat.

V. MRAČEK

DOBŘÍ POMOCNÍK — PLÁN

Možností, jak zajistit celoroční tělovýchovnou činnost u řadových členů a především u mládeže, je několik. Jsou oddíly, které dávají přednost spolupráci s oddílem některého letního sportu nebo s odborem turistiky či ZTV, i oddíly, kde raději zajišťují činnost vlastními silami.

Příkladem dobrého zajištění letní činnosti, svědčícím o vysoké aktivitě členů mládeže lyžařského oddílu TJ VŽKG, je její plán práce. Je to pěkné zajištění letní činnosti od května do konce října letošního roku, a proto jeho podstatnou část uveřejňujeme.

PLÁN PRÁCE KOMISE MLÁDEŽE LYŽAŘSKÉHO ODDÍLU VŽKG NA LETNÍ OBDOBÍ

- Pravidelné cvičení na stadiónu vždy ve středu od 17 do 18 hodin. Cvičitelé soudruzi Koudelka, Olšaník, Šajnar, Zahradníček.
- **Zaměření:** obratnost, vytrvalost, odvaha, fyzická zdatnost, plavecký výcvik, plnění odznaku BPPOV — Soutěž.
- **Cíl:** stmelit kolektiv mládeže před zahájením hlavního období. Zodpovídá: s. Koudelka
- Zajistit u vedoucího plaveckého oddílu do 15. května plnění odznaku Plavec ČSSR. Zodpovídá: s. Zahradníček
- Jednou za měsíc uspořádat nedělní turistický výlet, za který zodpovídají: v květnu s. Zahradníček, v červnu s. Koudelka, v červenci s. Olšaník, v srpnu s. Michálek, v září s. Hajíček, v říjnu s. Šajnar.
- **Zaměření:** Upevnění kolektivu, plnění odznaku Turista ČSSR.
- Zajistit týdenní soustředění ve stanové základně na Bílé (koncem prázdnin). Zodpovídá s. Zahradníček
- Napláňovat do rozpočtu úhradu těchto akcí: večer filmů, suchý slalom, přespolní běh, lyžařská škola mládeže, závody — veřejné, okresní, krajské, SHM, jarní slalom mládeže. Zodpovídá s. Olšaník
- Ukončit soustředění na Bílé večerním závodem v suchém slalomu mládeže o putovní cenu za účasti: Baníku Ostrava, Lokomotiva Ostrava, Třinec, Frýdek, Frenštát, Poruba. Zodpovídá: s. Michálek
- Uspořádat přespolní běh v listopadu. Zodpovídá s. Šajnar
- Uskutečnit do 15. prosince Večer filmů. Zodpovídá: s. Hajíček

ÚSPĚŠNÉ ZASEDÁNÍ MOV

Sovětská sportovní veřejnost sledovala s velkým zájmem průběh 59. zasedání Mezinárodního olympijského výboru, které se konalo v Moskvě od 4. do 8. června t. r. Stanovisko sovětského lidu k olympijskému hnutí snad nejlépe vyjádřil Nikita Sergejevič Chruščov, který v poselství účastníkům XVII. olympijských her zvlášť zdůraznil: »Setkání sportovců z různých zemí pomáhají sblížení a vzájemnému dorozumění mezi národy a mají velmi důležitou úlohu v upevňování světového míru.«

Ve svém zahajovacím projevu pak předseda prezidia Nejvyššího sovětu SSSR L. Brežněv poukázal na shodnost olympijské charty s cíli, ke kterým směřuje SSSR: »Spolupůsobit k vytvoření důvěry a dobré vůle mezi národy, k vybudování lepšího, klidnějšího světa.«

V úvodním projevu vzdal prezident Mezinárodního olympijského výboru Avery Brundage hold Sovětskému svazu, když doslova pravil, že tak jako SSSR žádná jiná země neuplatňuje v praxi teorii barona de Coubertina, záleží jí v tom, aby národní program fyzické výchovy a sportovních soutěží vychovával stále silnější a zdravější mládež v dobré občany.

Výsledky moskevského zasedání byly dobré: vyjasnilo se stanovisko ve věci diskriminace, zajištění politicko-organizačních opatření pro olympijské hry 1964 v Tokiu a Innsbrucku, přijetí kodexu sportovce-amatéra.

Prakticky se uplatní přijatá usnesení již na případě Jihoafrické republiky, která nebude připuštěna k účasti v Tokiu, nebude-li zrušen zákon proti »barevným«, dále — v jistotě, že sportovcům celého světa bez výjimky budou udělena víza jak do Tokia, tak i do Innsbrucku. Pokud jde o profesionalismus ve sportu, byl tento naprosto kategoricky odsouzen.

K zasedání Mezinárodního olympijského výboru vydal prohlášení i viceprezident Mezinárodní lyžařské federace

FIS V. Andrejev, nám dobře známý jako sovětský lyžařský činitel a dobrý přítel československých lyžařů.

Jeho prohlášení otištěné pod názvem Povinnost čestného člověka citujeme:

1. Sportovní styky jsou důležitým prostředkem k upevnění míru. Všechna důležitější mezinárodní zápolení jsou příkladem upřímného přátelství sportovců různých zemí. Proto, aby sport ještě účinněji pomáhal při upevňování míru, je nevyhnutelné, aby Mezinárodní sportovní federace i Mezinárodní olympijský výbor učinily boj za mír svým úkolem, a to ustanovením zakotveným ve stanovách.
2. Aby bylo možno zavést trvalé přátelské vztahy, je třeba bojovat proti jakékoliv diskriminaci ve sportu a pořádat více sportovních utkání.
3. Hlavním důvodem vzniku těžkostí při budování trvalé spolupráce mezi sportovci je diskriminace reprezentantů Německé demokratické republiky zeměmi NATO, zejména však Německou spolkovou republikou. Ve styku s osobami a organizacemi, které dopouštějí diskriminaci, je třeba, aby Mezinárodní sportovní federace a Mezinárodní olympijský výbor zaujaly zcela tvrdý a nekompromisní postoj.
4. Bránit mír — toť povinnost každého čestného člověka na zemi, a proto i každého sportovce.

Potud prohlášení V. Andrejeva, kterého mnozí známe osobně a kterého jsme si pro jeho vlastnosti zamilovali.

Nemohlo být lepšího ukončení moskevského zasedání Mezinárodního olympijského výboru než takové, o kterém nás stručně informovala tato zpráva ze dne 12. června tohoto roku:

N. S. Chruščov přijal Brundage. Předseda sovětské vlády Nikita Chruščov přijal v úterý v Kremlu předsedu Mezinárodního olympijského výboru Averyho Brundage, který je v Sovětském svazu na zasedání Mezinárodního olympijského výboru, a setrval s ním v přátelském rozhovoru.

INŽ. L. STUPKA

6. mezinárodní kongres jízdy na lyžích

TECHNIKA JÍZDY JEDNOTLIVÝCH NÁRODŮ

V tomto příspěvku chceme seznámit naše čtenáře s technikou jízdy jednotlivých národů, jak ji předváděly v Monte Bondone nebo jak jsme se s ní seznámili v horu se zástupci některých dalších zemí.

V úvodu bychom chtěli konstatovat, že o tom, co se v Bondone předvádělo, nelze mluvit jako o lyžařské technice, ale jako o určitých cvicích techniky sjíždění a zatáčení. Tyto cviky, které byly předem stanoveny a které muselo předvádět alespoň pět demonstrátorů, sestávaly ze sjezdu šikmo, sesouvání, pluhu, oblouků v pluhu a přívratných oblouků, přívratného smyku a snožného dlouhého a krátkého smyku. Ohlášené ukázky běžecké techniky (Švédsko) a ukázky výuky dětí (Francie) se nekonaly. Většinou bylo předváděno provedení cviků bez podrobnější metodiky nácviku. Ukázky byly doprovázeny výkladem na sněhu, někdy přednáškou den před ukázkou.

Po zhlédnutí všech ukázek, které byly velmi dobře aranžovány, jsme se neubránili určitému dojmů zklamání především proto, že byly jednostranně zaměřeny na zatáčení. Ani zde se neukazovalo nic převratně nového. Na jedné straně stáli Rakušané se svými obvyklými, při ukázkách stylizovanými postoji a protirotací technikou zatáčení, na druhé Francouzi se základem otáčení v rotační odlehčené kristiání ukazující všechny možné druhy kristiání snožných od Allaisovy až po slalomovou kristiání. Mezi těmito extrémny stojí ostatní národy se svou technikou stavěnou na základech rakouské lyžařské školy se snahou oprostít se od stylizovaných postojů jak v nácviku, tak i při aplikaci v terénu. Mnohé cviky jsou prováděny té-

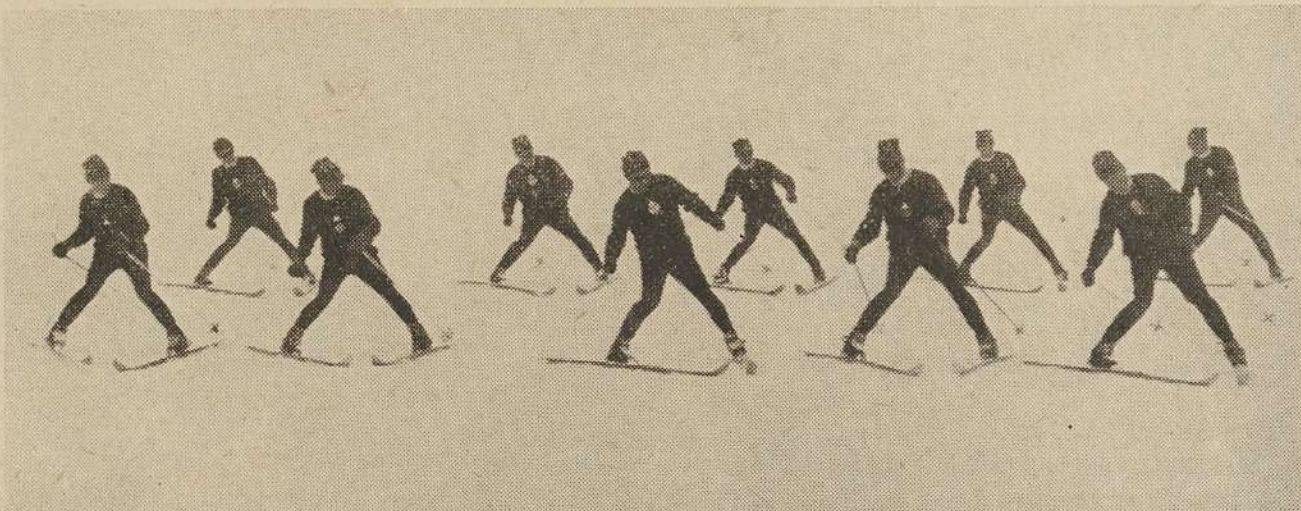
měř shodně všemi národy (oblouky v pluhu, přívratné oblouky, přívratné smyky), u některých cviků se objevují nepatrné rozdíly. Např. u nasazení snožného smyku ke svahu a v technice krátkých snožných smyků. Rovněž v celkovém postoji při jízdě je patrné u Rakušanů výrazné vytlačení kolen vpřed a vzpřímené držení trupu, mnohdy omylem pokládané za záklon. Toto postavení vysvětlují tím, že jim umožňuje úplné uvolnění svalstva v krajině pánevní, čímž se dosahuje velké pohyblivosti dolních končetin. Při jiných ukázkách se objevovalo menší vytlačení kolen vpřed a mírné nachýlení trupu vpřed. Rovněž práce paží při píchání má odchylky, hlavně u Italů a Švýcarů, kteří u krátkých smyků drží ruce vpředu. Protinatóče-



■ Z rakouské ukázky: snožný smyk ke svahu.

ní trupu vzhledem k opačnému pohybu dolních končetin při krátkých smycích je nejmarkantnější u Rakušanů. Jinde je protipohyb trupu mírnější a využívá se více odrazu z hran lyží.

Shrme-li v krátkosti charakteristické znaky techniky některých cviků



■ Z italské ukázky: oblouky v pluhu.

různých národů podle ukázek, dostane následující přehled o současném stavu techniky sjíždění a zatáčení.

Rakousko: Trvají na svých poněkud stylizovaných postojích, při předvádění však připomínají, že tyto postoje jsou přehnané pro ukádku, aby vynikly některé prvky, které chtějí zdůraznit.

V technice nepřinesli v podstatě nic nového; jen při jízdě dlouhými srovnávanými smykky ve větší rychlosti ukazovali novou formu provedení, při kterém je smyk nasazen velmi pozvolna s jemným vysouváním patek lyží až při příjezdu ke spádnicí. Odlehčení je prováděno po ukončení pohybu zdola nahoru, kde se určitou dobu setrvává. Pohyb pokračuje snížením s vysunutím patek lyží.

Z metodiky předváděli Rakušané různé průpravné cviky pro vysouvání patek lyží při sesouvání, jedné lyže při pluhu nebo v obloucích v pluhu. Zdůrazňují činnost nohou a rytmus při provádění např. krátkých oblouků přívratným smykem a protichůdný pohyb nohou a trupu při vysouvání patek lyží.

NSR: Technikou se velmi podobají Rakušanům, volí poněkud méně výrazné postoje a polohy, neobjevuje se také tak výrazné vytlačení kolen vpřed.

Itálie: Technika předváděná italským družstvem je v podstatě rakouskou školou. Polohy a postoje jsou přiměřené, uvolněnější. Lze říci, že jejich technika je dobrou aplikací rakouské školy. Kolena poněkud méně vytlačena vpřed, trup mírně nachýlen vpřed, obzvláště u krátkých smyků. Využívají více odrazu z hran a píchání holí při krátkých smycích, čímž se zmenšuje protinátčení trupu. Srovnávaný smyk ke svahu provádějí s odlehčením — pohybem dolů, nahoru, dolů — jako smykky od svahu.

Švýcarsko: V podstatě moderní technika s principem jízdy nohama. Poloha a postoje přiměřenější, uvolněnější. Paže pracují před tělem poněkud zbytečně okázale. Smyk ke svahu se zahajuje pohybem dolů, nahoru, dolů.

USA: Technika stavěná na základě rakouské školy. Při předvádění některých cviků je patrna snaha po uvolněných postojích a polohách.

Opuštějí ortodoxní přívratnou cestu přes oblouky v pluhu a přívratné oblouky, vyučují rychlejší cestou přes smykky; při přechodu spádnic se pomáhají přívratným smykem.

Kanada: Technika stavěná rovněž na základě rakouské školy. Postoje a polohy v přiměřených mezích; v postupu opouštějí pluhové oblouky a přívratné oblouky. Zdůrazňují činnost nohou.

Francie: Země rozporů i v lyžařské technice. Problém moderní techniky jízdy nohama nemají dosud dořešen. Za základ změn směru sjezdu oblouky považují rotační odlehčenou kristiání, kdy rotační pohyb provádí celé tělo. Z tohoto cviku lze podle jejich výkladu pokračovat ke kristiání bez přípravy s protinátčením trupu, k moderní kristiání s protinátčením a odlehčením, pohybem zdola-nahorodolů, ke slalomové kristiání využívající pouhého odrazu stranou a píchání holí. Cviky s rotačním pohybem (smyk ke svahu, přívratný smyk, odlehčená rotační kristiání) jsou obvykle přetočeny, působí značně násilným dojmem, strnulostí, vyumělkovaností, obzvláště v kontrastu společné ukázky s moderní technikou jízdy nohama. Při krátkých smycích byla zřejmě patrná nemožnost a nepřírozenost provedení několika prvních smyků pomocí rotačního pohybu těla, po kterých přešli do uvolněného plynulého rytmu krátkých smyků jízdu nohama. Ukázka byla zajímavá, velkou část publika však uváděly do rozpaků rozpory mezi školou a aplikací při jízdě. Podle vývoje v poslední době lze předpokládat, že i ve Francii se za nějaký čas přikloní k moderní technice i přes své tradiční zábrany.

Ostatní státy: Pokud jsme měli možnost, ověřovali jsme si názory přítomných delegátů na předváděné ukázky. (Se zástupci SSSR jsme si vzájemně postup nácvičku zatáčení předvedli.) Došli jsme k názoru, že ve všech státech převládá v základním lyžařském

výcviku technika nerotačního zatáčení vycházející z jízdy nohama. Zatáčení se vyučuje přes přívrat. To platí, jak můžeme zjistit z nejnovější literatury, např. i pro NDR, Rumunsko a Bulharsko, které na kongresu nebyly zastoupeny. Ověřili jsme si, že stav výuky zatáčení v základním lyžařském výcviku u nás je na mezinárodní úrovni a že zejména metodika nácvičku — zařazení průpravných cvičení do výcviku — i metodické postupy byly správně voleny. Je na našich pracovnících, kteří se zabývají vědeckým výzkumem na tomto úseku, abychom v budoucnu nezaostali za světovým vývojem, ale byli progresivní v hledání cest za dalším zlepšením lyžařské výuky.

Závěrem poznamenáváme, že se nám podařilo natočit všechny předváděné ukázky na 16mm film. Na úpravě a sestřihu se pracuje, takže na podzim bude k dispozici zájemcům.

Doc. dr. J. Čtvrtečka, inž. M. Chlouba,
ústřední metodická komise



■ Z rakouské ukázky: srovnávaný smyk od svahu.

S Ú Č A S N Á Ú R O V E Ň S V E T O V E J Z J A Z D Á R Č I N Y

II. ČASŤ

Oboznámene našich lyžiarov s hlavnými súťažami zjazdárov a vyhodnotenie situácie je, ako sa domnievame, dôležitý príspevok k tomu, aby naši lyžiari-pretiekári, ale aj tréneri, nestrácali kontakt s vývojom svetovej zjazdárčiny. V tomto článku, ktorý nadväzuje na článok uverejnený v minulom čísle časopisu, hodnotíme svetovú úroveň ženského pretekového zjazdového športu. V zjazdových disciplínach u žien je veľmi podobná situácia ako u mužov.

RAKÚŠANKY A MARIELLE GOITSCHELOVÁ

Vedú Rakúšanky, ktoré s istotou a takmer celkom jednoznačne »pozblírali smotanu« na všetkých väčších medzinárodných pretekoch tohoročnej zimy. A tak ich dominujúce postavenie, ktoré začalo vo Squaw Valley, si naďalej upevňujú. Snáď »neočakávaným« výsledkom je nie tak výrazné postavenie a medzinárodné úspechy Traudl Hecherovej, ktorá sa v minulej sezóne ukázala ako najlepšia zjazdárka sveta. No aj tak patrí do najsilnejšieho tria Rakúšaniek Jahnová — Haasová — Hecherová. Marianne Jahnová sa ukázala v slalome a obrovskom slalome takmer neporaziteľná, Christl Haasová našla v Chamonix zjazdovú trať, ktorá ako by bola bývala pre ňu stavaná. Taktiež »seniorka« rakúskeho družstva Erika Netzerová dokázala, že je rutinovanejšou a spoľahlivou jazdkyňou. Grete Granderová, Christl Staffnerová, Edith Zimmermannová, Sieglinde Bräuerová a Traudl Ederová dopĺňovali rakúske družstvo žien, ktoré sa ukázalo najsilnejším ženským družstvom, aké kedy Rakúšania v minulosti mali.

Francúzky vcelku nespĺnili očakávanie a nádeje, ktoré boli do nich vkladané práve pre Chamonix. Oveľa väčšie úspechy sa čakali od nádejnej Madeleine Bochatayovej, no nedosiahla tie úspechy ako v minulej zime. U Francúzok bol zrejmy pomalý ústup »staršej gardy« a na tejto skutočnosti nič nemenia ani čiastkové úspechy Arlette Grossovej a Thérèse Léduceovej. Naproti tomu veľmi dobre jazdili nové nádeje Francúzok mladé sestry z Val d'Isère, spomenutá už Marielle a Christine Goitschelové. Obidve sú technicky veľmi vyspelé a vedia bojovať. Budúci rok ukáže, či ich náhly vzostup nebude podobný Madeleine Bochatayovej.

Prekvapením roku možno nazvať výkony mladej Belgičanky Patricie de Roy de Blicquoyovej, ktorá veľa získala zo spoločného tréningu s Francúzkami.

AMERIČANKY A SILNÉ INDIVIDUALITY

Američania ako sa zdá postavili v krátkom čase silné družstvo žien, ktoré bude schopné postaviť sa na tretie miesto v svetovej ženskej zjazdárčine pred Talianky, Švajčiarky a západné Nemky. Popri rutinovanej

Meyersovej, ktorá síce mala dosť značné výkyvy vo forme, dostala sa dopredu najmä Joan Saubertová, Joan Hannahová a Barbara Ferriesová. Po prechodnej stagnácii upozornila svojím 5. miestom v Chamonix Kanadanka Nancy Greenová. Družstvo žien NSR sa t. č. stále opiera o svoje dve mimoriadne výkonné pretekárky: o razantnú a temperamentnú Heidi Biebllová a Barbi Hennebergerovú. Z veľmi malého okruhu nastupujúcich pretekárov NSR dobre sa uplatnila len Traudl Urbanová.

Obdobná situácia je u Talianok, ktorým taktiež chýba záloha, ktorá by nastúpila za staršími pretekárkami, ktoré odchádzajú. Jediné vďaka dobrej kondícii Pia Rivaovej sa podarilo uhájiť dobrú povest talianskeho ženského zjazdárstva. Druhá najlepšia Talianka Jerta Schirová po dobrom začiatku sklamala.

Po slabších výsledkoch vlni znovu sa tohto roku úspešne presadili Nórky. Tentoraz to bola pre zmenu zase Astrid Sandviková v slalome, ktorá podala nadpriemerné výkony. Prekvapením bolo tiež 3. miesto Nórky Liv Christiansenovej v slalome na pretekoch v Ortisei.

Švajčiarke, ako sa očakávalo, odchodom Yvonne Rüeggovej a Margrit Gertschovej, stratili kontakt so svetovou špičkou a ani Lilo Michelová nedokázala nadviazať na svoje skoršie dobré výkony. Jedinou nádejnejšou pretekárkou sa ukazuje Theres Obrechtová, ktorá na niektorých pretekoch zajazdila vcelku dobre.

Pretekárky z ľudovodemokratických krajín sa neprebojovali ani tohto roku na prednejšie miesta. Pretekárky SSSR a Poľska prežívajú generačný problém a mladé ešte nedorástli. Naše ženy a pretekárky NDR mali malý medzinárodný styk, takže ich nemožno hodnotiť. Lepšie výsledky v budú-

O úrovni zjazdárov podáva akýsi obrázok neoficiálny svetový rebríček pre rok 1962, zostavený na základe výsledkov z najdôležitejších medzinárodných pretekov sezóny:

Zjazd	Slalom	Obrovský slalom
1. T. Hecherová (Rak.)	1. M. Jahnová (Rak.)	1. M. Jahnová (Rak.)
2. Ch. Haasová (Rak.)	2. M. Goitschelová (Fr.)	2. T. Hecherová (Rak.)
3. H. Biebllová (NSR)	3. B. Hennebergerová (NSR)	3. M. Goitschelová (Fr.)
4. B. Hennebergerová (NSR)	4. T. Hecherová (Rak.)	4. Ch. Haasová (Rak.)
5. P. Rlavová (Tal.)	5. H. Biebllová (NSR)	6. J. Hannahová (USA)
6. E. Netzerová (Rak.)	6. S. Bräuerová (Rak.)	7. B. Hennebergerová (NSR)
7. M. Bochatayová (Fr.)	7. A. Sandviková (Nór.)	8. B. Ferriesová (USA)
8. G. Granderová (Rak.)	8. L. Meyersová (USA)	9. C. Goitschelová (Fr.)
9. J. Santeesová (USA)	9. B. Ferriesová (USA)	10. L. Meyersová (USA)
10. B. Ferriesová (USA)	10. E. Netzerová (Rak.)	



■ Najúspešnejšia zjazdárka sezóny, mladá, nadaná Rakúšanka Marianne Jahnová na pretekoch v Chamonix.

nosti bude možno očakávať už len od mladých pretekárov.

Súhrnne možno povedať, že u žien zaujíma dominujúce miesto rakúske družstvo zložené z mladých pretekárov na čele s Marianne Jahnovou. U mužov zaujal vedúce postavenie tak isto reprezentatívny celok Rakúšanov. V úrovni Francúzov v porovnaní s úrovňou rakúskych zjazdárov nie je však podstatný rozdiel. Francúzom chýba však t. č. bojovník typu Schranzovho. Schranz, Zimmermann a Jahnová sú nepochybne mimoriadne talentovaní jedinci, prevyšujúci svojich spoluzjazdovcov o celú triedu. Pretekári a pretekárky krajín socialistického tábora, s výnimkou niektorých jednotlivcov, napr. Riedela a Taljanova, nestačili držať krok so svetovým vývojom zjazdárčiny. Túto zatiaľ nepriaznivú situáciu môže v pomerne krátkom čase zlepšiť mimoriadna starostlivosť venovaná mladším pretekárom, pokiaľ je nám známe, predovšetkým v NDR, Poľsku a Rumunsku. Do ZOH 1964 sú k dispozícii necelé dve zimy. Nie je to dlhý čas, avšak dosť dlhý na to, aby sa mnoho dalo dohnať.

LYŽAŘ A HOROLEZECTVÍ

V tělovýchovných jednotách často pracují vedle sebe oddíly a jeden neví, co dělá druhý. Každý rozvíjí činnost po svém a pramálo se stará o druhé. Ještě výrazněji se to projevuje u oddílů, jejichž vlastní činnost je závislá na ročním období.

Lyžařství a horolezectví jsou sporty z jedné rodiny. Oba mají svá působíště ve volné přírodě, oba mají společně prostředí hor a oba jsou náročné na výcvik. Tolik společných rysů najdeme mezi málokterými sporty, a přece v mnohých jednotách fungují oba oddíly docela odříznuty od sebe, bez zájmu, jakoby za zavřenými dveřmi. Často by stačila jedna, dvě besedy u lyžařů, kteří by se dozvěděli o základech horolezectví, a jedna, dvě besedy u horolců, kteří se ve vysokých horách bez lyží sotva obejdou. Je to jen věcí dobré vůle a organizačního talentu.

Nehodlám zde rozvádět důležitost lyžařství pro horolce, ale naopak: možnosti lyžařů ve velehorách v létě. Letní sezóna je pro vynavače bílého sportu dobou aktivního odpočinku. Lyžaři se obvykle přes léto věnují některému doplňkovému sportu; nejraději vodáctví, míčovým hrám apod. Proč by nemohli pěstovat horolezectví? Tento sport má pro lyžaře mnoho předností. Především je může důvěrně seznámit s horami a poskytnout jim všestranný duševní i fyzický trénink. Horolezectví nemusí být vždy samostatným a jediným sportem. Právě pro lyžaře může být výtečným sportem doplňkovým. Pěstuje rozhodnost, pevnou vůli, vytrvalost, odvahu, svědomitost, kamarádství a rozvíjí činnost svalových skupin horní části trupu, které při lyžování nejsou tolik namáhány. Jak se tyto sporty doplňují, dokazuje celá řada zvukných lyžařských a horolezeckých jmen, která se objevují na špičkách v obou sportech. Za všechny jmenuji např. bývalého dorosteneckého přeborníka ČSSR ve sjezdu Zdena Zibrina, který dnes patří k nejlepším československým horolcům.

Hlavním letním horolezeckým terénem jsou Vysoké Tatry. Pro vyspělé lyžaře se zde nabízejí hned dvě možnosti.

Předně v severních svazích, které nejsou vystaveny přímému slunci, se často udržují po celé léto rozsáhlá sněhová pole. Po letošní zimě zůstalo v Tatrách bílého dědictví zvláště pozeňnané. Vykládá lyžařům, jak na sněhových polích lyžovat, by bylo nošením dříví do lesa. Jedno však je třeba připomenout. Letní tatranský sněh je záluďný! Sněhová pole jsou složena z hrubozrnného firnu, který je velmi rychlý. Pole zpravidla končí uprostřed suťových svahů, rozplývají se do balvanů. Sklouznutí na nevhodně vybraném firnovisku může mít za následek ošklivý pád. Každý horolezec zná nebezpečí strmých sněhových polí. Nevstoupí na ně bez cepínu nebo bez stoupacích želez. (Technika chůze na stoupacích železech a práce s cepínem viz 2. a 3. číslo časopisu TURISTA 1962.) Lyžař si proto bude pro svůj letní trénink firnovisko velmi pečlivě vybírat.

Druhá možnost pro lyžaře ve Vysokých Tatrách je vysokohorská turistika a horolezecké výstupy nižšího stupně obtížnosti. Jistě že se do Tater nevypraví lyžaři ojedinele, nýbrž ve skupině, a to se zkušeným průvodcem. Obrátí-li se včas lyžařský oddíl na kterýkoliv oddíl horolezecký, vždy se najde horolezec, který před odjezdem provede stručnou instruktáž o horolezecké výstroji a výzbroji, o topografii Vysokých Tater, o základech horolezecké techniky a o mnoha praktických a užitečných maličkostech, které lyžaři ocení až na horách. Takový horolezec bude jistě ochoten lyžařský oddíl do Tater též doprovázet a na místě být skupině nápomocen radou i činem. Obrátí-li se včas lyžařský oddíl prostřednictvím své ústřední sekce na správu Tatranského národního parku, získá i povolení k táboření na některém z vyhrazených míst v oblasti Vysokých Tater.

Každý sport je v letním období krásný, ale horolezectví... konečně, přesvědčte se sami.

ARNOŠT ČERNÍK

Přerovští cvičitelé naučili stovky mladých základem lyžování. A přece nebyli se svou prací spokojeni. Byla to činnost živelná a nepravidelná. Aby ji zkvalitnili, dali si za úkol v pěti letech (po nedělich) provádět lyžařský výcvik mládeže a celou akci nazvali Veřejnou lyžařskou školou. Podařilo se jim získat ke spolupráci na třicet cvičitelů lyžařů, vesměs »mladíků« od čtyřiceti nahoru. A Heinz, předseda oddílu, si vzal na starost organizaci a soudruh Polame, předseda komise mládeže a vedoucí této školy, odpovídal za vlastní výcvik. Po poradě se cvičitelé a lékaři připravili novou organizaci letošních zájezdů. Každý cvičitel je patronem nějaké školy. Za pomoci učitelů-tělocvičkářů provedli nábor mládeže. Soudruh Polame o tom říká: »Tam, kde je na škole tělocvičkář, práce se dařila.« Do školy lyžování se přihlásilo 250 chlapců a děvčat, kteří složili 50 Kčs, jízdné na celý cyklus. Tato částka zaručila pravidelnou účast v jednotlivých bžích, což umožnilo vyšší úroveň výcviku.

Pronikavého zlepšení ve výcviku bylo dosaženo rozdělením účastníků do více skupin. Zatímco loni byli jen začátečníci a pokročili, letos byla tvořena družstva podle věku, pohlaví i výkonnosti.

Výcvikový plán je zpracován podle osnovy základního výcviku pro mládež. Jaké jsou dosažené výsledky? Vedoucí družstva děvčat 9. třídy Vojtěch Tlapa říká: »Mám děvčata, která se neuměla postavit na lyže. Po pěti bžích splnila některé podmínky pro odznak Lyžař ČSSR.«

Družstvo V. Tlapy nebylo samotné v plnění odznaku. V pátém běhu v neděli 4. března splnili i ostatní chlapci a děvčata veřejné školy řadu podmínek odznaku Lyžař ČSSR.

Týden předtím — ve čtvrtém běhu — uspořádali Přerovští velmi zdařilý okresní přebor žactva v lyžování, do kterého vyslali šedesát běžců a čtyřicet závodníků na slalom. Vítězové zastupovali o týden později přerovský okres v krajském přeboru. Také SHM v lyžování se konaly za masové účasti stovek chlapců a děvčat ze všech přerovských škol.

Dobré zkušenosti si přerovští lyžaři nechávají pro sebe. Spolupracují s oddíly v Hranicích, Lipníku i s krajskou sekcí v Ostravě.

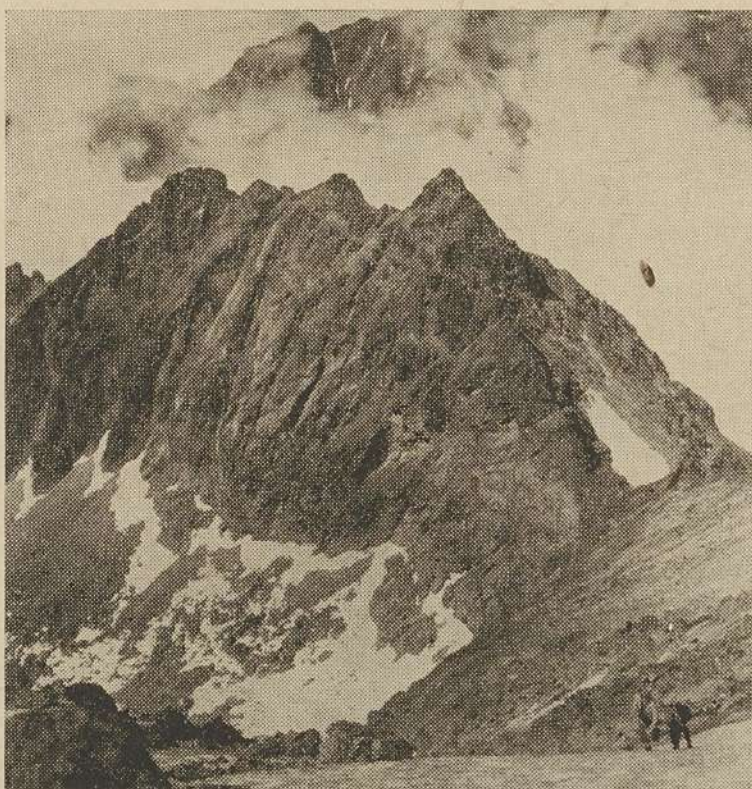
Zatímco jiní nařikají, že bez peněz nemohou organizovat činnost, přerovští lyžaři dokazují pravý opak. Nejde to však bez lásky ke sportu, bez obětavosti a iniciativy a bez hledání nových forem.

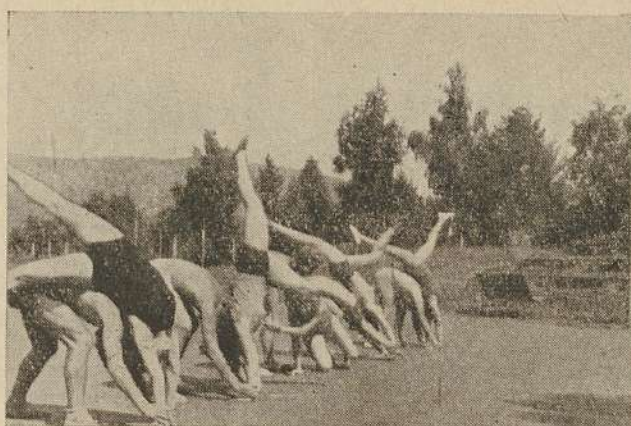
A odměna za to?

Je to pocit dobře vykonané práce pro zdraví naší mládeže. Přáli bychom vám vidět, když po návratu z Tesáku se vyhrne rozesmáté, unavené, ale šťastné mládí, aby za chvíli zaplavilo přerovské ulice lesem prkýnek. Oprávněně je uspokojení předsedy oddílu A. Heinze, když nám řekl: »Dnešního zájezdu se účastnilo dvanáct autobusů a asi šest set lyžařů.« A jednou dokonce jeli v sedmdesáti autobusech.

KAREL GROSS

■ Sněhových polí v Tatrách je poměrně hodně. Nejsou však všechna snadno dostupná a dostatečně bezpečná. Na snímku V. Heckela sněhová pole na svazích Kopek. Pohled při výstupu na Velkou Vysokou.





NA HODINKU DO PŘÍRODY

CVIČEBNÍ HODINA U VODY

Úkol hodiny: zaměřit se na zvýšení obratnosti cvičenců
Pomůcky: míč na vodu

Úvodní a průpravná část:

— honička trojic: postupná honička, kdy první cvičenec honí druhého, současně druhý třetího a třetí prvního, každý počítá, kolik »bab« dal a kolik dostal;

— závod kolem kruhu: cvičenci utvoří kruh čelem dovnitř, rozpočítávají se na 1—4, vyvolaná čísla se vzájemně honí — snaží se chytit toho před sebou, než doběhne na své původní místo;

— cvičenci utvoří kruh, levým bokem do kruhu, předpaží pravou a opřou ji o pravé rameno předního cvičence, zapaží levou a uchopí přednoženou levou nohu cvičence za sebou. V tomto postavení poskakují vpřed — spojujeme menší celky;

— cvičenci v trojicích posadí se do kroužku zády k sobě ve vzdálenosti asi půl metru od sebe, rukama se opřou za tělem o zem. Jeden cvičenec vysoko zvedne obě nohy ze země a provede dvojný obrat, přičemž nohama přejde nad hlavami spolucvičenců (nelehat!). Totéž postupně dělají druzí dva cvičenci;

— cvičenci v sedu přednoží povýš, upaží a snaží se přealovat stranou tak, aby se rukama ani nohama nedotkli země;

— ze sedu skrčmo zkřížného levou vpřed přejdou cvičenci stojem s dvojným obratem vpravo na špičkách do sedu skrčmo zkřížného pravou vpřed

— a opačně (při sedu ruce v týl — při stoji upažit, dlaně vzhůru);

— cvičenci leží na zádech, vzpaží — rychlým pohybem zvednou současně trup i nohy ze země a uchopí se za kotníky (vyvažují rovnováhu v sedu);

— v stoji rozkročném skrčit zapažmo a snažit se hrudním záklonem vzájemně dotknout lokty za zády (z počátku ve dvojicích s dopomocí).

HLAVNÍ ČÁST

Akrobacie na louce:

Skrčka přes sedícího cvičence: první cvičenec v sedu roznožném:

— vzpažit zevnitř, druhý cvičenec oporem o paže provádí skrčku;

— totéž, ale v zástupu — cvičenci přeskakují opakovaně skrčkou všechny sedící cvičence. Po posledním přeskoku udělají kotoul vpřed a vytvoří »živé nářadí«;

— dvojice cvičenců, střídavě přeskok a kotoul vpřed.

Kotoul vpřed na cvičenci: první cvičenec předklon a druhý cvičenec (nebo celé družstvo) provádí kotoul vpřed (při provádění dobrý odraz a snažit se dostat pánev co nejvýše — dopomoc i záchrana nutná);

— totéž na několika cvičencích, kteří utvoří »nálevku« — nejlépe tři cvičenci.

Kotoul vzad na zádech spolucvičence: první cvičenec vzpor klečmo, druhý sed roznožmo na ramena prvního a provádí kotoul vzad do stoje roznožného:

— po kotoulu vzad s dohmatem na zem stoj na rukou;

— dvojice stojí zády k sobě — vzpaží a uchopí se pevně za ruce.

První cvičenec předklon s dohmatem na zem — druhý přes něj provádí kotoul vzad.

Vyhazování cvičenců: dvě řady se postaví proti sobě a uchopí se pevně za ruce:

— cvičence vyhadujeme do výšky a on se ve vzduchu obrací z polohy na břiše do polohy na záda — nebo jiná podobná cvičení;

— vyhadovaný cvičenec se uchopí uprostřed za ruce cvičenců a spolucvičenci jej přehazují z jedné strany na druhou (tělo toporně — neprohýbat).

Cvičení ve vodě:

Honička s míčem: »Baba« se předává míčem. Pronásledovaný se může zachránit potopením. Jestliže míč nikoho nezasáhne, musí si pro něj honič sám dojet (hloubka nejvýše do pasu).

Roznožka přes hlavu s pomocí spolucvičence. Třmen z rukou spolucvičence musí být pevný, aby se odrážející mohl vzepřít a současně se odráží i nohou od země:

— překot vzad ze třmenu spolucvičence (salto prováděno sbaleně, u vyspělých cvičenců prohnutě);

— cvičenci v trojicích: Dva cvičenci se postaví proti sobě, uchopí se za ruce — třetí cvičenec z tohoto třmenu překot vpřed.

Závěrečná část:

Pěší pólo (hloubka od pasu po ramena): soupeři není dovoleno potápět ani jinak napadat — míč se smí uchopit pouze jednou rukou.

M. MATHAUSER, J. ZOUZAL

■ Z letní přípravy dorostu T. J. Slávia Žitkov. Na snímcích dobře vidíte nejen provedení jednotlivých cviků, ale i elán a chuť ke cvičení, když je hodina dobře připravena.



V posledních letech je na našich vrcholových závodech stále méně a méně skokanů. Kde hledat příčiny této krize?

- Poslední roky byl nedostatek sněhu a snáh přicházel pozdě, takže většina skokanů nebyla dostatečně rozškákána a přechod na větší můstky, na kterých se konají přebornické soutěže, byl proto obtížnější.
- V minulých letech byl nedostatek skokanských lyží pro mládež a kvalitních lyží pro vyspělé závodníky.
- Je naprostý nedostatek trenérů, kteří by se této disciplíně věnovali, a poměrně malý počet chlapců, kteří mají odvahu se skokanskému sportu věnovat.
- Přílišné obavy rodičů o chlapce (obava z úrazu).
- Nedostatek vhodných lyžařských můstků pro výcvik mládeže.
- Pokles počtu závodníků-skokanů v dorosteneckém věku (odchod do zaměstnání, jiné zájmy apod.).

VÝCHOVA MLADÝCH SKOKANŮ

V našem lyžařském oddíle TJ Jiskra Vítkovice v Krkonoších jsme tyto nedostatky řešili a dosáhli jsme jistých dílčích úspěchů. Jak jsme postupovali v uskutečňování cíle, jímž byla výchova mladých skokanů?

Prvním předpokladem bylo zajištění vhodných můstků. Brigádnickou prací našich členů, dorostenců a žáků vznikly na stráni před místní školou dva můstky P 22 a P 32, které mají dojezd na školní

hřiště. Volba této okolnosti měla velký význam, neboť blízkost můstku ke školní budově je jedním z nejvýznamnějších faktorů k zapojení co největšího počtu mládeže do skoku. Chlapci mají skladiště skoček v budově školní jídelny ležící u dojezdu můstku a i v době polední přestávky si provedou 2 až 3 skoky. Starší chlapci přitahují mladší a tak kolektiv roste. Skokani jsou vedeni k tomu, aby si vždy můstek upravili, a mají i dostatek pomocníků mezi spolužáky, kteří touží alespoň po sjetí spádu, a tak jsou oba můstky stále upraveny. Upravený můstek je předpokladem bezpečnosti. Proto také za celé desetiletí nedošlo u nás k žádnému většímu úrazu. I to je důležitý argument, kterým se může trenér při přesvědčování rodičů žáků ohánět.

Přesto, že mají u nás žáci k tomuto sportu ideální podmínky, věnuje se mu jen čtvrtina žáků. Uvažoval jsem o tom, proč více chlapců nemá odvahu, a přišel jsem k náhledu, že přestože náš můstek P 22 m je opravdu bezpečný, přece je přechod ze sněhového můstku na takovýto můstek příliš náhlý. Proto jsme se rozhodli vybudovat ještě dva můstky menší, pro které jsme našli vhodnou strán v údolí vzdáleném od školy 10 min. Ve stráni jsme vykopali profil pro můstek P 12 m a vedle postavili ještě jeden malíček pro naprosté začátečníky P 4 m.

Poněvadž poslední zimy přicházel snáh pozdě a na větších můstcích bylo třeba větší vrstvy sněhu, aby se dalo skákat, rozhodli jsme se na těchto malých můstcích udělat takový povrch, aby se dalo skákat již na prvním sněhu. Celý nájezd i dopad jsme upravili hrabíčkami a oseli ušlechtilou travinou. To se nám letos velmi osvědčilo.

Malé můstky přitáhly další skokany a rozproudily zájem o skok i mezi žáky 1. až 5. postup. ročníků, a dokonce se odvážili i žáčci z mateřské školy. Radostná byla letošní předhádka skokanů naší školy — přebor školy ve skoku na lyžích: 1 žák mateřské školy, 13 žáků 1. až 5. postupný. ročníků, 21 žáků 6. až 9. postupný ročníků.

Vítěz nejstarší kategorie se stává přeborníkem školy a jeho jméno je vyryto na čestném štítu školy. Žáci, kteří se pravidelně zúčastňují tréninku, jsou vedeni k celoroční přípravě. V zimním období zúčastňují se celé řady závodů na různých můstcích. Postupně přecházejí na větší. Bylo by třeba, aby okresní sekce plánovaly pro skokany větší počet závodů, jejichž termíny by byly stejnoměrně rozloženy po celém závodním období. Bylo by třeba, aby se v jednotlivých okresech dbalo na to, aby závody byly pořádané postupně od malých můstků k větším.

Největším problémem však zůstává závodnická »úmrtnost« v době přechodu ze žákovské kategorie do dorostu. Žáci z horských oblastí odcházejí za učením či na studie a na nových působitých nemají možnost pokračovat ve skokanském sportu.

Chceme-li postupně zlepšit situaci ve výchově skokanů, musíme vytvořit alespoň tyto podmínky: — vybudovat v podhorských oblastech vhodné můstky pro mládež; — zajistit výrobu skokanských lyží; — systematicky připravovat mládež; — postupně rozvíjet odvahu mládeže; — pořádat hodnotné závody stejnoměrně v celém hlavním období; — pečovat o nadané jedince. Jsou i další možnosti (např. umělá hmota), ale ty již nejsou v naší moci.

Chceme-li v budoucnu něco znamenat, je nutné rychle se poučit z úspěchů závodníků Německé demokratické republiky a SSSR.

ČESTMÍR KOŽÍŠEK,
vzorný trenér TJ Jiskra Vítkovice

Juniori v Rumunsku

V dnech 9.—11. 3. 1962 zúčastnilo se štvorčlenné družstvo mladých čs. zjazdárov pod vedením trenéra KÍŠU mezinárodních zjazdových pretekov o »Pohár nádeje« v Poiane v Rumunsku. Bola to prvá zahraničná reprezentácia ČSSR mladými nádejnými zjazdármí: L. Petříkom, J. Vojtechom, J. Novotným a M. Poncom.

Odleteli sme z Prahy lietadlom, no už z Budapešti sa ďalej do Rumunska nedostal s nami pretekár Novotný, ktorý musel deň a noc čakať v Budapešti a potom z Bukurešti sa s menšími-väčšími komplikáciami dostal len na koniec prvého preteku v slalome. Keď mu pri príslušnej nervozite vypál trikrát Marker, tak sa umiestnil ako posledný.

Usporiadatelia sa o nás dobre starali a mali radosť z našej prítomnosti. Okrem našich pretekárov štartovali tam juniorské družstvá z Talianska, Poľska, NDR a tri silné družstvá z Rumunska.

Dňa 9. marca sa šiel slalom ako prvá časť zjazdovej dvojkombinácie. Prvé kolo s 57 brámkami postavil rumunský tréner Matei Ivan. Trať bola dobre upravená, v hornej časti strmá, v dolnej takmer na rovine. Slalom bol nerytmický. Druhé kolo taktiež s 57 brámkami postavil Talian Bruno Angelini, bolo technicky náročnejšie. Slalom vyhrál Talian Vidi Franco časom 101,8 sek. Naši chlapci Petřík a Vojtech sa čestne umiestnili na 4. a 5. mieste časmi 104,0 a 108,0 sek. Pretekár Ponec bol 14. časom 133,6 sek.

Desiateho marca sa išiel zjazd ako druhá časť kombinácie. Trať 2600 m dlhá s dvoma prudkými padákmi bola pre pretek dobre upravená. Pre tréning sa to usporiadateľom nepodarilo takže sa neuskutočnil ani non-stop tréning. V tomto preteku už bojovnosť našim chlapcom veľa nepomohla. Rozhodovali v prvom rade lyže a naši pretekári išli na málo kvalitných artiskách, zatiaľ čo ostatní pretekári takmer všetci na kovových lyžiach. Preto nepomohla ani pomerne pekná technická jazda našich chlapcov. Tiež nám chýbali dobré vosky. Výsledky potom zodpovedajú našim lyžiam a voskom. Petřík bol 7. časom 1:30,3 min. (keď víťaz Poliak Myslaiek mal čas 1:27,8 min.), Ponec 13. za 1:33,0 min., Novotný 16. časom 1:35,7 min. a Vojtech 17. časom 1:37,8 min.

Boli sme však veľmi potešení, keď pri vyhlasovaní výsledkov družstiev sme boli na čestnom 3. mieste a nechali sme za sebou družstvo Rumunska II, Poľsko III a NDR. Prví boli Taliani a druhé Rumunsko I.

Poveternostné podmienky boli veľmi dobré a dobrý bol aj sneh. Organizátori mali dosť nadšenia, aj keď sa im drobné organizačné a technické nedostatky nedajú uprieť. Tiež slávnostné otvorenie a zakončenie bolo pekne pripravené a bolo radostné a dôstojné. Museli sme tak trochu závidieť rumunským juniorom a dorastencom. Je vidieť, že je o nich dobre postarané.

Popri oficiálnych pretekoch juniorov prebiehali aj medzinárodné preteky dospelých. V snahe využiť každú možnosť pre získanie medzinárodných skúseností štartovali v III. skupine aj všetci naši chlapci. Tu sme už nestačili ani technikou a ani výstrojom a tak Petřík bol 20., Novotný 23., Vojtech 27. a Ponec 30. Slalom sledovalo asi 2000 ľudí.

Zjazd dospelých sa išiel na zjazdovke Lupuli, veľmi náročnej, rýchlej, ale širokej a dobre upravenej trati.

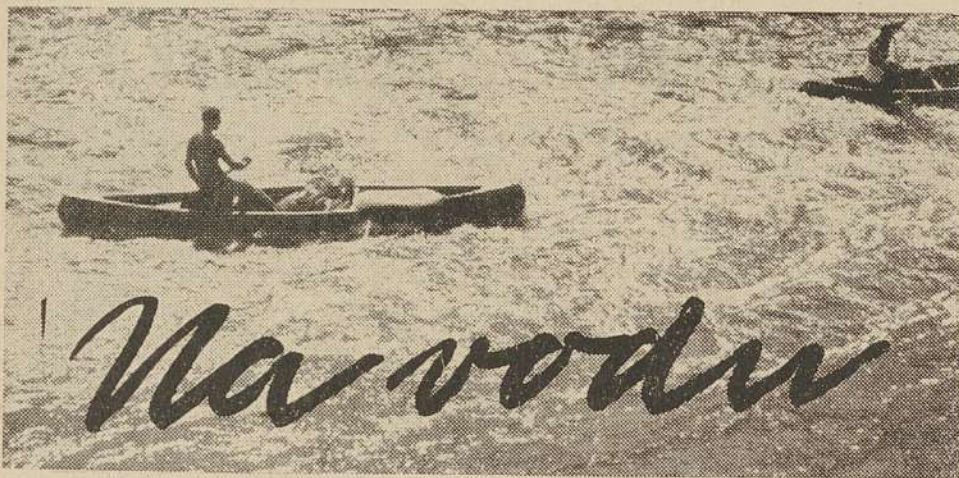
Z oboch týchto pretekov dospelých sme si museli odniesť bohužiaľ pre nás dosť nepríjemný poznatok, že technická jazda, rýchlosť a istota Rumunov je už dnes najmenej na našej vrcholnej úrovni, ak nie je už lepšia. Je to vďaka možnostiam, výstroju a aj tréningu.

Treba nakoniec pri určitých nedostatkoch, ťažkostiach a aj sklamaníach považovať zájazd pre našich nádejných lyžiarov za vysoko hodnotný, čo im rozhodne pomôže pri ich ďalšom raste.

JAN MRÁZ, vedúci zájazdů

■ Družstvo juniorov, ktorí nás s úspechom reprezentovali v Rumunsku. Zľava: J. Vojtech, L. Petřík, J. Novotný a M. Ponec.





Na vodě

V horkém létě využíváme příjemného prostředí u vody i v tréninku lyžaře. Otázka prostředí má velký význam při zvyšování tréninkového zatížení. V pěkném prostředí a při pestrém výběru cvičení nedochází tak snadno k únavě nervové soustavy.

V tréninku mnohých sovětských a severských závodníků má veslování své pevné místo. U nás máme spíše podmínky pro pádlování (pramice, kánoe, kajak). K tréninku využijeme všech typů lodí, které seženeme. Nejvýhodnější jsou pramice — snadno se ovládají, všechno sjedou a plavba na nich je nejzábavnější.

V místech, kde jsou podmínky, zařa-

zujeme trénink na vodě v letních měsících pravidelně 1krát až 2krát týdně. Tam, kde nejsou podmínky, je možno zorganizovat několikadenní túru po řece nebo pobyt u přehrady.

Trénink na vodě přináší vedle rozvoje síly, vytrvalosti a obratnosti radostné osvěžení a chuť do další tvrdé přípravy. Pobyt u vody je příležitostí naučit všechny cvičence plavat. Před odjezdem na túru by měli uplavat 200 m, 10 m pod vodou a skočit po hlavě do vody. Jinak musíme důsledně používat plovacích vest. Trénink na vodě vede k upevnění kolektivu a k otužování.

Při túře na řece se překonává řada jezů. Při přenášení i přejíždění je

třeba opatrnosti. Dobře sjízdnou prostop ale využijeme k nácviku projíždění nejrůznějšími způsoby (středem, mimo hlavní vlnu, pozadu apod.).

Příklad tréninkové jednotky (90 minut).

10 min. nástup, příprava pádel a lodí,
15 min. rozcvičení na břehu,

60 min. výcvik na vodě (na závěr plavání a hry ve vodě, při nepříznivém počasí kopaná na břehu apod.),

5 min. zakončení, uložení lodí a pádel.

Jako úkol vedle rozvoje síly, obratnosti a vytrvalosti si vytyčíme skutečně ovládnutí plavidla. Nespokojíme se tedy jen s pádlováním a naježděním množství kilometrů.

Procvičíme:

Záběr vpřed — ze základního postavení se trup předklání, po ponoření pádla do vody se postupně napřimuje, paže záběr dokončují. Jsou volně napjaté při záběru i při pohybu pádla vzduchem.

Zastavení lodí — pádlo zasadíme kolmo do vody vedle těla.

Točení lodí — na místě, v pohybu — přitážením — podmínkou správného provedení je pevné sedění v lodí. Ukloníme se tak, aby horní paže byla nad hlavou, pádlo zasadíme kolmo do vody a přitahujeme k lodí. Odtážením — přiložíme pádlo k lodí před sebou a tlačíme od lodě (loď se točí na opačnou stranu). Kormidelník zasadí pádlo za sebou a pohyb provádí

Až se zima zeptá... Až se zima zeptá... Až se zima zeptá...

CVIČENÍ RYCHLÉ SÍLY

VHODNÉ I JAKO PRAVIDELNÉ RANNÍ CVIČENÍ ZÁVODNÍKA

Činnost sjezdaře je charakterizována velkou pestroostí pohybů a vyžaduje základní pohybové vlastnosti: rychlost, sílu, obratnost, vytrvalost, svalovou pružnost a kloubní pohyblivost. Některé z nich, jako sílu, obratnost a vytrvalost, potřebuje v trochu jiné formě, než je třeba k ostatním druhům sportovní činnosti. Např. sílu uplatňuje v nepravidelných intervalech různé intenzity ve velmi krátké době — někdy ve zlomku vteřiny. Obratnost je tu spojena s rychlostí.

Charakter této činnosti sjezdaře nám určuje požadavky na trénink, který musí obsahovat i cvičení síly. Nejen »hrubé« síly, ale i síly, kterou budeme nazývat »rychlou«. Tato síla nesmí být omezena jen na určité svalové partie (např. na svalstvo nohou), ale musí zasahovat ještě další, např. svalstvo zádové, břišní a ple-

tence ramenního. Břišní a zádové svaly nám pomáhají udržet rovnováhu v obtížných situacích, svalstvo ramenní je důležité při práci s holemi.

Hrubá síla:

Podle zkušeností a praxe, která byla v poslední době potvrzena i teoreticky, nejvhodnější způsob rozvoje síly je cvičení s maximálním zatížením svalového aparátu tak, aby se cvik mohl provést nejvýše 5krát až 8krát. Cvičení s menším zatížením po delší dobu není tak vydatné. Maximální zatížení bude u každého rozličné a je třeba si je zjistit zkouškou.

Svalstvo nohou: posilujeme zvedáním činky ze dřepu do stoje spatného a zpět do dřepu. Provádíme v pravidelném rytmu — nezapomínáme na dýchání, které zvláště u těchto cviků se nesmí zanedbávat! (obr. 1.).

Není-li dostatek náčiní, je výhodnější cvičit s větším počtem cvičenců posilování tak, že se navzájem zdvíhají 2 cvičenci — jeden sedí na ramenu druhému (obr. 2.). Jsme-li v tělocvičně, cvičíme u švédských žebřin, kde sedící cvičenec pomáhá udržovat rovnováhu tím, že se lehce drží žebřin. Cvičení u nářadí má svou další výhodu v tom, že může sedící cvičenec lehce pomáhat vzpírajícímu,

pokud by jeho váha byla příliš velká. Proti zvedání činky toto cvičení má nevýhodu, že váha není přesná. Naproti tomu můžeme cvičení zařadit bez ztrátových časů a odpadají nepříjemnosti s náčiním.

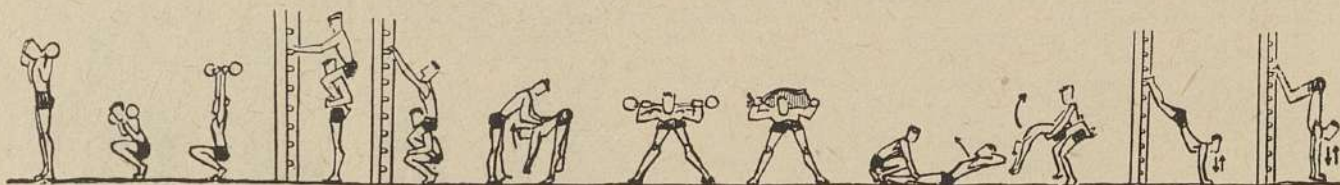
Zádové svalstvo, cvičení ve dvojicích. Jeden cvičenec se snaží zvednout do vzpřímeného postoje. Druhý mu v tom brání. Tlak, který vyvolává, musí být úměrný síle prvního cvičence (obr. 3.).

Jiným druhem cvičení může být zvedání činky z předklonu do vzpřímeného postoje (obr. 4.). Nejvhodnějším náčiním pro toto cvičení jsou pytle písku, kterých používáme jako břemene. Mají výhodu, že netlačí do ramen a jsou lehce zhotovitelné (obr. 5.).

Břišní svalstvo: cvičíme ve dvojicích pomocí druhého cvičence (obr. 6.).

Svalstvo pletence ramenního: posilujeme kliky ve vzporu ležmo, které provádíme u žebřin s nohama vysoko zaklesnutými. Pokud by váha těla nepostačovala zatížení, můžeme ji zesílit záteží, pytlem písku. Cvičení u žebřin má svou výhodu v tom, že se dá zátěž regulovat postupně zvyšováním zavěšení nohou (obr. 7., 8. a 9.).

Při získávání této »hrubé« síly musíme mít na paměti, že zatížení má být tako-



Obr. 1

Obr. 2

Obr. 3

Obr. 4

Obr. 5

Obr. 6

Obr. 6a

Obr. 7

Obr. 8

směrem dopředu (loď se pohybuje na tutéž stranu).

Rízení lodí — na kanoi jede vždy loď na stranu háčka, protože kormidelník ovládá její větší část. Loď je třeba vracet do původního směru. Používá se dvou způsobů. — Záběr plochý — po ukončení záběru vytočí se dlaň horní ruky ven (tím se obrátí zadní strana listu k lodi) a přitáhne hlavici pádla před tělo. Záběr vytačený — v poslední fázi záběru vytočí hřbet horní ruky k vodě. Přední strana listu je u lodě a dolní ruka odtahuje pádlo od lodi.

Velmi důležité je procvičování záběrů nejrůznějšími způsoby:

1. loď startují na znamení, na znamení zastaví před pevnou nebo plující překážkou,

2. závod od mety A k metě B a jízdu vzad zpět k metě A,

3. závod v otáčení lodí o 180° a 360° (kombinovat se závody mezi metami,

4. jízda po obvodu kruhu, osmiček, slalom mezi zakotvenými bojkami (plechovky, kusy dřev) nebo pilíři mostu,

5. starty a závody na nejrůznějších tratích.

Na závěr tréninkové jednotky by mělo být plavání a hry ve vodě, práce s převrženou lodí, nalézání do lodě z vody apod.

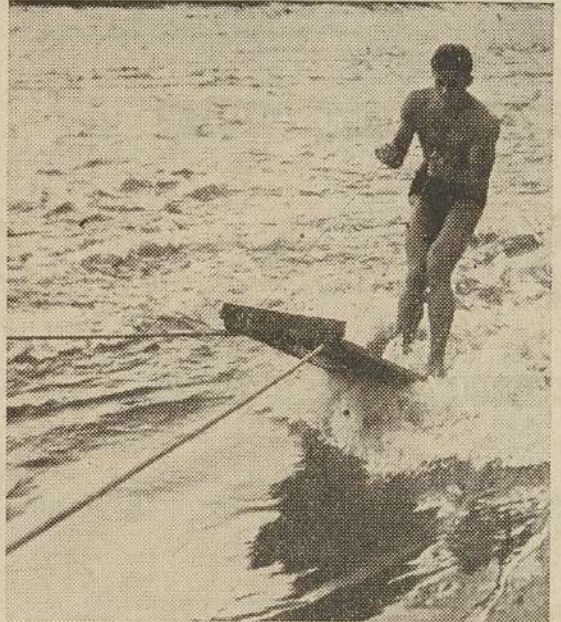
Vhodná literatura: Teklý — Vodní turistika, Kolektiv — Kanoistika, Kolektiv — Závodní kanoistika, Sulc — Vodní slalom, Teklý — Kilometrůž českých řek, Kilometrůž moravských a slovenských řek. JAROSLAV POTMEŠIL

Na lyžích bez motorového člunu?

Je to velmi jednoduché. Na dobré, sjízdné propusti s dostatečnou hloubkou nebo v korytě většího horského potoka s prudce proudící vodou upevníte dřevěnou desku asi 120 cm dlouhou a 60 cm širokou. Lanem desku připevníte po stranách propusti a na ni přiděláte provaz nebo lanko na držení. Toto velmi jednoduché zařízení umožňuje nejen zábavnou činnost, o kterou je velký zájem, ale i hodnotné posilovací cvičení těch svalových partií, které jsou zatěžovány i při jízdě na lyžích.

Je samozřejmé, že dbáme na bezpečnost, kterou zajistíme vyhledáním místa s dostatečnou hloubkou, bez nebezpečných balvanů skrytých těsně pod hladinou a podmínkou, že jízdy se mohou zúčastnit jen dobří plavci.

Uvedené zařízení můžeme zdokonalit upevněním desky na závěsné lano pomocí kladky. Podstatně to zvýší možnosti jízdy a vykláněním desky je možné měnit i místo. Udělejte si ho a uvidíte, že nebudete litovat.



Až se zima zeptá... Až se zima zeptá... Až se zima zeptá...

vé, aby počet dosažených pokusů nepřesahoval vpředu uvedený počet. Uvedené cviky nám umožní kontrolu rozvoje síly postupnými zkouškami během tréninkových období. Vhodnými kombinacemi zatížením můžeme si skoro přesně stanovit váhu, kterou jsme zdvihali. Cvičení síly zařazujeme do tréninkové jednotky 2krát až 3krát, podle druhu jednotky. V každém případě dbáme na to, aby tyto cviky byly prováděny pravidelně a těžiště jejich uplatnění má být na konci přechodného období a na začátku přípravného období.

Kromě této všeobecné síly sjezdař ještě potřebuje sílu »rychlou«. Je to koncentrovaná síla vydaná v menší či větší dávce během sportovního výkonu v omezeném časovém úseku. Tento druh cvičení by jí nijak nepodporoval. Proto do tréninkových jednotek zařazujeme i cviky jiného charakteru. Jejich znakem je, že musí být prováděny v nepravdělném rytmu, případně na povel, a hlavně rychle. Cvičíme je buď bez zatížení, nebo s malým zatížením.

Rychlá síla:

Svaly nohou: Slalomové poskoky do stran (obr. 10):

a) se změnou rytmu na povel — např.

4 skoky rychle a přejít do normálního tempa. Nebo si samostatně měnit tempo podle představy jízdy ve slalomu (např. 3 krátke švihy, 2 dlouhé, vlásenka apod.);

b) kombinovat poskoky s pádem nalevo — napravo do vzporu ležmo s okamžitým vztykem do základního postoje a opakováním poskoků v normálním tempu (obr. 10a).

Ze dřepu výskok a rychle zpět do dřepu. Opakovaně po jednom pokusu nebo několika pokusy za sebou (obr. 11).

Břišní svalstvo: Z lehu na zádech, ruce v týl — rychlý sed a pomalý návrat do lehu. Sed se provádí na povel, nepravdělně. Dbát na rychlou reakci (obr. 12).

Z lehu na zádech — výskok a opět leh. Případně sérii 2 až 3 pokusů. Velmi vydatné cvičení. Dbát na přesné provedení a rychlou reakci na povel.

Z lehu na zádech sed s přitážením kolenní k bradě. Na povel 1, 2 nebo 3 pokusy o závod.

Zádové svalstvo: Z hlubokého předklonu — uvolněného — rychlý vzpříim do stoje spatného znovu uvolněný předklon. Cvičíme případně s malým zatížením, pravidelně (obr. 14).

Tentýž cvik nepravdělně na povel.

Z rovného předklonu — se zatížením, nebo proti odporu napřimení, rychlé vzpříimení na povel (obr. 14).

Z lehu vzadu (na břicho) ruce v týl — zdvihání trupu — rychle, několikrát za sebou. Bez zatížení nebo se zatížením (obr. 15).

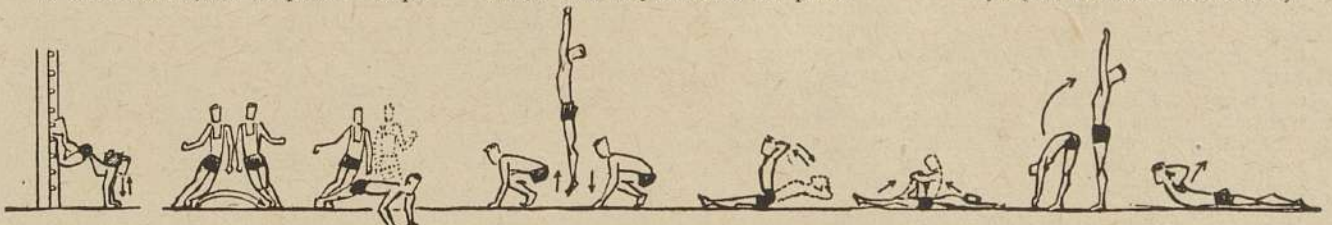
Ramenní svalstvo — svalstvo paží: Rychlé kliky, série nebo izolované. Série o závod 5 až 7, podle vyspělosti cvičenců stupňovat. (Kontrola výkonu i časová kontrola.)

Box s činkami.

Kromě uvedených cviků je řada dalších, které budou stejně vhodné, bude-li je používat uvedeným způsobem. Z praxe doporučuji soustředit se na určitý počet, dobře je procvičit, aby kvalita cviku byla dobrá. Velký počet cviků nemá zdaleka takový efekt, není-li provedení dokonalé. Cviky zařazujeme v tréninkové jednotce v rozcvičení a pak v průběhu hodiny při posilování. Některé posilovací cviky nám mohou posloužit jako kontrolní cviky v přípravě sjezdaře a můžeme podle nich celý trénink usměrňovat. Proto pravidelně pozorujeme a měříme výkony cvičenců pokud možno za stejných podmínek.

Mila Jírša,

sjezdová komise trenérské rady



Obr. 9

Obr. 10

Obr. 10a

Obr. 11

Obr. 12

Obr. 13

Obr. 14

Obr. 15

JERNBERG (ŠVÉDSKO) 1. na 50 km**HÄMÄLEINEN (FINSKO) 3. na 50 km****HAKULINEN (FINSKO) 9. na 50 km****KOLAŘÍK (ČSSR) 24. 50 km**

BĚH STŘÍDAVÝ DVOUDOBÝ NA MS 1962

Kinogramy jsou z mistrovství světa 1962 v Zakopaném, a to z běhu na 50 kilometrů. Závodníci byli filmováni v rovině na třicátém sedmém kilometru a u každého byl vybrán jeden krok běhu střídavého dvoudobého (hole v pozadí jsou od sebe vzdáleny 2 m).

Na kinogramu I. je vítěz závodu Jernberg (Švédsko), na kinogramu II. Härmäläinen (Finsko), který byl třetí, na kinogramu III. je Hakulinen (Finsko), který skončil devátý, a na kinogramu IV. je Kolařík (ČSSR), který doběhl na 24. místě.

Jak je z kinogramů zřejmé, nepřineslo mistrovství v Zakopaném žádné převratné změny v technice jednotlivých běžeckých způsobů. Jízda předních závodníků odpovídá našemu výkladu a pojetí techniky, ovšem podstatné je, že tito závodníci dovedou zachovat správnou švihovou techniku, i když jsou unaveni, což je vidět zvláště dobře na Jernbergovi a Härmäläinenovi i na konci tohoto lyžařského maratonu. Druhým charakteristickým znakem nejlepších běžců na mistrovství bylo časté střídání všech běžeckých způsobů a jejich ekonomické využívání. Není to nic neznámého, prakticky se však u nás, zvláště při únavě, méně využívá. Např. na této rovině použila většina filmovaných různé kombinace běhů střídavých a běhů s odpichem soupaž. (Kolařík přešel teprve v posledním kroku filmového záběru do běhu střídavého dvoudobého, což je vidět v rozdílné poloze levé hole na prvních pěti obr. jeho kinogramu). Všichni závodníci na kinogramech zachovávají hlavní zásady správné techniky (přepad, odraz, přenesení váhy, švihová práce nohou atd.) s některými individuálními odchylkami, vyplývajícími např. z oso-

bitého stylu, z únavy, případně z »hladšího« či »hrubšího« namazání lyží.

U Jernberga je na první pohled zřejmá celková uvolněnost a vyšší vzpřímenější postoj ve skluzu (viz obr. č. 6 až 11), rychlý vydatný odraz, provedený s co nejmenším úhlem směřujícím vpřed (obr. 4) a spojený s ostrým odpichem hole, který poněkud předchází odraz nohy (obr. č. 4). O správně provedeném a dokončeném odpichu a odrazu s okamžitě následujícím uvolněním nás přesvědčují obrázky č. 4 a 5 (viz odrazová noha a paže). Délka skluzu je u Jernberga ze všech čtyř závodníků i při jeho uvolněné jízdě největší (asi 4 m).

U Härmälaina na kinogramu 2 je vidět ještě ostřejší úhel odrazu s krásným běžeckým lukem (obr. č. 4), kdy veškerá odrazová síla se promítá do trupu. Celkově působí jeho jízda víc »silovějším« dojmem. K dlouhému a vydatnému odpichu holemi napomáhá i větší délka holí než u Jernberga, takže v některých okamžicích se paže vpředu dostává příliš vysoko (obr. č. 4 a 6).

U Hakulinena, i když je brán poněkud víc zpředu než ostatní (v dalších krocích přešel na běh s odpichem soupaž), je vidět, že úhel odrazu je poněkud méně ostrý (obr. č. 3), což vyplývá zřejmě z příliš »hladkého« mazání lyží, případně z únavy, která na něm již byla v tomto úseku zřejmá. To je možno pozorovat i v nedotaženém odpichu paží (obr. č. 2 a 4). Jinak se jeho jízda vyznačuje hlubším postojem a ostřejším úhlem odrazu.

Kolařík má poněkud menší přepad před odrazem, zvláště proti Jernbergovi (obr. č. 1 a 2), z toho vyplývá též odraz směřující více vzhůru než dopředu (obr. č. 4), přičemž odraz nejde přímo do trupu, je zde mírné vysazení pánve, což mohlo být též způsobeno buď mazáním, nebo únavou. Rovněž práce paží je v menším rozsahu než např. u Härmälaina nebo Jernberga (obr. č. 3 a 4). Tomu odpovídá i délka skluzu, která je u Kolaříka ze všech čtyř nejmenší (asi 3 m).

Jan Jurečka, člen běžecké komise trenérské rady

Foto: Jan Tyl, ÚŠ ČSTV

VÝSLEDKY PŘEBORU ČSSR MISTROVSTVÍ ČSSR 1962

PŘEBOR ČSSR DOROSTU

KLASICKÉ DISCIPLÍNY
HARRACHOV 1. až 4. března

DOROSTENCI STARŠÍ:

Běh na 10 km:

1. Steklý Václav, Baník Osek	39:44
2. Hruška Jiří, Jiskra Domažlice	40:21
3. Svoboda Jaroslav, Jiskra Mšeno	40:40
4. Ursiny Ondřej, ČH B. Bystrica	40:44
5. Hofman Egon, Jiskra Abertamy	40:47
6. Honzl Petr, Sokol N. Město	40:55
7. Divald Lorand, Dyn. N. Tetry	41:06
8. Kraus Josef, Spartak Vrchlabí	41:09
9. Fajstauer Jan, Slov. Jilemnice	41:14
10. Kadlec Jiří, Sokol N. Město	41:21
11. Hendrych Ivan, Baník Ostrava	41:28
12. Krob Arnošt, Lok. Šumperk	41:34
13. Kadeřábek František, Baník Háj	41:39
14. Matěáško Václ., S. Zl. Olešnice	41:44
15. Halama Emil, Sokol Lužnice	41:49
16. Starové Josef, Jiskra Harrachov	41:52
17. Langmajer Josef, Lok. Liberec	41:56
18. Pohl Antonín, Sp. Police n. M.	42:03
19. Jenka Pavel, Sp. Ml. Boleslav	42:08
20. Černý Jiří, Baník Osek	42:13
21. Šmolc Ladislav, Sp. Strakonice	42:16
22.—23. Kraus Jan, Sp. Vrchlabí	42:22
22.—23. Kadlec Ondřej, S. N. Město	42:22
24. Kofátko Jiří, Sp. AZKG	42:29
25. Čáslavský Jiří, Sl. Karlovy Vary	42:34
26. Iskra Michal, ČH B. Bystrica	42:44
27. Jelínek Otakar, Sokol N. Město	42:47
28. Majer Bruno, Sl. Havířov	42:49
29. Praveček Václav, Sl. Kar. Vary	42:55
30. Machata Josef, Jiskra Mšeno	42:57
31. Gruliš Milan, Jiskra Mšeno	43:02
32. Peřina Václav, Sp. Vrchlabí	43:10
33.—34. Zajíček Václav, J. Mšeno	43:11
33.—34. Cerman Jan, ZOV Nymburk	43:11
35.—36. Sklenář Petr, Lok. Šumperk	43:15
35.—36. Gajdoš, Sokol Ilanovo	43:15
37.—39. Mráz Ant., Sp. Praha Nusle	43:18
37.—39. Dvořák Mil., J. Harrachov	43:18
37.—39. Němeček Jiří, Sl. VŠ Olom.	43:18
40. Hykyš Josef, Sn Jilemnice	43:27
41.—42. Kohout V., ZTS Klatovy	43:28
41.—42. Zvonek Josef, TJ Rožnov	43:28
43. Boháč Jarosl., Sokol N. Město	43:35
44. Lysner Jarosl., Sl. K. Vary	43:37
45. Vrána Dušan, Sp. Pov. Bystr.	43:43
46. Staněk Josef, Jiskra Lomnice	43:47
47. Kalabus Leop., Sp. Mez. Vsetín	44:04
48.—49. Žižka Jan, Lok. Trutnov	44:12
48.—49. Horníček M., Sp. Vrchlabí	44:12
50. Jíruš Vilém, Sn Jilemnice	44:15
51. Rozsypal Petr, Sp. Stalingrad	44:37
52. Kremel Milan, TJ Val. Meziříčí	44:38
53. Šesták Jarosl., Jiskra Vítkovice	45:10
54. Šuhájek Vlad., Sokol Mělník	45:14
55.—56. Pich Zdeněk, Lok. Liberec	45:25
55.—56. Niňaj Milan, Ta. S. N. Ves	45:25
57. Rabatín Jan, Baník Kremnica	45:39
58. Brabec Vlad., Sokol Senohraby	46:08
59. Vojtk V., Sp. Strakonice	46:51
60. Svoboda Vl., Sp. Avia Čakovice	47:02
61. Temošfy Julius, Baník Kremnica	48:06
62. Kraus Jiří, Sokol Libverda	48:15
63. Čunderlík Vlas., ČH B. Bystr.	48:41
64. Stícha Milan, Sokol Libverda	50:07
65. Strejček Jiří, Sp. Avia Čakovice	51:32
66. Straka Karel, Sokol Senohraby	56:10

Startovalo 66, závod dokončilo 66 závodníků.

Stafetový běh na 3 x 5 km:

1. Kraj Východočeský I.	1:00:17
Starové 20:58, Fajstauer 20:02, Kraus 19:27	
2. Kraj Severočeský I.	1:02:07
Svoboda 20:22, Kadeřábek 21:26, Steklý 20:19	
3. Kraj Jihomoravský I.	1:02:42
O. Jelínek 21:17, Boháč 20:19, V. Jelínek 21:06	
4. Kraj Východoslovenský II.	1:03:16
Jírouš 20:54, Peřina 21:20, Gruliš 21:02	
5. Kraj Severočeský II.	1:03:40
Halama 21:55, Langmajer 20:40, Matěáško 21:05	
6. Kraj Západočeský I.	1:04:40
Čáslavský 23:02, Hofman 21:15, Hruška 20:23	
7. Kraj Jihomoravský I.	1:04:55
J. Kadlec 22:32, O. Kadlec 21:28, Honzl 20:55	
8. Kraj Východočeský II.	1:05:09
Kraus 21:38, Žižka 21:50, Pohl 21:41	
9. Kraj Severomoravský I.	1:05:45
Sklenář 21:48, Kohout 22:30, Hendrych 21:27	
10. Kraj Jihočeský	1:05:57
Čapek 22:42, Štefleček 21:27, Šmach 21:48	

Závod sdružený:

	Běh	Skok	Celkem
1. Steklý Václav, Baník Osek	240,0	193,7	433,7
2. Honzl Petr, Sokol N. Město	234,1	192,3	426,4
3. Kraus Josef, Spartak Vrchlabí	232,9	192,4	425,3
4. Svoboda Jaroslav, Jiskra Mšeno	235,3	188,5	423,8
5. Žižka Jan, Lokomotiva Trutnov	217,7	204,5	422,2
6. Zvonek Josef, TJ Rožnov	221,0	195,4	416,4
7. Kadlec Ondřej, Sok. N. Město	226,8	180,4	407,2
8. Pohl Antonín, Spartak Police	228,7	178,7	407,1
9. Kraus Jan, Sp. Vrchlabí	226,4	178,4	404,2
10. Krobot Arnošt, Lok. Šumperk	230,8	167,5	398,3
11. Černý Jiří, Baník Osek	227,8	166,2	393,8
12. Jelínek Otakar, Sokol N. Město	224,7	167,7	392,4
13. Machata J., Jiskra Mšeno	223,9	168,2	392,1
14. Pich Zdeněk, Lok. Liberec	211,6	170,8	382,4
15. Horníček Miroslav, Sp. Vrchlabí	217,7	158,4	376,1
16. Rabatín Jan, Ban. Kremnica	210,7	165,3	376,0
17. Tamašfy Julius, Ban. Kremnica	198,2	167,1	365,3
18. Vojík Václav, Sp. Strakonice	204,4	160,4	364,8
19. Čunderlík Vlado, ČH B. Bystrica	195,2	160,8	356,0
Startovalo 19, závod dokončilo 19 závodníků.			

Skok prostý:

	Styl	Délka	Celkem
1. Divila Ladislav, Jiskra Vítkovice	95,0	120,0	215,0
2. Metelka Josef, Spartak Rokytnice	92,0	114,6	206,6
3. Peřich Miloš, TJ Rožnov	91,0	108,6	199,6
4. Žižka Jan, Lok. Trutnov	86,0	107,4	193,4
5. Lukeš Jiří, Jiskra Harrachov	86,5	106,2	192,7
6. Novák Bohuslav, S. Pec pod Sněžkou	82,0	103,8	185,8
7. Sýkora Karel, Baník Osek	75,0	97,2	172,2
8. Svoboda Jaroslav, Jiskra Mšeno	73,5	98,8	171,3
9. Kraus Josef, Spartak Vrchlabí	73,5	93,6	167,1
10. Neřuka Jiří, Jiskra Plavý	71,0	92,4	163,4
11. Zvonek Josef, TJ Rožnov	67,0	92,4	159,4
12.—13. Kraus Jan, Spartak Vrchlabí	68,5	90,6	159,1
12.—13. Kobr Vladimír, Spartak Rokytnice	68,5	90,6	159,1
14. Steklý Václav, Baník Osek	67,5	90,0	157,5
15. Balcar Oldřich, Slován Spindlerův Mlýn	68,5	88,2	156,7
16. Honz Petr, Sok. N. Město	67,5	88,8	156,3
17. Novák Josef, Sok. Abertamy	66,5	89,4	155,9
18. Pich Zdeněk, Lok. Liberec	63,0	86,4	149,4
19. Čunderlík Vlado, RH B. Bystrica	66,0	83,4	149,4
20. Tamašfy Julius, Ban. Kremnica	64,0	85,2	149,2
21. Machata Josef, Jiskra Mšeno	62,0	87,0	149,0
22. Dvořák Jan, Lok. Liberec	61,0	85,8	146,8
23. Kadlec Ondřej, Sokol N. Město	64,5	79,2	143,7
24. Vojík Václav, Spartak Strakonice	61,0	79,8	140,8
25. Švarc František, Sokol Stachy	57,0	75,6	132,6
26. Marek Stanislav, Sokol N. Město	57,5	73,8	131,3
Startovalo 28, závod dokončilo 26 závodníků.			

DOROSTENCI MLADŠÍ:

Běh na 5 km:

1. Štefl Karel, Sokol N. Město	20:39
2. Bardy Vlado, Lok. Vážec	20:57
3. Miluška Milan, Sokol N. Město	21:08
4. Rolko Mir., Banfk Kremnica	21:13
5. Fencel Svatopl., Banfk Jáchymov	21:20
6. Ducháček Mil., SJ Kořenov	21:26
7. Horčík Mir., Lok. Liberec	21:35
8. Štěpánek Zdeněk, Sokol Stachy	21:36
9. Zahradník Karel, Lok. Trutnov	21:37
10. Rázl Jiří, Jiskra Harrachov	21:38
11. Beran Josef, Sp. Police n. M.	21:42
12. Čapek Václav, Sp. Č. Budějovice	21:43
13. Kvěch J., Jiskra Abertamy	21:46
14.—15. Ráža Milan, ČH B. Bystrica	21:47
14.—15. Matz Kurt, Lok. Trutnov	21:47
16. Pivnička Lud., Sp. Police n. M.	21:48
17. Beneš Zdeněk, Sn Jilemnice	21:49
18. Rázl Ant., Jiskra Harrachov	21:54
19.—20. Oubrecht Fr., Slávia ÚRO	22:01
19.—20. Rygl Lad., SJ Kořenov	22:01
21. Štekl Antonín, Jiskra Mšeno	22:02
22. Fořt Jaroslav, Jiskra Mšeno	22:03
23. Slíva Jiří, Lok. Liberec	22:04
24. Štěpánek Mil., Sok. Zl. Olešnice	22:06
25. Veselý Pavel, Jiskra Mšeno	22:07
26. Veršghy Boris, Banfk Kremnice	22:10
27. Sourek Josef, RH Pardubice	22:11
28. Vojanec Fr., Sokol N. Město	22:12
29.—30. Kalus Vl., Tatr. V. Karlovice	22:17
29.—30. Šípek Mil., Lok. Trutnov	22:17
31. Lajer Zdeněk, Sp. Police n. Met.	22:22
32. Dvořák Václ., Jiskra Harrachov	22:40
33. Janiček Jan, Dyn. N. Tatr	22:48
34. Mráz Lubomír, Banfk Mlýnský	22:59
35. Jelínek Vl., Sokol N. Město	23:04
36. Votava Jiří, RH Plzeň	23:06
37. Půlpitel Miloš, Jiskra Harrachov	23:13
38. Martíněk Jan, Jiskra Harrachov	23:17
39. Langmajer Mir., Lok. Liberec	23:19
40. Soukeník Karel, Lok. Plzeň	23:20
41. Houda Vít, Lok. Liberec	23:22
42. Votrubec Fr., Slávia VŠ Plzeň	23:25
43. Blažek Fr., Lok. Liberec	23:32
44. Svozil Vlad., TJ Val. Meziříčí	23:35
45.—46. Michalík Jan, Dyn. N. Tatr	23:38
45.—46. Dufek Vít, S. Zl. Olešnice	23:38
47. Smutný Zdeněk, Banfk Ostrava	23:48
48. Kramoliš Pavel, TJ Rožnov	23:51
49. Balatka Oldř., Jiskra Mšeno	23:52
50. Keller Bohd., Sp. Ml. Boleslav	23:59
51.—52. Strnad Jos., Lok. Trutnov	24:00
51.—52. Vojtíšek Jos., Banfk Ostrava	24:00
53. Lukeš Vlad., Jiskra Vítkovice	24:18
54. Rydval Josef, Sokol Albrechtice	24:22
55. Josefík Josef, Lok. Šumperk	24:50
56. Kopic J. Jiří, Sl. Karlovy Vary	25:01
57. Fabián Václav, TJ Rožnov	25:43

Startovalo 58, závod dokončilo 57 závodníků.

DOROSTENKY STARŠÍ:

Běh na 5 km:

1. Zdeňková Mir., Sp. Praha Nusle	23:51
2. Radoušová V., Lok. Liberec	24:13
3. Felcmanová H., Lok. Č. Třebová	24:20
4. Privitzerová Kr., Banfk Kremnica	24:41
5. Balzerová Jana, J. Mšeno	25:03
6. Martínů Eliška, Sl. VŠ Olomouc	25:11
7. Haladová Jiřina, ZTS Klatovy	25:21
8. Vacková Zuzana, Slávia ITVS	25:29
9. Bělonožníková V., Lok. Liberec	25:40
10. Novotná V., RH Liberec	25:43
11. Krátká V., Sp. Stalingrad	25:46
12. Peterková E., Lok. Teplice	25:56
13. Vošvrďová M., Jiskra Harrachov	25:59
14. Kolářková Lud., TJ Rožnov	26:09
15. Kolářová Anna, ČH B. Bystrica	26:11
16. Erlebachová Mir., Sl. Jilemnice	26:19
17. Chloupková J., Slávia ÚRO Praha	26:24
18. Elnerová R., Sokol Šumperk	26:36
19. Vadinská Zl., Sokol N. Město	26:38
20.—21. Winnová M., SJ Plzeň Pivov.	26:39
20.—21. Hamplová Zden., Lok. Trutnov	26:39
22. Bartůňková E., Sp. Kar. Vary	26:44

Stafetový běh na 3 X 3 km:

1. Kraj Jihomoravský — Vojanec	40:36
14:03, Miluška 13:27, Štefl 13:06	
2. Kraj Východočeský I. — Šípek	42:04
14:47, Matz 13:56, Beneš 13:21	
3. Kraj Severočeský I. — Rygl	42:06
14:25, Ducháček 13:57, Herčík 13:44	
4. Kraj Západočeský I. — Votava	42:10
15:14, Kvěch 13:43, Fencel 13:53	
5. Kraj Východočeský II. — Sourek	42:23
14:06, Dvořák V. 14:02, Rázl A. 14:15	

Závod sdružený:

	Běh	Skok	Celkem
1. Rázl Jiří, Jiskra Harrachov	226,8	205,2	432,0
2. Zahradník Karel, Lok. Trutnov	227,2	204,5	431,7
3. Štefl Karel, Sokol N. Město	240,0	182,9	422,9
4. Rázl Antonín, Jiskra Harrachov	233,4	185,5	408,9
5. Rygl Ladislav, Slavoj Kořenov	221,8	179,0	400,8
6. Jelínek Vladimír, Sokol N. Město	207,8	189,1	395,9
7. Slíva Jiří, Lokomotiva Liberec	221,2	173,9	395,1
8. Vojanec František, Sok. N. Město	219,4	169,5	388,9
9. Miluška Milan, Sokol N. Město	230,556	153,9	387,457
10. Kramoliš Pavel, TJ Rožnov	197,333	190,1	387,433
11. Fencel Svatopluk, TJ Jáchymov	231,0	155,1	386,1
12. Martíněk Jan, Jiskra Harrachov	205,0	176,9	381,9
13. Pivnička Ludvík, Sp. Police n. Met.	224,8	154,1	378,9
14. Balatka Oldřich, Jiskra Mšeno	197,2	181,2	378,4
15. Rydval Josef, Sokol Albrechtice	190,5	175,9	366,4
16. Lukeš Vladimír, Jiskra Vítkovice	191,4	171,9	363,3
17. Blažek František, Lok. Liberec	201,6	155,5	357,1
18. Fabián Václav, TJ Rožnov	172,5	165,0	337,5
19. Josefík Josef, Lokomotiva Šumperk	184,3	149,2	333,5

Skok prostý:

	Styl	Délka	Celkem
1. Ulrych Jiří, Jiskra Harrachov	89,0	117,2	206,2
2. Rázl Jiří, Jiskra Harrachov	83,0	120,0	203,0
3. Rydval František, Lok. Liberec	82,0	117,2	199,2
4. Zahradník Karel, Lok. Trutnov	78,5	114,4	192,9
5. Höhnlel Rudolf, Sokol Pernink	77,0	111,6	188,6
6. Mansfeld Jaroslav, Jiskra Lomnice	77,5	110,9	188,4
7. Jakoubek Václav, Sokol Albrechtice	71,0	107,4	178,4
8. Balatka Oldřich, Jiskra Mšeno	71,5	103,9	175,4
9. Reiner Alois, Lokomotiva Liberec	74,5	97,6	172,1
10. Daněk Zdeněk, Sokol B. Třemešná	69,0	102,5	171,5
11. Martíněk Jan, Jiskra Harrachov	74,5	95,5	170,0
12. Rázl Antonín, Jiskra Harrachov	72,5	98,2	168,7
13. Kramoliš Pavel, TJ Rožnov	70,0	98,3	168,3
14. Jelínek Vladimír, Sokol N. Město	66,0	97,6	163,6
15. Čermák Jiří, Sp. Rokytnice	64,0	99,0	163,0
16.—17. Vrátník Václav, Jiskra Vratislavice	63,0	94,8	157,8
16.—17. Štefl Karel, Sok. N. Město	66,5	91,3	157,8
18. Lukeš Vladimír, Jiskra Vítkovice	60,0	96,2	156,2
19. Fabián Václav, TJ Rožnov	62,0	93,4	155,4
20. Rydval Josef, Sokol Albrechtice	63,0	92,0	155,0
21. Hejl Ladislav, Lokomotiva Liberec	61,0	88,5	149,5
22. Pfister Jan, Banfk Kremnica	63,5	84,3	147,8
23. Slíva Jiří, Lokomotiva Liberec	59,5	85,7	145,2

Startovalo 26, závod dokončilo 25 závodníků.

23. Myšičková St., SJ Karlovy Vary	26:48
24. Čermáková H., Banfk Osek	26:54
25. Křivánková J., Sp. Vrchlabí	26:58
26. Mounová M., Sp. Strakonice	27:06
27. Chroustová A., Sokol N. Město	27:22
28. Koblerová L., Sn Karlovy Vary	27:25
29. Bombušková El., Tn Tatr. Lom.	27:54
30. Botavcová M., Sp. Ml. Boleslav	28:10
31. Kožíšková E., Sokol N. Město	28:19
32. Kulíková M., Tn Tatr. Lomnica	28:21
33. Hudáčková L., Tn Tatr. Lomnica	28:36
34. Náglová Mil., Lok. Kolín	29:05

Startovalo 34, závod dokončilo 34 závodnic.

Stafetový běh na 3 X 3 km:

1. Kraj Severočeský I. — Bělonožníková 16:13, Balzerová 16:34, Radoušová 16:18	49:05
2. Praha MV — Vacková 16:40, Krátká 17:14, Zdenková 16:09	50:03
3. Kraj Východočeský I. — Erlebachová 17:17, Vošvrďová 17:00, Felcmanová 16:01	50:18
4. Kraj Středoslovenský — Kolářová 17:00, Osvaldová 16:50, Privitzerová 17:31	51:21
5. Kraj Jihomoravský — Chroustová 17:20, Kožíšková 18:43, Vadinská Z. 16:44	52:47
6. Kraj Severomoravský — Kolářková 18:32, Elnerová 18:41, Martínů 18:11	55:24
7. Kraj Východoslovenský — Kulíková 18:54, Bambušková 18:09, Hudáčková 18:27	55:30
8. Kraj Východočeský II. — Křivánková 17:02, Mrklasová 20:42, Hamplová 18:13	55:57
9. Kraj Západočeský I. — Myšičková 19:14, Koblerová 19:25, Haladová 17:35	56:14
10. Kraj Západočeský II. — Zdeničková 19:13, Nonfriedová 19:38, Winnová 21:49	1:00:40

Startovalo 11, závod dokončilo 10 štafet.

DOROSTENKY MLADŠÍ:

Běh na 3 km:

1. Weisshäutlová L., Jiskra Mšeno	15:18
2. Osvaldová Anna, Baník Kremnica	16:06
3. Pazourková V., Sp. Praha Nusle	16:09
4. Nováčková St., Sokol Sobotín	16:12
5. Šimková Hana, Jiskra Tanvald	16:19
6. Košťálová M., Jiskra Mšeno	16:28
7. Zbořilová V., TJ V. Mezifíř	16:36
8. Václavíková R., Jiskra Lomnice	16:40
9. Chlumová Milena, Sp. Vrchlabí	16:44
10. Hlaváčková M., Sp. Praha Nusle	16:47
11. Jandová Milada, J. Harrachov	16:50
12. Bulužková Jar., Sokol H. Branná	16:56
13. Komínková Eva, Sokol N. Město	17:02
14. Cermanová V., Sokol H. Branná	17:04
15. Dostálová Jitka, Lok. Trutnov	17:05
16. Švarcová Marc., Sn Jilemnice	17:08
17. Hrubá Hana, RH Plzeň	17:09
18. Hanušová Dana, Jiskra Tanvald	17:12
19. Zmítková Kv., Baník Háj	17:13
20. Novotná Mir., RH Liberec	17:14
21. Šivicová Anna, TJ Rožnov	17:19
22. Užíková Mir., Tn Tatr. Lomnica	17:24
23. Hermanová D., Sp. Strakonice	17:25
24.—25. Vadimská Eva, S. N. Město	17:26
24.—25. Čísařová Jitka, J. Lomnice	17:26

26. Ondryšová M., Sokol Kněžhyně	17:28
27. Truhlářová Fr., Sokol Mělník	17:29
28. Skalníková Jitka, Sokol N. Město	17:38
29.—30. Erlebachová M., Sp. Vrchl.	17:39
29.—30. Rohanová V., Sj K. Vary	17:39
31. Mikolášková A., Sn Jilemnice	17:42
32.—33. Hlaváčková V., Sp. Pr. Nusle	17:52
32.—33. Bartůňová Sl., Sj Kar. Vary	17:52
34. Hubená Lída, Sn Jilemnice	17:53
35.—36. Safránková M., Sp. Staligr.	18:03
35.—36. Nonfriedová V., Sj K. Vary	18:03
37. Lančová Irena, Sokol Hanušovice	18:05
38. Zedníčková Eva, Sj Plzeň	18:07
39. Bastlová Vl., Jiskra Rýmařov	18:08
40. Vošvrdová Z., Jiskra Harrachov	18:09
41. Kučerková Eva, Tn Tatr. Lomnica	18:16
42. Čakovská M., Tn Tatr. Lomnica	18:18
43. Tukáčková Jana, Baník Osek	18:21
44. Šrámková G., Sn Dol. Smokovec	18:35

Stafetový běh na 3 x 2 km:

1. Kraj Severočeský I. — Šimková 10:53, Košťálová 11:06, Weisshäutlová 10:03	32:02
2. Kraj Východočeský I. — Vác-	

lavíková 11:21, Švarcová 11:09, Chlumová 11:30	34:00
3. Kraj Severočeský II. — Novotná 11:47, Zmítková 11:20, Hanušová 11:42	34:49
4. Kraj Východočeský II. — Mikolášková 12:22, Vošvrdová Z. 12:19, Erlebachová 11:37	36:18
5. Kraj Východočeský III. — Šírová 13:00, Cermanová 11:39, Bulužková 11:49	36:28
6. Kraj Jihomoravský — Vadimská 11:43, Skalníková 12:41, Komínková 12:17	36:41
7.—8. Praha MV — Hlaváčková 12:09, Hlaváčková 12:15, Pazourková 12:19,	36:43
7.—8. Kraj Východoslovenský — Čakovská 12:13, Kučerková 12:45, Učíková 11:45	36:43
9. Kraj Východočeský IV. — Dostálová 12:54, Čísařová 12:22, Jandová 12:04	37:20
10. Kraj Severomoravský I. — Zbořilová 12:21, Šivicová 13:00, Nováčková 12:24	37:45

PŘEBOR ČSSR DOROSTU

SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY PUSTEVNY 22. až 25. února

DOROSTENCI STARŠÍ:

Slalom:

	I. kolo	II. kolo	Celkem
1. Novotný Jan, Sp. Vrchlabí	42,2	44,0	86,2
2. Králík Marian, ČH B. Bystrica	45,0	45,0	90,0
3. Sinay Gregor, T. Tatr. Lomnica	44,7	49,7	94,9
4. Škampa, Zdeněk, RH Brno	48,2	46,8	95,0
5. Raclavský P., Sn Olomouc	51,7	43,6	95,3
6. Jakšík Aleš, B. Ostrava	51,7	47,2	98,9
7. Čermák Dušan, Sp. Martin	53,5	50,8	104,3
8. Ponec Milan, Sp. Vrchlabí	50,8	57,1	107,9
9. Řehák Josef, Sp. Vrchlabí	58,1	53,0	111,1
10. Jendřejas P., VP Lískovec	52,2	59,1	111,3
11. Syrovátka Jiří, Sl. VŠ Praha	54,5	57,8	112,5
12. Krkoška Emil, Bezkyd Čadca	53,8	61,3	115,1

Obří slalom:

1. Petřík Luboš, Sp. Vrchlabí	1:44,1
2. Novotný Jan, Sp. Vrchlabí	1:44,3
3. Raclavský Pavel, Sn Olomouc	1:46,0
4. Králík Marian, ČH B. Bystrica	1:46,3
5. Ponec Milan, Sp. Vrchlabí	1:46,5
6. Mutl Alois, Baník Hrob	1:46,8
7. Sinay Gregor, T. Tatr. Lomnica	1:47,7
8. Stárek Ludvík, Sl. ÚRO Praha	1:47,8
9. Cerman Jan, ŽUO Nymburk	1:48,1
10. Jakšík Aleš, B. Ostrava	1:49,4
11. Vengláš Václav, Sp. Vsetín	1:50,2
12. Škampa Zdeněk, RH Brno	1:50,4
13. Ledecský Zdeněk, Sl. ÚRO Praha	1:51,5
14.—15. Čermák Dušan, Sp. Martin	1:51,7
14.—15. Řehák Jos., Sp. Vrchlabí	1:51,7
16. Kordoš Jos., TJ Ružomberok	1:51,9
17. Jendřejas Petr, VP Lískovec	1:53,1
18. Nahálka Jos., Sp. Ilanovo	1:53,6
19. Krkoška Emil, Bezkyd Čadca	1:53,8
20. Galanda Mir., Sp. Martin	1:54,1
21. Fůrst Vlastimil, Lok. Teplice	1:54,3
22. Kréma Michal, RH Brno	1:55,7
23. Hampel Milan, J. Klatovy	1:55,9
24. Elgen Lub., L. Kolín	1:58,3
25. Syrovátka Jiří, Sl. VŠ Praha	1:58,5
26. Svoboda Jiří, Sl. VŠ Praha	1:59,6
27. Zákřavský Mir., L. Šumperk	2:00,1
28. Mašík Jan, Sl. ÚRO Praha	2:00,7
29. Sedláček Petr, L. Č. Třebová	2:00,8
30. Urban Horst, J. Jablonec	2:03,8
31. Aschermann Mich., Sp. Praha	2:09,6
32. Smutný Petr, J. Jablonec	2:15,5
33. Vejšický Zdeněk, Sn M. Lázně	2:19,8
34. Mitro Vojtěch, L. Košice	2:23,1
35. Matouš Pavel, B. Děčín	4:18,2
36. Peterka Vítězslav, L. Šumperk	4:25,9

Startovalo 37, diskval. 1, závod dokončilo 36 závodníků

13. Petřík Luboš, Sp. Vrchlabí	41,8	74,5	116,3
14. Zákřavský Mir., Lok. Šumperk	55,6	62,4	118,0
15. Sedláček P., Lok. Č. Třebová	54,9	63,2	118,1
16. Mutl Alois, Baník Hrob	57,0	61,6	118,6
17. Nahálka Jos., S. Ilanovo	63,3	57,8	121,1
18. Mašík Jan, Sl. ÚRO Praha	60,7	71,4	132,1
19. Mareš Michal, Sp. Frenštát	54,4	78,2	132,6
20. Vengláš V., Sp. Vsetín	56,3	83,1	139,4
21. Stárek Ludvík, Sl. ÚRO Praha	62,7	104,0	166,7
22. Vejšický Zdeněk, Sn M. Lázně	61,8	121,0	182,8
23. Svoboda Jiří, Sl. VŠ Praha	86,9	103,0	189,9
24. Kordoš Jos., TJ Ružomberok	64,4	178,6	243,0
25. Galanda Mir., Sp. Martin	251,0	59,6	310,6

Startovalo 37, vzdali 2, nedojel 1, diskval. 9, závod dokončilo 25 závodníků.

Sjezd:

1. Sinay Gregor, T. Tatr. Lomnica	1:55,5
2.—3. Novotný Jan, Sp. Vrchlabí	1:57,4
2.—3. Škampa Zdeněk, RH Brno	1:57,4
4. Jakšík Aleš, B. Ostrava	1:58,6
5. Králík Marian, ČH B. Bystrica	1:59,9
6. Cerman Jan, ŽVO Nymburk	2:00,1
7. Vengláš V., Sp. Vsetín	2:00,5
8. Čermák Dušan, Sp. Martin	2:00,8
9. Krkoška Emil, Bezkyd Čadca	2:01,0
10. Mareš Michal, Sp. Frenštát	2:02,7
11. Raclavský Pavel, Sn Olomouc	2:02,9
12. Šnupárek Jiří, RH Brno	2:03,3
13. Zákřavský Mir., L. Šumperk	2:03,6
14. Řehák Jos., Sp. Vrchlabí	2:03,7
15. Sedláček Petr, L. Č. Třebová	2:03,8
16. Nahálka Jos., S. Ilanovo	2:04,5

Sjezdový trojboj:

	Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Novotný Jan, Sp. Vrchlabí	1,60	0,16	0	1,76
2. Králík Marian, ČH B. Bystrica	3,88	1,74	2,62	8,04
3. Sinay Gregor, T. Tatr. Lomnica	0	2,86	5,66	8,52
4. Škampa Zdeněk, RH Brno	1,60	4,99	6,07	12,66
5. Raclavský Pavel, Sn Olomouc	6,18	1,50	6,28	13,96
6. Jakšík Aleš, Baník Ostrava	2,58	4,20	8,76	15,54
7. Čermák Dušan, Sp. Martin	4,44	6,03	12,49	22,96
8. Řehák Josef, Sp. Vrchlabí	6,84	6,03	7,17	30,04
9. Krkoška Emil, Bezkyd Čadca	4,60	7,69	19,93	32,22
10. Jendřejas Petr, VP Lískovec	9,76	7,13	17,31	34,20
11. Nahálka Josef, Sok. Ilanovo	7,52	7,53	24,07	39,12
12. Ponec Milan, Sp. Vrchlabí	22,28	1,90	14,96	39,14
13. Syrovátka Jiří, Slávia VŠ Praha	9,76	11,41	18,00	39,17
14. Mutl Alois, Baník Hrob	15,02	1,98	22,35	39,35
15. Zákřavský Mir., Lok. Šumperk	6,76	12,67	21,93	41,36
16. Sedláček Petr, Lok. Č. Třebová	6,94	13,23	22,0	42,17
17. Vengláš Václav, Sp. Vsetín	4,18	4,83	36,69	45,70
18. Stárek Ludvík, Sl. ÚRO Praha	8,18	2,94	55,51	66,63
19. Vejšický Zdeněk, Sl. M. Lázně	9,10	28,29	66,82	104,1
20. Petřík Luboš, Sp. Vrchlabí	84,66	0	20,76	105,42

BODY

	Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Novotný Jan, Sp. Vrchlabí	1,60	0,16	0	1,76
2. Králík Marian, ČH B. Bystrica	3,88	1,74	2,62	8,04
3. Sinay Gregor, T. Tatr. Lomnica	0	2,86	5,66	8,52
4. Škampa Zdeněk, RH Brno	1,60	4,99	6,07	12,66
5. Raclavský Pavel, Sn Olomouc	6,18	1,50	6,28	13,96
6. Jakšík Aleš, Baník Ostrava	2,58	4,20	8,76	15,54
7. Čermák Dušan, Sp. Martin	4,44	6,03	12,49	22,96
8. Řehák Josef, Sp. Vrchlabí	6,84	6,03	7,17	30,04
9. Krkoška Emil, Bezkyd Čadca	4,60	7,69	19,93	32,22
10. Jendřejas Petr, VP Lískovec	9,76	7,13	17,31	34,20
11. Nahálka Josef, Sok. Ilanovo	7,52	7,53	24,07	39,12
12. Ponec Milan, Sp. Vrchlabí	22,28	1,90	14,96	39,14
13. Syrovátka Jiří, Slávia VŠ Praha	9,76	11,41	18,00	39,17
14. Mutl Alois, Baník Hrob	15,02	1,98	22,35	39,35
15. Zákřavský Mir., Lok. Šumperk	6,76	12,67	21,93	41,36
16. Sedláček Petr, Lok. Č. Třebová	6,94	13,23	22,0	42,17
17. Vengláš Václav, Sp. Vsetín	4,18	4,83	36,69	45,70
18. Stárek Ludvík, Sl. ÚRO Praha	8,18	2,94	55,51	66,63
19. Vejšický Zdeněk, Sl. M. Lázně	9,10	28,29	66,82	104,1
20. Petřík Luboš, Sp. Vrchlabí	84,66	0	20,76	105,42

DOROSTENCI MLADŠÍ:

Slalom:	I. kolo	II. kolo	Celkem				
1. Korman Jos., T. Tatr. Lomnica	33,2	31,9	65,1	21. Hučka Petr, L. Šumperk	47,7	39,6	87,3
2. Vojtěch Jan, Sn J. Lázně	36,2	29,7	65,9	22.—23. Skrbek Vl., Sn Pec	48,6	39,1	87,7
3. Skřivánek Rich., RH Brno	39,6	31,0	70,6	22.—23. Ponec Ivan, Sn Špindl. Mlýn	43,2	44,5	87,7
4. Horák Vlastimil, B. Ostrava	37,2	33,6	70,8	24. Oško Dušan, TJ Ružomberok	46,4	41,9	88,3
5. Černocho Alex., L. Košice	39,0	32,4	71,4	25. Alka Bohumil, Sn Olomouc	45,8	44,8	90,6
6. Bašta Jar., Sn Špindl. Mlýn	34,0	39,5	73,5	26. Galanda Vlad., Sp. Martin	54,5	37,5	92,0
7. Polišenský, Baník Ostrava	41,6	34,7	76,3	27. Vlach Jiří, RH Brno	53,4	39,2	92,6
8. Vácha Jar., S. J. Lázně	41,0	35,9	76,9	28. Křístek Voj., Sp. Ml. Boleslav	55,6	40,3	95,9
9. Mareš Jar., Sp. Vrchlabí	42,0	36,0	78,0	29. Houdek Ivan, Lok. Teplice	52,8	43,5	96,3
10. Vyskočil Vlad., Slávia VŠ Praha	41,4	37,0	78,4	30. Matoušek Jar., Chemička Ústí	60,7	36,1	96,8
11. Podal Lubomír, Sn Olomouc	39,4	39,7	79,1	31. Fischer Jiří, Lok. Teplice	59,9	37,5	97,4
12. Macháček Václav, J. Ml. Buky	44,2	35,5	79,7	32. Deršák Zdeněk, Žižka K. Vary	64,0	36,2	100,2
13. Sobota Jos., Sl. Bratislava	42,0	37,8	79,8	33. Pokorný Jan, Sokol J. Lázně	46,0	54,4	100,4
14. Kučera Tomáš, J. Kolín	45,4	36,4	81,8	34. Bambas Jiří, TJ Jirkov	65,3	39,7	105,0
15. Štátný Pavel, L. Bratislava	47,0	35,4	82,4	35. Bryscyn Jos., Sp. Čakovice	66,0	47,3	113,3
16. Sobota Igor, ČH B. Bystrica	50,5	33,2	83,7	36. Tacínek Jiří, TJ Desná	86,2	33,7	119,9
17. Machek Jiří, Žižka Praha	46,2	38,4	84,6	37. Doseděl Mir., Sp. Č. Budějovice	41,0	84,4	125,4
18. Prokš Vlastimil, RH Brno	50,4	34,3	84,7	38. Aliger Petr, L. Č. Třebová	99,1	37,1	136,2
19. Mužiček Frant., Sp. Smržovka	44,8	40,3	85,1	39. Vágner Petr, Sp. ČZM Strakonice	81,9	209,4	291,3
20. Navrátil Mir., L. Ostrava	48,4	36,8	85,2	40. Mařík Jos., TJ Spičák	50,8	279,2	330,3
				41. Kubík Jiří, Sn Špindl. Mlýn	49,0	356,0	405,0

Startovalo 44, vzdal 1, diskval. 2, závod dokončilo 41 závodníků.

Obří slalom:

1. Matoušek Jar., Chem. Ústí	1:22,8	23. Mařík Jos., TJ Spičák	2:11,7	34. Křístek Vojtěch, Sp. Ml. Boleslav	2:19,9
2. Vojtěch Jan, S. J. Lázně	1:24,0	24. Bambas Jiří, TJ Jirkov	2:13,5	35. Fekete Dušan, L. Bratislava	2:20,4
3. Ponec Ivan, Sn Špindl. Mlýn	1:24,2	25. Smutný Lubor, J. Jablonec	2:13,7	36. Hučka Petr, L. Šumperk	2:21,1
4. Mařas Jar., Sp. Vrchlabí	1:24,5	26. Mužiček Frant., Sp. Smržovka	2:16,6	37. Houdek Ivan, L. Teplice	2:21,8
5. Sobota Igor, ČH B. Bystrica	1:24,6	27. Kubík Jiří, Sn Špindl. Mlýn	2:16,7	38. Koleda Dušan, L. Bratislava	2:21,9
6. Doseděl Mir., Sp. Č. Budějovice	1:24,7	28.—29. Doseděl Mir., Sp. Č. Buděj.	2:17,1	39. Mařas Jar., Sp. Vrchlabí	2:23,8
7. Bašta Jar., Sn Špindl. Mlýn	1:24,8	28.—29. Štátný Pavel, L. Bratislava	2:17,1	40. Galanda Vlad., Sp. Martin	2:24,9
8.—9. Horák Vlast., B. Ostrava	1:25,5	30. Pokorný Jaroslav, S. J. Lázně	2:18,6	41. Navrátil Mir., L. Ostrava	4:58,7
8.—9. Černocho Alex., L. Košice	1:25,5	31. Novotný Martin, Sl. VŠ Praha	2:18,8	42. Lochman Jar., Sp. Ml. Boleslav	8:38,1
10. Korman Jos., T. Tatr. Lomnica	1:25,8	32. Skrbek Vlad., Sl. Pec p.S.	2:19,0	Startovalo 44, závod dokončilo	
11. Novotný Martin, Sl. VŠ Praha	1:25,9	33. Vácha Jar., S. J. Lázně	2:19,2	42 závodníků.	

Sjezdový trojboj:

	Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Vojtěch Jan, S. J. Lázně	3,50	1,22	0,74	5,46
2. Korman Josef, T. Tatr. Lomnica	3,26	3,04	0	6,30
3. Horák Vlast., Baník Ostrava	1,00	2,72	5,27	8,99
4. Černocho Alex., Lok. Košice	5,26	2,72	5,82	13,80
5. Polišenský Mir., B. Ostrava	0	4,64	10,33	14,97
6. Skřivánek Rich., RH Brno	10,58	5,30	5,08	20,96
7. Bašta Jaroslav, Sn Š. Ml.	11,42	2,02	7,75	21,19
8. Vyskočil Vlad., Sl. VŠ Praha	7,52	4,64	12,28	24,44
9. Sobota Igor, ČH B. Bystr.	8,02	1,82	17,16	27,00
10. Ponec Ivan, Sl. Š. Ml.	6,50	1,42	20,86	28,78
11. Podal Lubomír, Sl. Olomouc	4,60	11,44	12,92	28,96
12. Macháček Václav, J. Ml. Buky	10,16	6,38	13,47	30,01
13. Prokš Vlastimil, RH Brno	10,42	4,44	18,09	32,95
14. Matoušek Jan, Chemička Ústí	4,26	0	29,26	33,52
15. Vácha Jaroslav, S. J. Lázně	18,20	6,48	10,89	35,57
16. Mařas Jaroslav, Sp. Vrchlabí	22,04	1,72	11,91	35,67
17. Očko Dušan, TJ Ružomberok	7,10	8,80	21,41	37,31
18. Alka Bohumil, Sl. Olomouc	10,00	4,74	23,54	38,28
19. Mužiček František, Sp. Smržovka	18,02	7,78	18,46	42,26
20. Deršák Zdeněk, Žižka K. Vary	10,92	3,34	32,40	46,66
21. Vlach Jiří, RH Brno	7,60	16,80	25,38	49,58
22. Galanda Vlad., Sp. Martin	22,96	8,80	24,83	56,59
23. Pokorný Jaroslav, S. J. Lázně	17,70	8,20	32,59	58,49
24. Skrbek Vlad., Sl. Pec	18,04	27,52	20,86	66,42
25. Tacínek Jiří, TJ Desná	12,68	8,10	50,58	71,36
26. Doseděl Mir., Sp. Č. Budějovice	16,44	1,94	55,66	74,04
27. Aliger Petr, Lok. Č. Třebová	6,42	4,74	65,61	76,77
28. Navrátil Mir., Lok. Ostrava	151,36	8,70	18,55	178,61
29. Kubík Jiří, Sl. Š. Mlýn	16,12	4,74	313,75	334,61

Startovalo 40, diskval. 4, závod dokončilo 36 závodníků.

Sjezd:

1. Polišenský Mir., B. Ostrava	1:57,4
2. Horák Vlast., B. Ostrava	1:58,6
3. Korman Jos., T. Tatr. Lomnica	2:01,3
4. Vojtěch Jan, S. J. Lázně	2:01,6
5. Matoušek Jar., Chemička Ústí	2:02,5
6. Podal Lubomír, Sl. Olomouc	2:02,9
7. Černocho Alex., Lok. Košice	2:03,7
8. Aliger Petr, L. Č. Třebová	2:05,1
9. Ponec Ivan, Sn Špindl. Mlýn	2:05,2
10. Oško Dušan, TJ Ružomberok	2:05,9
11. Vyskočil Vlad., Sl. VŠ Praha	2:06,4
12. Vlach Jiří, RH Brno	2:06,5
13. Sobota Igor, ČH B. Bystrica	2:07,0
14. Stibor Petr, Sl. VŠ Praha	2:07,3
15. Alka Bohumil, Sl. Olomouc	2:09,4
16. Macháček Václav, J. Ml. Buky	2:09,6
17. Kučera Tomáš, J. Kolín	2:09,8
18. Prokš Vlastimil, RH Brno	2:09,9
19. Skřivánek Rich., RH Brno	2:10,1
20. Deršák Zdeněk, Žižka K. Vary	2:10,5
21. Bašta Jar., Sn Špindl. Mlýn	2:11,1
22. Sobota Jos., Sn Bratislava	2:11,4

DOROSTENKY STARŠÍ:

Slalom:	I. kolo	II. kolo	Celkem
1. Polozová Mar., TJ Gottwaldov	39,7	28,4	78,1
2. Dvořáková Helena, RH Brno	45,9	34,6	80,5
3. Šnuparková Mar., RH Brno	42,6	38,1	80,7
4. Hrubá Jana, RH Brno	45,1	35,8	80,9
5. Vinklátová Eva, Slávia VŠ Praha	40,1	42,5	82,6
6. Martincová K., J. Ústí n. Lab.	45,0	38,6	83,6
7. Urbanová Jana, Jiskra Kolín	45,0	40,8	85,8
8. Mičochová T., RH Brno	45,0	42,8	87,8
9. Špilmanová L., Sp. Vrchlabí	49,4	40,2	89,6
10. Ševčíková E., L. Liberec	46,5	45,2	91,7
11. Mladějovská Iva, Sl. ÚRO	58,9	34,9	93,8
12. Topolová Helena, Sp. Ml. Boleslav	44,7	52,6	97,3
13. Mezerová Rad., Sl. Orbis Praha	47,4	52,3	99,7
14. Vlachová Mil., Kovostroj Děčín	45,2	54,9	100,1

Startovalo 16, závod dokončilo 14 závodnic.

4 VÝSLEDKY

Obří slalom:

1. Mladějovská Iva, Sl. ÚRO Praha	1:23,6
2. Hrubá Jana, RH Brno	1:30,9
3. Vlachová Milada, Kovostr. Děčín	1:31,8
4. Kovaříková Věra, J. Kolín	1:32,4
5. Martincová Květa, J. Ústí n. L.	1:33,0
6. Špilmanová L., Sp. Vrchlabí	1:33,1
7. Mlčochová T., RH Brno	1:33,3
8. Snupárková Mar., RH Brno	1:34,3
9. Vinklátová Eva, Sl. VŠ Praha	1:34,5
10. Polozová Mar., TJ Gottwaldov	1:35,7
11. Dvořáková Hel., RH Brno	1:37,0
12. Ševčíková L., L. Liberec	1:37,3
13. Mezerová Rad., Sn Orbis Praha	1:37,8
14. Urbanová Jana, J. Kolín	1:38,6
15. Topolová Hel., Sp. Ml. Boleslav	1:44,8

Sjezd:

1. Mladějovská Iva, Sl. ÚRO Praha	2:11,3
2. Vinklátová Eva, Sl. VŠ Praha	2:18,3
3. Polozová Mar., TJ Gottwaldov	2:29,8
4. Ševčíková El., L. Liberec	2:30,9
5. Snupárková Mar., RH Brno	2:31,7

6. Špilmanová Lud., Sp. Vrchlabí	2:32,7
7. Vlachová Mil., Kovostr. Děčín	2:33,0
8. Martincová Kv., J. Ústí n. L.	2:33,9
9. Dvořáková Hel., RH Brno	2:44,7
10. Mezerová Rad., Sn Orbis Praha	2:49,7
11. Mlčochová Tam., RH Brno	2:50,3

12. Fritschová Jar., Sl VŠ Praha	2:50,9
13. Topolová Hel., Sp. Ml. Boleslav	3:58,3
14. Urbanová Jana, J. Kolín	4:43,4

Startovalo 15, vzdala 1, závod dokončilo 14 závodnic.

Sjezdový trojboj:

	Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Mladějovská Iva, Sl. ÚRO Praha	0	0	11,92	11,92
2. Vinklátová E., Sl. Praha VŠ	5,17	11,04	3,42	19,63
3. Polozová Mar., TJ Gottwaldov	13,66	12,24	0	25,90
4. Snupárková Mar., RH Brno	15,07	1,82	1,98	27,87
5. Martincová Květa, Jiskra Ústí	15,69	9,50	4,18	30,37
6. Špilmanová L., Sp. Vrchlabí	15,81	9,60	8,73	34,14
7. Ševčíková El., L. Liberec	14,47	13,86	10,33	38,66
8. Dvořáková Hel., RH Brno	24,67	13,66	1,82	40,05
9. Vlachová Mil., Kovostr. Děčín	16,03	8,03	13,71	41,04
10. Mlčochová Tam., RH Brno	28,80	9,80	7,37	45,97
11. Mezerová Radka, Sn Orbis Praha	28,36	14,18	16,41	58,93
12. Fritschová Jar., Sl. VŠ Praha	29,24	63,44	22,26	114,94
13. Topolová Hel., Sp. Ml. Boleslav	79,02	21,46	14,58	115,06
14. Urbanová Jana, Jiskra Kolín	112,32	15,22	5,85	133,39

DOROSTENKY MLADŠÍ:**Slalom:**

	I. kolo	II. kolo	Celkem
1. Fretschnerová H., Chemička Ústí	27,8	33,0	60,8
2. Kučerová Kateřina, RH Brno	27,5	35,2	62,7
3. Fialová Mil., RH Praha	29,8	36,2	66,0
4. Poláková Jar., Sn Olomouc	29,4	39,5	68,9
5. Krňoulová Alena, Slávia VŠ Praha	31,0	38,0	69,0
6. Jakšíková Taňa, Baník Ostrava	32,4	38,0	70,4
7. Štulíková Věra, Chemička Ústí	29,4	43,2	72,8
8. Bubeníková Jar., S. Janské Lázně	31,7	41,8	73,5
9. Pletnická Jana, TJ Třinec	34,1	39,8	73,9
10. Dintrová N., S. Janské Lázně	35,1	39,6	74,7
11. Bohanesová Zd., RH Brno	34,7	41,2	75,9
12. Milerová Eva, Sp. Ml. Boleslav	37,2	40,6	77,8
13. Zemanová M., Spartak Vrchlabí	42,3	36,1	78,4
14. Frusová Jar., Sp. Ml. Boleslav	35,3	52,7	88,0
15. Holovská Lída, Lokomotiva Košice	52,2	42,2	94,4
16. Bartová Jana, Lokomotiva Liberec	33,4	62,4	95,8
17. Bambasová Vl., TJ Jirkov	49,0	49,9	98,9
18. Fulínová Zuzana, Sp. ČZM Strakonice	56,9	43,3	100,2
19. Jirková Jana, Baník Líně	64,1	39,2	103,3
20. Cuníková M., Dynamo Nízké Tatry	54,2	56,6	110,8
21. Skrbková Jana, Lokomotiva Ostrava	190,0	39,5	229,5

Trojboj:

	Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Fretschnerová H., Chemička Ústí	5,56	10,34	0	15,90
2. Krňoulová Alena, Slávia VŠ Praha	6,76	6,06	8,07	20,89
3. Fialová Mir., RH Praha	12,62	6,32	5,12	24,06
4. Poláková Jar., Sn Olomouc	9,80	6,98	7,97	24,75
5. Pletnická Jana, TJ Třinec	6,66	5,42	12,89	24,97
6. Kučerová Kat., RH Brno	23,26	0	1,87	25,13
7. Kubeníková, S. Janské Lázně	8,38	4,92	12,50	25,80
8. Štulíková Věra, Chemička Ústí	10,40	5,94	11,81	28,15
9. Jakšíková Taňa, B. Ostrava	21,54	4,92	9,44	35,90
10. Milerová Eva, Sp. Ml. Boleslav	18,98	0,38	16,73	36,09
11. Zemanová Eva, Sp. Vrchlabí	23,96	0,64	17,32	41,92
12. Dintrová Naďa, Sokol J. Lázně	21,44	7,50	13,68	42,62
13. Frusová Jar., Sp. Ml. Boleslav	7,28	10,08	26,76	44,12
14. Bohanesová Zd., RH Brno	21,54	13,04	14,86	49,44
15. Holovská Lída, Lok. Košice	11,62	8,40	33,05	53,07
16. Cuníková M., Dyn. Nízké Tatry	—	4,14	49,18	53,32
17. Bambasová Vl., TJ Jirkov	21,64	8,80	37,48	67,92
18. Jirková Jana, Baník Líně	21,34	14,60	41,80	77,74
19. Fulínová Zuzana, Lok. Liberec	31,64	17,58	38,75	87,97
20. Bartová Jana, Lok. Liberec	47,60	13,04	34,43	95,07

Obří slalom:

1. Kučerová Kat., RH Brno	1:05,4
2. Milerová Eva, Sp. Ml. Boleslav	1:05,7
3. Zemanová Mir., Sp. Vrchlabí	1:05,9
4. Cuníková M., Dyn. Nízké Tatry	1:08,6
5.—6. Jakšíková Taňa, B. Ostrava	1:09,2
5.—6. Bubeníková Jar., S. J. Lázně	1:09,2
7. Pletnická Jana, TJ Třinec	1:09,6
8. Štulíková Věra, Chemička Ústí	1:10,0
9. Krňoulová Alena, Sl. VŠ Praha	1:10,1
10. Fialová Mir., RH Praha	1:10,3
11. Poláková Jarmila, Sn Olomouc	1:10,8
12. Dintrová Naďa, S. J. Lázně	1:11,2
13. Holovská L., L. Košice	1:11,9
14. Bambasová Vl., TJ Jirkov	1:12,2
15. Skrbková Jana, Lok. Ostrava	1:12,5
16. Frusová Jar., Sp. Ml. Boleslav	1:13,2
17. Fretschnerová H., Chemička Ústí	1:13,4
18.—19. Braová Jana, L. Liberec	1:15,5
18.—19. Bohanesová Zd., RH Brno	1:15,5
20. Jirková Jana, Baník Líně	1:16,7
21. Fulínová Z., Sp. ČZM Strakonice	1:19,0

Sjezd:

1. Cuníková Mar., Dyn. Nízké Tatry	1:36,5
2. Fretschnerová H., Chemička Ústí	1:42,0
3. Pletnická J., TJ Třinec	1:43,1
4. Krňoulová A., Slávia VŠ Praha	1:43,2
5. Frusová Jar., Sp. Ml. Boleslav	1:43,7
6. Bubeníková J., S. J. Lázně	1:44,8
7. Poláková Jar., Sn Olomouc	1:46,2
8. Skrbková Jana, Lok. Ostrava	1:46,3
9. Štulíková V., Chemička Ústí	1:46,8
10. Holovská L., Lok. Košice	1:48,0
11. Fialová Mir., RH Praha	1:49,0
12. Milerová Eva, Sp. Ml. Boleslav	1:55,3
13. Jirková Jana, Baník Líně	1:57,8
14. Dintrová Naďa, S. J. Lázně	1:57,7
15. Bohanesová Zd., RH Brno	1:57,8
16. Bambasová Vl., TJ Jirkov	1:57,9
17. Jakšíková T., Baník Ostrava	1:58,8
18. Kučerová Kat., RH Brno	1:59,5
19. Zemanová Mir., Sp. Vrchlabí	2:00,2
20. Fulínová Z., Sp. ČZM Strakonice	2:07,8
21. Bartová Jana, L. Liberec	2:23,6

MISTROVSTVÍ ČSSR

Hančův memoriál — běh na 50 km, Nové Město n. M. 11. února:

1. Blažíček Jan, S. N. Město	3:41:24
2. Pešl Frant, Sp. Strakonice	3:44:39
3. Černý Karel, Sl. VŠ Praha	3:46:19
4. Blažek Jos., J. Držkov	3:46:28
5. Kuchař Frant., S. N. Město	3:47:23
6. Skuhrovec Fr., Sl. VŠ Praha	3:47:44
7. Dvořák Jar., Sl. VŠ Praha	3:47:50
8. Kuželka Jos., Domažlice	3:48:16
9. Okuliar Emil, J. Harrachov	3:50:25
10. Hanisch Arnošt, J. Město	3:50:33
11. Gult Oldř., S. J. Teplice n. M.	3:55:58
12. Novotný Jar., S. H. Branná	3:56:26
13. Petr Miroslav, Sp. Odol. Voda	3:59:27
14. Buchar Jos., Sn Spindl. Mlýn	4:01:24
15. Šipka Zd., RH Olomouc	4:03:58
16. inž. Syrovatský Vl., Senohraby	4:09:27
17. Petrлік Jan, J. Kolín	4:12:07
18. Uher Jan, Sl. VŠ Praha	4:12:20
19. Mier Vlad., Lok. Šumperk	4:13:54
20. Jirásko Jar., L. Liberec	4:14:24
21. Šikula Frant., S. N. Město	4:15:11
22. Trojan Jos., Sp. Žďár n. Sáz.	4:15:18
23. Kazil Jos., Sl. ÚRO Praha	4:20:38
24. Sinčák Ant., L. Šumperk	4:21:30
25. dr. Marek Pavel, Sn Žilina	4:23:52
26. Krpálek Jan, Sp. Svratka	4:28:45
27. dr. Mihula Aleš, Dukla Hr. Král.	4:39:32
28. Valkoun Oldř., Sn ÚV ČSTV	4:47:57
29. inž. Luger Svatosl., Sp. Mělník	4:49:01
30. Hovorka Boris, Sn Žilina	4:52:40
31. Pátek Jos., Sp. Brno ZJS	5:21:36
32. Chromý Jar., B. Tišnov	5:47:57

KLASICKÉ DISCIPLÍNY

MÍSEČKY 28. února až 4. března

Startovalo 34, závod dokončilo 32 závodníků.

Běh na 15 km:

1. Fousek Vít, S. N. Město	59:19	47. Rázl Boh., RH Sušice	1:04:42	9. Gabriel Zdeněk, S. N. Město	2:18:32
2. Hrubý Lad., S. H. Branná	57:37	48. Štěpánek Vác., Domažlice	1:04:45	10. Klamár Jos., L. Mikuláš	2:18:56
3. Kolář Frant., Sp. Vrchlabí	58:20	49. Zemánek Boh., Sp. Vrchlabí	1:04:48	11. Javorský Mir., Slávia VŠ Praha	2:19:04
4. Čilík Rud., B. Kremnica	58:31	50. Sáva Jar., Dukla Liberec	1:05:01	12. Fabian Jindř., Dukla Liberec	2:19:05
5. Olekšák Štefan, Dukla Liberec	58:42	51. Eminger Jos., RH Sušice	1:05:06	13. Fuzko Ludevít, B. Kremnica	2:19:46
6. Harvan Štefan, Lok. Zvolen	59:15	52. Balatka Jar., Lok. Liberec	1:05:31	14. Čtvrtečka Jan, Sl. VŠ Praha	2:20:05
7. Štrobl Josef, Dukla Liberec	59:26	53. Petřík Jan, J. Kolín	1:05:47	15. Dvořák Jar., Sl. VŠ Praha	2:20:54
8. Gabriel Zdeněk, S. N. Město	59:30	54. Inž. Mejzlík Slavoj, J. Město	1:05:58	16. Sáva Bohumil, J. Město	2:21:07
9. Kuthel Jos., Dukla Liberec	1:00:18	55. Winter Ivan, J. Město	1:06:05	17. Páříčka Ondřej, Dukla Liberec	2:21:29
10. Blažiček Jan, S. N. Město	1:00:30	56. Herman Jos., S. N. Město	1:06:31	18. Medved Jos., ČH B. Bystrica	2:21:57
11. Krupka Jos., Dukla Liberec	1:00:33	57. Kulík Bohumil, Sp. Svatka	1:06:36	19. Kos Luděk, Sp. Ml. Boleslav	2:22:13
12. Klamár Jos., Lok. Mikuláš	1:00:35	58. Schovánek Jos., Dukla Liberec	1:06:41	20. Blažiček Jan, S. N. Město	2:22:29
13. Pešl Frant., Sp. Strakonice	1:00:42	59. Erlebach Jos., Sn Jilemnice	1:06:49	21. Kuželka Jos., Domažlice	2:22:55
14. Novotný Jaromír, S. H. Branná	1:01:06	60. Kulda Zd., Sp. Avia Čakovice	1:06:56	22. Beran Jan, Dukla Liberec	2:23:40
15. Fabian Jindř., Dukla Liberec	1:01:20	61. Vanduch Vác., TJ Val. Meziříčí	1:06:58	23. Buchar Jos., Sn Spindl. Mlýn	2:23:42
16. Breth Vintřf, Dukla Liberec	1:01:30	62. Vít Přem., Tepna Náchod	1:07:04	24. Blažek Jos., J. Držkov	2:24:51
17. Javorský Mir., Sl. VŠ Praha	1:01:30	63. Veselý Karel, L. Liberec	1:07:16	25. Souček Jar., RH Semily	2:25:14
18. Farský Karel, J. Harrachov	1:01:31	64. Sínčák Ant., Lok. Šumperk	1:07:41	26. Greguška Jan, ČH Poprad	2:25:32
19. Baluch Stan., T. Tatr. Lomnica	1:01:44	65. Šimůnek Jiří, RH Sušice	1:07:49	27. Baláž Pavel, ČH Poprad	2:25:42
20. Mazánek Jar., RH Semily	1:02:05	66. Inž. Marek Stan., Sl. VŠ Praha	1:07:55	28. Gut Oldř., Sn Teplice	2:26:07
21. Dvořák Jar., Sl. VŠ Praha	1:02:26	67. Píša Jiří, Sp. Č. Budějovice	1:08:05	29. Valchař Jiří, Sp. Vsetín	2:26:17
22. Fuzko Ludevít, B. Kremnica	1:02:36	68. Surovacký Vlad., S. Senohraby	1:08:22	30. Hanisch Arnošt, J. Město	2:26:57
23. Páříčka Andrej, Dukla Liberec	1:02:37	69.—70. Jirásek St., J. Machov	1:08:52	31. Černý Karel, Sl. VŠ Praha	2:27:06
24. Sáva Bohumil, J. Město	1:02:46	69.—70. Maryška Jiří, Sp. Stalingrad	1:08:52	32. Vít Přemysl, Tepna Náchod	2:28:57
25. Denke Jan, RH Semily	1:02:49	71. Forster Jiří, J. Kdyně	1:09:00	33. Lahr Vítězslav, J. Město	2:29:03
26. Skuhrovec Fr., Sl. VŠ Praha	1:03:07	72. Hrubý Oldřich, Sn Jilemnice	1:09:19	34. Erlebach Jos., Sn Jilemnice	2:29:27
27. Kos Luděk, Sp. Ml. Boleslav	1:03:13	73. Martiňák Mir., Dukla Liberec	1:09:32	35. Maryška Jiří, Sp. Stalingrad	2:29:51
28. Valchař Jiří, Sp. Vsetín	1:03:15	74. Köhler Ant., J. Abertamy	1:09:35	36. Skuhrovec Fr., Sl. VŠ Praha	2:30:18
29. Potměšil Jar., Sl. VŠ Praha	1:03:23	75. Macešek Karel, Sl. Liberec	1:09:55	37. Petr Mir., Sp. Odol. Voda	2:30:34
30. Souček Jar., RH Semily	1:03:27	76. Nedomlel Jar., J. Město	1:10:14	38. Petřík Jan J. Kolín	2:31:01
31. Kopf Jiří, J. Vimperk	1:03:28	77. Hůf Frant., J. Klatovy	1:10:38	39. Surovatský Vlad., S. Senohraby	2:31:47
32. Okuliár Emil, J. Harrachov	1:03:44	78.—79. Šikula Frant., S. N. Město	1:10:47	40. Köhler Ant., J. Abertamy	2:31:54
33. Janoušek Mil., RH Semily	1:03:50	78.—79. Kubica Jan, J. Harrachov	1:10:47	41. Junek Zbyněk, Lok. Brno	2:32:46
34. Gult Oldř., Sn Teplice	1:03:52	80. Chlubný Jan J. Kolín	1:11:30	42. Chlubný Jan, J. Kolín	2:34:49
35. Kuchař Frant., S. N. Město	1:04:00	81. Luňáček Lubor, J. Tanvald	1:11:58	43. Honců Jiří, S. H. Branná	2:35:56
36. Šipka Zd., RH Olomouc	1:04:03	Startovalo 84, závod dokončilo 81 závodníků.		44. Hrubý Oldř., Sn Jilemnice	2:37:04
37.—38. Bukovský Fr., Sn Jilemnice	1:04:04			45. Štochl Ed., RH Praha	2:37:39
37.—38. Čtvrtečka Jan, Sl. VŠ Praha	1:04:04			46. Král Rich., RH Praha	2:38:10
39. Kuželka Jos., Dukla Domažlice	1:04:06			47. Forster Jar., J. Kdyně	2:38:24
40. Blažek Jos., J. Držkov	1:04:08			48. Vančura Milan, RH Praha	2:38:31
41. Beran Pan, Dukla Liberec	1:04:15			49. Kazil Jos., Sl. ÚRO Praha	2:41:56
42. Hanisch Arnošt, J. Město	1:04:18			50. Kulík Boh., Sp. Svatka	2:46:35
43. Buchar Jos., Sn Spindl. Mlýn	1:04:36			51. Myška Václav, RH Praha	2:46:36
44. Nüsser Jos., RH Semily	1:04:37			52. Čermák Štěpán, RH Semily	2:46:55
45.—46. Černý Karel, Sl. VŠ Praha	1:04:40				
45.—46. Greguška Jan, RH Poprad	1:04:40				

Běh na 30 km:**Závod sdružený:**

1. Olekšák Štefan, Dukla Liberec	240,0	205,6	445,60	6. Raška Jiří, Dukla Liberec	95,0	115,3	210,3
2. Mazánek Jaroslav, RH Semily	204,17	226,2	430,37	7. Trojan Zdeněk, Sp. Vrchlabí	94,5	114,5	209,0
3. Farský Karel, J. Harrachov	209,83	218,5	428,33	8. Vašut Václav, TJ Rožnov p. R.	96,0	102,6	198,6
4. Kuthel Josef, Dukla Liberec	222,20	204,8	427,0	9. Inž. Nevlud J., B. Ostrava	95,5	102,6	198,1
5. Janoušek Miloslav, RH Semily	187,23	194,2	381,43	10. Farský Karel, J. Harrachov	93,5	100,2	193,7
6. Nüsser Josef, RH Semily	179,79	199,5	379,29	11. Remza Zdeněk, Sp. Avia Čakovice	95,5	97,8	193,3
7. Martiňák Miroslav, Dukla Liberec	137,33	230,6	367,93	12. Olekšák Štefan, Dukla Liberec	94,0	97,8	191,8
8. Fabián Jindřich, Dukla Liberec	211,67	152,3	363,97	13. Mazánek Jaroslav, RH Semily	88,0	100,2	188,2
9. Sáva Jaroslav, Dukla Liberec	176,15	180,4	356,55	14. Kuthel Josef, Dukla Liberec	89,5	93,0	182,5
10. Zemánek Bohumil, Sp. Vrchlabí	178,10	178,0	356,10	15. Vanduch Václav, TJ Val. Meziříčí	86,0	93,9	179,9
11. Vanduch Václav, TJ Val. Meziříčí	158,73	191,7	350,43	16. Kubica Jan, J. Harrachov	90,5	79,5	170,0
12. Schovánek Jos., Dukla Liberec	181,15	188,1	349,25	17. Bayer Petr, Vimperk	79,5	89,3	168,8
13. Šipka Zdeněk, RH Olomouc	185,17	163,4	348,57	18. Bojda Jiří, Frenštát	86,0	80,2	166,2
14. Sáva Bohumil, Jiskra Město	197,37	149,3	346,67	19. Švařfíček Miroslav, Dukla Liberec	82,5	82,3	164,8
15. Rázl Bohuslav, RH Sušice	179,00	153,7	332,70	20. Schovánek Jos., Dukla Liberec	81,5	81,6	163,1
16. Kubica Jan, J. Harrachov	127,33	201,0	328,33	21. Mikeška Pavel, TJ Rožnov p. R.	84,0	77,8	161,8
17. Nedomlel Jaroslav, Jiskra Město	131,73	173,6	305,33	22. Sáva Jaroslav, Dukla Liberec	81,0	78,1	159,1
18. Jirásek Stanislav, Jiskra Machov	142,67	163,6	296,27	23. Luňáček Lubor, Jiskra Tanvald	81,5	76,4	157,9
19. Luňáček Lubor, Jiskra Tanvald	117,87	173,6	291,47	24. Tangelmayer Tibor, Sn Jilemnice	79,0	78,8	157,8
Startovalo 19, závod dokončilo 19 závodníků.				25. Zemánek Bohuslav, Sp. Vrchlabí	83,0	70,4	153,4

Závod ve skoku prostém:

1. Motejlek Libor, Dukla Liberec	99,0	134,4	232,4	26. inž. Paska Frant., Slávia VŠ Praha	79,0	74,3	153,3
2. Hubač Zbyněk, RH Semily	103,0	125,7	228,7	27. Horník Zbyněk, S. B. Třemešná	76,5	75,5	152,0
3. Martiňák Miroslav, Dukla Liberec	98,0	121,0	219,0	28. Žižka Jar., S. B. Třemešná	81,5	66,2	147,7
4. Jebavý Drahoš, Sp. Vrchlabí	101,0	116,2	217,2	29. Mládek Slavomír, Lok. Trutnov	79,0	64,4	143,4
5. Doubek Rudolf, J. Vysoké n. J.	98,5	113,5	212,0	30. Šubrt Jiří, Slávia VŠ Praha	71,0	66,8	137,8
				31. Pobožný, Slávia VŠ Praha	47,0	59,0	106,0
				32. Djurian Josef., Sp. Hronec	43,5	57,8	101,3
				33. Málek Manfred, J. Albrechtice	41,5	57,8	99,3
				Startovalo 33, závod dokončilo 33 závodníků.			

ŽENY:

7. Lösslová Bruní, Jiskra Město	24:37	18.—19. Pechová Jana, RH Praha	26:17
8. Stehlíková Nina, S. N. Město	24:39	18.—19. Lášková Dagmar, Žižka Pha	26:17
9. Říhová Jana, Sl. Žižkov	24:43	20. Gebrtová Eliška, TJ Vítkovice	26:20
10. Kamlerová Vlasta, S. Jakubovice	24:56	21. Fomenková Olga, RH Praha	26:26
11. Těhníková Věra, Sl. VŠ Praha	24:58	22. Lukášová Miluše, Sp. Strakonice	27:22
12. Ledvinková Jana, L. Trutnov	25:13	23. Gaberová Pavla, TJ Rožnov	28:01
13. Stehlíková Aglaia, S. N. Město	25:34	24. Vavřínová Dana, Jiskra Kolín	28:15
14. Dlesková Marie, Baník Osek	25:48	25. Vinšová Jitka, Sokol Černošice	30:17
15. Mečířová Valy, Sn Jilemnice	25:50	26. Surovátková Jitka, S. Senohraby	30:40
16. Novotná Dobruše, Lok. Brno	25:55	Startovalo 26, závod dokončilo 26 závodnic.	
17. Hájková Jiřina, Slávia Olomouc	26:12		

6 VÝSLEDKY

Běh na 10 km :

1. Paulusová Eva, Sn Jilemnice	48:10	12.—13. Kamberová V., L. Jakubovice	54:41	24. Gerbtová Eliška, J. Vítkovice	56:48
2. Inž. Srnková Vlasta, Sl. VŠ Praha	48:59	12.—13. Novotná D., Lok. Brno	54:41	25. Zapletalová Anna, Sn Olomouc	57:47
3. Škodová Jarmila, L. Trutnov	50:52	14. Stehlíková Aglaia, S. N. Město	55:03	26. Ledvinková Jana, Lok. Trutnov	57:57
4. Gajacová Betka, T. N. Lomnice	51:19	15. Švarcová Jarmila, S. Stachy	55:16	27. Fomenková Olga, RH Praha	58:01
5. Břízová Eva, S. Lišnice	51:57	16. Lösselová Brunl, J. Měno	55:18	28. Nosková Jana, Sp. CKD Praha	58:32
6.—7. Peterková Jana, L. Teplice	53:51	17. Těhníková Věra, Sl. VŠ Praha	55:22	29. Felcmanová Irma, L. Č. Třebová	59:25
6.—7. Vacková Eva, S. J. Kořenov	53:51	18. Bičarová Anna, Sn Štr. Pleso	55:27	30. Vavřínová Dana, J. Kolín	1:00:00
8. Říhová Jana, Sl. ÚRO Praha	54:07	19. Jeřábková Helena, Sp. Ml. Bolesl.	55:48	31. Hlučná Růžena, SJ K. Vary	1:00:07
9.—10. Ovádková Emilie, J. Trenčín	54:16	20. Harcubová Eva, J. Harrachov	56:02	32. Vinšová Jitka, S. Černošice	1:03:47
9.—10. Šírová Emilie, Sn Jilemnice	54:16	21. Dlesková Marie, B. Osek	56:27		
11. Posejpalová Eva, Lok. Liberec	54:36	22. Pechová Jana, RH Praha	56:39		
		23. Mečířová Vally, Sn Jilemnice	56:40		

Startovalo 33, závod dokončilo 32 závodnic.

MISTROVSTVÍ ČSSR

SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY
JASNÁ—CHOPOK 21. až 23. února

MUŽI:

Slalom:

	I. kolo	II. kolo	celkem
1. Mohr Zbyněk, Dukla Liberec	64,5	62,2	126,7
2. Krajňák Vlado, Jednota Kežmarok	64,9	63,4	128,3
3. Krasula Josef, Tatran T. Lomnica	69,1	62,7	131,8
4. Uhlíř Arnošt, Dukla Liberec	70,1	63,3	133,4
5. Springl Zdeněk, Severočeský	70,9	65,5	136,4
6. Scheib Josef, Východočeský	71,9	65,8	137,7
7. Mitro Atila, Východoslovenský	71,4	68,3	139,7
8. Bužga Ondřej, Západočeský	71,3	68,8	140,1
9. Cotiofán Jan, Středoslovenský	71,5	69,4	140,9
10. Novotný Jindřich, Jihomoravský	73,5	67,8	141,3
11. Kunštát Petr, Východoslovenský	75,0	66,7	141,7
12. Janda Jaroslav, Severočeský	81,6	61,7	143,3
13. Příbramský Miloš, MV Praha	75,7	68,4	144,1
14. Zajden Vlado, Středoslovenský	74,6	69,8	144,4
15. Slavíček Hubert, Sn Spindl. Mlýn	77,8	67,3	145,1
16. Pittl Jaroslav, MV Praha	74,6	71,6	146,2
17. Kožnárek Ivo, Jihomoravský	74,8	72,8	146,6
18.—19. Žampa Frant., Východoslov.	83,3	64,2	147,5
18.—19. Telgarský A., Středoslov.	81,9	65,6	147,5
20.—22. Šincl Jarosl., MV Praha	73,1	74,5	147,6
20.—22. Kout Erich, Severočeský	76,1	71,5	147,6
20.—22. Slavíček Erhard, Východočeský	76,3	71,3	147,6
23.—24. Čermák Jan, Východočeský	78,4	69,9	148,3
23.—24. Škubal Radim, Severočeský	75,4	72,9	148,3
25. Novák Stano, Středoslovenský	69,4	80,1	149,5
26. Ginalov Vlado, Jihomoravský	78,8	72,0	150,8
27. Horešovský Boh., RH Brno	80,7	73,3	154,0
28. Meduna Igor, Jihomoravský	77,3	77,1	154,4
29.—30. Hermann Hugo, Západoslov.	78,7	78,3	157,0
29.—30. Jiřík Vlastimil, MV Praha	81,5	75,5	157,0
31. Hlavoň Igor, Jihomoravský	81,8	77,4	159,2
32. Preisler Josef, Dukla Liberec	81,4	78,2	159,6
33. Wolf Horst, Severočeský	79,4	81,1	160,5
34. Mlýnek Zdeněk, Severomoravský	83,7	77,6	161,3
35. Izák Miro, Jihomoravský	83,1	80,3	163,4
36. Zacharides L., Dukla Liberec	79,7	85,0	164,7
37. Skohoutl Fr., Severočeský	85,5	79,9	165,4
38. Pastierik J., Východočeský	91,7	75,0	166,7
39. Kolda Vlado, Jihomoravský	92,3	75,2	167,5
40. Bartsch Otto, Středoslovenský	79,4	89,2	168,6
41. Cynnyburg Vrat., Středočeský	87,5	81,7	169,2
42. Hank Jindřich, Východočeský	84,8	84,8	169,6
43. Pospíšil Jiří, MV Praha	95,9	78,7	174,6
44. Zamburek Jiří, Západočeský	88,1	86,6	174,7
45. Spára Jan, Středočeský	91,7	85,3	177,0
46. Šrubař Břetisl., Severomorav.	74,0	103,4	177,4
47. Tomáš Miloš, Západoslovenský	103,8	74,1	177,9
48. Štrkolec Vlado, Středosloven.	96,3	85,2	181,5
49. Trajtl Harry, Severomoravský	92,1	100,7	192,8
50. Ognar Tasilo, Rudá hvězda Brno	95,3	99,5	194,8
51. Hromádka Eda, Dukla Liberec	91,0	104,0	195,0
52. Podaný Josef, Dukla Liberec	81,1	115,7	196,8
53. Adámek Miro, Středočeský	97,0	100,9	197,9
54. Drápal Ferd., Rudá hvězda	95,9	117,7	213,6
55. Broda Tadeáš, Rudá hvězda	103,5	114,4	217,9
56. Droppa Jan, Dukla Liberec	89,9	137,9	227,8
57. Glutt Antonín, Rudá hvězda	84,2	169,1	253,3
58. Miškovič Josef, Západoslovenský	82,8	233,9	316,7

Obří slalom:

	min.
1. Bruna Miroslav, Jiskra Železný Brod	1:35,3
2. Šoltys Michal, Jednota Kežmarok	1:35,7
3. Šoltys Anton, Jednota Kežmarok	1:36,7
4. Mohr Zbyněk, Dukla Liberec	1:37,9
5. Krajňák Vlado, Jednota Kežmarok	1:38,5
6. Krasula Josef, Tatran Tatranská Lomnica	1:39,8
7. Žampa František, Tatran Tatranská Lomnica	1:41,0
8. Hennrich Kurt, Chemické závody Litvínov	1:41,1
9. Uhlíř Arnošt, Dukla Liberec	1:41,7

10. Vokatý Vlad., Lokomotiva Trutnov	1:44,7
11.—12. Scheib Josef, Spartak Hradec Králové	1:44,9
11.—12. Pittl Jaroslav, Spartak Sokolovo Praha	1:44,9
13. Novotný Jindřich, TJ Gottwaldov	1:46,2
14. Slavíček E., Slovan Spindlerův Mlýn	1:46,5
15. Kunštát Petr, Lokomotiva Košice	1:47,0
16. Zajden Vlado, Tesla Liptovský Hrádek	1:47,3
17.—18. Kožnárek Ivo, Slávia Brno	1:47,7
17.—18. Slavíček H., Slovan Spindlerův Mlýn	1:47,7
19. Čermák Jan, Jiskra Harrachov	1:47,9
20. Novák Stanislav, Lokomotiva Vrútky	1:48,2
21. Trajtl Harry, Železářny Stalingrad	1:48,4
22. Janda Jaroslav, Sokol Český Sumburk	1:48,5
23. Drápal Ferdinand, Rudá hvězda Brno	1:49,2
24. Šrubař Břetislav, Tatran Kopřivnice	1:50,5
25. Šincl Jaroslav, Slovan Orbis Praha	1:51,4
26. Miškovič Josef, Slávia Bratislava	1:51,6
27. Škubal Radim, Slávia Liberec	1:51,9
28. Telgarský A., Harmanec	1:52,1
29. Štrkolec Vlado, Dukla Mikuláš	1:52,9
30. Cotiofán Jan, Dynamo Žilina	1:53,3
31. Kolda Vlado, Slávia Brno	1:53,7
32. Meduna Igor, Slávia Brno	1:54,5
33. Mitro Atila, Slávia Brno	1:54,5
34. Hromádka Eduard, Dukla Liberec	1:55,0
35. Kout Erich, Jiskra Jablonec	1:55,3
36.—37. Mlýnek Zdeněk, Spartak MEZ Vsetín	1:56,3
36.—37. Samohel Jan, Spartak Rokytnice	1:56,3
38. Ginalov Vlado, Rudá hvězda Brno	1:56,7
39. Glutt Antonín, Rudá hvězda Sušice	1:57,5
40. Borša Ladislav, Spartak Vsetín	2:01,1
41. Marterer Vojtěch, Spartak Brno	2:01,8
42. Preisler Josef, Dukla Liberec	2:03,8
43. Bužga Ondřej, Rudá hvězda Karlovy Vary	2:04,1
44.—45. Ognar Tasilo, Rudá hvězda Brno	2:07,0
44.—45. Jiřík Vlastimil, Slávia ÚRO Praha	2:07,0
46. Broda Tadeáš, Rudá hvězda	2:09,5
47. Izák Miro, Slávia VŠ Brno	2:12,0
48.—49. Pospíšil Jiří, Rudá hvězda Praha	2:14,0
48.—49. Horešovský B., Rudá hvězda Sušice	2:14,0
50. Herman Hugo, Slávia Bratislava	2:14,1
51. Hank Jindřich, Slovan Spindlerův Mlýn	2:18,9
52. Šmíd Miroslav, Rudá hvězda Vrchlabí	2:19,2
53. Zacharides Lad., Dukla Liberec	2:19,8
54. Hlavoň Igor, Slávia Brno	2:21,2
55. Podaný Josef, Dukla Liberec	2:25,3
56. Droppa Jan, Dukla Liberec	2:27,2
57. Příbramský Miloš, Slávia VŠ Praha	2:30,4
58. Tomáš Miloš, Slávia Bratislava	2:56,3
59. Cynnyburg Vrat., Spartak Mladá Boleslav	3:18,2
60. Mezera Petr, Slovan Orbis Praha	3:23,3
61. Kadlec Vlast., Spartak Strakonice	3:31,7
62. Kunc Vilém, Tatra Kopřivnice	7:16,2

Sjezd:

	min.
1. Janda Jaroslav, Sokol Český Sumburk	1:45,3
2. Bruna Miroslav, Jiskra Železný Brod	1:46,2
3. Hennrich Kurt, Chemické závody Litvínov	1:46,3
4. Mohr Zbyněk, Dukla Liberec	1:48,0
5. Springl Zdeněk, Severočeský	1:48,9
6. Vokatý Vladimír, Východočeský	1:49,5
7. Telgarský A., Středoslovenský	1:49,7
8. Koloušek Radim, Dukla Liberec	1:50,0
9. Škubal Radim, Severočeský	1:51,9
10. Blaho Stanislav, Středoslovenský	1:52,0
11. Žampa František, Východoslovenský	1:52,4
12. Hromádka Eduard, Dukla Liberec	1:52,6
13. Novotný Jindřich, Jihomoravský	1:53,1
14. Příbramský Miloš, MV Praha	1:53,6
15.—16. Šmíd Miroslav, Rudá hvězda	1:54,1
15.—16. Holický Josef, Severočeský	1:54,1
17. Tomáš Miloš, Západoslovenský	1:54,2
18.—19. Vlček Jiří, Rudá hvězda	1:54,4

18.—19. Šoltys Antonín, Východoslovenský	1:54,4	38. Pospíšil Jiří, MV Praha	162,23	184,40	70,30	416,93
20.—21. Bužga Ondrej, Západočeský	1:54,5	39. Izák Miroslav, Jihomoravský	131,16	176,40	113,24	420,80
20.—21. Drápal Ferd., Rudá hvězda	1:54,5	40. Hank Jindřich, Východočeský	148,52	203,40	80,40	432,32
22. Krajišák Vlado, Východoslovenský	1:54,8	41. Slaviček E., Východočeský	81,66	54,16	300,10	435,92
23. Mitro Atila, Východoslovenský	1:54,9	42. Ognar Tasilo, Rudá hvězda	213,54	155,24	78,08	444,86
24. Wolf Hort, Severočeský	1:55,2	43. Zacharides Lad., D. Liberec	134,82	206,82	106,10	447,72
25. Zajden Vlado, Středoslovenský	1:55,3	44. Broda Tadeáš, Rudá hvězda	266,86	165,92	78,96	511,74
26. Uhlíř Arnošt, Dukla Liberec	1:55,6	45. Glutt Antonín, Rudá hvězda	348,28	111,28	72,24	531,80
27. Cottofán Jan, Středoslovenský	1:55,7	46. Tomáš Miloš, Západosloven.	171,14	345,52	50,08	560,74
28. Šírek Otto, Severočeský	1:55,9	47. Droppa Jan, Dukla	289,63	234,94	73,20	597,77
29. Strkolec Vlado, Středoslovenský	1:56,0					
30. Skohotil František, Severočeský	1:56,1					
31. Kout Erich, Severočeský	1:56,8					
32.—33. Čermák Jan, Východočeský	1:56,7					
32.—33. Pittl Jaroslav, MV Praha	1:56,7					
34. Kunštát Petr, Východoslovenský	1:56,8					
35. Kožnárek Ivo, Jihomoravský	1:57,0					
36. Samohel Jan, Východočeský	1:57,1					
37.—38. Novák Stano, Středoslovenský	1:57,4					
37.—38. Scheib Josef, Východočeský	1:57,4					
39. Preisler Josef, Dukla Liberec	1:57,5					
40. Kolda Vlado, Jihomoravský	1:57,7					
41. Šincl Jaroslav, MV Praha	1:57,9					
42.—43. Herman Hugo, Západoslovenský	1:58,2					
42.—43. Pospíšil Jiří, MV Praha	1:58,2					
44. Krasula Josef, Východoslovenský	1:58,4					
45. Trajtl Harry, Severomoravský	1:58,5					
46. Glutt Antonín, Rudá hvězda	1:58,6					
47. Spára J., Středočeský	1:58,7					
48. Droppa Jan, Dukla Liberec	1:58,8					
49. Adámek Miroslav, Středočeský	1:58,9					
50. Mlýnek Zdenek, Severomoravský	1:59,0					
51.—52. Ognar Tasilo, Rudá hvězda	1:59,4					
51.—52. Sedláček Zdeno, Rudá hvězda	1:59,4					
53. Hlavoň Igor, Jihomoravský	1:59,6					
54. Broda Tadeáš, Rudá hvězda	2:00,0					
55. Hank Jindřich, Východočeský	2:00,3					
56.—57. Horešovský B., Rudá hvězda	2:01,3					
56.—57. Jiřík Vlast., MV Praha	2:01,3					
58. Slaviček Hubert, Východočeský	2:01,8					
59. Meduna Igor, Jihomoravský	2:02,4					
60. Marterer Vojtěch, Jihomoravský	2:02,5					
61. Špale Jan, MV Praha	2:03,0					
62. Borša L., Severomoravský	2:03,5					
63. Zacharides Lad., Dukla Liberec	2:05,8					
64. Pastierik Jaroslav, Východočeský	2:07,2					
65. Izák Miroslav, Jihomoravský	2:07,4					
66. Šrubař Břetislav, Severomoravský	2:07,9					
67. Šrubař Jan, Severomoravský	2:11,2					
68. Šurový Ivan, Západoslovenský	2:29,0					

ŽENY:

Slalom:	I. kolo vteřiny	II. kolo vteřiny	celkem vteřiny
1. Rubešová Jar., Sn Špindl. Mlýn	59,8	53,5	113,3
2. Fiedlerová I., Spartak Smržovka	60,9	55,6	116,5
3. Slavičková A., Sn Špindl. Mlýn	63,1	55,0	118,1
4. Malá Eva, Spofa Praha	66,1	53,9	120,0
5. Kornelová A., Kovostroj Děčín	65,2	55,5	120,7
6. Weinerová V., VŽKG Vítkovice	64,4	58,7	123,1
7. Kučerová Jana, Slávia Praha	66,5	57,0	123,5
8. Mahrová Hana, ČKD Praha	70,0	55,4	125,4
9. Černocká Magda, Sn Špindl. Mlýn	60,3	66,0	126,3
10. Živcová Anna, Slávia Praha	76,4	53,1	129,5
11. Palasová Olga, Dynamo Praha	69,6	60,4	130,0
12. Janoušková J., Lokomotiva Trutnov	70,3	60,6	130,9
13. Merendová Květa, Sp. Hradec Král.	78,5	53,7	132,2
14. Mičochová Iva, Rudá hvězda Brno	76,0	64,6	140,6
15. Kubarová Lída, Sp. Vsetín	79,6	65,5	145,1
16. Trnková Hana, Slávia Olomouc	76,3	69,4	146,7
17. Hochmanová J., Slávia ŮRO Praha	83,7	66,5	150,2
18. Žampová O., Tatran Tatr. Lomnice	69,4	83,9	153,3
19. Novotná Božena, Sp. Odolena Voda	143,0	57,7	200,7
20. Nová Jana, Spartak Plzeň	155,2	84,1	239,3

Startovalo 21, diskvalifikována 1, závod dokončilo 20 závodnic.

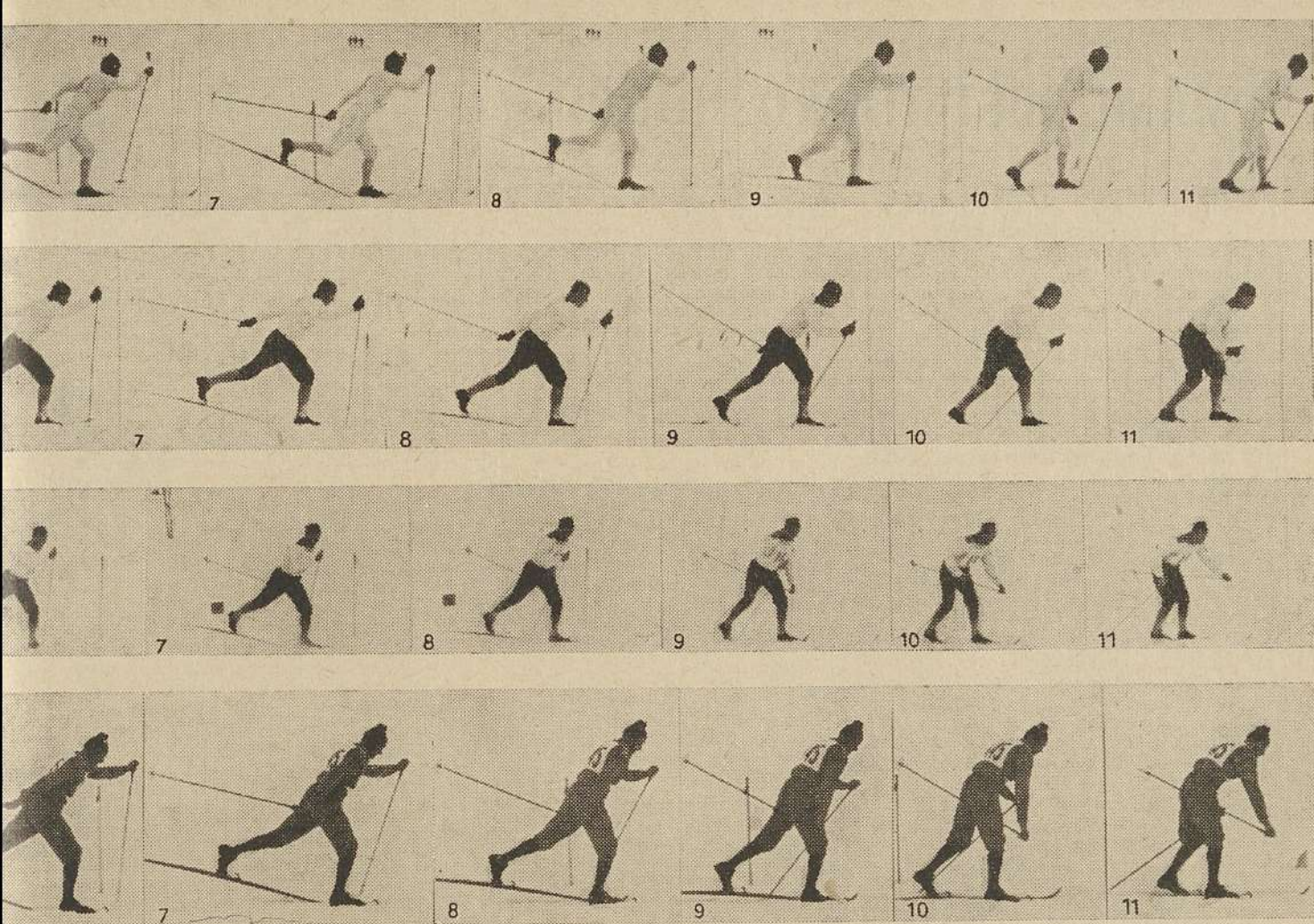
Obří slalom:

1. Rubešová Jaroslava, Slovan Špindl. Mlýn	1:42,8 min.
2. Kornelová Alena, Kovostroj Děčín	1:45,2 min.
3. Žampová Olga, Tatran Tatranská Lomnica	1:46,4 min.
4. Merendová Květa, Spartak Hradec Králové	1:46,7 min.
5. Černocká Magda, Slovan Špindl. Mlýn	1:47,1 min.
6. Fiedlerová Ilza, Spartak Smržovka	1:47,7 min.
7. Živcová Anna, Slávia Praha	1:48,6 min.
8. Malá Eva, Spofa Praha	1:49,3 min.
9. Weinerová Věra, VŽKG Vítkovice	1:49,6 min.
10. Mahrová Hana, ČKD Praha	1:51,4 min.
11. Kučerová Jana, Slávia Praha	1:53,9 min.
12. Novotná Božena, Spartak Odolena Voda	1:54,1 min.
13. Palasová Olga, Dynamo Praha	1:55,9 min.
14. Mičochová I., Rudá hvězda Brno	1:58,2 min.
15. Nová Jana, Spartak Plzeň	2:01,9 min.
16. Trnková Hana, Slávia Olomouc	2:04,0 min.
17. Zápalková Luiza, MV Praha	2:04,1 min.
18. Scheibová Lída, Východočeský kraj	2:05,9 min.
19. Hochmanová Jana, MV Praha	2:11,7 min.

Sjezd:

1. Živcová Anna, Slávia Praha	1:31,4 min.
2. Janoušková J., Lokomotiva Trutnov	1:33,9 min.
3. Žampová Olga, Tatran Tatranská Lomnica	1:34,6 min.
4. Kornelová A., Kovostroj Děčín	1:36,2 min.
5. Merendová Květa, Spartak Hradec Králové	1:36,8 min.
6. Malá Eva, Spofa Praha	1:40,6 min.
7. Novotná Božena, Spartak Odolena Voda	1:40,8 min.
8. Kučerová Jana, Slávia Praha	1:41,3 min.
9.—10. Černocká Magda, Slovan Špindl. Mlýn	1:42,8 min.
9.—10. Palasová Olga, Dynamo Praha	1:42,8 min.
11. Gígalová Iva, Rudá hvězda Brno	1:42,9 min.
12. Mičochová I., Rudá hvězda Brno	1:43,6 min.
13. Samalíková Milena, Jihomoravský	1:44,9 min.
14.—15. Krulišová V., Středočeský	1:46,1 min.
14.—15. Scheibová Lída, Východočeský	1:46,1 min.
16. Trajtl J., Severočeský	1:46,3 min.
17.—18. Kumbárová L., Severomoravský	1:47,6 min.
17.—18. Živcová Jiřina, Středočeský	1:47,6 min.
19. Kukačková Jana, MV Praha	1:50,8 min.
21. Rubešová Jaroslava, Slovan Špindl. Mlýn	1:51,3 min.
22. Weinerová Věra, VŽKG Vítkovice	1:52,1 min.
23. Fiedlerová I., Spartak Smržovka	1:55,4 min.
24. Hochmanová J., MV Praha	1:56,0 min.
25. Chovanová M., Západoslovenský	2:08,9 min.
26. Trnková Hana, Severomoravský	5:11,9 min.
27. Chytková S., Jihomoravský	8:29,5 min.

Trojboj:	slalom	obří slalom	sjezd	celkem
1. Mohr Zbyněk, Dukla	0,0	0,0	15,99	15,99
2. Krajišák Vl., Východosl.	7,08	4,20	53,20	64,48
3. Krasula Josef, Východoslov.	21,71	12,94	71,28	105,93
4. Uhlíř Arnošt, Dukla	28,20	25,22	57,30	110,72
5. Špringl Zdeněk, Severočes.	40,13	64,16	21,12	125,41
6. Janda Jaroslav, Severočes.	66,32	65,24	0	131,56
7. Zampa Frant., Východoslov.	81,32	20,74	40,54	142,60
8. Novotný Jindřich, Jihomorav.	58,92	52,48	44,32	155,72
9. Scheib Josef, Východoslov.	45,20	45,00	66,30	156,50
10. Kunštát Petr, Východoslov.	60,40	56,96	63,30	180,66
11. Pittl Jaroslav, MV Praha	76,80	45,00	62,80	184,60
12. Zajden Vlado, Středoslov.	70,32	58,64	55,80	184,76
13. Telgarský Alex., Středoslov.	81,32	84,24	25,64	191,20
14. Kožnárek Ivan, Jihomoravský	78,24	68,88	64,30	203,42
15. Mitro Atila, Východoslov.	52,90	97,40	53,72	204,02
16. Škubal Radim, Severočes.	84,04	83,20	37,84	205,08
17. Cottofán Jan, Středoslov.	57,44	90,40	57,80	205,64
18. Čermák Jan, Východoslov.	84,04	62,00	62,80	208,84
19. Novák Stano, Středoslov.	88,12	63,22	66,30	217,64
20. Slaviček H., Východočes.	72,84	60,88	87,60	221,32
21. Šincl Jaroslav, MV Praha	81,66	80,60	66,80	231,06
22. Kout Erich, Severočeský	81,66	100,40	62,30	244,36
23. Bužga Ondrej, Západočeský	54,42	142,32	51,64	248,38
24. Meduna Igor, Jihomoravský	104,04	95,40	90,46	290,90
25. Kolda Vlado, Jihomoravský	142,64	92,40	67,80	302,84
26. Mlýnek Zdenek, Severomorav.	125,00	105,40	74,16	304,56
27. Preisler Josef, Dukla Liberec	119,90	140,94	66,80	327,64
28. Strkolec Vlado, Středosloven.	180,58	88,40	59,30	328,28
29. Trajtl Harry, Severomorav.	208,74	64,70	71,76	345,20
30. Jiřík Vlastimil, MV Praha	112,10	155,24	85,20	352,54
31. Hromádka Eduard, D. Liberec	214,02	98,90	41,62	354,54
32. Šrubař Břetislav, Severomor.	169,79	75,92	115,44	361,15
33. Přibramský J., MV Praha	69,24	247,10	46,96	363,30
34. Herman Hugo, Západosloven.	112,10	184,80	70,30	367,20
35. Horešovský Bohusl., RH	102,76	184,40	85,20	372,36
36. Drápal Ferd. RH	257,97	69,02	51,64	377,63
37. Hlavoň Igor, Jihomorav.	118,70	212,14	77,04	407,88



POHLED FYZIOLOGA NA BĚH VE VYSOKÝCH VÝŠKÁCH

Zpravodaj mezinárodní lyžařské federace »FIS BULLETIN« přináší v lednovém čísle z letošního roku velmi zajímavý článek Per-Olof Astranda — lékaře, který konal pozorování s vrcholnými švédskými lyžaři-běžci. Závěry, ke kterým došel, jsou důležité nejen pro lékaře, ale velmi zajímavé i pro organizátory závodů a závodníky. Proto otiskujeme hlavní myšlenky jeho článku:

Při prodloužené svalové práci je pracovní energie získávána aerobními procesy (tj. takovými procesy, jejichž základem je kyslík). Při stejných ostatních faktorech (sněhové podmínky, mazání lyží, technika) může běžec s nejvyšší aerobní kapacitou [tj. kapacita jednotlivce přijmout kyslík] udržovat nejvyšší rychlost. Ve sjezdu je situace poněkud odlišná, protože aerobní procesy přispívají v menším rozsahu k výdeji energie. Kapacita kyslíkové spotřeby je redukována, je-li vyvolána hypoxie (snížení množství kyslíku ve tkáních) jako ve vysoké výšce. Aklimatizace na tuto hypoxii způsobí zvýšení schopnosti přednášet kyslík. Hodnoty získané na mořské hladině nebudou pravděpodobně nikdy dosaženy i přes úplnou aklimatizaci. Lidé aklimatizovaní na 1000 m mají po jednom měsíci aerobní kapacitu na 95 % a ve 2000 m na 85 % k hodnotě na mořské hladině. Prudké vystavení hypoxii způsobuje u většiny lidí zvýšení plicní ventilace.

Zvýšené zatížení výchozích tkání je prokazatelné, pracuje-li se těžce během hypoxických podmínek. V zimě je vzduch studený a velmi suchý. Má-li být ve velké výšce větší obsah vdechnutého vzduchu ohřát a nasycen vodní párou, je nápor na výstelku dýchacího ústrojí vyšší než na mořské hladině. Není pochyby, že tyto podmínky činí lyžaře vnímavějšími k nákazě. Přes očekávání a ostatní opatření vyskytovala se infekční onemocnění během olympiády ve Squaw Valley dosti často stejně jako při závodech ve stejném místě v roce 1959.

V roce 1959 byli sledováni tři švédští běžci před závody ve Squaw Valley a při nich. Na bicyklovém ergometru prováděli určitou dávku v místnosti s nízkým tlakem vzduchu. Plicní ven-

tilace byla o 10 % vyšší a srdeční činnost o 7,9 až 10 úderů rychlejší než při stejných zkouškách na mořské hladině. Toto vyšetřování bylo prováděno i ve Squaw Valley. Plicní ventilace zůstávala na vysoké hladině, ale srdeční činnost se postupně asi po týdenním pobytu vrátila k podmínkám typickým mořské hladině. Hemoglobinové a hematokritové hodnoty byly zvýšeny asi o 3 % u dvou lyžařů, u třetího zůstávaly nezměněny. Tělesná váha se neměnila více než obvykle. Ihned po závodech na 30 km byla srdeční činnost vyšetřována jako předtím při nižších výškách. Elektrokardiogram byl normální ve všech případech. Na konci pobytu dostali všichni švédští lyžaři infekci dýchacích cest.

Během zimních OH ve Squaw Valley v roce 1960 byla některá sledování opakována s podobnými výsledky jako v minulém roce. Dramatické bylo, jak se někteří závodníci zhroutili během závodu. Per-Eric Larson nikdy neuspěl při závodech ve vysoké výšce a ani tentokrát se mu nedařilo. Ve Švédsku byl na 15 kilometrů 1. nebo 2., ale ve Squaw Valley skončil jako 17., poražen Jernbergem o dvě minuty.

V mužské štafetě se J. Steffanson zhroutil asi po 5 km a ztratil více než 3 minuty. Je nutno zdůraznit, že Steffanson skončil v běhu na 15 km jako 7., pouze 45 vteřin za vítězem. Neměl žádnou infekci a test na bicyklovém ergometru byl před štafetovým závodem normální. Během zhroutení měl závrat, bolesti hlavy, studené pocení, bušení srdce a ztrátu paměti na pozdější část závodu. Po závodech měl prudké bolesti hlavy a byl velmi vyčerpán. Vysvětloval, že zotavování bylo delší než obvykle. Den po závodech byla srdeční činnost při standardní práci o 7 úderů vyšší než obvykle. Nikdy předtím se mu něco podobného nestalo. Steffanson závodil o několik týdnů později a byl pravděpodobně úplně zotaven. Během OH 1960 podali závodníci z mnoha nebo snad ze všech zemí výkon hluboko pod očekávaným standardem.

Autor se domnívá, že si můžeme gratulovat, že všichni běžci, kteří se zúčastnili OH ve Squaw Valley, to přežili. Svůj článek uzavírá názorem, že je nesprávné vůči závodníkům a může to způsobit vážné škody na zdraví, uspořádat závod ve velké výšce. Zatím nestanoví horní hranici, ale je-li to možné, měli bychom se vyhnout výškám nad 1000 až 1200 metrů nad mořem. Pro závody jako sjezd a skok není taková hranice nutná.

Dr. ZDENĚK ELIÁŠ,
zdravotní komise ÚSL,

MÁME DOSTATEK ROZHODČÍCH?

Suchá čísla statistiky říkají, že máme celkem 2012 lyžařských rozhodčích. Terminová listina ústřední lyžařské sekce pro rok 1982 pak uvádí počet 240 lyžařských závodů. Jednoduchým propočtem je možno zjistit, že na každý ze závodů uvedený v ústřední terminové listině, případně osm rozhodčích. Tím by se každý rozhodčí zúčastnil jednoho závodu v sezóně. Ovšem závodů u nás pořádaných není jen 240, ale jistě dvakrát tolik, připočteme-li ještě závody náborové, přebory jednot, SHM atd. A osm rozhodčích pro závod, který vlastně by neměl bez asistence rozhodčích proběhnout, je také málo. A tak možno konstatovat, po různých početních machinacích, že při počtu oněch 2012 rozhodčích postačí, když každý se zúčastní 3 až 4 závodů v sezóně, aby všechny závody byly řádně rozhodčími obsazeny.

To jsou však jen pouhá statistická zjištění a teoretické výpočty. Podívejme se na situaci v rozhodčích trochu reálněji. V evidenci lyžařských rozhodčích jsou zahrnuti všichni naši trenéři a techničtí pracovníci (stavitelé tratí, velitelé můstek), kteří mají při lyžařských závodech své speciální poslání. Pro toto se školí ve zvláštních kurzech, kde je vyžadována kvalifikace rozhodčího nejméně III. třídy. Tím se nám tedy původních 2012 pracovníků rozhodcovského cechu podstatně ztenčí. Ve III. třídě vykazujeme 1200 rozhodčích a myslím, že nijak nepřehněnu tvrzení, když řeknu, že se 40 % funkcí rozhodčího nevěnuje. Pravda, pracují na jiném úseku lyžařské činnosti a mnohdy velmi intenzivně a záslužně, ale jako rozhodčí nám jen plní směrná čísla. A také mezi rozhodčími II. i I. třídy najdeme takové pracovníky. Stalo se jakousi módou hromadění titulů a kvalifikace. Mnozí pracovníci se rádi věnují přízvisky instruktora cvičitelů, trenéra trenérů, autora stavitelů či opačně stavitel autorů a přirozeně i rozhodčího rozhodčích. Pomáhají tak plnit číselný rozvoj pracovníků na straně jedné a tenčí jejich řady na straně druhé. Mnohdy pak ani sami nevědí, kam vlastně patří.

Tím ovšem nechci nijak říci, že rozhodčí by se neměl zajímat o práci techniků a trenérů a měl by provozovat jen samoúčelné »rozhodování«, vždyť přece opak je pravdou. Chci jenom poukázat na zhoubnost hromadění funkcí »na nejvyšší úrovni«.

Ústřední komise rozhodčích kontroluje činnost ústředních rozhodčích a rozhodčích I. třídy. A při této kontrole zjišťujeme, že mnoho našich rozhodčích účastní se během sezóny jednoho či dvou závodů, zatímco druzí jsou vpravdě »na roztrhání«. A taková zjištění je jistě možno učinit i u rozhodčích II. či III. třídy. Je tedy mnoho rozhodčích, kteří si svou skrovnou činností jen udržují kvalifikaci.

K odhalení dalších nedostatků dojdeme, když zkontrolujeme účast roz-

hodčích na závodech různých druhů. Je možno konstatovat, že u některých rozhodčích jsou ve značné oblibě jen závody vrcholové (mistrovství a mezinárodní), zatímco závody veřejné a přebory okresu či jednoty se těší oblibě již menší. Závody dorostu a mládeže nejsou také vyhledávány tak, jako závody dospělých. A soutěže náborové a SHM jako by pro mnohé ani neexistovaly.

Před dvěma lety bylo na celostátním aktivu předsedů komisí rozhodčích krajských lyžařských sekcí rozhodnuto, že každý rozhodčí I. třídy a ústřední se během sezóny zúčastní alespoň jednoho náborového závodu. Tímto rozhodnutím chtěli jsme přispět ke zvýšení úrovně náborových závodů mládeže. Ovšem mnozí naši rozhodčí si je zřejmě k srdci příliš nevezali. Pravda, poslední zimy, až na tu nejposlednější, nebyly lyžařům právě příznivé, ale pro náborový závod se sněh vždy najde.

A rozhodčí má organizovat a být iniciátorem organizátorské práce. Rozhodčí má burcovat k práci, má propagovat soutěže a má stát v první řadě těch, kteří je připravují.

Ale my mnohde vidíme, že rozhodčí skutečně provozují svou činnost jen »samoúčelně«. Přicházejí na závody až v poslední chvíli, aby převzali

stopky a tiskopisy, závody pak »odmačkají«, zapíší a už zase hajdy domů. Připravit závody, upravit tratě a můstky, přivázat slalomové praporky, přeměřit můstek, upravit prostory startu a cíle — to vše udělá někdo jiný? A počítat výsledky, vydat je, likvidovat závod, to už také není jejich starost? Pravda, nejsou všichni takoví a naštěstí většina jich koná své rozhodcovské povinnosti svědomitě. To ale neznamená, že bychom měli být spokojeni a že bychom neměli poukázat na ony špatné stránky činnosti některých rozhodčích.

Všichni jsou dobrovolní pracovníci, Ale jsou jedni, kteří jsou nezměrně obětaví a ochotní kdykoliv cokoli udělat — odklízet sněh, upravovat tratě, zapisovat pořadí či měřit čas — neboť to vše je při závodech třeba. A jsou druzí, kteří »svítí« v jejich stínu. A nám jde o to, abychom všechny ty druhé přesvědčili o tom, že lyžování a celé naší tělovýchově vůbec mnohem více prospějí ti první, ti obětaví, kteří své osobní pohodlí věnují pro zdar našich soutěží dospělých i mládeže bez rozdílu. Chceme, aby všichni byli pracovníky obětavými a aby byli vzorem všem ostatním lyžařským pracovníkům, zejména pak mládeži, která je jednou vystřídává a bude připravovat a řídit soutěže místo nich a tak, jak se od nich naučí. A o mládež jde nyní především.

IVO MATOUŠEK,
člen ústřední komise rozhodčích

ŠKOLA TECHNICKÝCH PRACOVNÍKŮ

Sportovně technická komise ústřední lyžařské sekce ČSTV s plnou odpovědností přistupuje k odstraňování dosavadních nedostatků, které se až dosud projevovaly v našich lyžařských soutěžích. Proto uspořádala v březnu v Harrachově další školení pro velitele skokanských můstek a autory běžeckých tratí.

Kurs, který byl v obsahu rozdělen na dvě části — běžeckou a skokanskou — a svým termínem bezprostředně v závěru navazoval na zahájení IX. mezinárodních lyžařských závodů v Harrachově, byl hlavně zaměřen na získání odbornosti u běžecké části, na vyhledávání terénu pro tratě, jejich značení a úpravu. V části skokanské byl obsah hlavně zaměřen na řádnou a bezpečnou úpravu skokanských můstek. Obou částí kursů se zúčastnilo 18 frekventantů a je opravdu škoda, že se řada přihlášených pracovníků z krajů do kursu nedostavila. Některé kraje možnosti ke zvýšení odborné kvalifikace svých dobrovolných pracovníků nevyužily vůbec a přihlášky nepodaly.

Účastníci kursu byli převážně zkušenými pracovníky, mnozí bývalí závodníci, a proto již v začátku školení byl vytvořen dobrý a přátelský kolektiv.

Termín, ve kterém kurs proběhl, se ukázal jako velmi vhodně zvolený i tím, že závěrem bezprostředně navazoval na zahájení mezinárodních závodů v Harrachově, kdy praktické výsledky školení obou částí kursu mohly být prověřeny.

Obsah školení kursu a jeho dvou částí byl zaměřen k získání odbornosti, nejdříve teoretické; na ty ihned navazovala prověrka znalosti teorie v praxi. U běžecké části kursu to byla práce s mapou v plném rozsahu — topografie, úprava a vyhledávání tratě, zaměřování, výškové rozdíly, zakreslování do plánek apod. — u části skokanské stavba a projekce skokanských můstek, proměrování, stanovení norem, sklonů atd., jakož i v praktické části správná a bezpečná úprava můstku. Kromě odborných přednášek byly v kurse zahrnuty i přednášky politické.

Na závěr kursu byly zkoušky. Všichni účastníci školení prokázali potřebné vědomosti. Je však nejvyšší důležité pro další rozvoj čs. lyžování, aby všechny kraje plně využívaly k dobrovolné práci absolventů tohoto kursu pro závody, přebory a soutěže, které pořádají, a hlavně pro další školení v nižších orgánech, čímž lze aktiv dobrovolných technických pracovníků s odbornými znalostmi rozšiřovat.

JIRÍ FEIX,
ústřední sportovně technická komise

Bylo — nebylo

Na podnět ústřední komise rozhodčích se vracíme k článku A. Husáka Sjezdaři poprvé na Chopku, uveřejněnému v červnovém čísle Lyžařství.

Z článku citujeme... »Nejpvětším překvapením, díky výpočtovým tabulkám, bylo třetí místo v kombinaci Jožky Krasuly, který skončil ve sjezdu až na 44. místě. Možná, že by pořadí trojkombinace bylo zcela jiné, kdyby se i u nás použilo způsobu hodnocení podle pravidel FIS.« Autorova formulace není zcela přesná a mohla by u nezavěšeného čtenáře vzbudit dojem, že náš způsob vyhodnocování sružených sjezdových závodů je zásadně rozdílný od vyhodnocování těchto závodů v alpských zemích podle směrnic FIS nebo dokonce že hodnocení sruženého trojboje na letošním mistrovství ČSSR na Chopku bylo provedeno nesprávně. Pro objasnění situace proto uvádíme:

V souvislosti s přijetím nového Mezinárodního soutěžního řádu (MSŘ) na kongresu FIS v Madridě byl přijat i návrh tabulkové komise FIS na vydání nových tabulek. Tyto tabulky byly kongresem schváleny a v letošní sezóně byly na všech mezinárodních závodech již také používány. U nás nebylo z technických důvodů možné se tabulkám FIS přizpůsobit — nové tabulky nebylo možné vytisknout — přesto však rozhodlo předsednictvo ústřední sekce, že nových tabulek FIS bude u nás v roce 1961/62 použito na všech mezinárodních závodech a zkusmo také jak na klasickém, tak na sjezdovém mistrovství ČSSR. Tak se také stalo a mistrovský sružený sjezdový závod na Chopku byl hodnocen podle nových tabulek FIS.

Jak bylo dodatečně vysvětleno, nešlo autoru článku o tabulky, jak bylo nesprávně nebo nepřesně formulováno v článku, spíše mu šlo o způsob jejich aplikace. Par. 141 nově platného MSŘ pojednávající o výpočtu výsledků sjezdových závodů se na tabulky FIS pouze odvolává, způsob jejich detailního použití však nepředepisuje. Pokud pak jde o způsob používání tabulek FIS, ustálil se v minulých

letech zvyk — nešlo o předpis federace — že se při bodovém vyhodnocování v každé jednotlivé disciplíně vycházelo z nejlepšího času dosaženého v příslušné disciplíně, přičemž bylo podmínkou, že závodník, z jehož času se vycházelo, musel být hodnocen také v ostatních disciplínách sjezdového víceboje. Pokud závodník s nejlepším časem v jedné disciplíně byl v jiné disciplíně víceboje diskvalifikován nebo k některému z dalších závodů víceboje nenastoupil, muselo bodové vyhodnocení příslušného závodu být provedeno podle nejbližšího nejlepšího času závodníka, který absolvoval celý sružený závod a byl v něm vyhodnocen. Na rozdíl od této praxe prováděné několik roků přešli v letošní zimě pořadatelé mezinárodních sjezdových závodů v alpské oblasti k novému způsobu bodového vyhodnocování sjezdových vícebojů, při kterém vycházeli v každé disciplíně víceboje z času absolutního vítěze bez ohledu na to, zda tento vítěz byl hodnocen ve všech disciplínách víceboje, jinými slovy zda sjezdový víceboj dokončil či nikoliv. Na mistrovství ČSSR na Chopku bylo postupováno podle dosavadního postupu.

Vysvětlivku je možno shrnout a uzavřít takto: **Mistrovský sjezdový trojboj na Chopku byl z rozhodnutí předsednictva ústřední sekce vyhodnocen podle nových tabulek FIS, přestože v letošní zimě u nás byly a dosud jsou v platnosti tabulky »staré«.** Pořadatelé mezinárodních sjezdových závodů v alpských zemích přešli v letošní zimě na nový způsob bodového vyhodnocování sjezdových vícebojů. Federace nemá námitek, neboť detailní způsob používání tabulek není federací předepsán. Nový způsob používání tabulek FIS je nepochybně časově úspornější — důvod, pro který patrně alpské země na něj přešly — věcně však není mezi oběma způsoby žádného rozdílu. Jožka Krasula při 44. umístění ve sjezdu by i podle nového způsobu bodového vyhodnocení byl 3. až 4. v letošním mistrovském trojboji. ÚKR je v otázce používání nově vydaných tabulek FIS v korespondenčním styku s předsedou tabulkové komise FIS Hans Hartwagnerem. Zavedení nových výpočtových tabulek u nás, a to pro závody všech stupňů, je plánován pro závodní období 1962/63. Způsob jejich používání bude podrobně popsán ve směrnících, které vyjdou společně s tabulkami. OK

HODNOCENÍ KVALITY SJEZDOVÝCH LYŽÍ

MARIAN ZIGO, promováný inženýr
JAROSLAV BOGDÁLEK, odb. as. KVT VUT Brno

V současné době je již zcela jasně prokázáno, že kvalita lyží přímo ovlivňuje výkon závodníka, především při závodech ve sjezdu. A právě sjezdové lyže naší výroby zůstávají bohužel daleko za průměrem nejlepších lyží zahraničních. Kvalita lyží byla a je dosud posuzována na základě zkušenosti, získaných závodníky při tréninku a zejména při závodech. Při tomto subjektivním hodnocení se samozřejmě jednotlivé názory někdy i značně rozcházejí. To je zcela přirozené, neboť způsob jízdy, a tím i požadavky na vlastnosti lyží, se u jednotlivých závodníků liší. Zkušenosti také ukazují, že požadavky na vlastnosti lyží jsou velmi různorodé a tyto vlastnosti jsou na sobě závislé a přímo se ovlivňují. Chceme-li, aby lyže byla velmi rychlá, musí se nutně snížit požadavky na otáčivost a vedení stopy; u otáčivých lyží zase nutně klesne jejich rychlost. Proto konstrukce lyží, která by odpovídala všem požadavkům, je velmi obtížná.

Praktické zkušenosti ukazují, že zahraniční lyže převyšují lyže naší výroby zejména v rychlosti a vedení stopy. Proč tomu tak je, nebylo dosud objektivně dokázáno. Rychlost jistě ovlivňuje lepší kvalita skluznic a hran, ovšem stejnou a podle našeho názoru důležitější úlohu hraje konstrukce lyží. Největší nedostatek pocítujeme zejména u lyží sjezdových, kde kvalita nejvíce ovlivňuje výsledek. Proto jsme se pokusili o objektivní srovnání sjezdových lyží zn. Artis special (dále jen AS) a u nás nejběžnějších zahraničních lyží zn. Kásstle (dále jen KS) na základě těchto zkušebek:

1. statický průhyb lyží,
2. změny reakce lyží v závislosti na zatížení,
3. kmitání lyží.

Oba měřené páry byly 215 cm dlouhé. Co ukázaly jednotlivé druhy měření?

1. STATICKÝ PRŮHYB LYŽÍ

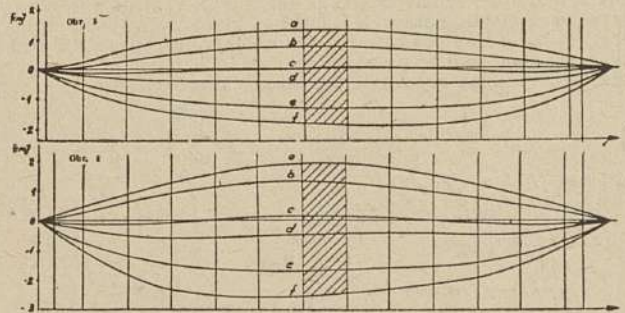
(obr. 1 lyže KS, obr. 2 AS)

Měření bylo prováděno na lyži podepřenou v ohbí špičky a na patě. V místě vázání byla postupně zatěžována 0 — 4,7 — 10,6 — 14,3 — 21 — 25,1 kg. Místo zatížení je na obrázku vyznačeno šrafováním. Z průhybových křivek obou měřených lyží vyplývá:

a) lyže jsou různě tvrdé (pružné);

b) KS se prohýbá rovnoměrně po celé délce, je schopna dosáhnout téměř přímkové polohy (obr. 1 c, d). AS se prohýbá zejména ve špičce a patě, střed je tvrdý, nepružný. Proto se střed lyže průhybu zúčastňuje jen velmi málo.

Co z těchto poznatků vyplývá? Na rychlost lyží má rozhodující vliv plošný tlak mezi lyží a sněhem. Čím více se lyže zarývá do sněhu, tím větší odpor klade ve směru jízdy. Je-li plošný tlak rozložen stejnoměrně po celé ploše skluznice, dosa-

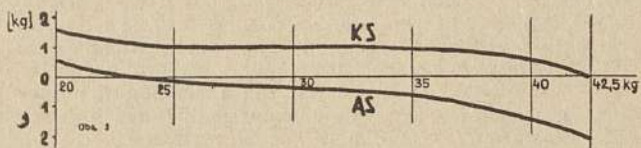


Obr. 1 a obr. 2.

huje celkově nízké úrovně. Není-li rozložen stejnoměrně, dosahuje v místech náhlého prohnutí lyže vysokých hodnot a celkový plošný tlak bude pak větší než v prvním případě. Průhybová křivka KS tedy odpovídá požadavku stejnoměrného rozložení tlaku, průhybová křivka AS je značně nerovnoměrná, celkový plošný tlak je tedy daleko vyšší než u KS. Proto je AS značně pomalejší než KS. Stejně tak i značná měkkost špičky a paty AS vysvětluje její špatné vedení stopy v velké rychlosti a v nerovném terénu.

2. ZMĚNY REAKCE LYŽÍ V ZÁVISLOSTI NA ZATÍŽENÍ

Měření bylo provedeno tak, že jeden konec lyží byl na váze, druhý na pevné podložce, lyže byla zatěžována v místě vázaní. Výsledky měření znázorňuje obr. 3. Na svislých osách je zakreslen rozdíl reakcí (tlaku) ve špičce a patě lyže. Kladný rozdíl je ten, při kterém je reakce na patě větší než ve špičce. Na vodorovné ose je zakresleno zatížení lyže, při němž byly reakce měřeny. Rozdíly mezi reakcí ve špičce a patě způsobuje



Obr. 3.

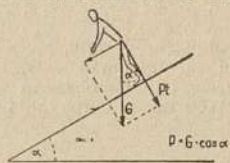
konstrukce lyže. Pata je tvrdší a blíže k zatížení, proto při menším zatížení na ni připadá větší část z celkového zatížení než na pružnější špičku. Zvětšováním zatížení se špička prohýbá, až dojde k rovnosti reakce ve špičce i patě. Dalším zatěžováním dojde k tomu, že reakce je větší ve špičce než patě. Graf ukazuje, že rovnost reakce u KS je při 42,5 kg, u AS při 24 kg, jestliže předpokládáme, že tlak je stejnoměrně rozdělen po celé skluznici při rovnosti reakcí ve špičce a patě, pak je možno vypočítat, na jakém sklonu svahu je při daném zatížení lyže nejrychlejší.

U KS je rovnost reakcí při zatížení lyže 42,5 kg. Uvažujeme-li, že lyžař váží 90 kg, představuje 42,5 kg kolmou složku síly na jednu lyži při sklonu svahu 19 st. Rozložení síly a vztah, podle kterého jsme počítali, je na obr. 4. Po dosažení do daného vztahu dostáváme:

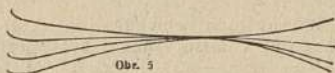
$$P_t = 90 \cdot 0,5 \cdot \cos 19 \text{ st.} = 42,5 \text{ kg}$$

U AS dochází k rovnosti reakcí při zatížení 24 kg, což odpovídá sklonu svahu 57 st., 50'.

Z uvedených výsledků je jasno, že KS je při váze lyžaře 90 kg nejrychlejší na svahu 18 st. a AS na 57 st. 50'. Při tom je jasné, že při sklonu 57 st. už konstrukce lyže rychlost nemůže ovlivnit, zatímco na sklonu 18 st. má vliv rozhodující.



Obr. 4.



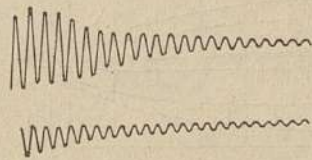
Obr. 5.

3. KMITÁNÍ LYŽÍ

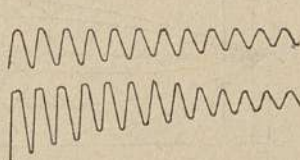
První dva druhy měření hodnotily statické vlastnosti lyží. Při jízdě však vzniká i kmitání, které ovlivňuje vedení stopy a stabilitu lyží. Při najíždění na terénní nerovnosti dostává se lyže do určitého kmitavého pohybu, který ovlivňuje rychlost jízdy, velikost nerovnosti a pružnost lyže. Při jízdě na tvrdé lyži nebo na takové, na které se náhle mění její průhyb, projeví se nájezd na nerovnost jako tvrdý náraz. Na měkké nebo

Obr. 6.

Obr. 8.



Obr. 7.



Obr. 9.

takové lyži, jejíž průhyb se mění plynule, je značná část energie nárazu pohlcena lyží a jen část se přenáší na lyžaře. Takto se chová lyže při nájezdu na první nerovnost. Protože sněhová podložka není nikdy ideálně hladká, udržuje se kmitání lyže v různé intenzitě po dobu celé jízdy. Lyže se tedy dostává do pohybu, který je znázorněn na obr. 5. Dosáhne-li kmitání velké rychlosti, ztrácí schopnost vedení stopy a jízda závodníka se stává nejistou a závodník musí vynaložit na udržení stability zbytečně mnoho energie.

Kmitání lyže bylo měřeno pomocí tenzometrů nalepených na lyži. Na obr. 6 a 7 je znázorněno kmitání středu při upevnění špičky a paty, na obr. 8 a 9 kmitání špičky, lyže byla od vázaní po patu upevněna.

Při srovnání kmitání špičky AS (obr. 8) a KS (obr. 9) vidíme, že špička AS je schopna vychylovat se méně od neutrální polohy; klade tedy velký odpor při nájezdu na terénní nerovnosti. Špička KS je schopna značného vychýlení od neutrální polohy; zůstává tedy déle ve styku se sněhem, což zaručuje její stabilitu a bezpečné vedení stopy.

Při porovnání kmitání středu lyže (obr. 6) a KS (obr. 7) vidíme, že KS je celkově tvrdší než AS. Při zhodnocení kmitání špičky i středu obou srovnávaných lyží je možno říci, že KS při najetí na nerovnosti daleko lépe pohlcuje nárazy a vede stopu než AS. To potvrzují i praktické zkušenosti.

V našem článku jsme rozebrali jen některé možnosti objektivního hodnocení kvality lyží. Uvědomujeme si však, že ke zlepšení kvality našich lyží může dojít jen na základě daleko všestrannějšího rozboru vlastností, které ovlivňují kvalitu lyží. Věříme, že tento krátký příspěvek bude pobídkou pro naše národní podniky, které lyže vyrábějí, aby se i tomuto problému zodpovědně věnovaly a nebyly spokojeny zatím nedostatečnou kvalitou závodních lyží.

KDO JEŠTĚ NEPOŽÁDAL?

SPORTOVNÍ KLASIFIKACÍ ZA ZVYŠOVÁNÍ ÚROVNĚ ZÁVODNÍHO LYŽOVÁNÍ

Letní měsíce jsou vhodnou dobou k hodnocení činnosti lyžařských oddílů i lyžařských sekcí za uplynulé období. Zamysleme se nad tím, jak lyžařské složky pomohly k rozvoji lyžování a jak lyžařské soutěže a závody přispěly ke sportovnímu mistrovství našich závodníků. Jedním z nejlepších prostředků, který umožňuje hodnotit úroveň výkonnosti a kvalitu učebně výchovné práce cvičitelů a trenérů, sportovních oddílů a sekcí, je počet platných a nově získaných výkonnostních tříd. Přesto jim stále není věnována taková pozornost, jak si v dlouhodobém učebně výchovném procesu zaslouhují.

Význam výkonnostních tříd byl podtržen i v letošních mistrovských a přebornických soutěžích, pro něž je předepsáno splnění limitu I. VT. Zásada přísné výběrovosti pro vrcholné soutěže bude zachována i v příštím roce. Avšak nejde jen o první výkonnostní třídu, ale i o druhou a třetí i o výkonnostní třídy mládeže. Vždyť podmínka výkonnostních tříd bude v příštím roce rozšířena i na krajské přebory.

Nyní, kdy závodníci se připravují na příští hlavní období, je zapotřebí, aby si uvědomili, že jsou povinni skládat účty ze své činnosti a na základě dosaženého výkonu v lyžařských závodech žádat o udělení výkonnostní třídy, která jim dává právo zúčastnit se výběrových lyžařských závodů v příštím roce.

Výkonnostní třídy uděluje:

- I. výkonnostní třídu ústřední sekce lyžování,
- II. výkonnostní třídu a I. a II. výkonnostní třídu mládeže — krajské sekce,
- III. výkonnostní třídu — okresní sekce lyžování.

Lhůta pro požádání o udělení výkonnostní třídy končí 31. října každého roku — neotálejte a požádejte o udělení třídy již nyní.

F. TÁBORSKÝ
předseda ústř. sport. technické komise

PLEVELOHUBNÉ LÁTKY POMOHOU PŘI ÚPRAVĚ SJEZDOVÝCH TRATÍ

JIRÍ VACEK

Nejvíce obtíží při udržování bezpečnosti a čistoty sjezdových tratí způsobuje borůvka a malina. Trsy borůvky stejně tak jako maliní vytvářejí často souvislý koberec, a ten je příčinou, že se napadaný sníh nedostane až na zem. Na povrchu těchto trsů pak vznikají pro lyžaře velmi nebezpečné sněhové polštáře a na jaře nebo při oblevách v zimním období ztrácejí tato místa předčasně sníh. Podobným nebezpečím se mohou stát i husté nálety smrku. Často musíme odstraňovat i jednotlivé výmladky listnáčů. Nežádoucí buřeň se dosud vysekávala starými kosami. Tento způsob je nevhodný, neboť se musí každoročně opakovat, poněvadž statá buřeň vyrostе v příštím vegetačním období znovu, často ještě s větší intenzitou. V lesnické praxi se již běžně a s úspěchem používá k hubení buřeň chemických látek — herbicidů. Chemickým ošetřením je totiž možno na mnoho let zničit nežádoucí buřeň jednorázovým zásahem. Proto je tento způsob proti mechanickému zásahu ekonomicky výhodnější a určité se osvědčí i při úpravě našich sjezdových a slalomových tratí.

Je nutné si ale uvědomit, že většina běžně používaných herbicidů nezničí jenom nežádoucí buřeň, ale i ostatní půdní pokrýv, a tím může být snadno způsobena našemu národnímu hospodářství nenahraditelná ztráta v podobě zvýšené erozivní činnosti. Toto nebezpečí stoupá s nadmořskou výškou, sklonem terénu a geologickým podkladem. Nad horní hranici lesa už rozhodně nesmí být chemický zásah prováděn celoplošně. Hubení přichází ovšem nejčastěji v úvahy v nadmořské výšce od 700 m n. m. do 1300 m n. m. Svahovitost terénu je další činitel, který ovlivňuje nebezpečí sesouvání a odplavování půdy. Na »padácích« rovněž nelze asanovat celoplošně, ale v pruzích vedených po vrstevnici (obr. B). I když většina našich sjezdových a slalomových tratí byla vyjmuta z lesníky obhospodařovaného komplexu jako půda určená k trvalému odlesnění, je nutné o plánovaném chemickém zásahu včas vyrozumět vedoucího příslušného lesního závodu. Zásah je nutno provést po dohodě a podle pokynů školeného pracovníka pro práci s herbicidy.

Z dosažitelných herbicidů je nejvhodnější použít Agrion. (Sodná sůl kyseliny 2 až 4 dichlorfenoxyoctové.) Je to světlý krystalický prášek snadno rozpustný ve vodě. Patří do skupiny selektivních organických herbicidů, které toxicky působí jen na dvouděložní buřeň, v našem případě tedy pouze na borůvku, malinu a ostatní byliny, zatímco buřeň jednoděložná (traviny) zůstane nepoškozená. Zatravnění sjezdových tratí je naším konečným cílem a využití selektivní schopnosti Agrionu současně podstatně snižuje výše zmíněné nebezpečí půdní eroze, poněvadž půda není ani dočasně zbavena veškerého pokryvu.

Potřebná dávka Agrionu na borůvku je 8 až 10 kg/ha, na malině 12 až 15 kg/ha.* Aby bylo dosaženo žádoucího účinku, je ovšem třeba dodržet několik zásad.

Postřik musí se uskutečnit v době, kdy se nežádoucí rostlina ještě vyvíjí, poněvadž v té době je nejcitlivější. Předpokládané vhodné období je ve vyšších nadmořských výškách od druhé poloviny května do poloviny června. V této době na horách buřeň ještě nekvete, takže také nehrozí nebezpečí včelám. Účinek tohoto herbicidu je nejvyšší za tepla a mírně vlhkého počasí při teplotách 20 až 24° C, kdy se vadnutí listů projevuje již po několika hodinách. Dobu k postřiku nutno volit tak, aby nejméně 24 hodin po aplikaci nepršelo. Vítr působí nepříznivě, ztěžuje rovnoměrné zapravení herbicidu.

Herbicid musí být zapraven rovnoměrně po celé ploše. To se provádí buď poprašováním, anebo postřikem. Stejněměrně rozpráší dávku 0,8 až 1,5 g na jeden čtvereční metr je i při použití suchých rozprašovačů (písek, hlína a pod.) velmi obtížné. Proto se zapravení běžně provádí postřikem. S ohledem na

svahovitost terénu je nejvýhodnější postřikovat ruční tlakovou stříkačkou o obsahu 20 l. Ještě před vlastní prací v terénu vystříkáme jednu náplň stříkačky s vodou, abychom zjistili, jaká je její kapacita, to jest kolik m² se postříká jednou náplní použité stříkačky. Zjištěný počet m² násobíme zvolenou dávkou herbicidu a podle toho navážeme vypočítané množství, přespeme do libovolné odměrky (skleničky, kelímku apod.) a ryskou poznamenejeme, kolik herbicidu je třeba rozpustit v jedné náplni.

Postup postřiku v terénu je následující. Jeden pracovník stříká, zatímco druhý přenáší stříkačku a udržuje rovnoměrné tlak. Další pomocníci se pak starají o dopravu vody. Herbicid zapravujeme tak, že chodíme po vrstevnici a stříkáme podle délky násadce a rozprašovače pruh široký 1,5 až 2 m (obr. A). Buřeň musí být před zahájením práce suchá. Při šíři našich sjezdovek nám totiž postřikovaný pás, než dojdeme zpět, nezaschne, takže máme podle toho, co je mokré, kontrolu, kde bylo stříkáno. V širších slalomových loukách při celoplošném postřiku je dobré si terén rozdělit na menší pracovní pole. Stačí rohy označit, zapíchanými větvemi anebo ještě lépe několika slalomovými tyčemi (obr. C).

Agrion nepatří mezi herbicidy, které jsou lidskému zdraví vyloučeně nebezpečné, ale přesto je nutné při práci zachovávat bezpečnostní předpisy. Ti, kteří provádějí postřik, musí být oblečení ve starý oděv, který je možno snadno vyprat. Musí být obuti do gumových holínek a opatření gumovými rukavicemi a brýlemi na oči. (Možno použít i staré lyžařské nepromokavé rukavice a k ochraně očí plně vyhovující sjezdařské brýle.) Potřísněnou pokožku stačí opláchnout čistou vodou a po ukončení práce umýt v teplé vodě a mýdlem. Zasažené oči se musí ihned vymýt čistou vodou. Kdyby se dostal do oka práškový Agrion, nutno po dokonalém vymytí vodou ihned vyhledat lékařské ošetření.

Agrion v plechových krabicích o obsahu 1 kg nebo 4 kg, případně vážený možno koupit v okresních anebo krajských skladech zemědělského zásobování. Cena podle velikosti balení asi 8 Kčs za kg. Všude bude pravděpodobně položka za nákup herbicidu představovat největší vydání, poněvadž věřím, že asanační provedou brigádníky sami sjezdaři ve vlastním zájmu. K celoplošné asanační 1 ha zabuřené plochy je třeba na sjezdovku dopravit asi 1000 l vody a vlastní postřik trvá dvěma pracovníkům 32 hodin. Máme ovšem málo sjezdových tratí, kde bude nutné asanovat větší plochu než 1 ha; většinou se jedná o likvidaci místně rozložených trsů a jen výjimečně větších souvislých ploch borůvek anebo malin. V blízkosti sjezdovek jsou dnes téměř všude postaveny vleky, takže doprava vody a pomocného materiálu nemusí být problémem.

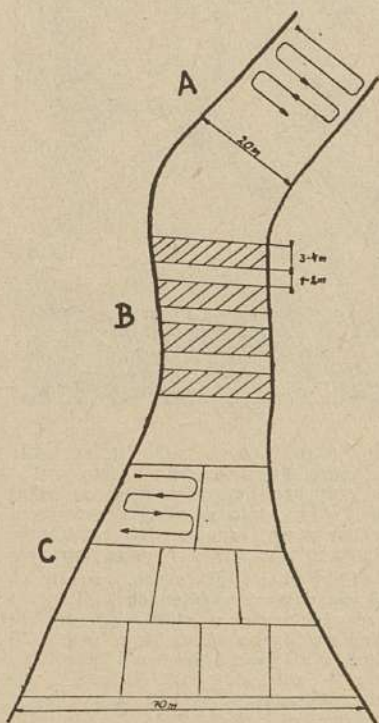
Poslední zimy velmi chudé na sníh nutí k přemýšlení, jak prodloužit dobu, kdy se dá na našich tratích »naplno« bezpečně trénovat. Dokonalá úprava povrchu sjezdových tratí chemickým ošetřením je jednou z mála možných cest a je třeba jí plně využít.

Způsoby ošetření celoplošné zabuřené části sjezdové tratě

A — normální pracovní postup při šíři sjezdovky do 20 m

B — šrafované pruhy se chemicky ošetří. Zbývající plocha může být stříkána až po zpevnění okolní půdy trávinným pokryvem

C — rozdělení na pracovní pole



* Dávky Agrionu i chlorečnanu jsou proti údajům v literatuře úmyslně vyšší.



SPORT — TO JE MÍR!

J. A. Gagarin, hrđina SSSR, letec kosmonaut a zasloužilý mistr sportu, řekl na 59. zasedání MOV:

Sport se stal nedílnou součástí života miliónů lidí na zemi. Právě tak jako literatura a film, divadlo a výtvarné umění, zaujímá i sport v životě všeho lidstva významné místo. Jak vidět, stal se sportovní termín »rekord« obecným pojmem lidí všech povolání, lidí rozdílných politických přesvědčení. Letí-li raketa do velkých nebeských dálek, je-li těžena tuna uhlí nad plán, je-li dosaženo nové výše sportovního výkonu — to vše jsou činy člověka a pro člověka.

A každý bude se mnou jistě souhlasit, že lidé, nechtějí žít kdekoli na naší planetě, pokud se chtějí oddat náruživostem boje, pak jen ve sportu, a chtějí-li boj vidět, pak jen na sportovních hrđištích, samozřejmě se smíchem od srdce a s jasným pohledem — to je to, co sport člověku dává.



Olympijskému výboru patří dík a chvála za podporu, kterou rozvoji sportu poskytuje. Přál bych si, aby toto zasedání v Moskvě se stalo důležitým mezníkem v dalším rozvoji sportovních vztahů při zesílené roli sportu v boji za mír.

A věřte mi, že při svých cestách po světě, na cestách vzdálených i blízkých, do různých zemí a států, při setkání s lidmi rozličného věku, jsem viděl a cítil sílu, s níž jsou spjaty nejlepší ideály lidstva — mír, přátelství, duševní a fyzická dokonalost člověka. Tato síla je také sport.

KANADA

Kanadští lyžiari sa s plnou vážnosťou pripravujú na usporiadanie zimných olympijských hier 1968 a veria, že im usporiadanie bude pririeknuté.

Na zasadnutí zjazdovej a slalomovej komisie FIS 9. 2. 1962 v Chamonix osobitná delegácia informovala o situácii samozrejme prevažne smerom k možnostiam dobrého usporiadania zjazdových disciplín ZOH.

Zimné olympijské hry chcú usporiadať v zimnom stredisku Banff pri Calgary v západnej časti Kanady. Samotné miesto zjazdových disciplín má byť vzdialené len 15 min. od olympijskej dediny. Trať pre zjazd žien a obrovský slalom mužov je už vo výstavbe na základe doporučení člena Z/S komisie s. Ziobrziňského, ktorý navštívil Banff po ZOH v Squaw Valley. Do úprav už bolo investované 340 tisíc dolárov. Jeden výťah je postavený a ďalšie dva sa pripravujú.

Zjazdová trať pre mužov je vzdialená asi 35 min. od Banffu a je prístupná po modernej štvortratovej autostráde. Trať je dlhá 3 km s výškovým rozdielom 915 m. K cieľu vedie cesta a plánuje sa vybudovať ju až na štart, a to už v roku 1964. V cieľi budú vybudované parkovišťa a osobitné budovy na štarte. Popri cieľi zjazdovky vedie spojovací kábel cez celú Kanadu, takže o dobré spojenie nebude núdza. Ani so snehom nebudú trampoty, ako sľubujú organizátori, pretože za posledných 50 rokov boli len jedny preteky odrieknuté, a to — pre príliš veľa snehu a zimu. Nie ani div, veď Banff leží na 50° severnej šírky vo výške 1450 m nad morom.

Pokiaľ ide o ubytovanie, zatiaľ je v Banffe možné ubytovanie pre 11 000 osôb. Ak by však ZOH boli priradené Kanade, sľubujú kapacitu podstatne rozšíriť o ďalšie nové moderné hotely.

-Mr-

RAKOUSKO

Při průzkumu běžeckých tratí v Seefeldu jsem položil dvě otázky prof. F. Rössnerovi, odpovědnému pracovníku Rakouského lyžařského svazu.

Jaké výsledky očekáváte na olympijských hrách od sjezdářů?

»Je samozřejmě, že uděláme vše pro to, abychom měli co nejlepší výsledky, zejména ve sjezdových disciplínách. Nebude to lehké opakovat letošní vítězství Francouzů i někteří další jednotlivci z ostatních zemí podali letos vynikající výkony, i když ne přímo v Chamonix. Malé změny v jejich tréninku mohou přinést potřebné zlepšení. Největší konkurenti budou Francouzi. Jistě se poučí z letošní zimy a pokusí se vyladit vrcholnou formu v pravý čas, tj. při soutěžích v Innsbrucku.

Nyní je rozhodující všestranný trénink směřující nejen ke zvýšení a vstuptňování rychlosti a rychlosti ve vytrvalosti, ale také ke zlepšení psychických vlastností, jako je koncentrace a rychlá reakce. Dávkování v létě musí být takové, aby závodní forma neustále stoupala a aby se nespotebovávala.

Jaké jsou naděje v klasických disciplínách?

»Ve skocích bychom chtěli na domácí půdě dosáhnout to, co se nepodařilo

v Zakopaném. I když Egger a Leodolter budou starší, máme řadu dobrých nástupců v mladé generaci.

V závodě sdruženém mimo Köstingera máme další dva nadějně závodníky, W. Haigenhausera a F. Scherübelu. Do roku 1964 se mohou všichni zlepšit a zasáhnout do boje o medaile.

V běžeckých disciplínách máme jen jednoho dobrého běžce — Andrea Janca. Ostatní jsou slabší. Takže budeme mít určité potíže se sestavením dobré štafety 4X10 km. Věříme, že se jeho forma do olympijských her zlepší a že se již příští zimu dostane mezi nejlepší Středoevropany. V posledních letech úroveň běhu byla u nás nízká, ale jdeme postupně s výkonností nahoru. V ženách máme jen jednu výkonnou závodnici H. Ludwиковou a sestavení ženské štafety bude pro nás velkým problémem.

Z tohoto rozhovoru vidíme, že i v Rakousku se prosazují klasické disciplíny, které až dosud byly ve stínu úspěchů sjezdářů. Terénní i sněhové podmínky jsou zde příznivé a systematická práce a celoroční trénink, který se úspěšně zavádí, přinesou jistě další zlepšení.

V. PÁCL

NORSKO

Na konci letošní zimy uspořádali Norové zajímavou běžeckou soutěž »Trönderkarusellen«. Je to jakási etapový běžecký závod na několika místech. 23. dubna v Meraker — 12 km, 25. dubna v Selbu — 8 km, 26. dubna v Oppdalu — 9 km, 27. dubna v Rindalu — 9 km a 28. dubna v Lensviku — 9 km. Hodnotilo se umístění na prvních šesti místech podle olympijského bodování. Celkově zvítězili: 1. A. Tiainen (Fi) s 25 body, 2. R. Hjermsstad (Nor.) s 22 body, 3. H. Gröningen (Nor.) se 14 body, 4. A. Rönnlund (Šv.), s 13 body, 5. M. Lundemo (Nor.) s 11 body a 6. R. Persson (Šv.) se 7 body.

ŠVÉDSKO

Švédové dosáhli na MS 1962 výrazného úspěchu. S výjimkou běhu na 30 km vyhráli všechny běžecké disciplíny mužů. Od roku 1955 byl Sixten Jernberg uznáván za »krále lyží« Švédska a snad i světa. Vyhrál v Zakopaném tradiční běh na 50 km, který předtím vyhrál v Cortině v roce 1956 a v Lahti v roce 1958. Jernbergovi je 33 let a pro ZOH 1964 s ním Švédové již nepočítají. Švédský lyžařský svaz však má rovnocennou náhradu. Je tu řada vynikajících běžců, z nichž na prvním místě je nutno jmenovat nejspěšnějšího běžce na letošním MS — Assara Rönnlunda. Před krátkým časem odpověděl Rönnlund novinářům na několik otázek, z čehož vyjímáme:

Vzorem mu byli jeho odřiloví kamarádi Martin Lundström a Gunnar Karlsson, nejvíce ovšem Mora-Nisse. Na otázku, kdo na něj kdy udělal největší dojem, odpovídá: »Nejvíce na mne zapůsobil Fin Mäntyranta v Rovaniemi při závodě na 15 km. Předběhl mne a prostě mi utekl ve stopě. Slo o těžkou trať a neměl ani dobře namazáno. Bylo to neuvěřitelné a nemožu do dnešního dne pochopit, jak mohl vyvinout tu fantastickou rychlost.« Rönnlund trénuje po celý rok, v létě zpravidla 4 dny, na podzim 5 dnů v týdnu. Po každé běhá tratě 15—40 km dlou-

hé, delší trať běhá jen o nedělích. Cvičí s činkami i napínacími péry. Na lyžích běhá od napadnutí prvního sněhu denně zpravidla 30 km. Začíná mírně a po třech týdnech bývá fyzicky natolik připraven, že může přejít k rychlostnímu tréninku; pak se stává, že běží jen 15 km, ovšem ve velmi ostrém tempu.

Svédský lyžařský měsíčník uveřejnil zajímavou statistiku. Je to přehled účasti na závodech nejlepších švédských běžců Assara Rönnlunda a Sixtena Jernberga.

Několik poznatků: A. Rönnlund se zúčastnil v zimě 1961—1962 do 28. dubna 47 závodů. V těchto závodech uběhl 953 km, 23krát zvítězil, 13krát byl na druhém nebo třetím místě. Nejhorší umístění: jednou na 9. a jednou na 12. místě. Termíny prvních závodů (v závorce délka trati): 4. 11. 1961 (6 km), 17. 12. (18 km), 27. 12. (15 km); před mistrovstvím světa: 23. 1. 1962 (13 km), 28. 1. (30 km), 30. 1. (15 km), 1. 2. (3krát 10 kilometrů), 3. 2. (50 km), 7. 2. (15 km), 9. 2. (10 km) a další závod 18. 2. na mistrovství světa. Poslední závody 23. 4. (20 km), 25. 4. (8 km), 26. 4. (9 km), 27. 4. (9 km) a 28. 4. (9 km). Převážnou část závodů absolvoval doma ve Švédsku. V zimě 1960—1961 absolvoval 35 závodů, z toho 21 vyhrál.

S. Jernberg se zúčastnil do 24. 4. tohoto roku 35 závodů, z toho 11 vyhrál a 8krát byl na druhém nebo třetím místě. Nejhorší výsledky: 2krát na 7. místě a jednou na 10. místě. V soutěžích uběhl 816 kilometrů. V zimě 1960—1961 měl 38 závodů, z toho 11 vyhrál, a v zimě 1959—1960 měl 35 závodů a zvítězil v 19. Rozložení soutěží je podobné jako u Rönnlunda. Závodění zahájil o něco později 26. 12. 1961 (21 km), 30. 12. absolvoval 17 km a 1. 1. 1962 18 km.

Velký počet závodů během jedné zimy absolvují i další vynikající severští běžci. Tato skutečnost by měla vést k rozboru situace účasti našich reprezentantů na soutěžích. Zdá se, že začínáme pozdě závodit, ale hlavně nevyužíváme druhou polovinu března a duben, kdy také bývají příznivé sněhové podmínky.

BULHARSKO

Není to tak dávno, kdy na světových soutěžích se jméno bulharských lyžařů vůbec neobjevovalo. V Zakopaném jejich jména byla ve všech startovních listinách. O tom, jak se rozvíjí lyžařský sport v Bulharsku, nám pověděl trenér národního družstva Stanoj Stanojev.

»Je to až k nevíře. V Bulharsku jsme měli možnost jezdit na sněhu před mistrovstvím světa jen jeden měsíc. A přece naše největší chloubna Krestana Stojanova získala cenné umístění. Je jí teprve 20 let a lyžuje 4 roky. Je to talent. Má bohatý fyzický fond, kterého dosahuje celoročním tréninkem: lehkou atletikou, gymnastikou, plaváním, veslováním i kácením dřeva. Pochází z vesnice v Rodopech, poblíž Pirinu u tureckých hranic. Nyní studuje na tělovýchovném institutu v Sofii. Jejimi trenéry byl tři roky Petr Nikolov a nyní vedoucí lyžařské katedry na Institutu Ivan Stašov. Do mistrovství světa měla pět startů na lyžích. Bohužel v ženách nemáme zálohu. Máme několik dorostenek, ale ty jsou zatím ještě slabé. U mužů máme zálohy, ale výkony ještě nejsou tak významné. Věříme, že teprve přijdou. K nadějím patří Boris Očuškin, který umí dobře střílet a specializuje se na biathlon. Štefan Hitkov je naše druhá naděje. Výraznější úspěchy mohou oba dosáhnout až na olympijských hrách 1964.



NDR Lyžaři NDR dosáhli v této zimě zejména ve skoku a v běhu žen řadu vynikajících mezinárodních výsledků. Základem úspěchů je celoroční trénink a dobrá práce trenérů. Na obrázku vidíme, že v létě je věnována velká pozornost napodobivým cvičením bez holí i s holemi. Snímek je z tréninku dorostenců Dynama Klingenthal.

V naší zemi patří lyžování stále ještě k mladým sportům. Proto i do Zakopaného jsme se přijeli učit. Nejlepší jsou sovětské závodnice, které mi připadají jak tanečnice na lyžích. Mají výbornou techniku a jsou fyzicky i funkcionálně zdatné. Pak bych zařadil za nimi Finky, kterým chybí jen více fyzické zdatnosti. Švédky jsou fyzicky dobré, ale jejich technika má ještě mezery.

Z mužů se mi nejvíce zamlouvá Jernberg. Má ohromnou sílu, houževnatost a dokonalou techniku. Roste od závodů k závodům. Jeho výkony jsou výsledkem celoročního tréninku. Snese velkou námahu a při stoupání je taktický a energický. Fin Mäntyranta je podobný typ běžce. Při svém mládí má před sebou velké možnosti. Sovětským běžcům chybí speciální rychlost. Překvapení mistrovství světa — De Florián — má výbornou techniku, vyhrál také pohár Kurikala, podobně jako naše Stojevová.

Lyžaři NDR se stále lepší. Je to jistě dobrou celoroční přípravou. Zejména ženy jdou nahoru. U polských lyžařů nebyly takové výsledky, protože nemají ještě dokonalou techniku.

Očekával jsem, že českoslovenští lyžaři dosáhnou lepších výsledků. Rozhodně měli lepší podmínky v přípravě než naši bulharští závodníci.«

dp

ITÁLIE

V letošním roce se konal X. ročník zajímavého mezinárodního závodu o Pohár »Mettolo Castellino«, byl vypsán v kategoriích 2členných hlídek — vojenských — pro závodníky bydlící ve výšce nad 600 metrů a pro závodníky bydlící ve výšce pod 600 m. Jedná se o běh na 30 km z Certosa di Pessio (859 m n. m.) přes několik horských přechodů. Nejprve se od startu musí překonat výškový rozdíl 1366 m na

přechod ve výšce 2225 m, dále je sjezd a po něm následuje výstup 265 m do výše 1911 m a opět sjezd následovaný výstupem 230 m do výše 2092 m a odtud sjezd do obce Baracco (884 m n. m.) nebo No-reo (662 m n. m.). Dosud nejlepší dosažený čas byl 2:18,42 hod.



Zničený byt pomůže obnovit sdružené pojištění domácnosti. Zahrnuje i náhrady škod z krádeže vloupáním a loupeže, z krádeže kol a dětských kočárků.

Podrobnosti sdělí každý náš inspektorát.

STÁTNÍ POJIŠŤOVNA

Z ODDÍLŮ A SEKCI

PLNILI — PLÁN VŠAK NESPLNILI

Komise základního lyžování při krajské sekci lyžování v Č. Budějovicích hodnotila plnění odznaku »Lyžař ČSSR« ve svém kraji. Celostátním aktivem byl dán Jihočeskému kraji úkol — splnit celkem 4500 odznaků »Lyžař ČSSR«. Tento úkol byl téměř splněn a snad mohli být i přeročeni, kdyby i v Písku a Strakonici splnili směrná čísla.

Nejlepšího výsledku dosáhli v Č. Budějovicích, kde ze stanovených 655 odznaků bylo splněno 1322 odznaků »Lyžař ČSSR«. Dobře pracovali i v Č. Krumlově, kde splnili z 220 stanovených 560 odznaků. Celkem bylo získáno v Jihočeském kraji 4417 odznaků. Snahou komise základního lyžování bylo získati další cvičitele. I zde bylo dosaženo dobrých výsledků. Díky letošní době sněhové sezóny vyškolili ve dnech 9. až 12. 3. na Kubově Hutí 25 frekventantů, z nichž 19 složilo zkoušky výborně.

V současné době pracuje aktivně v Jihočeském kraji 90 cvičitelů základního lyžování, z nichž bylo 19 vyškoleno letos. Jihočeši však nemohou být s tímto číslem spokojeni, neboť stále vzrůstající zájem o lyžování mezi naší mládeží bude vyžadovat školiti další cvičitele, aby i lyžování pomohlo realizovat v době své zimní sezóny »jednu hodinu tělovýchovy mládeže denně«.



V lednu letošního roku se uskutečnil I. ročník klasifikačního závodu v obřím slalomu »O horské květy Zdeňka Pelce«. Pátého června 1962 to byl rok, co nás Zdeněk Pelc, učitel ve Vrchlabí, navždy opustil. Zdeněk Pelc byl dlouholetým trenérem I. třídy v lyžování, členem a instruktorem Horské služby, bývalým členem státního reprezentačního družstva sjezdářů, později členem sjezdové komise krajské a ústřední lyžařské sekce a zakladatelem sportovní základny ve Vrchlabí.

Byl jedním z nás. Člověk s lidskými chybami, které máme všichni, ale současně i s mimořádnou láskou k horám a našemu lyžování. Měl rád svoje Krkonoše, měl rád všechny lyžaře a hlavně pak závodníky. Jako trenér v lyžování nám vychoval mnoho přeborníků a mistrů ČSSR. Přestože z lyžování to byly především sjezdové disciplíny, propagoval, že absolutní přeborník či mistr ČSSR v lyžování by měl být vítězem čtyřkombinace. Ve výchově mládeže měl největší úspěchy v žactvu na závodech v Klingenthalu v NDR a i u nás na přeborech okresu, kraje i republiky.

Vzpomínáme-li dnes znovu na jeho práci, máme radost, že se nám podařilo za obtížných podmínek uspořádat I. ročník závodu, který je věnován jeho památce. Činovníci pak měli radost z dobře vyko-

nané práce. Východní svah Žabiho ožil 21. ledna naší omladinou, ožil našimi sjezdáři, kteří se nedali odradit vytrvalým deštěm a společně s občany Herlíkovic a činovníky závodu vytvořili prostředí přímo prochnuté elánem a nadšením. Dvě stě šedesát startujících závodníků a závodnic vzdalo první počtu Zdeňkovi Pelcovi a dali tak základ závodu, který bude každoročně na jeho počest pořádán.

ŘEKLI NÁM V OLEŠNICI

Sport se nám zde daří, zvláště u mládeže. I když jsme v dosti zapadlém koutu republiky a dalo by se říci, že tu můžeme klidně spát, protože nás nikdo nevidí, je tomu právě naopak. Jsme velkými vyznačeni fotbalového míče v létě a lyží v zimě.

A ty lyže? To víte, jsme v horách a jsou tady pro tento sport velmi příznivé podmínky. Je pravda, že mládež podniká výlety na lyžích, a to velmi často. Dospělí však již méně. Máme možnost jezdit přímo zde, v Olešnici. Tady jsou však terény více běžecké než sjezdářské. Děti milují rychlost a odvahu, proto tu máme více sjezdářů. Z toho důvodu jezdíme na Deštnou, kde jsou pro sjezdářské disciplíny mnohem lepší podmínky. Je tam pěkná sjezdovka i pěkná lanovka. Zde, v Olešnici, by také bylo vybudování lanovky možné, a to na Vrchmezi. Bohužel není pro toto pochopení, hlavně ze strany MNV. Vzdýt při školské a kulturní komisi nebyla vytvořena komise pro sport a tělovýchovu, přestože máme se školní mládeží tak pěkné výsledky.

Zájem o lyžování je u mládeže veliký. I. kola SHM se v loňském roce zúčastnilo 80 % žáků školy. III. kola 30 žáků, kteří se všichni umístili na předních místech. Máme také řadu nositelů odznaku Lyžaře ČSSR.

Nemyslete si však, že se zaměřujeme pouze na lyžařinu. Kdo chce v zimě jezdit, musí se poctivě připravovat celý rok. Všichni lyžaři plavou. Splnili podmínky Plavec ČSSR. Nositelů odznaku zdatnosti je o něco méně, celkem 35, ale není to nejhorší, když si uwešdomíme, že na škole máme 46 žáků 6. až 9. ročníků. Tu to zimu se žáci zúčastnili všech lyžařských disciplín, které byly v SHM pořádány.

KDYŽ NEPRŠÍ, ALESPOŇ KAPE

Tělesná výchova a sport stále více pronikají do našich závodů. Národní podnik Nářadí, který pořádá Sportovní hry, umístil finále lyžařské soutěže do Vrchlabí. Místní závod se zhostil úkolu pořadatele velmi dobře. Soudruzi Kobr a Lízner vybrali dobré tratě jak pro běh, tak pro sjezd. Stovka závodníků, kteří přijeli z českých i moravských krajů, se snažila o nejlepší výkony. Vítězný vyšli závodníci pořadající továrny. Vždyť mají pro lyžařský sport ty nejvhodnější podmínky ze všech.

Výsledky: Sjezd ženy: 1. Kormüllerová 1:39,7 min., 2. Štěpánková 1:45,5 min., obě Vrchlabí, 3. Lejčková, Praha. — Sjezd muži: 1. Hank 57,2 vt., 2. Zimr 57,7 vt., 3. Nývlt 58,5 vt., všichni Vrchlabí. — Běh na 3 km ženy: 1. Ždárková 27:50 min., Vrchlabí, 2. Zikmundová 28:59 min., Praha, 3. Kuchařová 29:26 min., Vrchlabí. — Běh na 5 km muži: 1. Hanuš 27:20 min., 2. Finger 31:11 min., 3. Vaníček 31:23 min., všichni Vrchlabí.

O CENU PECE POD SNĚŽKOU

V březnu se jel v Peci pod Sněžkou dnes již tradiční závod žactva a mladšího dorostu v obřím slalomu za účasti 140 závodníků Východočeského, Středočeského a Severočeského kraje. Na trati dlouhé 1000 metrů s výškovým rozdílem 280 metrů bylo vtyčeno 30 kontrolních bran. Trať byla výborně upravena, takže i poslední závodníci jeli na naprosto regulérní trati. Výrazně se opět projevila dobrá celoroční příprava družstva žáků a žáků z Pece pod Sněžkou, vedeného obětavým pracovníkem s mládeží s. Vořechovským, kteří získali všechna první místa.

Závodu se zúčastnili pro mimořádné schopnosti i tři šestiletí závodníci z přípravného družstva Slovanu Pec pod Sněžkou, a to Zbyněk Vořechovský, Ivan Sochor a Alena Uhrová. Je pozoruhodné, že závodníci ze Slovanu Pec pod Sněžkou dosahovali časů lepších než jejich starší soupeři.

Technické výsledky:

Žákyně mladší: 1. Vlasta Uhrová, 2.—3. Ivana Šormová, Alena Glasrová (všechny Sn Pec). **Žákyně starší:** 1. Milka Kubíková, 2. Hana Luczková (obě Sn Pec), 3. Hana Jarolímková (Jiskra Dvůr Králové). **Žáci mladší:** 1. Miroslav Sochor, 2. Ivan Hofman (oba Sn Pec), 3. Josef Šobek (Jiskra Ml. Buky). **Žáci starší:** 1. Pavel Hofman (Sn Pec), 2. Jiří Zábójník (Jiskra Ml. Buky), 3.—4. Karel Haas (Sn Pec) a Robert Votický (Slávia Žižkov ÚRO). **Dorostenky ml.:** 1.—2. Jaroslava Bubeníková a Naďa Dintrová (obě Sokol J. Lázně), 3. Saša Schnellerová (Lok. Trutnov). **Dorostenci ml.:** 1. Václav Macháček (Jiskra Ml. Buky), 2. Jaroslav Vácha (Sokol J. Lázně), 3. Luděk Brát (Sn Pec).

LYŽOVÁNÍ NA VYSOKÝCH ŠKOLÁCH

je sportem, kterému se věnuje hodně péče a který má širokou základnu. Na ZVK — zimních výchovných kursech — téměř každý posluchač prodělá základní výcvik. Ti, kteří se chtějí věnovat tomuto sportu, mohou dále cvičit a trénovat v oddílech lyžování, které jsou vedeny odborníky — asistenty tělesné výchovy. Od roku 1957, kdy ministerstvo školství uskutečnilo první přebory vysokých škol v lyžování na vysokých školách, získalo na kvalitě. Kurzy jsou ukončovány závody v běhu a ve slalomu v rámci závodů SHM. Nejlepší postupují do přeboru školy, který na některých vysokých školách má vysokou úroveň. Přeboru Karlovy university se například zúčastní řada závodníků I. výkonnostní třídy z několika škol.

Další postupnou soutěží je oblastní přebor, ze kterého se v Čechách, na Moravě a na Slovensku vybírají závodníci do celostátní soutěže Univerziády, která je každý liché rok, anebo do akademického mistrovství, které je každý sudý rok. Podle výsledků této soutěže a na mistrovství ČSSR je určováno akademické družstvo, které reprezentuje ČSSR na mezinárodních Univerziádách. V roce 1960 byli naši akademičtí reprezentanti v Chamoniix a letos se zúčastnili Univerziády ve Švýcarsku.

Závodníky a funkcionáře na vysokých školách čekají v nejbližších letech velké úkoly — zkvalitnit ještě více všechny soutěže a snad i připravit podmínky pro mezinárodní Univerziádu 1964 u nás.

Do rubriky z oddílů a sekcí přispěli: B. Burian z Č. Budějovic, J. Ilavský z Bratislavy, J. Jirsa z Prahy, J. Petřík z Vrchlabí, M. Uher z Janských Lázní a O. Zahradníček z Ostravy.



PRÁCE S MLÁDEŽÍ VE VŽKG

Po ukončení zimní sezóny hodnotila komise mládeže lyžařského oddílu TJ VŽKG v Ostravě splnění úkolů, které si naplánovala na podzim minulého roku. Lyžařští cvičitelé J. Bardel, B. Koudelka, J. Michalík, F. Olšaník, A. Sajnar, Č. Zahradníček a R. Hajtíček svému slovu dostáli. Uspořádali pro mládež v prosinci večer lyžařských filmů a suchý slalom na Haldě. O pololetních prázdninách zorganizovali V. běh »Lyžařské školy mládeže«, kterého se zúčastnilo 32 žáků a týden se svými cvičiteli pilně cvičilo za výborných sněhových podmínek. Po celé zimní období průměrně 10 žáků každou neděli jezdilo na lyžařské zájezdy. Na pět různých žákovských závodů byli vysláni ti nejlepší, například Seiler, Studnický, Holín, Klimeš, Filípec.

Komise mládeže také uspořádala I. ročník »Jarního slalomu mládeže« o putovní pohár. Absolutním vítězem a držitelem putovního poháru na rok 1962 se stala starší žačka Veličková z Frýdku-Místku.

Co se jim nepodařilo splnit beze zbytku, bylo vlastní pravidelné cvičení mládeže — nebylo uskutečněno pro nedostatek tělocvičen. Na doporučení jednoty však navštěvují žáci cvičení ZTV.

SUMAVSKÉ HORY PŘITAHUJÍ

V Jihočeském kraji má nejlepší sněhové podmínky a tím také předpoklady pro čilý a bohatý zimní sportovní život pohraniční okres Prachatice. Příznivé sněhové podmínky spolu s nadšením dobrovolných pracovníků pomáhají k rozvoji lyžařství, které získává stále nové členy a příznivce.

V samotném prachatickém okrese je již osm lyžařských oddílů, šest kroužků při tělovýchovných jednotách a dalších devět aktivně pracujících kroužků při školách. Kromě Sokola Stachy a Jiskry Vimperk, kde jsou soustředěni ve sportovní základně nejlepší lyžaři v okrese, upozornil na sebe letos třetí nejlepší oddíl v TJ Horní Vltavice. Za necelý rok trvání lyžařského oddílu v této jednotě vybudovali členové svépomocí cvičný dřevěný můstek, sjezdovku a slalomovou

dráhu. Za dobrou práci lyžařského oddílu TJ Horní Vltavice byli proto také pověřeni uspořádáním letošního III. kola SHM v Horní Vltavici, na němž startovalo celkem 189 mladých závodníků! Ve výpočtu těchto úspěchů a dobrých výsledků je však protikladem skutečnost, že největší tělovýchovná jednotka v okrese — Tatran Prachatice — nemá dosud lyžařský oddíl, přestože mládež má, jak SHM potvrdily, značný zájem o lyžařský sport. Věříme, že letošní zima bude odrazovým můstkem a v Tatranu Prachatice začnou s mládeží a založí vlastní lyžařský oddíl, aby tak přispěli k realizaci rezoluce II. sjezdu ČSTV.

Nejvyhledávanějším zimním střediskem v okrese je Zadov, který má mezi lyžaři již dobrý zvuk. Bude nutné zlepšit však ubytování a stravování, dokončit lyžařský můstek pro skoky kolem 80 m a provést další drobné adaptace, aby se v Zadově mohly konat větší krajské, případně i celostátní závody. Zadovští by si to za svou práci, nadšení a lásku k lyžařině rozhodně zasloužili.

SLOVA, KTERÁ BURCUJÍ

V jižních Čechách v okrese Český Krumlov jsou známé papírny v Loučovicích na Sumavě. Mládež je zde jako všude jinde — zdravá, veselá a skotačivá, toužící po pohybu a sportu. A právě to poslední — sport — se zde stalo zásluhou učitelů místní devítiletky náplní života převážně většiny žáků. Měli jsme možnost hovořit s jedním ze žáků této školy — Rudolfem Slamkou, který jako první v letošním roce získal odznak Lyžař ČSSR.

Do rubriky zprávy z oddílů a sekcí nám přispěli dopisovatelé B. Burián z Jihočeského kraje, dr. J. Ilavský ze Západoslovenského kraje, J. Petřík z Východočeského kraje a J. Zahradníček ze Severomoravského kraje. Vyzýváme také vás.

Pošlete nám krátkou zprávu o činnosti, kterou připravujete v podzimním období. Nepřehlédněte však, že článek, který zašlete do 15. každého měsíce, může být uveřejněn až v následujícím čísle.

»Víte, u nás v Loučovicích — a myslím, že v celém širokém okolí — je nejoblíbenějším sportem lyžování. Máme zde pro tento sport velmi příznivé podmínky, a tak není divu, že 120 žáků naší ZŠ se zúčastnilo soutěže o odznak Lyžař ČSSR. Je to více než jedna třetina naší školy. Podmínky byly náročné. Měli jsme ujet 8 kilometrů, projet 5 slalomových branek, seznámit se s prací Horské služby a zúčastnit se přednášky o první pomoci. Vše jsme splnili výtečně. Pak nás soudruh učitel svolal a předal nám vytoužený kovový i plátěný odznak. Jsme na něj všichni hrdí a přišť zimu chceme, aby jej nosila celá naše škola.«

Ano — máme zdravou a šťastnou mládež rostoucí k lepším zítřkům — ke komunismu — a tělovýchova a sport se stanou prostředkem k jeho dosažení.

SVATBA S LYŽIARSKOU VÝZBROJOU

Nevidaný obraz skytalo jednu aprílovou sobotu Primaciálne námestie v Bratislave. Skupina žiakov a dorastencov z lyžařského oddielu TJ Červená hviezda vytvorila slávohránu z výstroja. Ňou prešli mladí manželka Otto Krajiňák a Eva, r. Vaškou, z radnice MsNV Bratislava po sobáš.

Snímka je dôkazom toho, že prevapenie na strane mladého manželského páru bolo veľké. Vďaka za to patrí zaiste funkcionárom LO TJ Červená hviezda Bratislava. Ti dali príklad, že treba využiť krásu lyžařského prostredia i pre spoločenské príležitosti.

Otto je lyžařským trénerom. Osobitne ho predstavoval netreba. Jeho lyžařské kvality sú známe. Eva — tá je trénerkou gymnastiky. No nezahradí sa ani za svoj »um« v lyžovaní. Kežmarok a Bratislava — podali si ruky k spoločnej ceste. Sme presvedčení, že i táto bude taká úspešná ako ich cesta športová!

Bola to teda lyžařska svadba, akú sa zriedkakedy podarí vidieť i v Bratislave.



TRÉNINK V LÉTĚ

Vhodné místo pro cvičení se najde prakticky všude. Není třeba mít atletickou dráhu či stadion, stačí obyčejné hřiště nebo louka.

Každé cvičení zahájíme rozcvičením. Dbáme na to, aby všechny cviky byly prováděny poctivě. Jako obvykle zdůrazňujeme cviky posilující břišní svalstvo. Po rozcvičení je vhodné zařadit atletické disciplíny, které mají v přípravě sáňkaře a bobisty velký význam. Sprinty nebo krátkými běhy cvičíme jednak rychlou reakcí a rychlý start (potřebný pro start bez rozjezdového můstku). Na delší vzdálenosti běháme raději v terénu (v lese, přes překážky) než na dráze. Důležitější jsou také prvky posilovací (vrhy a hody) a cvičení obratnosti při skocích do výšky a do dálky. Jednotlivé disciplíny a cviky ve cvičebních hodinách volíme tak, aby se vhodně střídaly. Návčik lehkooatletických disciplín je současně přípravou na plnění podmínek odznaku PPOV.

Na závěr zpestříme cvičební hodinu vhodnou hrou. Hru volíme takovou, aby uspokojila většinu cvičenců. Hrajeme odbíjenou, házenou, vybíjenou, kopanou apod. Často se stává, že nedůsledné dodržování náplně cvičebních hodin vede k tomu, že cvičební hodina se vyplní pouze nějakou hrou,

obvykle podle přání cvičenců. Trenéři a cvičitelé v sáňkařských a bobových oddílech by si měli uvědomit, že takto vedená hodina nesplňuje požadavky celoroční přípravy, protože vede k jednostranné činnosti cvičenců.

Jak bychom měli sestavit program cvičební hodiny v letním období, si ukážeme na několika příkladech:

1. cvičební hodina: lehký kondiční běh (střídání chůze, klusu, běhu) — 5 min., průpravná cvičení — 15 min., vrh koule — 20 min., sprint s nácvičkou startu — 20 min., kopaná — 40 minut.

2. cvičební hodina: honička — 5 minut, průpravná cvičení — 15 min., skok do dálky — 20 min., nácvik běhu na delší tratě — 20 min., vybíjená.

3. cvičební hodina: běh přes překážky — 5 min., průprava ve dvojicích — 15 min., skok vysoký — 20 minut, obratnost (kotouly, přemety, stoj o rukou) — 20 min., zaháněná.

Na závěr každé disciplíny zařazujeme soutěživou formou kontrolní závody s měřením výkonu a současně plnění podmínek odznaku PPOV.

-dš-



■ Výrobci závodních saní i závodníci sami stále hledají cesty, jak saně dále upravit, aby byly ještě rychlejší. Sáňkaři Jiskry Jeseník se o to pokoušejí kapotováním. Na snímku Josefa Němce jsou tyto saně s laminátovou kapotou v horní části z plexiskla. V letošní sezóně se zatím tyto saně na závodech neuplatnily.

Reprezentační družstvo v jízdě na bobech 1962

DVOUSEDADLOVÉ BOBY

1. Saturn, Koblížek, Polakovič, Jiskra Liberec, 17 b., 2. BK-54, Kaňka, Kracík, Jiskra Liberec, 15 b., 3. Speciál, dr. Hora, Jech, Slovan M. Lázňe, 14 b., 4. Diana, Pospíchal, Růžička, Dynamo Teplice, 13,5 b., náhradníci: 5. Naděje, La-
vička, Svršek, Slovan M. Lázňe, 12,9 b., 6. Blesk, Venclíček, Mayrich, Dynamo Teplice, 10,3 b.

ČTYŘSEADLOVÉ BOBY

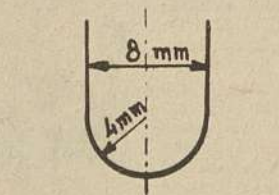
1. Ještěd, Kaňka, Koblížek, Ríha, Kracík, Jiskra Liberec, 27,7 b., 2. Dymo, Simek, Moravec, Jelínek, Rittich, Sokol Trnovany, 17 b., náhradníci: 3. Lavina, Skála, Pavlát, Schwandtner, Balcar, Jiskra Liberec, 11,2 b., 4. Totex I, Páv, Rýdl, Strnádek, Strnad, Jiskra Tanvald, 9 bodů.

ROZMĚRY SANIC A BOBŮ

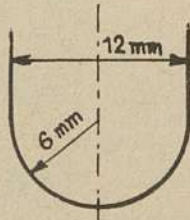
V důsledku mylného výkladu mezinárodního závodního řádu vznikl rozpor o síle bobových sanic v té části, kde se dotýkají povrchu dráhy. Byl proto učiněn dotaz u předsedy technické komise Mezinárodní bobové federace (FIBT) pana Terschaka, který sdělil následující (včetně náčrtku):

Podle dodatku závodního řádu Mezinárodní bobové federace (FIBT) vydání 1958, str. 69, musí sanice bobů odpovídat těmto měřím:

Dvousedadlový bob — sanice: délka přední sanice 93 cm, délka zadní sanice 115 cm, síla sanic: minimálně 8 mm, přičemž část přicházející ve styk se sněhem musí mít **poloměr** nejméně 4 mm (okrouhle). Ohyb sanic: zakřivení zadního konce sanic musí mít výběh



Příčný řez sanicí dvousedadlového bobu.



Příčný řez sanicí čtyřsedadlového bobu.

nejméně 50 mm nad dose-
dací rovinou.

Čtyřsedadlový bob — sanice: délka přední sanice 104 cm, délka zadní sanice 127 cm, síla sanic: minimálně 12 mm, přičemž část přicházející ve styk se sněhem musí mít **poloměr** nejméně 6 mm (okrouhle). Ohyb sanic: platí totéž jako u dvousedadlových bobů.

Toto sdělení předsedy technické komise FIBT je totožné s tím, co bylo uveřejněno v našem časopisu Lyžařství č. 6, ročník 46, z června 1960 v článku Nová ustanovení o rozměrech sanic bobů, kde je také obrázek sanic.

Tímto uveřejněním sdělení předsedy technické komise FIBT jsou oficiálně odstraněny rozpory vzniklé z mylného a nesprávného výkladu mezinárodního závodního řádu.

Inž. Miňovský



Dokončení výsledků přeboru a mistrovství ČSSR

JUNIOŘI:

ZÁVOD SDRUŽENÝ (běh H. Mísečky — skok Špindl. Mlýn)

	Běh	skok	celkem
1. Švaříček Miloslav, Dukla Liberec	207,25	240,4	447,65
2. Bayer Petr, Vimperk	240,00	187,2	427,20
3. Filanda Milan, ČH B. Bystrica	214,96	187,2	404,46
4. Langhammer Jan, Tatr. Písařov	217,65	164,2	381,85
5. Hajný Petr, Slávia VŠ Praha	139,12	202,7	341,82
6. Kadavý Ladislav, Jiskra Vítkovice	151,63	188,2	339,83

Startovalo 8, závod dokončilo 6 závodníků.

JUNIOŘI:

Běh na 15 km:

1. Ilavský-Mlýněček Ján, L. Važec	1:00:45
2. Sacký Karel, Spartak Frenštát	1:02:26
3. Bruzík Ondřej, S. Gerlachov	1:03:05
4. Plóc Karel, Dukla Liberec	1:03:35
5. Bayer Petr, Vimperk	1:04:06
6. Weissshäutel Jan, Sl. VŠ Praha	1:04:09
7. Hanuš Jar., RH Sušice	1:04:20
8. Stehlík Jiří, Sn Jilemnice	1:04:26
9. Hrdinka Milan, L. Trutnov	1:04:32
10. Rusňák Jan, Sn Štola	1:04:45
11. Mundil Lad., Dukla Liberec	1:05:17
12.—13. Šlosiarik Moj., Sl. VŠ Praha	1:05:25
12.—13. Rovenský Jar., S. N. Město	1:05:25
14. König Petr, Jiskra Abřtamy	1:05:31
15. Kábele Josef, RH Sušice	1:05:54
16. Lupták Jiří, Dukla K. Vary	1:06:08
17. Langhammer Jan, TA Písařov	1:06:24
18.—19. Krupka František, Slovan Jilemnice	1:06:33
18.—19. Kramuliš Vladimír, TJ Rožnov	1:06:33
20. Filanda Milan, ČH B. Bystrica	1:06:41
21. Kužel Jan, Slovan Jilemnice	1:06:50
22. Dobiaš Bohumil, Sp. Frenštát	1:06:51
23. Fajstauer St., Jiskra Vítkovice	1:06:56
24. Králík Ivan, ČH B. Bystrica	1:07:01
25. Švaříček Mil., Dukla Liberec	1:07:31
26. Vrána Karel, Dukla K. Vary	1:08:05
27. Turek Pavel, Sn. Jilemnice	1:08:09
28. Bartoš Joří, Jiskra Mšeno	1:08:16
29. Běman Karel, Sl. Kořenov	1:08:31
30. Kareš Václav, Sokol Mělník	1:08:57
31. Fajstauer Miroslav, Jiskra Vítkovice	1:09:05
32. Kopecký Karel, RH Sušice	1:09:36
33. Čtvrtečka Jiří, Sl. Praha	1:09:40
34. Lajer Josef, Spartak Police	1:11:39
35. Austel Jürgen, Sl. Kořenov	1:13:53
36. Kadavý Ladislav, Jiskra Vítkovice	1:14:05
37. Vacek Karel, Sp. Avia Čakovice	1:14:26
38. Hajný Petr, Sl. VŠ Praha	1:15:45
39. Huntej Emil, Sl. Bratislava	1:23:00
14. Pospíšilová Ludmila, Slavie VŠ Brno	35:48

Startovalo 40, závod dokončilo 39 závodníků.

JUNIOŘKY:

Běh na 5 km:

1. Břízová Eva, Sokol Líšnice	22:05
2. Gajancová Betka, T. T. Lomnice	22:50
3. Šnebergerová Eva, Sp. Plzeň	23:09
4. Fousková Jana, Sokol N. Město	24:05
5. Zapletalová Anna, Sn Olomouc	24:53
6. Peterková Jana, Lok. Teplíce	24:56
7. Boháčová Antonie, L. Trutnov	25:05
8. Ovádková Emilie, Trenčín	25:25
9. Harcubová Eva, J. Harrachov	25:30

Trojboj:

obří
Slalom slalom sjezd celkem

1. Kornelová A., Kovostroj Děčín	33,46	15,30	33,98	82,74
2. Živcová A., Slávia Praha	70,40	35,14	0,00	105,54
3. Rubešová J., Slovan Sp. Mlýn	0,00	0,00	122,38	122,38
4. Malá E., Spofa Praha	30,38	39,10	61,92	131,40
5. Merendová K., Sp. Hradec Kr.	81,02	24,12	37,90	143,04
6. Černocká M., Sn Špindl. Mlýn	57,30	26,44	75,12	158,86
7. Kučerová J., Slávia Praha	45,54	64,44	66,19	176,17
8. Fiedlerová I., Sp. Smržovka	14,80	29,92	142,00	186,72
9. Žampová O., Tn Tatr. Lomnice	151,40	22,34	23,34	197,12
10. Weinerová V., VŽKG Vítkovice	43,48	40,78	125,90	210,52
11. Palasová O., Dynamo Praha	72,40	75,02	75,12	222,54
12. Mahrová J., ČKD Praha	53,52	50,86	118,24	222,62
13. Mlčochová I., RH Brno	110,62	86,90	79,76	277,28
14. Novotná B., Sp. Odolena Voda	278,44	85,52	62,74	406,70
15. Hochmanová J., MV Praha	141,79	149,28	144,88	435,95
16. Trnková H., Severomoravský	130,68	115,22	215,60	461,50

10. Bičárová Anna, Sn Štr. Pleso	25:33
11. Lesáková Jana, S. Žamberk	25:40
12.—13. Švarcová Jarmila, TJ Stachy	25:44
12.—13. Vašíčková A., S. N. Město	25:44
14. Pospíšilová Lud., Sl. VŠ Brno	25:48
15. Hamplová Vlad., Sl. VŠ Praha	26:03
16. Sixtová Jitka, Sl. ÚRO Praha	26:15
17. Felcmanová Irma, Lok. Č. Třebobová	26:22
18. Nosková J., Sp. Stalingrad	26:47
19. Červinková M., J. Vítkovice	26:55
20. Německá Mag., Sokol N. Město	27:28
21. Hluchá Růžena, Sj Kar. Vary	28:27

Startovalo 21, závod dokončilo 21 závodnic.

MUŽI:

Štafetový běh na 4 x 10 km:

1. Kraj Středoslovenský I. Klamár 40:29, Harvan 38:26, Ilavský 39:02, Čížik 37:42	2:35:39
2. Dukla Liberec I Krupka 41:16, Štrobl 38:45, Olekšák 38:53, Jeřábek 38:32	2:37:26
3. Kraj Jihomoravský I. Blažíček 40:05, Kuchař 41:22, Gabriel 39:31, Fousek 38:37	2:39:35
4. Kraj Východočeský I. Hrubý 39:37, Farský 39:20, Okuliář 40:48, Novotný 40:13	2:39:58
5. Dukla Liberec II. Kutheil 40:44, Breth 40:13, Párečka 41:10, Fabian 40:24	2:42:31
6. Kraj Jihočeský Kopf 41:44, Píša 42:16, Nosek 40:43, Pešíl 40:03	2:44:46
7. Praha MV I. Dvořák 42:58, Weissshäutel 38:37, Javorský 42:01, Potměšil 41:47	2:45:23
8. Kraj Středoslovenský II. Fusko 40:21, Medved 40:16, Filanda 42:50, Králík 42:55	2:46:22
9. Kraj Severočeský I. Hanisch 43:15, Blažek 38:37, Lahr 43:17, Sůva B. 41:28	2:46:37
10. Praha MV II. Čtvrtečka Jan 42:04, Šimůnek 43:08, Černý 42:29, Šlosiarik 40:25	2:48:06

ŽENY:

Štafetový běh na 3 x 5 km:

1. Kraj Východočeský I. — Břízová 23:26, Škodová 21:25, Palusová 21:05	1:06:06
--	---------



ZAVAZADLA

po dobu cest a přechodného pobytu
pojišťujeme proti odcizení, poškození,
zničení a proti ztrátě. Přihlaste se
o pojištění u našich inspektorátů
a u pokladen ČSD

STÁTNÍ POJIŠŤOVNA

HODNOCENÍ ODDÍLŮ A KRAJŮ

v soutěži kolektivů na základě výsledků přeborů a mistrovství ČSSR

Pořadí TJ - lyž. oddíl	Počet získaných bodů disciplíny		
	klasické	sjezdové	celkem
1. Dukla Liberec	942,0	315,0	1257,0
2. Slávia VŠ Praha	514,5	291,0	805,5
3. Sokol Nové Město na Moravě	468,0		468,0
4. Tatran Tatranská Lomnica	114,0	295,5	409,5
5. Lokomotiva Trutnov	213,0	162,0	375,0
6. Slovan Špindlerův Mlýn	21,0	343,0	364,0
7. Slovan Jilemnice	267,0		267,0
8. Rudá hvězda Semily	234,0		234,0
9. Spartak Hradec Králové		225,0	225,0
10. Jednota Kežmarok		223,5	223,5
11.—12. Jiskra Harrachov	201,0	6,0	207,0
11.—12. Sokol Horní Branná	207,0		207,0
13. Spartak Vrchlabí	180,0		180,0
14. Kovostroj Děčín		156,0	156,0
15. Jiskra Mšeno n. N.	138,0		138,0
16. Spořitelna Praha		135,0	135,0
17. Baník Kremnica	132,0		132,0
18. Spartak Strakonice	126,0		126,0
19. Spartak Odolena Voda	24,0	94,5	118,5
20. Jiskra Železný Brod		117,0	117,0
21. D. Vimperk	114,0		114,0
22.—23. Sokol Líšnice	108,0		108,0
22.—23. Slávia ŮRO Praha-Žižkov	90,0	18,0	108,0
24. Lokomotiva Teplice	88,5	16,5	105,0
25. Spartak Smržovka		102,0	102,0
26. Rudá hvězda Brno		100,5	100,5
27.—28. Spartak Rýnovice		96,0	96,0
27.—28. Lokomotiva Zvolen	96,0		96,0
29. Chemické závody Litvínov		93,0	93,0
30. Slavoj Kofenov	91,5		91,5
31.—32. Lokomotiva Košice, Slávia VŠ Olomouc 90,0 b., 33. Dynamo Praha 88,5 b., 34.—35. Spolok Český Šumperk, VŽKG Vítkovice 87,0 b., Spartak Praha 84,0 b., TJ Gottwaldov 81,0 b., 38.—39. Lokomotiva Liberec, Rudá hvězda Sušice 78,0 b., 40. Spartak Plzeň 75,0 b., 41. Jednota Trenčín 73,5 b., 42. Slávia VŠ Brno 67,5 b., 43.—45. Lokomotiva Liptovský Mikuláš, Rudá hvězda Banská Bystrica, Lokomotiva Važec 60,0 b., 46. Sokol Jakubovice 58,5 b., 47. Spartak Frenštát p. Radh. 57,0 b., 48. Spartak Praha Sokolovo 55,5 b., 49.—50. Sokol Gerlach, Tatran Písařov 54,0 b., 51. Jiskra Držtkov 51,0 b., 52. TJ Harmanec 49,5 b., 53.—54. TJ Valašské Meziříčí, Jiskra Vysoké n. Jiz. 48,0 bodu, 55. TJ Rožnov p. Radh. 46,5 b., 56. Sokol Stachy na Šumavě 43,5 b., 57.—58. Slovan Strbské Pleso, Rudá hvězda Olomouc 42,0 b., 59.—60. Lokomotiva Brno, Rudá hvězda Karlovy Vary 40,5 b.			

Pořadí TJ - lyž. oddíl	Počet získaných bodů disciplíny		
	klasické	sjezdové	celkem
1. Spartak Vrchlabí	246,0	697,5	943,5
2. Rudá hvězda Brno		899,5	899,5
3. Sokol Nové Město na Moravě	570,0		570,0
4. Baník Ostrava	30,0	501,0	531,0
5. Jiskra Harrachov	471,0		471,0
6. Slávia VŠ Praha		444,0	444,0
7. Lokomotiva Liberec	321,0	112,0	433,0
8. Sokol Jánské Lázně		414,0	414,0
9. Slovan Olomouc		360,0	360,0
10. Chemička Ústí nad Labem		354,0	354,0
11. Rudá hvězda Banská Bystrica	100,5	243,0	343,5
12. Jiskra Mšeno n. Nis.	333,0		333,0
13. Tatran Tatranská Lomnica		303,0	303,0
14. Lokomotiva Trutnov	282,0		282,0
15. Slávia ŮRO Praha-Žižkov	16,5	219,5	236,0
16. Spartak Mladá Boleslav	6,0	227,0	233,0
17. TJ Rožnov pod Radhoštěm	222,0		222,0
18. Baník Osek	216,0		216,0
19. Slovan Špindlerův Mlýn	18,0	192,0	210,0
20. Lokomotiva Košice		201,0	201,0
21. Baník Kremnica	186,0		186,0
22. Dynamo Nizké Tatry	42,0	114,0	156,0
23. Spartak Závody 9. května Praha	147,0		147,0
24. Lokomotiva Česká Třebová	54,0	84,0	138,0
25. TJ Gottwaldov		136,0	136,0
26. Jiskra Kolín		133,0	133,0
27. TJ Třinec, železářny VŘSR, Třinec		132,0	132,0
28. Lokomotiva Šumperk	75,0	45,0	120,0
29.—30. Spartak Police n. Met. Rudá hvězda Praha	117,0	117,0	117,0
31. Jiskra Ústí n. Orl. 116,0 b., 32. Sokol Martin 112,5 b., 33. Jiskra Tanvald 105,0 b., 34. Spartak Rokytnice 99,0 b., 35. Slavoj Kofenov 97,5 b., 36. Kovostroj Děčín 96,0 b., 37.—38. Lomnice nad Pop., Jiskra Vítkovice v Krkon. 84,0 b., 39. TJ ŽVO Nymburk 81,0 b., 40.—41. Baník Jáchymov 78,0 b., Slovan Jilemnice 78,0 b., 42.—43. Spartak Vsetín 75,0 b., Sokol Albrecht 75,0 b., 44.—45. Jiskra Abertamy 72,0 b., Spartak České Budějovice 72,0 b., 46. Beskyd Cadca 69,0 b., 47.—48. Lokomotiva Ostrava 60,0 b., Baník Hrob 60,0 b., 49.—50. Lokomotiva Važec 57,0 b., Jiskra Domažlice 57,0 b., 51. Sokol Sobotka 51,0 b., 52.—56. Sokol Perník, Sokol Horní Branná, Slovan Orbis Praha, TJ Jirkov, TJ Ružomberok všechny 48,0 b., 57.—59. V. P. Lískovec, Slovan Pec pod Sněžkou, Slávia VŠ Olomouc všechny 45,0 b., 60.—62. TJ Valašské Meziříčí, Sokol ZTS Klatovy, Jiskra Mladé Buky po 42,0 b., 63.—66. Spartak Frenštát pod Radhoštěm, Sokol Stachy, Slávia VŠ Praha, Lokomotiva Teplice po 39,0 b., 67.—68. Rudá hvězda Liberec a Sokol Ilanová po 36,0 b., 69.—71. Baník Líně, Jiskra Plavý, Sokol Bílá Třemošná po 33,0 b., 72.—74. ČKD Praha, Baník Háj, Žižka Karlovy Vary po 30,0 b., 75. Slávia VŠ Bratislava 24,0 b., 76. až 77. Spartak ČZM Strakonice, Sokol Zlatá Olešnice po 21,0 b., 78.—79. Lokomotiva Bratislava, Sokol Loučnice po 18,0 b., 80. Jiskra Vratislavovice 15,0 b., 81.—82. Rudá hvězda Plzeň, Žižka Praha po 12,0 b., 83. Spartak Smržovka 6,0 b., 84.—85. Spartak Čakovice, Slovan Mariánské Lázně po 3,0 b., 86. Slavoj Plzeň			

Pořadí krajů v soutěži kolektivů v roce 1962

Poř.	Kraj	Mistrovství ČSSR				Přebor dorostu ČSSR				Celkem		
		klas. disc.	sjezd. disc.	celkem	poř.	klas. disc.	sjezd. disc.	celkem	poř.	klas. disc.	sjezd. disc.	celkem
1.	Východočeský	1 859	760	2 619	1	2 221	1 545,5	3 766,5	1	4 080	2 305,5	6 385,5
2.	Severočeský	586	704,5	1 290,5	4	1 789,5	688	2 477,5	2	2 375,5	1 329,5	3 768
3.	Jihomoravský	672,5	228	900,5	5	802	1 035,5	1 837,5	4	1 474,5	1 263,5	2 738
4.	MV Praha	803,5	664	1 467,5	3	346,5	840,5	1 187	5	1 150	1 504,5	2 654,5
5.	Severomoravský	469	160,5	629,5	8	609	1 257	1 866	3	1 078	1 417,5	2 495,5
6.	Středošlousenský	507	157,5	664,5	7	512,5	622,5	1 135	6	1 019,5	780	1 799,5
7.	Armáda	1 269	315	1 584	2	—	—	—	—	1 269	315	1 584
8.	Východoslovenský	258	609	867	6	56	504	560	7	314	1 113	1 427
9.	Západočeský	87	61,5	148,5	11	475,5	66	541,5	8	662,5	127,5	690
10.	Středočeský	81	105	186	10	6	444	450	9	87	549	636
11.	Jihočeský	337,5	—	337,5	9	108	57	165	10	445,5	57	502,5
12.	Západoslovenský	73,5	12	85,5	12	—	42	42	11	73,5	54	127,5

Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ÚV KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 5 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

Rozloučení se sněhem



Napadlo ho na jaře tolik, že ho nikdo nečekal. Nečekali ho ani lyžaři, tím spíš, že napadl nejen v březnu, ale i v dubnu a květnu. Byl pro nás pro všechny po tolika letech odříkání radostným překvapením. Přiznejme si však, že jsme ho nedokázali ve všech sekcích a oddílech využít tak, jak by zasluhoval. Nebudeme daleko pravdy, když si řekneme, že s posledními závody uveřejněnými ve sportovním kalendáři utožili v mnohých i podhorských oddílech »prkynka«, věnovali se letní přípravě a jako by zapomněli na podzimní nátky na nedostatek sněhu.

Nezapomněli však ve všech oddílech. Tak například lyžařský oddíl Slávia VŠ Praha uspořádal mimo sportovní kalendář úspěšný závod ve slalomu ve Špindlerově Mlýně za účasti 140 závodníků. Přes teplé a slunečné počasí dokázali o velikonocih připravit hodnotný závod na slalomové trati se šedesáti brankami. Také na Slovensku v Jasné uspořádalo 30. dubna Dynamo Nízké Tatry Jarní slalom mládeže. Zúčastnili se ho chlapci a děvčata z Ružomberku, Hrádku, Kežmarku i Martina. V druhé polovině května vyrazili na Luční boudu lyžaři běžci, aby si v závodě kombinovaných družstev uspořádaném Lokomotivou Trutnov změřili zbylé síly. Byl to také pěkný závod za účasti 70 běžců z pořádající jednoty, Dukly Liberec, Slavoje Teplice aj. Poslední podobnou a neplánovanou akcí byl závod ve slalomu uspořádaný v červnu sportovní lyžařskou základnou z Vrchlabí na svahu Studničné a Luční hory.

O čem svědčí tyto příklady? O tom, že v řadě oddílů si funkcionáři a trenéři uvědomili výhody prodloužené hlavní sezóny a správně se snažili využít příznivých sněhových podmínek do poslední chvíle. Škoda, že jen velmi málo trenérů využilo této příležitosti k odstranění chyb a nedostatků v technice jízdy svých svěřenců. Vždyť právě v tuto dobu byla k tomu nejvhodnější doba.

Věříme, že tato zkušenost bude pro nás poučením v přípravě příští sezóny a že nás příští jaro nezastihne v případě příznivého počasí nepřipraveně.

■ Funkcionáři a závodníci z lyžařského oddílu TJ Lokomotiva Trutnov na cestě k Luční boudě, kde 20. května uspořádali závod kombinovaných štafet.

■ Dva snímky ze špindlerovské sjezdovky po závodech mužů, žen a dorostu uspořádaných TJ Slávia VS Praha o velikonocih. Snímky J. Jírso.

TITULNÍ STRANA: Jedna z těch, které nelitují námahy a na začátku léta si vyjedou s lyžemi do Vysokých Tater. Že to stojí za námahu, není třeba dokazovat. Svědčí o tom i optimistický snímek J. Hejry.

4. STRANA OBÁLKY: Stále větší popularitě se těší závody ve skoku na můstcích s umělou hmotou. Na snímku K. Nováka vidíme, že tato pozornost je zasloužená. Krása pohybu připomínající let rakety, odvaha, obratnost a umění skokanů si toho plně zaslouhují.





ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lyžařství - sánkařství a bobový sport



7-8

Jidlová

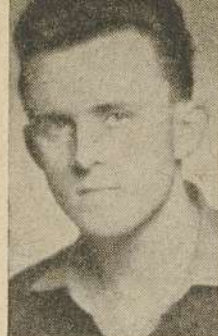
Lýžařství

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
ZÁŘÍ 1962



9



Miloslav Brůna
* 22. února 1936,
TJ Jiskra Zel. Brod



Jan Čermák
* 19. srpna 1943,
TJ Jiskra Harrachov



Jaroslav Janda
* 17. října 1942,
TJ Sokol C. Sumburk



Petr Kunštát
* 6. srpna 1943,
TJ Lok. Košice



**Trenér: Mistr sportu
Kurt Henrich,**
strojný inženýr ze závodů
čs.-sovětské družby
v Záluží



Radim Koloušek
* 9. prosince 1941,
TJ Dukla Liberec



Antonín Šoltýs
* 30. dubna 1937,
TJ Jiskra Kežmarok



Inž. Zbyněk Mohr
* 17. ledna 1937,
TJ Dukla Liberec



Luboš Petřík
* 9. září 1945,
TJ Spartak Vrchlabí

NAŠI REPREZENTANTI



Vladka Bambasová
* 21. ledna 1943,
TJ Slávia VŠ Praha



Miriam Cunínková
* 23. února 1946,
TJ Dyn. Nizké Tatry



Ilša Fiedlerová
* 23. září 1943,
TJ Jiskra Tanvald



**Trenér:
Dušan Charvát,**
odb. asistent Pedagogic-
kého institutu v Gott-
waldově



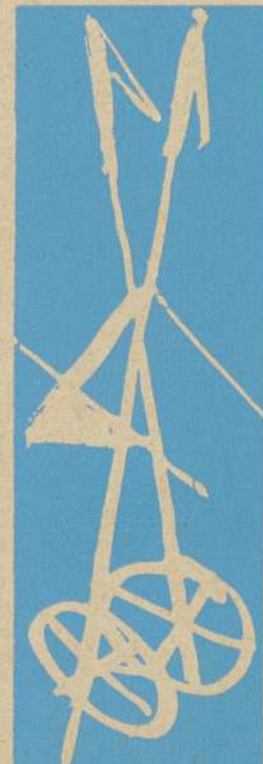
Alena Kornelová
* 20. listopadu 1944,
TJ Kovostroj Dečín



Anita Slavíčková
* 11. června 1941,
TJ Sn. Spindl. Mlýn



Anna Živcová
* 15. července 1944,
TJ Slávia VŠ Praha



PŘED HLAVNÍM OBDOBÍM

Dovolené jsou za námi, je konec s aktivním odpočinkem. Příležitostní vodáci, turisté, horolezci, volejbalisté i vyznavači ostatních sportů se pomalu vrací do velké lyžařské rodiny. Bylo by však nenapravitelnou chybou, kdyby tento návrat se protáhl až do příchodu nového sněhu. Čeká nás všechny příliš mnoho práce dříve, než se rozjedeme na lyžích za nejlepšími výkony v našem sportu i za krásami zimní přírody.

Právě nyní, kdy každý z nás přispívá zvýšenou aktivitou na svém pracovišti k přípravám XII. sjezdu KSČ, neměli bychom zapomínat na stejnou aktivitu i ve sportovním životě, který je součástí kulturního rozvoje naší společnosti. Je již nejvyšší čas oživit činnost funkcionářů i členstva v lyžařských oddílech a sekcích. Vždyť nejpozději v tomto měsíci by měl být připraven řádný plán činnosti v zimním období — plán lyžařských závodů všech druhů, aby mohly být včas vydány okresní, krajské i celostátní kalendáře závodů.

Znamená to dílčí úkol i skutečnost, že v přípravném období musíme umožnit našim závodníkům dobrou přípravu i měření sil prostřednictvím lyžařských lesních běhů, slalomů na suchu, skoků na umělé hmotě atd. Připravit dobře a včas tyto závody i správně je propagovat (především pak mezi mládeží) patří jistě k prvořadým podzimním úkolům ve všech oddílech i sekcích.

Nemůžeme se ovšem spokojit pouhou přípravou termínové listiny lyžařských závodů. Chceme přece dále zvyšovat kvalitu všech soutěží. Proto v první řadě musíme urychleně dokončit všechny práce na výstavbě a úpravách závodních tratí a můstků i turistických sjezdovek. Vždyť bezpečnost všech, kteří je budou po celou zimu využívat, závisí na letní a podzimní terénní úpravě.

Nesmíme zapomenout ani na rozšíření členské základny — především získáním dalších dobrovolných pracovníků. Stále jich máme nedostatek a úkoly, které jsme si uložili na toto zimní období, jsou veliké. V souvislosti s upevněním a rozšířením členské základny je naší povinností zajistit ve všech oddílech včasnou výměnu členských průkazů podle pokynů mateřských tělovýchovných jednot.

Také okresní sekce mají náročný úkol při rozšiřování členské základny. Měly by více pomáhat tělovýchovným jednotám při zakládání nových lyžařských oddílů již v podzimních měsících, což by umožnilo jejich dobrý nástup do zimní sezóny. Zatím při zakládání nových oddílů jsou mnohé sekce značně pozadu a nepřispěly ničím pro splnění celostátního úkolu: založit 40 nových lyžařských oddílů v roce 1962.

Jedním z dalších současných úkolů okresních a krajských sekcí je příprava školení rozhodčích II.



■ Jedním z předních úkolů lyžařských oddílů v nastávajícím období je navázat spolupráci alespoň s jednou školou, se skupinou ČSM a FO i se Sdružením rodičů a přátel školy v okruhu působnosti. Vhodnou zahajovací akcí bude spolupráce a příprava populárních přespolních běhů. Na snímku je pražská mládež před startem přespolního běhu v Krčském lese.

a III. třídy a cvičitelů i pomocných cvičitelů. Lyžařské oddíly ve vlastním zájmu musí zajistit maximální účast na těchto školeních a odpovědný výběr. Vždyť nedostatek funkcionářů nám často značně narušuje kvalitu lyžařských závodů i výcvik začátečnicků — především mládeže.

Mládeži vůbec musíme věnovat větší pozornost. Již dnes bychom měli pomáhat zakládat lyžařské kroužky v pionýrských organizacích. Jistě by bylo správné, aby lyžařské oddíly převzaly patronáty nad těmito kroužky a již v současné době zajistily pro ně cvičitele. Pomůžeme tím nejen naší mládeži, zapálené pro lyžování, ale i sobě: získáme další účastníky jak příštího ročníku SHM a I. ČSSH, tak i současně o spartakiádní vložku. A tím samozřejmě i možnost rozšíření naší závodní základny o nové talentované chlapce a děvčata.

Organizační upevnění struktury všech lyžařských oddílů, okresních i krajských sekcí je prvním předpokladem, abychom úspěšně zvládli všechny úkoly, které nás očekávají. Tudiž dost s odpočinkem a chutí do práce! Vždyť všichni si přejeme, aby příští hlavní období znamenalo opět rozmach lyžování, aby se naše řady rozrostly, aby úroveň závodního lyžování znovu stoupala. Otevřeně si musíme říci: je to úkol obtížný, ale splnitelný. Již dnes však musíme všichni učinit vše, abychom na jarním plenárním zasedání ústřední sekce lyžování mohli s klidným svědomím prohlásit: naše úsilí přineslo ovoce.

PhMr. ZDENĚK TEMELE,
předsednictvo ústřední sekce

MLADÝM DŮVĚŘOVAT — SPOLUPRACOVAT S NIMI

LYŽAŘSKÝ ORGANIZÁTOR
V NAŠICH ODDÍLECH?

Na plenárním zasedání ústřední lyžařské sekce v dubnu t. r. v Praze se poprvé obšírněji hovořilo o nové funkci lyžařského organizátora. Diskuse na toto téma byla velmi živá. Zúčastnili se jí skoro všichni členové pléna sekce. I když se projevila různá hlediska, došlo v závěru diskuze k sjednocení názorů. Většina z přítomných nesouhlasila s tím, aby organizátor byl jakýmsi podstupněm pomocného cvičitele a aby jeho činnost byla převážně metodická, ale doporučovali, aby těžiště jeho práce bylo především v organizování jednoduchých soutěží, organizátorská pomoc při výletech, zájezdech apod. Usnesení z plenárního zasedání sekce ukládá komisi základního lyžování ústřední sekce vypracovat pokyny k činnosti organizátora s přihlédnutím k diskusním příspěvkům a celý návrh projednat s orgány ČSM a ROH. Protože podle slov některých členů pléna mnohde organizátoři již pracují, požádali jsme předsedu komise základního lyžování ústřední sekce soudruha Laise o vysvětlení některých dosud nejasných otázek.

Na kterém pracovním úseku v lyžařském hnutí bude organizátor platným pomocníkem? Lépe řečeno, co by měl hlavně dělat?

Odpovím trochu z jiné strany. Když jsme projednávali náplň organizátora v komisi základního lyžování, měli jsme na mysli jak vlastní práci organizátorskou, tak i do jisté míry metodickou. Předpokládali jsme, že jeho činnost bude zaměřena zvláště u mládeže na pomoc při organizaci školních zájezdů na lyže ještě doma, tj. ve škole ve spolupráci s učitelem, který zájezd organizuje. Kromě toho však jsme se domnívali, že by měl organizátor znát i základní metodické otázky. Vycházeli jsme ovšem z předpokladu, že organizátoři by byli vybíráni z příslušníků pionýrských i mládežnických organizací. Tento názor se celkem ukázal jako správný, byl však poopraven diskusí členů pléna v tom, že převažovat musí vlastní činnost organizační. Tato činnost však nebude mít těžiště v organizování zájezdů a pomocí učitelů nebo vedoucím zájezdů během jeho trvání, ale má být zaměřena i na pomoc při organizování náborových soutěží, jako například při plnění limitů odznaku Lyžař ČSSR, při soutěžích o Spartakiádní vložku a i organizační činnost spojenou s vedením kroužků ČSM či jednotlivých skupin v lyžařském oddíle.

Je celkový nedostatek dobrovolných pracovníků. Kde tedy vyhledávat vhodné typy pro tuto novou funkci?

Domnívám se, že je třeba budoucí funkcionáře všech kategorií hledat mezi mládeží, která má o lyžování zájem. Lze to provést spoluprací pionýrských i mládežnických skupin s lyžařskými oddíly. Víme všichni, že náplň schůzek mladých lidí nebývá vždy dostatečně zajištěna a že spolupráce s lyžařskými oddíly pokulhává. Doporučujeme proto vysílat na schůzky mládeže cvičitele, který jim funkci organizátora přiblíží a dokáže ji získat. Jistě se najde mládež, která bude mít o tuto práci zájem. Dobře připravená beseda prospěje oběma složkám a může přivést i další mladé lidi do oddílů. A času na to je během podzimních měsíců jistě dost.

Aby vybraní a získaní pracovníci mohli funkci organizátora úspěšně zastávat, neobejdou se bez základního minimálního školení. Jakou bude mít náplň, kdo bude pořadatelem a kde vzít potřebné prostředky?

Částečně jsme již odpověděl v předcházejícím bodě. Náplň výuky nesmí být maximální, ale musí plnit základní požadavky. Znamená to, že organizátor musí znát hodně o výstrojí a výbavě, organizaci zájezdů i jejich přípravu, organizaci závodů a základní pravidla rozhodování a také společenské hry pro večery na horách. Kdo bude pořadatelem?

Podle mého názoru někde škola nebo PO a ČSM, někde

lyžařské oddíly. Náklady jistě nebudou velké a když ano, tak je třeba se vzájemně dohodnout.

Kdy mají v oddílech a v okresních sekcích začít s jejich výchovou? A jak?

V oddílech i okresních sekcích se musí začít nyní na podzim. V nejbližší době se jítě podaří sjednotit všechny názory a vydat co nejdříve konečné jednoduché směrnice. A tady bych měl současně připomínku na adresu okresních sekcí, které mají většinou potíže s obsazením funkcí. Tyto sekce by měly ze získaných a osvědčených organizátorů z řad ČSM vybírat nové spolupracovníky. Znamená to především zvýšit spolupráci nižších složek ČSTV s mládežnickými i pionýrskými organizacemi a zlepšit v tomto směru i propagační činnost v mládežnickém tisku, v televizi, rozhlasu. Zatím jsme trochu zaspali.

Jaký bude hlavní přínos organizátorů lyžařským oddílům? Co se až dosud udělalo?

Myslím, že podaří-li se tato akce, získáme další pracovníky, z nichž se každý během doby zaměří na úsek, který jej nejvíce zajímá. Znamená to, že z některých organizátorů se stanou rozhodčí, z jiných organizační a techničtí pracovníci a z dalších cvičitelé a trenéři. Proto také bylo na plénu odsouhlaseno snížení věkové hranice pro pomocného lyžařského cvičitele na 15 let. Ale k tomu se vrátíme jindy.

Ukazuje se, že na lyžařského organizátora čeká dost práce. Jeho činnost by tedy měla být vidět tam, kde až dosud navzdory usnesení ústředních orgánů, byly citelné nedostatky, to je na úseku vzájemné spolupráce oddílů a základních či závodních skupin ČSM a pionýrské organizace. Dobrou spoluprací mezi organizacemi se postupně jistě podaří uskutečnit všechna slova, která zde byla řečena.

Nevidět jen nábor

Dostat mládež v co největším počtu na sniž a zajistit její zdárný výcvik není snadný úkol. Jiné podmínky máme ve městech, jiné v horských oblastech. Přitom ze zkušenosti víme, že výhodné sněhové podmínky nejsou ještě všechno. Rozhodující je především dostatek kvalifikovaných cvičitelů a organizátorů. To podmiňuje totiž, abychom mládež dokázali pro lyžařský sport nejen získat, ale její zájem také udržet. A o to nám jde především. Proto mluvíme-li o náboru mladých, musíme vždy pamatovat na to, abychom současně vytvořili organizačně tak silné oddíly, které by dokázaly zajistit celoroční soustavnou činnost pro každého nově získaného mladého člověka.

Často se střetáváme s otázkou, jak začít. Nyní jde především o to, abychom se rozhlédli kolem sebe. Mimo rámec naší organizace. Chce to věnovat větší pozornost například školním zájezdům. Zde musí pomoci daleko účinněji než dosud naši cvičitelé, organizátoři, vedoucí a techničtí pracovníci. Zlepšit bude nutno také spolupráci s pionýrskými domy a oddíly. Vzájemně bude nutno koordinovat spolupráci s odbory základní tělesné výchovy a turistiky. To znamená, že musíme rozložit naše síly tak, abychom zajistili nejen růst sportovní výkonnosti již zapojené mládeže v lyžařských oddílech, ale současně i soustavný základní výcvik co největšího počtu mladých lidí a to i mimo rámec naší organizace.

A tento náročný úkol, jako každý jiný, nelze zajistit bez lidí. Proto získání a školení nových cvičitelů je po II. sjezdu ČSTV naším prvořadým úkolem. Jeho splnění nám pomůže odstranit i nezdavou nárazovost všech náborových akcí a zajistí pravidelnou a soustavnou činnost mládeže v lyžařských oddílech.

MÍLA BERAN,
trenér — Plzeň

Nechceli by ste to skúsiť podľa nich?

Je to už akosi samozrejmé — vídieľ lyžiarov z Novák v značnom počte na mnohých pretekoch. Dnes s nimi, najmä v kategóriách žiakov, dorastencov i dorasteniek, ráta už každý lyžiarsky oddiel ako s vážnymi konkurentmi. No budme si úprimní — ešte pred rokom alebo dvoma nikto nechcel brať konkurenciu tohto lyžiarskeho oddielu akosi vážne. Veľa bolo takých, čo tvrdili, že ide o »lyžiarov z roviny«. To epiteton im prirástlo, keď boli prví čo do práce i výkonov v rovinatom, bývalom nitrianskom lyžiarskom kraji.

Nováčania sa prepracúvajú. Tieto výsledky nie sú náhodilé. Ide o celoročnú prácu v oddiele i v širšom kolektíve veľkého chemického kombinátu. Pochopiteľne za tým všetkým stojí »muž u vesla« — resp. úzky kolektív jeho pomocníkov-inšpirátorov.

V prvom rade sa snažia získať k spolupráci rodičov. Ide hlavne o morálnu, no a samozrejme i hmotnú pomoc mladým ratolestiam. Robia to jednak priamou agitáciou, ale hlavne tiež prostredníctvom rodičov

a priateľov školy v miestnych školách.

Po získaní rodičov sa vedenie oddielu sústavne opiera o výbor jednoty a jeho prostredníctvom o vedenie závodu. Z tohto plynú konkrétne pomoc vo forme poskytnutia prostriedkov na zakúpenie rekvizít. Samozrejme o tieto rekvizity sa starajú veľmi príkladne. Do starostlivosti o ne zapájajú svojich členov. Tá starostlivosť je nielen v zime, keď sa tým najlepším dostáva možnosť jazdiť na výstroji zapožičanom oddielom, ale hlavne i vtedy, keď už niet snehu. Ide najmä o konzervovanie a event. opravu rekvizít uskladnených v spoločnom sklade.

Nuž a potom prichádza to hlavné. Je to sklbenie celého kolektívu v jednoliatom záujme — v lete o turistiku a výstavbu zariadení a v zime o športovo-rekreačné lyžovanie, ako aj o pretekánie. K spoločným akciám dostávajú od príslušných zložiek za výhodných podmienok autobus. Ním sa hravo dostanú na brigády do podnikového strediska v Chvojnici, asi

30 km vzdialeného od pracoviska. Pre jeho zveľaďovanie sú zapálení mnohí z pracovníkov kombinátu. Spravidla na Maguru — teda do Chvojnice — chodia na sobotu a nedeľu. V týždni sa stretávajú na plavárňach alebo na umelej bežeckej dráhe. Takto pripravení sú schopní dobre zabezpečiť i svoje tradičné lyžiarske preteky o cenu Chemických závodov W. Piecka. Obrovská účasť žiactva na ich lyžiarskych podujatiach ŠHM je potom už akosi samozrejmá.

Blízke sú im zásady BPOV a PPOV, ako aj odznaku Lyžiar ČSSR. Desiatky členov sú jeho nositeľmi.

Svoje poznatky, úspechy, prekážky i plány uverejňujú v celozávodnom časopise.

Medzlobdoble — teda leto — skytá im veľa možností. Sem-tam badať u niektorých určité povolenie. No väčšina žije plánom turisticko-lyžiarskeho alebo lyžiarsko-turistického oddielu (je totiž homogénnym celkom v TJ Iskra Nováky). Veď chcú toho urobiť ešte veľa. Aspoň náznakom spomeniem: dobudovanie štandardných dráh — bežeckej i zjazdárskej, postavenie lyžiarskeho mostíka, lyžiarskeho vleku atď. v Chvojnici, výstavbu malého mostíka s umelou hmotou v blízkosti pracoviska. Údržba a skvalitňovanie bežeckej dráhy s umelou hmotou s príslušnými šatňami patrí už akosi k bežným starostiam.

Nie je možné vypočítat tie desiatky podujatí agilných lyžiarov a turistov z Novák. Isté je, že pre vec horia — a dobre by bolo, keby takýmto zápalom vznietili aj iné oddiely.

-IL-

VĚTŠÍ PÉČI VÝBĚRU DO ÚSTŘEDNÍCH ŠKOL

Podle schváleného návrhu kvalifikace lyžařských cvičitelů se letos v lednu poprvé uskutečnil kurs pro instruktory lyžařských cvičitelů na Božím Daru. Poprvé se také podařilo v přiměřených denních dávkách výcviku a přednášek absolvovat toto školení v plném předpokládaném rozsahu čtrnácti dnů. Školení proběhlo celkem úspěšně. Volba místa nebyla šťastná, protože místní terény nevyhovují vysokým požadavkům pro terénní jízdy. Pro cvičení pak nebyl terén dosti členitý. Špatné počasí a špatný sněh tyto podmínky ještě zhoršily.

Úroveň frekventantů byla zatím nejnižší z dosud pořádaných kursů tohoto druhu. Vyzýváme proto příslušné pracovníky krajských KZL, aby vysílali do těchto kursů pouze kvalitní cvičitele s cvičitelskou praxí, protože náplň tohoto školení po stránce praktického výcviku není výhradně osobní výcvik a odstraňování hrubých technických nedostatků, ale hlavně probírání různých metodických postupů, metodických řad nácvičku různých cviků, metodická praxe s družstvem, terénní jízdy, praktické využívání terénu pro výcvik atd. Je třeba si uvědomit, že instruktor musí být dobrým pedagogem, lyžařem s perfektní ukázkou cviků i dobrým lyžařem v terénu, nehledě k bohatým teoretickým znalostem. On bude v kraji vyučovat lyžařské cvičitele, kteří v něm budou vidět svého učitele, svůj vzor. Nechceme-li, aby úroveň lyžařských cvičitelů klesala, musí být na instruktory kladeny takové požadavky, aby byli schopni školit kvalitní lyžařské cviči-

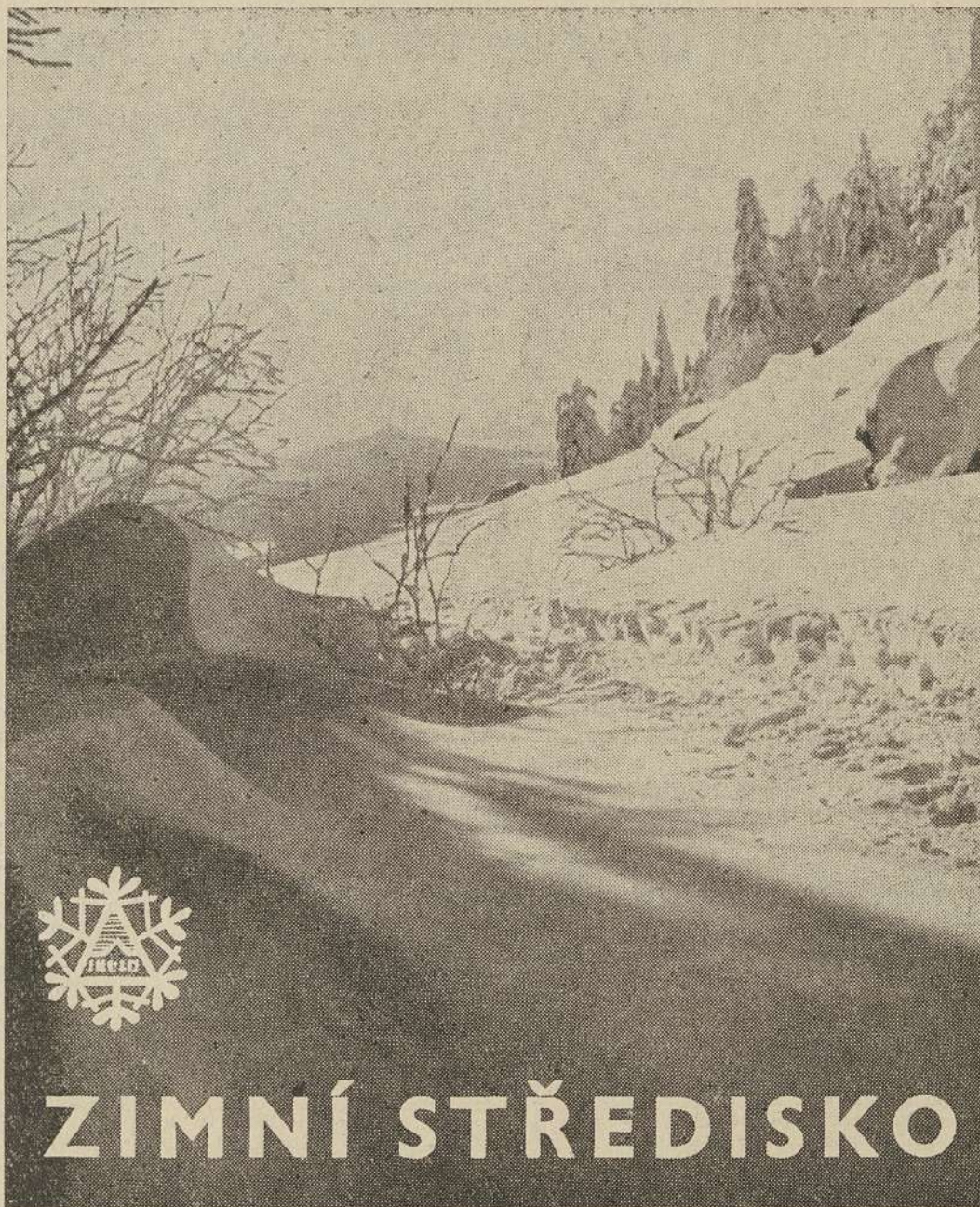
tele. Potěšitelným zjevem proti dřívějšímu kursům byla vzrůstající úroveň v běhu u většiny frekventantů.

Věříme, že při příštím školení se všechny tyto nedostatky nevyskytnou a že o to radostněji budeme přistupovat ke konečnému vyhlášení výsledků zkoušek a hodnocení výsledků školení.

■ *Nejdůležitější a u mládeže nejpobulárnější forma náboru jsou soutěže. Nikdy jich není dost. Zejména v jarním období, v době, kdy skončila závodní sezóna, bychom měli připravit ve všech větších střediscích řadu veřejných závodů pro ty nejmenší. Je to radostná práce, která nás bude dvojnásobně těšit, když se nám podaří ty nejlepší získat natrvalo do oddílu.*



JESTĚD



ZIMNÍ STŘEDISKO

Střediska zimních sportů v naší republice jsou většinou hodně vzdálena od větších měst. Výjimkou je budované zimní středisko Ještěd, které je v bezprostřední blízkosti Liberce.

Kromě trati obřího slalomu z vrcholku Ještědu (1010 m) k dolní stanici kabinové lanovky ČSD, která je dlouhá 1900 metrů, s výškovým rozdílem 430 m, dokončuje se definitivní úprava sjezdovky J. Bude dlouhá 2 km a svými padáky a protisvahy i rychlostí bude jistě vyhledávána i všemi našimi předními sjezdaři. V letošním roce se připravuje nový slalomový svah a místo pro skokanské můstky s P 90 a 70 m. O vhodnosti terénu pro tyto můstky se velmi pochvalně vyjádřil zasloužilý mistr sportu Hans Renner, trenér reprezentačního družstva skokanů NDR, člen subkomise pro stavby můstků FIS.

Jedinečnou zvláštností ještědského střediska jsou sjezdové okruhy, které umožňují každému lyžaři a dětem naježdit za krátkou dobu hodně kilometrů v terénu, který si může každý volit podle své zdatnosti. Nejdelší okruh, vedoucí z Ještědu přes Pláně a kolem lomu zpět k dolní stanici lanovky, měří 10 km. Je nenáročný na sjezdařské umění a hodí se pro začátečníky a děti. Zdatnější lyžaři si mohou okruh zkrátit a sjezd zrychlit Hrabčicí cestou. Poněkud náročnější je sjezdový okruh P, který vede po sjezdové trati z Pláně a při rychlém sněhu je dosti těžký, neboť zde je celá řada boulí. Vhodným využitím lanovky je možno za neděli naježdit 60 až 100 km. Skoda jen, že jediná lanovka nestačí uspokojit zájemce a je nutno často dlouho čekat. Situace se podstatně zlepší vybudováním plánovaného výtahu na Černý vrch.

V zimním středisku Ještěd se nezapomíná ani na klasické disciplíny. Na Pláních pod Ještědem je start a cíl standardních tratí pro běh na 2, 3, 5, 10 a 15 km. V letošní zimě byly sledovány sněhové podmínky v pěkném běžeckém terénu mezi Výpřeží a Malým Ještědem. Přes 10 let je v provozu skokanský můstek s P 45 m Pod lomem a malý cvičný můstek na Pláních, vybudovaný v roce 1946, který již dosloužil a na jeho místě je počítáno s výstavbou můstku P 30 m.

Kromě lyžařských zařízení zahrnuje zimní středisko Ještěd i velmi známou sáňkařskou dráhu, pro níž je v letošním roce počítáno s vybudováním vodu v akci Z. V budoucnu se uvažuje i o vybudování bobové dráhy.

Z plánu, podle očíslování, je jasně

vidět, co je již hotovo a co všechno ještě čeká na pilné ruce nadšených budovatelů.

Dosavadní lyžařská zařízení byla vybudována velkým úsilím libereckých lyžařů. Přes třicet tisíc brigádnických hodin bylo již zdarma odpracováno od roku 1946 do konce roku 1961. Nejpilnějším brigádníkem je Josef Lukeš, který na zimním středisku Ještěd odpracoval přes 1700 hodin.

Zajímavá je forma náboru a organizace práce pro letošní rok, o čemž svědčí výňatek z letáku, který cituji, neboť myslím, že podobně lze pracovat i jinde:

»Základní úsek lyžařských zařízení zimního střediska Ještěd vstupuje do stadia závěrečných prací. Je zapotřebí provést konečnou úpravu terénu, a to tak, aby veškeré tratě byly sjízdné i za malého stavu sněhu. Úprava bude sestávat převážně z vyřezávání proutí, buřiny, jahodění, menších pařezků, zakrytí větších pařezů a kamenů a nakonec srovnání větších nerovností terénu a zasetí travou — tudíž jedná se převážně o lehkou práci.

Celá trasa sjezdových tratí je rozdělena na malé úseky v minimální délce 15 m, které se budou samostatně upravovat. Úprava tohoto dlouhého úseku si vyžádá asi 25 hodin, tj. 3 dnů brigádnické práce. Obrácíme se proto na vás, na všechny známé milovníky lyžařského sportu, a věříme, že se přihlásíte k úpravě alespoň jednoho úseku. Zároveň upozorňujeme na možnost, že si každý může v okruhu svých známých zajistit pomocníka, a tím přispět k zdárnému a rychlému zpracování přiděleného úseku. Začátek brigádnických prací byl stanoven na 1. července 1962.

Výstavba Zimního střediska Ještěd (ZSJ) je zařazena do akce Zlepšení vzhledu města, takže i závazek můžete uplatnit ve svém občanském výboru, na pracovišti, v závodě i ve škole, a komise pro výstavbu ZSJ při MěstNV v Liberci ti potvrdí počet odpracovaných hodin do brigádnické legitimace. Komisi pro výstavbu ZSJ bylo dohodnuto, že každý brigádník za odpracování

25 hodin v jednom roce (= 1 úsek) obdrží velký čestný odznak ZSJ červený,

50 hodin v jednom roce (= 2 úseky) obdrží velký čestný odznak ZSJ modrý,

100 hodin v jednom roce (= 4 úseky) obdrží velký čestný odznak ZSJ černý.

Cestný odznak ZSJ v barvě černé (100 hodin) bude současně opravovávat k přednostnímu nástupu do lanovky v celém zimním období a k zlevněné jízdě, takže hodiny odpracované v letním období ti umožní častější a levnější jízdu na tratích v zimě.

Dále pak následují údaje o tom, kam předávat závazky, a podobně.

Zimní středisko Ještěd slouží již v nynějším stadiu velmi dobře zimním sportům. Po dobudování má všechny předpoklady přesáhnout význam Severočeského kraje.

Mistr sportu
MILOSLAV BĚLONOŽNÍK,
Liberec

Napsala nám čtenářka

Soudruh Čáp mi jistě promine, že doplním jeho pěkný článek o Říčkách, uveřejněný ve 3. čísle Lyžařství. Chtěla jsem už dávno o nich napsat, ale neuměla bych to tak pěkně a nemám ani tak krásné obrázky. Mohu jen potvrdit, že vše je tak, jak autor píše, ba ještě krásnější.

Říčky mimo krásnou krajinu, dobré lyžařské terény a výtah mají ještě další kladnou stránku. Všechno to tam obhospodařují obětaví tělovýchovní pracovníci, takže celé to nádherné zařízení neleží ladem a je důkladně využíváno — hlavně mládeží.

Funkcionáři — lyžaři Ústí nad Orlicí — učí mládež nejen lyžovat, ale hlavně pořádat pro ně závody — dobré závody.

Byli jsme s našim oddílem již několikrát v Říčkách na závodech a pokaždé jsme viděli mnoho dobrovolných pracovníků. Závody s účastí 200 závodníků začaly přesně podle rozpisu a ještě též den nedlouho po ukončení byli vyhlášeni vítězové, dostali diplomy, ba i velmi vkusné nenákladné plakety.

To dává obzvláště dětem bezprostřední radost ze závodu, vědomí že závod byl dobrý, chuť do dalšího tréninku.

V Říčkách se dělají závody s nadšením a ne s rutinovaností, kterou často trpí závody pořádané například ve Špindlerově Mlýně. I tam jsme byli letos dvakrát na veřejných závodech.

U obou závodů pořádaných pražskými oddily byli mezi funkcionáři dlouholetí lyžařští pracovníci, rozhodčí I. třídy i vyšší kvalifikace. A přece starty u obou závodů byly posunovány a výsledky došly za tak dlouhou dobu, že děti namáhavě vzpomínaly, který závod to vlastně byl. Je tu rutinovanost pracovníků, kteří s vědomím, že dělají mnoho závodů, nevěnují pozornost zajišťování drobných detailů a závod tím trpí.

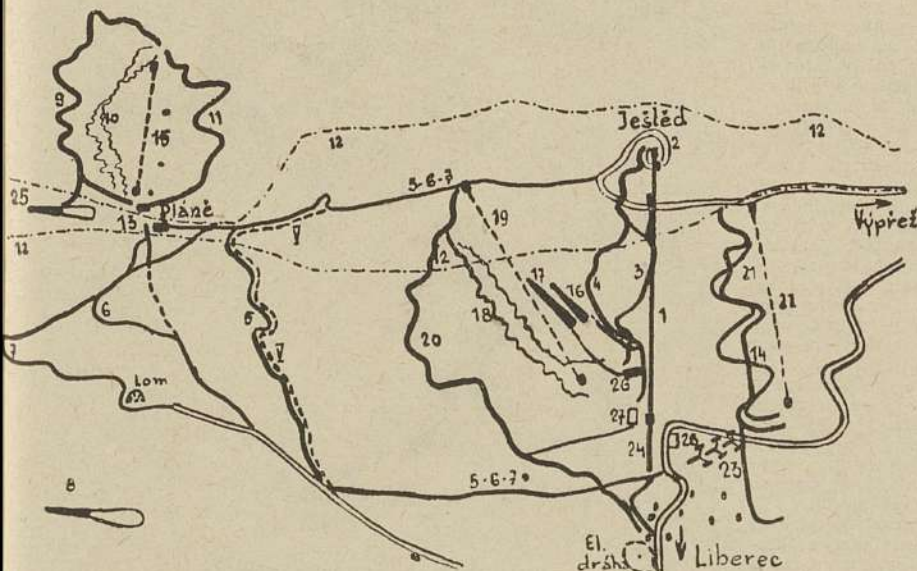
To právě není v Říčkách. Organizační pracovníci věnují přípravě velkou péči, pracují každou maličkost a závody jsou vzorné. Je tam všude i takové klidné ovzduší, bez křičení a rozčilování, jak je tomu většinou u závodů.

Nepokládám za vedlejší ani to, že v malém bujetu lanovky si soudruzi dovedou zorganizovat práci tak, aby nevznikaly návaly, a i když v některých chvílích k většímu náporu došlo, pracují ochotně s úsměvem bez nervozity, bez rušivých výstupů.

Soudruh Čáp doporučuje: jeďte do Říček. Já se také přidávám, ano, jeďte, čekají vás tam nejen krásné lyžařské terény, ale i srdečné ovzduší a milé přijetí těch, kdož mají lyžařinu skutečně rádi.

Marta Kabančíková

Existující zařízení	9. Sjezd pokročilý	Plánované zařízení	21. Bobová dráha
1. Lanová dráha ČSD	10. Slalomový svah lých	15. Lyžařský vlek 400 m	22. Sáňkařský vlek 600 m
2. Hotel »Ještěd«	11. Sjezdovka začátečnická	16. Lyžařský můstek P=70 m	23. Osvětlený svah
3. Obří slalom	12. Standardní běžecké tratě 2 — 5 — 10 — 15 km	17. Lyžařský můstek P=90 m	24. Turistická cesta
4. Sjezdová trať J		18. Slalomový svah	25. Lyžařský můstek P=30 m
5. Sjezdový okruh P		19. Lyžařský vlek 800 m	26. Hotel — Stadión
6. Sjezdová trať P		20. Sjezdová trať SHM	27. Parkoviště
7. Sjezdový okruh H	13. Chaty ČSTV — Pláně		28. Parkoviště
8. Sjezdový okruh I			
9. Lyžařský můstek P=50 m	14. Mezinárodní sáňkařská dráha		



SJEZDOVÁ KOMISE K UPLYNULÉMU ZÁVODNÍMU OBDOBÍ

Nedávno skončené závodní období ukázalo, že ve sjezdových disciplínách jsme nedosáhli výsledků, jaké jsme od našich závodníků-representantů očekávali. Ani úroveň domácích soutěží nebyla taková, na jakou jsme byli dříve zvyklí. Jediné umístění našich dorostenců Petříka, Novotného a Vojtěcha v Rumunsku a vítězství A. Šoltýse v obřím slalomu na Velké ceně Slovenska spolu se dvěma dalšími druhými místy ve slalomu je možno hodnotit jako úspěch.

Proč sjezdové disciplíny stagnují, když masová základna neustále roste a mládež je po technické stránce ve svém průměru daleko lepší, než tomu bylo dříve? V minulém roce jsme dokončili radikálním způsobem omlazování reprezentačních družstev a vypracovali dlouhodobý plán přípravy s cílem dosáhnout výrazného zlepšení na olympijských hrách 1964 a mistrovství světa 1966. Tento plán vychází z ověřeného předpokladu, že vrcholné výkonnosti může závodník dosáhnout za 5 až 6 let úsilovného, kvalitního tréninku. Z tohoto hlediska jsme pro letošní zimu nekládli vysoké cíle, přesto ani tyto přiměřené cíle nebyly splněny. Přitom jsme přesvědčeni o tom, že reprezentační družstva jsou sestavena z těch nejnadanějších, které máme (z perspektivního hlediska) u nás k dispozici a že jejich trénink byl veden trenéry zodpovědně a správně. Plnění tréninkového plánu však bylo narušeno příčinami, které nemohli ani trenér, ani sjezdová komise za pomoci trenérské rady i ústřední sekce odstranit.

■ PŘÍČINY ZAOSTÁVÁNÍ VÝKONNOSTI

Letní příprava proběhla podle plánu, dosažené výsledky podzimních prověrek opravňovaly k nejlepším nadějím. Plán přípravy na sněhu však pro nedostatek sněhu v nejdůležitější etapě tréninku — v listopadu a prosinci — nebyl zdaleka splněn a zajistit náhradu mimo území ČSSR se nepodařilo. V dalším průběhu se sice sněhové podmínky zlepšily, ale vyskytly se další překážky, jako výjimečně nepříznivé počasí, vítr, mlha a velmi často i to, že z různých důvodů (opravy, nezajištění přednosti v provozu), nebylo možno plně využít kapacity lanovek. Pro názornost srovnáme plán přípravy reprezentačních družstev se skutečností. Tak např. družstvo žen mělo do 9. ledna v plánu najezdít 200 km volné jízdy, splnilo 96 km; 300 km sjezdového tréninku, splněno 9 km; šedesát patnáctibrankových slalomů, splněno 50 a absolvovat osm padesátibrankových slalomů, splnilo 2 dvacetibrankové; osm závodů v obřím slalomu, nesplněn žádný a tři závody ve sjezdu, nesplněn také ani jeden. Členové reprezentačního družstva mužů najezdili za celé období průměrně 320 km, ačkoliv plán předpokládal nejméně 1200 km. Stejně tak nebyl splněn zdaleka plán účasti na závodech. Pro zajímavost uvádím, že naši reprezentanti v přípravě na ZOH 1956 najezdili do jejich zahájení 1400 km. Další příčinou slabších výkonů je i nedostatečné vybavení kvalitní výzbrojí. Polovina členů reprezentačních družstev je odkázána na naše lyže zn. Artis speciál. Jaký vliv na umístění v závodě i na kvalitu techniky jízdy vůbec má kvalita lyže bylo už dávno dokázáno. A o tom, že naše lyže zdaleka nedosahují úrovně světového průměru, jsme se už také mnohokrát přesvědčili. Uvedené příčiny zavinily, že naši závodníci mezinárodně neuspěli. Radostnou skutečností však je, že v našich soutěžích se mladým závodníkům, se kterými počítáme do budoucna, podařilo dostat na špičky a v ženách

dokonce loňské dorostenky ovládly pole zcela přesvědčivě. Svědčí to o tom, že nastoupená cesta se zaměřením na mladé je správná, musíme jim však zajistit daleko lepší podmínky než se nám podařilo v uplynulé sezóně. Nezáleží však jen na sjezdové komisi, ale i na všech lyžařských pracovnících.

■ NA KOLEKTIVU A KVALITĚ TRENÉRSKÉ PRÁCE NEJVÍCE ZÁLEŽÍ

Potěšující skutečností je, že přes velkou nákladnost sjezdových disciplín neustále roste masová základna, především mezi mládeží. Ve srovnání s minulými roky se zlepšila i její technická vyspělost. Dostatečně širokou základnu máme. Teď se musíme zaměřit především na výběr nejnadanějších a na jejich výchovu, abychom zároveň s růstem masovosti zajistili i růst špičkových závodníků. Zde by měly sehrát rozhodující úlohu lyžařské základny, jejichž hlavním cílem by mělo být zajištění růstu špičkových závodníků. Při dosavadním značném počtu základen trpí se zbytečně materiální podmínky a tento úkol není možno zajišťovat. Podle našeho názoru by bylo správně zmenšit počet základen a tento menší počet zajistit materiálně i trenérsky. Zkušenosti ukazují, že výsledků je dosahováno tam, kde jsou v oddílech vytvářeny silné kolektivy a kde je tak umožněn kolektivní trénink. Ukazuje se jasně, že takový trénink je daleko efektivnější než trénink individuální. Proto musí být naší snahou vytvářet silné oddíly, schopné zajistit řádně přípravu.

Problém zvyšování výkonnosti je podmíněn kvalitou trenérské práce, která dosud není vždy na potřebné úrovni. Trenéři věnují svůj hlavní zájem organizačním otázkám; zvyšování úrovně svých odborně metodických znalostí už dostatečnou pozornost nevěnují. Je to jistě způsobeno současnou situací v lyžařských oddílech a sekcích, ale nemůžeme se s touto skutečností smířovat. Nedostatečnou odbornou vyspělost je vidět především při práci na sněhu, ale projevuje se jasně i v našem odborném časopise lyžařství, kterého nevyužíváme dostatečně k předávání zkušeností.

Rozvoji sjezdových disciplín by jistě pomohlo zvýšení počtu trenérů z povolání, jejichž práci je vcelku nutno hodnotit velmi kladně, jejich práce však není veřejnosti a často i tělovýchovnými orgány považována za »plnohodnotnou«, a to vede k tomu, že nejsme schopni obsadit plánovaná místa a soudruzi při první příležitosti ze svých funkcí odcházejí. Po vzoru SSSR a dalších socialistických států musíme přejít k hodnocení úrovně práce trenéra především podle výsledků, které jeho svěřenci v závodech dosahují a ne, tak jak je dosud zvykem, hodnotit podle celkového počtu svěřenců.



Za velký nedostatek v práci s mládeží považujeme, že se nepodařilo ustavit a zajistit přípravu družstev mladých. Práce s družstvy mladých se v minulosti velmi osvědčila a v nich vždy rostli budoucí reprezentanti. To platí i o jednorázových soustředěních nejlepších dorostenců. Výjimečné pozornosti zasluhuje kvalita trenérské práce na Slovensku, která má po všech stránkách lepší podmínky k rozvoji sjezdových disciplín než země české. Přesto však mají dosud české země početní i kvalitativní převahu. Zejména u žen je situace na Slovensku naprosto nedostatečná. Ke zlepšení situace na Slovensku by mohli podle našeho názoru pomoci především bývalí reprezentanti po vzoru Josefa Křiží a Oto Krajiňáka. Mnozí z nich však bohužel vidí doposud hlavní cíl ve svém závodění a o trenérskou práci nemají zájem.

■ ÚČAST V ZÁVODECH — DŮLEŽITÁ SOUČÁST DOBRÉHO TRÉNINKU

Úroveň závodníka roste každým absolvovaným závodem, proto je třeba počítat co nejvíce závodů. Každým rokem však počet závodů klesá a bylo tomu tak i letos, i když sněhové poměry byly daleko lepší než v roce minulém. Pořadatelé často závody zbytečně odkládali, měnili termíny konání a nakonec ze 7 plánovaných kontrolních závodů bylo absolvováno 2 a půl. (Závod Osvobození). S technickým provedením letošních nejdůležitějších závodů nemůžeme být spokojeni. Pořadatelé byli sice většinou velmi přísní (což je jistě správné) v dodržování rozpisu po stránce administrativní (datum přihlášek, registrační známky atd.), daleko méně přísní však věnovali dodržování řádu, když šlo o tréninkové jízdy či úpravu tratí. Převážná většina nejdůležitějších závodů, především mistrovství ČSSR, po stránce úpravy tratí nabyla na patriční úrovni a často hraničila s neregulérností soutěže (obří slalom mužů na mistrovství ČSSR). Na druhé straně však bylo mnoho závodů menšího významu (ale s větším počtem startujících) a pořadatelé dovedli zajistit tratě vzorně. Byly to např. závody pořádané TJ Spartak Martin, Slávia VŠ Praha, Spartak Vrchlabí a další. Upravit tratě tak, aby byly přibližně stejné pro všechny závodníky, musí být pro příští rok hlavním úkolem organizátorů závodů. K tomu je nutno zajistit v dostatečném množství výrobu sněhového cementu a naučit se chemickými i jinými prostředky na úpravě tratí pracovat.

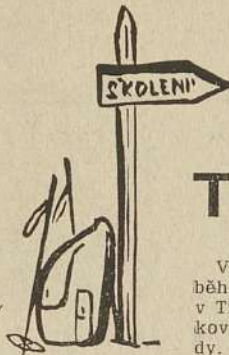
■ KVALITA VÝZBROJE A MATERIÁLNÍ PODMÍNKY TAKÉ ROZHODUJÍ

V minulých letech byla nejvíce kritizována situace na úseku materiálního zabezpečení sjezdových disciplín, především nedostatečná kvalita výzbroje. Nejpalčivější je otázka kvality lyží. Odpovědně můžeme prohlásit, že lyže naší výroby zůstávají za světovým průměrem a výrobní podniky by se měly daleko odpovědněji věnovat vývoji a výrobě závodních lyží. Doposud se též nepodařilo vyřešit otázku, kdo má zajišťovat výstavbu, údržbu a úpravu sjezdových tratí. Podle našeho názoru to patří do povinnosti lanovek, neboť provoz na těchto tratích zajišťuje jejich příjmy. Většinou se tomu však brání, a i když formálně v některých případech souhlasí, není úprava tratí zajištěna proto, že «nejsou» pracovní síly. V otázce úpravy sjezdových tratí by měla zaujmout rozhodné stanovisko i Horácká služba.

Velkou pomocí růstu výkonnosti je získání slev na lanovkách pro nositele výkonostních tříd, tato výhoda by však měla být i na lanovkách ČSD, které dosud o pomoc závodnímu sjezdovému zájmu neprojevíly.

■ VE VŠECH SLOŽKÁCH ZLEPŠIT ORGANIZÁTOŘSKOU PRÁCI

Organizační, metodická práce ústřední trenérské rady trpěla i nevhodným systémem práce, který neodpovídá současnému rozvoji disciplín. I když byla v poměrně velkém rozsahu přenesena činnost do jednotlivých komisí, ukázalo se, že je nutno metodickou a organizační práci v disciplinách přenést důsledně do komisí a zvýšit tak jejich pravomoc, ale zároveň i odpovědnost. Z tohoto stručného zhodnocení je vidět, že se setkáváme s potížemi, jejichž řešení není mnohdy v silách sjezdové komise. Přesto však postupným překonáváním překážek, zlepšením řízení činnosti ve sjezdových disciplínách, užším stykem s předsednictvem lyžařské sekce a účelnějším využitím našich prostředků, můžeme dosáhnout v příštím roce splnění úkolů, které jsme si uložili v plánu práce do roku 1966. Mladých nadaných závodníků, kteří věnují sjezdovému zájmu celý svůj zájem, máme dostatek. Jde jenom o to, abychom jim zajistili takové podmínky, jejichž maximální využití jim umožní zasáhnout do bojů o nejčestnější umístění.



TŘEBOŇ 1962

Ve dnech 8. až 15. července 1962 proběhla v tělovýchovném středisku ČSTV v Třeboni-Doubí druhá část XI. běhu dálkového školení trenérů lyžování II. třídy. Třicet tři frekventantů splnilo podmínky kladené zkušebním řádem a v současné době již přicházejí do našich oddílů lyžování, aby na základě nových poznatků pomáhali zvyšovat úroveň závodního lyžování.

K této skutečnosti je třeba říci několik slov, především k obsahu školení z hlediska potřeb tělovýchovného hnutí v ČSSR. Podzimní zasedání ÚV KSČ a II. sjezd ČSTV výtýčily hlavní zásady pro další rozvoj tělesné výchovy. Před celým ČSTV stojí nyní důležitý úkol zajistit schopné, teoreticky i prakticky dobře připravené trenéry a cvičitele. A právě školení těchto lidí a jeho kvalita jsou rozhodující pro průpravu nových trenérů.

Je pochopitelné, že požadavky na vědomosti a znalosti musí mít vzestupnou tendenci a stejně jako v jiných odvětvích i na poli tělesné výchovy se musíme snažit o zvyšování úrovně školení. K zajištění tohoto úkolu musí svou měrou přispět všichni pracovníci lyžování. A právě na nižších orgánech, sekcích OV a KV závisí, do jaké míry budeme tento úkol schopni plnit. Co bude platná výborná úroveň ústředního školení, když frekventanti přijedou s minimálními znalostmi. Sebelepší snaha přednášejících nemůže překlenout rozdíl mezi znalostmi a požadavkem. Proto je třeba, aby sekce OV a KV pečlivě připravovaly svá školení pro trenéry III. třídy. Dodržovaly přesné rámcové programy a zajišťovaly kvalitní přednášky. Podle dosavadních zkušeností se to však neděje. Zde je nutno poukázat na fakt, že teorie tělesné výchovy je často podceňována. Stále ještě platí zakořeněný názor, že kdo byl dobrým závodníkem je i dobrým trenérem. To ovšem dnes nestačí, chceme-li, aby vinou prakticismu naše závodní lyžování nezaostávalo ještě víc.

Osobnost dnešního trenéra stojí rozhodně výš. Dobrý trenér musí umět ze zkušeností vyvozovat závěry a na základě poznatků teorie tělesné výchovy, fyziologie, psychologie, biomechaniky a dalších oborů předpovídat a určovat svým svěřencům další vývoj a cíle.

Po více než desetileté tradici ustálil se obsah školení trenérů II. třídy ve 150 hodinách, které jsou rozděleny do dvou částí — letní a zimní. Tím je lyžování proti jiným sportům v určité výhodě, protože vědomosti získané v jedné části mohou frekventanti lépe zvládnout. Těchto 150 hodin je rozděleno do pěti částí:

- I. Všeobecná teorie — anatomie, fyziologie, dějiny, pedagogika,
- II. Teorie sportu — dějiny, metodika, plánování, biomechanika,
- III. Prakticko-metodický výcvik — speciální a doplňující,
- IV. Organizované studium,
- V. Zkoušky.

V letošním běhu absolvovalo tento rozsah látky 34 posluchačů, z nichž soudruzi: inž. Horčíčka, Chrostková, Janoušek, Vlček, Wolf a Zemánek prospěli výtečně, dalších 27 dobře a 1 neprospěl.

K 1. lednu 1962 byl počet vyškolených trenérů a cvičitelů a závodníků v 779 oddílech následující:

Trenéři:	Závodníci:
III. třídy 408	I. třídy 594
II. třídy 251	II. třídy 1269
I. třídy 77	III. třídy 1503
Celkem 736	Celkem 3366

Případlo tedy na 1 trenéra 4,5 registrovaných závodníků, což je počet víc než příznivý, uvážíme-li, že běžný počet družstva je 8 až 10 závodníků. Podívejme se však dále. Na XIV. konferenci trenérů podalo hlášení o činnosti jen 164 trenérů I. a II. třídy. To je přesně 50 %.

Za 4 roky činnosti vyškolila Ústřední škola 177 trenérů lyžování II. třídy. Před touto dobou však probíhalo školení dalších sedmi ročníků. Jednoduchým počtem zjistíme, že zde muselo být vyškoleny přibližně dalších 300 trenérů. A zde docházelo k otázkám výběru trenérů pro ústřední školení.

Okresní sekce nepostupují dost zodpovědně, čímž se stává, že mnozí trenéři po absolvování školení nepřenášejí získané vědomosti a nepracují jako trenéři. Představíme-li si, že náklad na vyškolení 1 trenéra je přibližně 2500 Kčs a že v průběhu dosavadních deseti ročníků dálkové školy jich odpadlo přibližně 400, rovná se finanční ztráta asi 1.000.000 Kčs!!!

Je to vážná výstraha k způsobu výběru posluchačů pro příští běh, který započne začátkem července 1963 opět v Třeboni.

JAN VEDRAL, učitel ÚS ČSTV

První lyžařské závody se konaly roku 1879 na Holmenkollenu. Závodilo se v jediné disciplíně — v severské kombinaci, podle naší terminologie ve sdruženém závodě. Od té doby zdolal sdružený závod leckterou překážku, odrazil leckjaký útok. Byla doba, kdy byla kombinace proslavována za «královnu lyžařského sportu». Jaká je situace dnes? Jaké je možno učinit závěry po mistrovství světa (MS) v Zakopaném?

Hned úvodem je nutné přiznat, že sdružený závod byl na MS 62 nejslabší disciplínou jak počtem účastníků v tomto závodě, tak i úrovní. Počet sdruženářů ve srovnání s oběma předchozími mistrovstvími světa v Lahti (37) a ve Squaw Valley (33) sice o něco stoupl (39), avšak v porovnání s účastí v ostatních disciplínách je to růst minimální, možno říci bezvýznamný.

V Zakopaném ukončilo závod 34 sdruženářů. Mezi prvním a posledním závodníkem je více jak 100bodový rozdíl. Nemůže být přesvědčivějšího svědectví o současné slabé úrovni sdruženého závodu! V Zakopaném byli jen 3 výrazní sdruženáři, které je možno označit za závodníky patřící k tzv. světové špičce — oba Norové Arne Larsen a Olle Henrik Fageras a sovětský sdruženář Dimitrij Kočkin.

V žádné z ostatních disciplín nebylo před začátkem bojů tak málo favoritů jako ve sdruženém závodě. Norové a Sověti byli jediní, kdo sdruženému závodě věnovali pozornost a své závodníky připravovali jako na kterýkoli jiný závod. Ve všech ostatních zemích byl a je sdružený závod čím dále tím více opomíjen. Přesto však se zdá, že toto »zanedbávání« není vlastní příčinou přímo hmatatelného poklesu úrovně sdruženého závodu.

Pravou příčinou je patrně nutno hledat v neustále rostoucí specializaci v lyžařském sportu. Výkonnost v jednotlivých disciplínách vzrostla v posledních letech nepředstavitelnou měrou a vyžaduje neustále intenzivnějšího tréninku. Známý norský trenér skokanů Schjelderup po MS 1962 prohlásil, že výkonnost ve skoku stoupla natolik, že mistrem světa v Cortině se mohl stát kterýkoliv ze skokanů s umístěním na 15. až 20. místě v Zakopaném. Zde sdružený závod nemů-

SDRUŽENÝ ZÁVOD A JEHO SOUČASNÝ STAV

že držet krok. Dnešní specifické tréninkové požadavky v obou tak rozdílných disciplínách jako je běh a skok jsou časově tak náročné, že odpadá jeden sdruženář za druhým. Existují jistě ještě sdruženáři, kteří ovládají obě disciplíny téměř stejně dobře, kupř. Larsen, Knutson, Kočkin, Ristola, Prjašin a další. Jejich úroveň přirozeně je podstatně pod úrovní specialistů v té či oné disciplíně.

Je nepochybné, že i nový způsob hodnocení sdruženého závodu, kterého bylo použito již také na MS v Zakopaném, přje specialistům a nepříznivě ovlivňuje hodnocení výkonu skutečného mistra obou disciplín. Tak se kupř. podařilo Japonci Etovi, který zvítězil ve skoku, ale velmi slabě zaběhl, si udržet 10. pořadí v konečné klasifikaci. Švýcar Kälin, vítěz v běhu, se z předposledního místa ve skoku posunul na 14. místo v celkovém pořadí. A Nor O. H. Fageras si svým během dokonce vydobyl bronzovou medaili.

Z hlediska výkonnosti celků mohou být s průběhem letošní sezóny spokojeni jen Norové. Arne Larsen zvítězil ve Falunu a v Zakopaném, O. H. Fageras vyhrál v Lahti a na Holmenkollenu, Torrud Knutson se ve všech větších mezinárodních závodech umísťoval mezi špičkou. Tento řetěz úspěchů byl zastíněn nepříznivou skutečností — neúčastí řady významných sdruženářů na jednotlivých závodech a na MS. Nepamatuje se v sezóně tolik zraněných sdruženářů jako v letošní zimě. Tak kupř. v Zakopaném již nestartovali olympijský vítěz Georg Thoma (NSR), Günter Flauger (NDR), dále vítěz z Holmenkollenu N. Gussakov (SSSR) a další.

V jednotlivcích bývají na prvých dvou místech uváděni Arne Larsen a O. H. Fageras. Larsen dosáhl relativně brzo svou vrcholnou formu, ve které vydržel až do MS. Fageras naproti tomu se dostal do formy později, dominoval však na všech mezinárodních závodech, pořádaných na sklonku sezóny, a to velmi výrazně. Proto bývá Kočkin ve světovém žebříčku uváděn až na 3. místě, přestože je držitelem stříbrné mistrovské medaile. V dalším pořadí bývají jednoznačně uváděni Knutson (Nor.), Prjašin (SSSR) a Köstinger (Rak.). Lars Dahlquist (Švéd.), Pekka Ristola, Martti Maatela (oba Fin.) a Eduard Lengg (NSR) doplňují tabulku prvních 10 nejlepších sdruženářů světa. Z našich závodníků se prozatím nepodařilo žádnému se probojovat mezi přední sdruženáře světa. Největší úspěch prozatím dosáhl Stefan Olekšák, který v Zakopaném se zařadil jako 12.

Je jakýmsi obecným poznáním, že v úrovni sdruženého závodu došlo v posledních letech k nebezpečné stagnaci. Také u nás není situace lepší. Na letošním mistrovství ČSSR startovalo ve sdruženém závodě toliko 19 mužů a dokonce jen 8 juniorů. (!) Mezi prvním a posledním umístěním v kategorii mužů je rozdíl více než 150 bodů, mezi 1. a 8., tj. posledním juniorem více než 100 bodů. To je po všech stránkách velmi špatná bilance, která se plně kryje s vývojem sdruženého závodu v měřítku světovém.

Proti této pesimistické obecné platné bilanci si můžeme říci, že pokud jde o sdružený závod u nás, se situace v poslední době značně zlepšila. Trenéři a sdruženářská komise se nezaměřují již jen na reprezentanty, ale věnují zvýšenou pozornost také mládeži, kterou se snaží zainteresovat a získat pro tuto těžkou a náročnou disciplínu. V této své snaze nezůstali bez úspěchu; ve výcvikových táborech se dnes připravuje již řada nadějných dorostenců.

Patrně již v Innsbrucku se ukáže, jakým směrem vývoj kdysi nejnadhodnější lyžařské disciplíny půjde. Necht však tento vývoj bude jakýkoliv, je nutno si přiznat, že pro československý lyžařský sport ze všech disciplín nejrealnější předpoklady na úspěch má právě závod sdružený. O. KULHÁNEK

ŠTEFAN OLEKŠÁK

V zimě 1943 se dva malí caparti brouzdali sněhem na svahu u Zdlaru ve Vysokých Tatrách. Větší z nich projel na lyžích stopu, vrátil se na kopec, rozšněroval boty, postavil do nich svého mladšího bratra a ten se rozjel. To byl první sjezd, tehdy tříletého Stejana Olekšáka, mistra ČSSR v závodě sdruženém, dvanáctého nejlepšího sdruženáře světa.

Tento první sjezd poznamenal na dlouhou dobu Štejanovo lyžování. Když začal v sedmi letech závodit v přeboru školy, nenašel hned od začátku přemožitele ani v běhu, ani ve sjezdu, ale už tehdy ani ve skoku. První opravdové vítězství přišlo ve čtrnácti letech: prvenství v běhu na 5 km o Cenu plonýrských novín v Mlýnkách v roce 1954. Při studiu na lesnické škole v Liptovském Hrádku nezapomínal na lyže,

jen skákání musel oželet, protože v místě nebyl můstek. Na zimní spartakiádě 1955 měl Štejan pekelnou smůlu. O 8 minut zmeškal start běhu na 5 km a ve sjezdu dokonce — zabloudil. Ale o tom nerad mluví. Přesto se nevzdal a nastoupil ke slalomu. Vidíte, že všestrannost měl od začátku. Smůla ho však neopustila. V prvním kole měl pád, ale to neznáte Štejana. Nevzdal se! A v druhém kole zajel nejlepší čas! Celkově to však stačilo již jen na 10. místo. O rok později už začal sbírat tituly: stal se dvakrát přeborníkem republiky v mladším a dvakrát ve starším dorostu ve slalomu. Na přeborech si však všiml, že sdruženáři velmi špatně skákali, a tu ho napadlo, že by to mohl zkusit v kombinaci. A tak v roce 1957 už se stal nejen přeborníkem republiky ve starším dorostu v běhu na

10 km, ale byl i třetí v závodě sdruženém. Stejně místo obsadil v kombinaci na Zlaté lyži 1957. Rok nato doběhl jako pátý v přeboru staršího dorostu na 10 km a pátý byl i mezi juniory v roce 1959 na 15 km. V Králikách na Bystřičce stanul v roce 1960 mezi juniory na stupních vítězů nejen v běhu na 15 km (kde byl rychlejší než muži), ale i v závodě sdruženém. O rok později opakoval svůj úspěch v kombinaci na 15 km, byl pátý. V Har-rachově 1961 se mu dařilo obsadit třetí místo v kombinaci i v běhu na 15 km! Letos si ve švýcarském Le Brassu vybojoval 4. místo v kombinaci, na mistrovství světa v Zakopaném čestně 12. místo v závodě sdruženém (v běhu 4. a ve skoku 30.), stal se mistrem ČSSR v závodě sdruženém a doběhl pátý na 15 km v mistrovství republiky v Krkonoších a konečně vyhrál kombinaci na mezinárodních závodech v Har-

rachově, kde byl v běhu na 15 km jedenáctý.

Štefan Olekšák, člen Dukly Liberec, je vzorem pro naši mládež nejen svými úspěchy, ale především bojovností v závodě a poctivostí v tréninku. Ve spolupráci s trenérem V. Lahrem cílevědomě zvyšuje svou formu zejména přípravou na umělé hmotě a potom samozřejmě v závodech. Každý, kdo Štejana zná, ví, že ještě neřekl své poslední slovo.



O SNĚHOVÝ KRYSTAL

MEZINÁRODNÍ SJEZDOVÉ ZÁVODY

Většina našich čtenářů jistě zná aspoň názvem Oberwiesenthal jako největší lyžařské středisko v NDR. My sjezdaři jsme měli vřitou a mylnou představu souvisící s tímto jménem: jen a jen lyžařské můstky a samozřejmě i závody ve skoku na nich. Teprve v březnu, když jsme mohli přijmout srdečné pozvání svých nejbližších lyžařských sousedů k účasti na letošním ročníku mezinárodních závodů ve sjezdových disciplínách o »Sněhový krystal«, byli jsme nuceni tuto svou představu řádně poopravit. Lázeňské místo Oberwiesenthal, nejvýše položené město v NDR (914 m), ležící zcela na našich hranicích v Krušnohoří pod Klínovcem (1244 m), je totiž především sjezdařským střediskem. Zde jsou soustředěni nejlepší a nejnadanější sjezdařští závodníci NDR, jakož i nadaní žáci a dorostenci ve dvou ústředních klubech, a to SC Dynamo a SC Traktor. S plnou podporou vládních činitelů podařilo se poměrně velmi brzy cílevědomou a obětavou prací trenérů a činovníků sjezdařské komise lyžařského závodního svazu dosáhnout pronikavých sjezdařských úspěchů i v mezinárodním měřítku. Jména Eberhard Riedel, Ernst Scherzer, bratři Lütendorfové a Illingové, Karl Süß a další již dávno nejsou ve sjezdařském světě neznámá. Naopak! Riedel a Scherzer jsou vysoko hodnoceni na ložském světovém žebříčku FIS nejen ve sjezdu, ale i v obřím slalomu (Riedel je dokonce v tabulkách obřích slalomu hodnocen jako závodník č. 1 s 00 body, při vyhodnocení z jednoho závodu). A že jsou všichni sjezdařští reprezentanti NDR i letos ve výborné formě, to nám až příliš přesvědčivě prokázali na naší letošní Velké ceně Slovenska, kde vyhráli, co se dalo! Rádi jsme proto přijali jejich pozvání, abychom si s nimi mohli ještě jednou porovnat výkonnost našich závodníků. Vzhledem k tomu, že se závod v Oberwiesenthalu jel ve stejném termínu jako Memoriál Br. Czecha v Zakopaném, rozhodla se trenérská rada, že dá příležitost i některým mladým nadějným závodníkům.

Přestože Oberwiesenthal leží přímo pod Klínovcem za naší hranicí, neměla ani naše malá výprava s pěti mladými závodníky (Jandou, Kolouškem, Uhlířem, Janem Čermákem a dorostencem Muttlem) nijak krátké cestování. Museli jsme jet vlakem z Prahy do Drážďan, odkud nás již naši pozorní hostitelé odvezli těch 130 km do Oberwiesenthalu malým autokarem.

Traf obřích slalomu, jejímž autorem byl bývalý reprezentant NDR Rochus Wagner, měla 47 branek. Postrádala přirozených, terénních rozmanitostí a obtíží, neboť vedla v celé

své délce přímo v širokém průseku lanovky. Byla dlouhá asi 1800 m, s výškovým rozdílem asi 300 m. Naši závodníci měli vesměs velmi dobré vylosování, neboť v první skupině byli losováni vždy 4 závodníci z Rakouska, NDR a naši, zatímco zbývající 1 náš a 1 rakouský závodník utvořili pak spolu s 3 závodníky NDR malou meziskupinu. Bylo obdivuhodné, s jakou bojovností jeli tento závod všichni reprezentanti NDR, i když se jim také jednalo o výsledek rozhodující případně o jejich účasti na třítydenním zájezdu do Rakouska. Velmi odvážnou, až skoro riskantní jízdou »hop nebo trop« zajel domácí reprezentant Eberhard Riedel nejlepší čas 90,9 vt. Také na 2. a 3. místě se umístili známí reprezentanti NDR, Ernst Scherzer a mladý Peter Lütendorf, a to v časech vždy jen o 7 desetin vteřiny horších (91,8 a 92,5 vt.). Teprve 4. a 5. místo obsadili dva mladí reprezentanti Rakouska, Rupert Salzmann (93,0 vt.) a Gottfried Schafflinger (93,2 vt.). Žádnému z našich mladých závodníků se nepodařilo zajet »svou« jízdu, i když měli všichni tu největší snahu dosáhnout co nejlepšího výsledku. Nejlépe jel Janda a skončil časem 97,7 vt. až na 12. místě. Koloušek byl celkem 15. (99 vt.), Čermák sedmnáctý (101,2 vteřiny), a dorostenec Muttel devatenáctý (102,8 vt.). Uhlíř vynechal branku postavenou ve stínu u lesa, a byl proto diskvalifikován, stejně jako i Rakušan Schaller a známý reprezentant NDR Werner Lütendorf. S výsledky jsme pochopitelně nebyli zatím spokojeni, vždyť jsme neměli v prvních deseti ani jednoho našeho závodníka, zatímco Rakušané čtyři a NDR dokonce šest! V závodě startovalo »pouze« 45 závodníků, tedy jen asi poloviční počet startujících, který bývá obvykle k podobným meziná-

rodním závodům připuštěn u nás.

Za krásného slunečního počasí jel se druhý den slalom. Byl poměrně velmi rychlý v horním úseku, v dolním pak v důsledku poměrně měkkého sněhu nebezpečný, a tak nakonec bylo klasifikováno pouze 28 závodníků, když 10 jich muselo závod vzdát a 9 jich bylo diskvalifikováno. Mezi postiženými byli tentokrát kromě 3 rakouských reprezentantů i vítěz obřích slalomu Eberhard Riedel, z našich pak Janda a Muttel. Janda měl tentokrát opravdu smůlu, když po vynikající jízdě v celé trati narazil před cílem špičkou lyže do slalomové tyče tak prudce, až mu nezáhodnou »zapracoval« Marker. Ani ostatní nešli špatně, ale na vyježděné reprezentanty NDR a zkušenější Rakušany, zvláště Schafflingera, přece jen nestačili. I tak ale splnili při tomto svém prvním zahraničním startu svůj úkol, zvláště Koloušek svým 6. místem ve slalomu a 7. v kombinaci prokázal, že i s ním je možno vážně počítat pro další reprezentaci. Mladíček Jan Čermák (bratr známého našeho býv. reprezentanta Evžena Čermáka) jel sice celý závod ještě dosti s respektem, ale i jeho 13. místo ve slalomu i kombinaci splnilo vcelku naše očekávání.

Téměř všichni reprezentanti NDR nám opět ukázali vysoce bojovné jízdy v obou kolech. Scherzer znovu potvrdil svou letošní výbornou a spolehlivou formu a vítězstvím ve slalomu získal po diskvalifikaci Riedela i celkové vítězství v kombinaci.

Vcelku můžeme tento závod označit za velmi zdařilý a přáli bychom si jen, aby se i další naši mladí závodníci mohli zúčastňovat takovýchto startů, které by jistě pomohly urychlit růst jejich výkonnosti.

ANT. HUSÁK

■ Celkový pohled na zimní středisko Oberwiesenthal



I. ČSSH – nový radostný úkol

Československé sportovní hry jsou novým přesvědčivým důkazem péče o další rozvoj sportovní činnosti. Soutěže I. ČSSH pro svůj mimořádný význam jsou nejdůležitější tělovýchovnou událostí předolympijského roku 1963. Podřizuje se jí ostatní sportovně technická činnost na úseku sportů.

Zvláštností I. ČSSH bude soutěžení kolektivů, tj. vybraných reprezentačních družstev okresů a krajů. Soutěže ČSSH budou organizovány odděleně od pravidelných mistrovských a přebornických soutěží, ale ve vzájemné koordinaci. Budou vhodně spojovat nejrozsáhlejší nábor nových sportovců s dokonalým výběrem pro postupové soutěže. V základních kolech bude startovat co největší počet účastníků. Z této široké masové základny budou vhodným způsobem a výběrem vedeni nejlepší sportovci přes okresní a krajská kola do celostátního finále. Finálové soutěže Československých sportovních her ve vybraných sportech, mezi něž patří také lyžování, ukáží stav příprav na olympijské hry 1964. Mezi mládeží pomohou najít jednotlivce a družstva, která se budou systematicky připravovat na olympijské hry 1968.

Při organizačním a hospodářském zabezpečení základních kol se využije všech dobrých zkušeností s pořádáním velkých tělovýchovných akcí. V nejširší míře se bude rozvíjet obětavá práce pořadatelů i ostatních společenských organizací a plně se využije také pomoci národních výborů, škol, rodičovských sdružení a jiných společenských organizací. Na zajištění se budou podílet desetitisíce dobrovolných organizátorů, cvičitelů, trenérů a rozhodčích. Stranou nezůstane jistě nikdo. Vždy bude třeba upravovat sportoviště, poskytnout pomoc, až se bude zajišťovat ubytování v internátech a školách, při stravování v závodních jídelnách nebo při dopravě podnikovými vozy.

Vytvoříme v lyžování veškeré předpoklady, abychom tento veliký a významný úkol, jakým jsou pro celé tělovýchovné hnutí I. Československé sportovní hry, úspěšně zvládli.

ST. OLEKSAK,
člen
reprezentačního
družstva

AKO TRÉNUJÚ ZDRUŽENÁRI V DUKLE

Združený pretek v Dukle Liberec má dobrou tradíciu. V posledných rokoch tento lyžiarsky oddiel vychovával celý rad reprezentantov. Nateraz tvorí základ reprezentačného družstva. Táto úspešná práca je výsledkom dlhodoobej, cieľavedomej a plánovitej činnosti celého kolektívu a dobrých podmienok, vytvorených v armádnom športovom celku. Ako prebieha celoročná príprava?

Združený pretek sa skladá z dvoch rozdielnych disciplín: behu — približne vytrvalostného charakteru, a skoku — kde sa uplatňuje rýchlosť a výbušnosť. Obidve disciplíny si žiadajú človeka pohybove nadaného, vybaveného dobrým fyzickým fondom. So zreteľom na tieto faktory plánujeme spôsob celej našej prípravy. Pretože väčšina našich príslušníkov je členmi reprezentačného družstva, plán prípravy sa robí v spolupráci so štátnym trénerom.

Naš celoročný plán možno rozdeliť na štyri obdobia:

I. Prvé obdobie — to je prechod z pretekového obdobia do aktívneho odpočinku. Začína sa podľa snehových pomerov približne koncom marca. Účelom tohto obdobia je zníženie fyzického zaťaženia a tréning vedieme formou všestranného lyžiarskeho výcviku. Nesmie však viesť k nečinnosti, aby sme nestratili fyzickú a pohybovú kondíciu. Zamierujeme sa na zdokonalenie techniky behu a skoku. Jazdíme hodne v teréne na zjazdovkách a bežkách. Podľa možnosti sa snažíme hrať loptové hry. Neskôr robíme málo intenzívne behy v teréne.

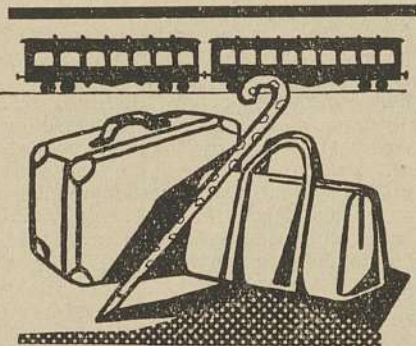
II. V druhom období (jún—júl) sa zameriavame na všestranné posilnenie organizmu, na získanie rýchlosti a rýchlostnej vytrvalosti. Beháme krátke vzdialenosti, 50, 100, 150 a 200 m. Rýchlosť trénujeme na dráhe i v teréne. Beháme v lese prípadne intervaly (nie maximálnym úsilím). Robíme ľahkú atletiku, posilňovanie, hry, plávanie, gymnastiku a špeciálne skokanské cvičenia. Vo forme turistiky robíme výlety na bicykloch a na vode.

III. V tretom období (august) až do prvého snehu pokračujeme vo zvýšených dávkach v tréningu rýchlosti a rýchlostnej vytrvalosti a zaraďujeme vytrvalostný tréning. Intenzita tréningu je v tomto období najväčšia. Robíme rôzne špeciálne posilňovacie a skokanské cvičenia. V tomto období trénujeme skok na umelej hmote. Tiež používame bežeckú umelú hmotu — to však nie je hlavnou bežeckou tréningovou náplňou, ale iba ako napodobňovacie a posilňovacie cvičenie svalových partií, ktoré pracujú pri behu na lyžiach.

IV. Dalšie obdobie — pre lyžiara najväčšie — je príprava na snehu. Asi štrnásť dní pred príchodom na prvý sneh znižujeme tréningové dávky, aby si organizmus trochu oddychol a aby bol pripravený na iný druh športového pohybu. Samotný prechod na sneh musí byť opatrný a prekladaný cvikmi, ktoré sme robili na suchu. Spočiatku jazdíme pomaly, hlavne so zameraním na techniku. Dobré je jazdiť na výlety, aby sme si celkovo zvykli na pohyb na lyžiach. Potom sa postupne začínajú jazdiť rýchlejšie úseky, až sa prejde k intervalovému tréningu. Keď možno skákať na snehu, pol dňa venujeme skoku a pol dňa behu. Keď nie je možné skákať, venujeme sa viac behu a robíme nápodobivé skokanské cvičenia. Potom príde pretekové obdobie a samotný pretek pokladáme za najkvalitnejší tréning. Deň pred pretekom už netrénujeme a venujeme ho prehliadke trate a tiež obyčajne býva tréning skoku.

V závere by som chcel ešte povedať, že všetci naši združení sú dobrí bežci, ale potrebovali by zlepšiť výkony v skoku. Treba sa preto viac zamerať na špeciálne skokanské cvičenia a väčšiu pozornosť venovať samotnému skoku — tak na umelej hmote, ako aj na snehu.

Je to veľmi stručný prehľad našej prípravy, ale myslím, že stačí, aby si mladí pretekári mohli urobiť obraz o tom, ako sa pripravujeme, a aby si z toho mohli vybrať niečo, čo by prispelo ku zvýšeniu ich športovej výkonnosti.



ZAVAZADIA

po dobu cest a prechodného pobytu
pojišťujeme proti odcizeniu, poškodeniu,
zničeniu a proti ztrátam. Prihláste sa
o pojištenie u našich inspektorátov
a u pokladen ČSD

STÁTNI POJIŠŤOVNA

MANUÁLNÍ PRÁCE – NEJLEPŠÍ PROSTŘEDEK K ZÍSKÁNÍ SÍLY

BOH. MALEŇÁK, trenér
Rožnov p. Radhoštěm

Často se v poslední době hovoří o tom, jak správně získat sílu, která je jednou z podstatných pohybových vlastností sportovců a na základě které se snadněji rozvíjejí ostatní vlastnosti, jako je rychlost, obratnost a vytrvalost.

Metody, jak získat sílu u sportovců, jsou v podstatě dvě. Jednu metodu bychom mohli nazvat přirozenou a druhou umělou. Přirozenou metodou získání síly je manuální práce, umělou metodou je celý komplex nám známých posilovacích cvičení, o kterých se už dost napsalo, které naši trenéři znají a uplatňují. Síla byla těmito prostředky u většiny výborných sportovců nacvičena a taky většina vynikajících sportovců vděčí za své úspěchy tomu, že vhodným posilovacím cvičením sílu získali.

Málo sportovců však používá k získání síly manuální práce. A právě tato práce je daleko vhodnějším prostředkem k získání síly, zvláště u lyžařů. Příkladem v tom nám mohou být závodníci severských států. Řada z nich si zvolila za své zaměstnání práci v lese a v zemědělství. I u nás jsme měli a máme příklady toho, jak výhodné je pro dobré lyžaře, když pracují manuálně. Závodníci starší generace Zajíček, Balvín, Dvořák, Cardal, Vrána a z mladších Kolařík, Nüsser, Melich dokázali, že tvrdá práce je nejlepším prostředkem k získání síly, která je nezbytná pro maximální výkony ať už v běhu, v závodě sruženém, nebo ve skoku. V poslední době

však hodně našich předních lyžařů vyhledává lehčí zaměstnání a neuvědomují si, jakou chybu dělají, jaké výhody má přirozená cesta k získávání síly. V prvé řadě nezabere trénink tolik volného času v případě, získáváme-li sílu přímo v zaměstnání. Takový trénink má také dobrý vliv na nervovou soustavu závodníků. Při samoúčelném získávání síly pomocí posilovacích cvičení dochází často u závodníků k přetřetí, nebo dokonce k přetrénování. Naopak po dobře vykonané těžké manuální práci se cítí závodník velmi spokojen – má radost z toho, že vytvořil svou práci určitou hodnotu pro společnost, a má radost také z toho, že má splněnou nejtěžší část ze svého každodenního tréninku – nácvik síly. Tato duševní pohoda je velmi důležitá právě k tomu, aby nedošlo k přetrénování. Důležitý je také ten fakt, že ostatní spoluobčané a spolupracovníci závodníka dovedou ocenit dobře vykonanou práci, ale na druhé straně ti nezasvěcení poukazují na samoúčelné cvičení a mají jej za podivína. V zaměstnání je také síly získávána soustavně a pravidelně. Tato soustavnost a pravidelnost má dobrý vliv na trvanlivost a kvalitu získané síly. Další předností této metody je, že se sportovec pohybuje na čerstvém vzduchu a často i za nepříznivého počasí. Tím získává otužilost, chrání jej před různými nemocemi, které nám vyřadí sportovce v rozhodných a důležitých závodech.

DOPORUČUJEME

trenérům a cvičitelům

Ve Sportovním a turistickém nakladatelství vyšla pěkná kniha od sovětských autorů Jakovleva, Korobkova a Jananise pod názvem Fyziologické a biomechanické základy sportovního tréninku. Úkolem této knihy je ukázat na vědeckém základě existenci obecných zákonitostí ve sportovním tréninku a zdůraznit neoprávněnost snahy nalézt jednotné recepty na zvýšení výkonnosti. Současně se autoři zabývají otázkami vytváření správných pohybových návyků, fyziologickým a biomechanickým zhodnocením tréninkových metod a uvedení zásad přípravy tréninkových jednotek i jejich plánování a charakteristikou stavu trénovanosti.

Knihu dostanete v obvyklém knihovním prodeji nebo poštou na dobírku na adresu: STN – odybt, Klimentovská 1, Praha 1.

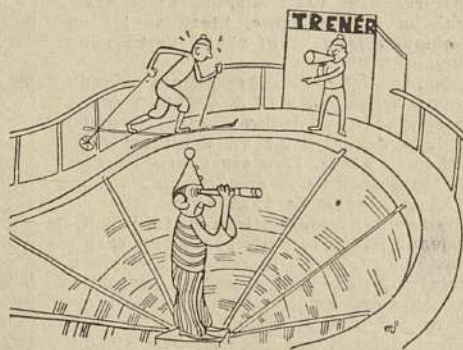
Další novinkou, kterou připravuje STN, je kniha, kterou uvítají především cvičitelé a vedoucí mládeže. Jmenuje se Lyžujeme v terénu a jejím autorem je známý lyžařský pracovník J. Houdek.

V knize najdete výstižný instruktažní popis pohybu na lyžích v terénu, vhodného vybavení, bezpečnosti i základní metodiky.

Kniha je vyzdobena Hecklovými fotografiemi a je určena těm lyžařům, které neuspokojuje »hoblování« loučky vedle chaty. Vyjde koncem letošního roku.

ZLEPŠOVACÍ NÁMĚTY

jejichž úkolem je přispět k zlepšení tréninkových podmínek našich závodníků v přípravném období.



PRO BĚŽCE:

Namísto za polární kruh na nestváru Lochnes (koncem listopadu mají již po posvicenské sezóně).

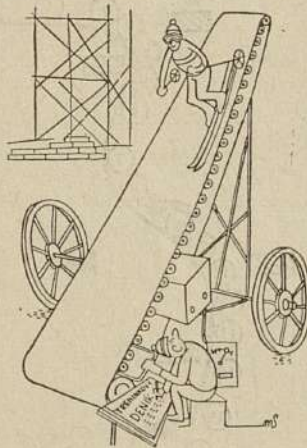
Výhody: — trenér je v neustálém kontaktu se závodníkem, který běhá na místě jako cyklista na válcích
— možnost regulování rychlosti i sklonu svahu
— poměrně levný provoz a možnost tréninku i v nejzapadlejší vesnici

PRO SJEZDAŘE:

Do Zmrzlé doliny? Do Alp? Ne, na transportér. Je to levnější.

Výhody:

- Je všude a zedníci až na několik výjimek nepracují přes čas
- rychlost i sklon až do maxima (80 km a 80°) řídí si trenér a současně za jízdy vytýká chyby
- náhlým střídáním rychlosti dosáhneme pocitu nestejného druhu sněhu.



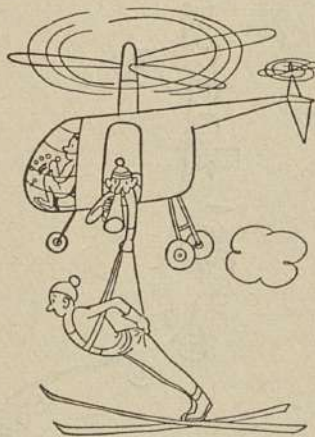
Poznámka redakce: Nevyřešená zůstává otázka vhodného mazání.

PRO SKOKANY:

Je finančně nejnáročnější, ale má své přednosti zejména ve spojení s umělou hmotou.

Výhody:

- Umožňuje masový trénink většího množství skokanů (vrtulníků je poměrně dostatek)
- zaručeně bezpečný let vzduchem včetně doskoku s možností i za letu vzduchem opravovat chyby a radit se s trenérem.



Kreslil: M. Slejška

TECHNIKA SLALOMOVÉ JÍZDY

Kinogram a kreslený graf znázorňují osmibrankový úsek spodní části trati druhého kola slalomu, který se jel na Hřebienku jako první závod Velké ceny Slovenska 1962.

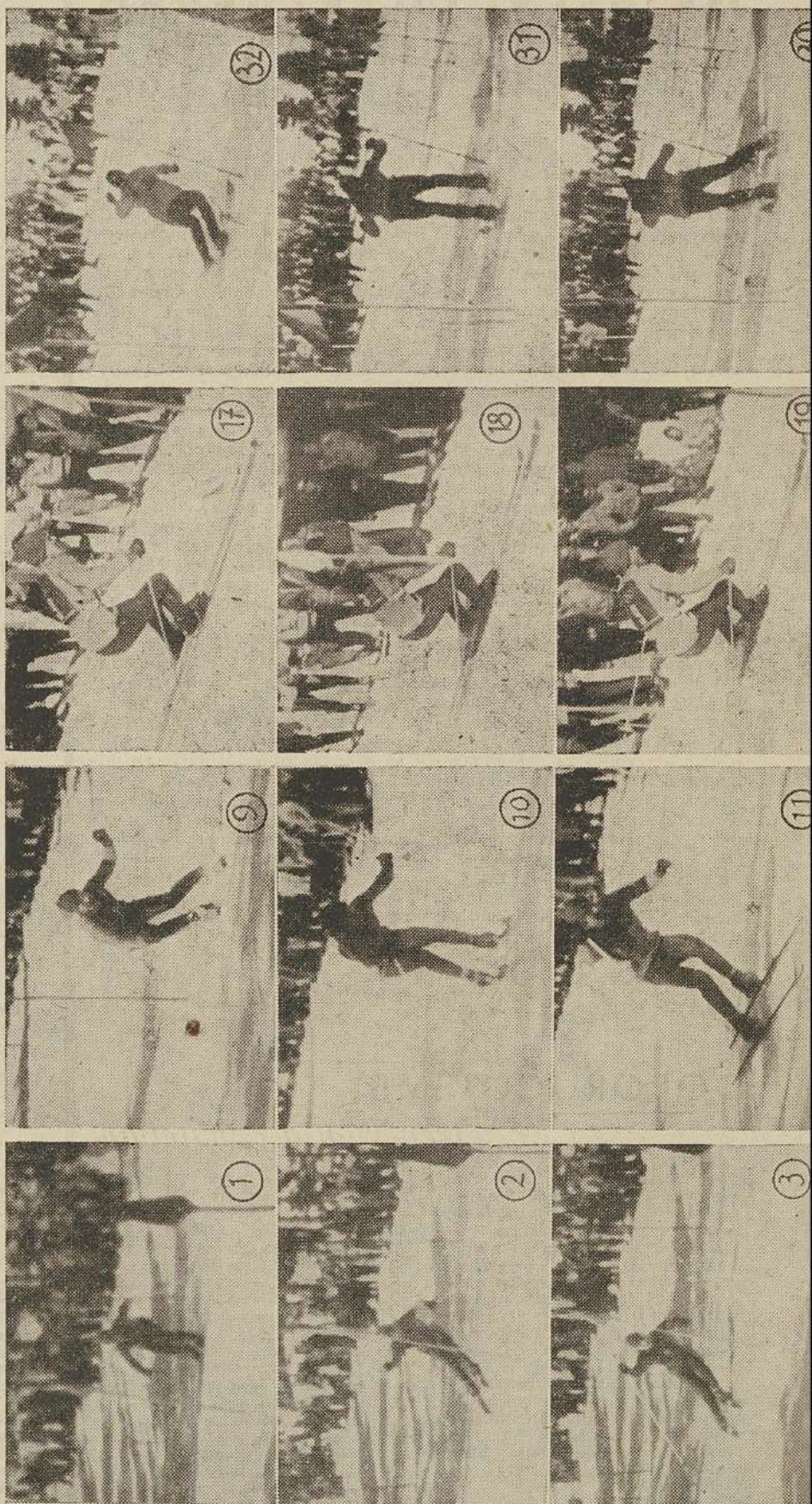
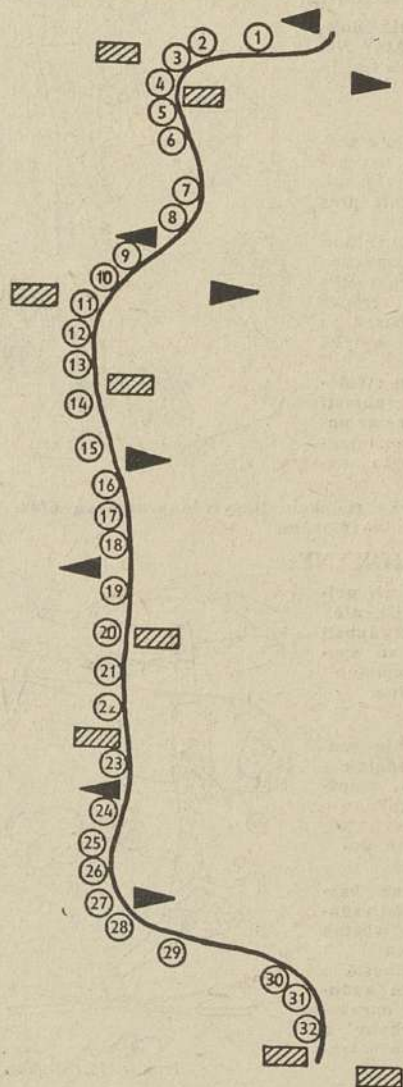
Zachycují jízdu vítěze tohoto závodu Ernsta Scherzera z NDR, ve které »ujel« našemu Zbyňkovi Mohrovi, který se umístil jako druhý, o 3,7 vt. V obou kolech celkem o 6,7 vt. (Pro srovnání: Scherzer jel tento úsek za 15 vt., Zbyněk Mohr za 15,08 vt., Janda za 16,25 vt.)

Pro snazší orientaci jsou místa, kde byly jednotlivé fáze jízdy závodníka zachyceny na kinogramu, označena v grafu stejným číslem jako příslušné fotografie.

Úsek nebyl zvlášť technický, měl sklon 15 až 20° a tvrdý sníh.

Technicky nejnáročnější byl střední úsek čtyř zavřených branek. První dvě tvořily roztáženou, druhé dvě normální vlásenku a byly postaveny téměř po spádnicí.

Na Scherzerově jízdě je po technické stránce charakteristické mimo jiné důsledné přenášení váhy těla na vnější lyži v zatáčkách (7, 15, 16, 31), spojované s odrazem a odšlápnutím, úzká stopa v brance (8, 13, 19, 25, 27), nízký sjezdový postoj v přímé jízdě (20, 21, 22), dostatečný předklon, dobrá práce paží a přesné najždění branek.



Y V ZAVŘENÝCH BRANKÁCH



NEJČASTĚJŠÍ ÚRAZY A NEHODY PŘI LYŽOVÁNÍ

MUDr. JAROSLAV ČERMÁK

Podle vlastního sledování úrazovosti na 60 zimních výcvikových kurzech vysokých škol, při nichž bylo v pozorování na 4000 osob, se ukázalo, že při nezávodním lyžování dochází k úrazům poměrně často (až 6,1%). Věnujme proto pozornost příčinám jejich vzniku a možnosti zábrany.

Uvedené procento úrazů je vysoké přesto, že při uvedených kurzech byl výcvik veden vesměs zkušenými instruktory. Při neorganizovaném lyžování může být počet úrazů ještě větší. (Mnoho lyžařů, kteří jezdí na hory, nemá dostatek vlastních zkušeností, které by jim pomohly se úrazů vyvarovat.) V celostátním měřítku se ukazuje, že úrazovost z nejrůznějších příčin stále stoupá a její následky se vážně odrážejí v našem hospodářském životě. Snižt jejich počet na minimum je náš základní úkol.

Při několikadenním pobytu na horách (8 až 10 dní) dochází k úrazům nejčastěji druhý den, jak je patrné z grafu číslo 1. Během dalších tří dnů je úrazovost přibližně o 10% nižší. Od pátého dne pak podstatně klesá.

Ukazuje se, že největší počet úrazů vzniká v době, kdy organismus není ještě schopen zvládnout všechny nové podmínky. Z dalších příčin se uplatňuje jak změna prostředí a změněné uspořádání dne se zvýšenou fyzickou námahou, tak často i povětrnostní podmínky. V průběhu několika dní se organismus na tyto změny přizpůsobuje a vypořádá se s nimi daleko lépe než v prvních dnech.

Úrazy postihují převážně dolní končetiny, daleko méně končetiny horní, hlavu a trup (tabulka 1). Z úrazů dolních končetin jsou nejčastější zranění kloubů (tabulka 2). Postihují častěji kolena než kotníky.

Podvrtnutí kolene bývá provázeno velmi často menším nebo větším zraněním vnitřního postranního vazy. Tomuto typickému lyžařskému zranění je nutno věnovat pozornost. Není-li možné, aby úraz posoudil lékař, do-

poručujeme, aby postižený zůstal nejméně půl dne v klidu, než se rozhodne, zda jej můžeme nechat dále lyžovat. Pro zranění kolene je totiž typické, že příznaky se vyvíjejí pomalu i řadu hodin. Často můžeme celý rozsah posoudit až druhý den. Na noc podkládáme koleno stočenou pokrývkou nebo tepláky, abychom zajistili alespoň částečně jeho klid v přirozené poloze. V noci toto zranění činí obvykle největší potíže. Při zachování klidu dáváme na zraněný kloub studené obklady. Stahování pružným obinadlem, jak to často vidáme, není vhodné. Omezuje tím krevní oběh a při zvětšování otoku obvaž bolest zvětšuje.

Stejně zásady platí i pro ošetřování podvrtnutí kotníku. Mělo by být pravidlem, že tam, kde po úrazu kot-

dolní končetiny	83,0 %
horní končetiny	9,2 %
hlava a krk	4,8 %
trup	3,0 %

Tab. 1. Postižení jednotlivých částí těla úrazy při lyžování

ník otéká, nebudeme dále lyžovat. I pro zkušeného lyžaře je někdy obtížné, rozhodnout bez rentgenologického vyšetření, zda se jedná jen o krevní výron do kotníku, nebo o jeho současné nalomení nebo zlomení.

Každé zranění vyžaduje pro hojení klid. Pro zranění vazivého aparátu kloubů tato zásada platí dvojnásobně. Vazivo kloubů ztrácí svou normální pevnost; kloubní pouzdro a vazy se mohou při zatěžování vytáhnout. Proto po špatně léčených nebo zanedbaných podvrtnutích vzniknou často takzvané volné klouby. Jsou pak méně odolné proti podvrtnutí, ke kterému pak chronicky dochází. Je to značný handicap nejen pro lyžování, ale i pro většinu ostatních sportů. Ženy, které mají normálně volnější klouby než muži, bývají postiženy častěji.

Zlomeniny jsou při lyžařských úrazech podstatně méně časté a činí asi

11% všech úrazů. Zlomeniny dolních končetin asi 8%. Postihují více vyspělejší lyžaře, kteří lyžují v náročnějších terénech a někdy i více riskují než začátečníci. Bývají považovány za nejmávanější lyžařské úrazy. Není to vždy správný názor, zvlášť, jde-li o zlomeniny jednoduché, jež se

Podvrtnutí zlomeniny	67,0 %
zhmoždění a povrchní zranění	7,8 %
zranění svalů a šlach	5,6 %
	0,9 %

Tab. 2. Rozdělení lyžařských úrazů dolních končetin podle druhu

při správném ošetření vždy dokonale zahojí. Naproti tomu zranění kloubů, která se tak často zanedbávají, mohou zanechat trvalé potíže.

Rezné rány o hrany lyží jsou poměrně vzácné. Setkali jsme se však i s několika vážnými zraněními tohoto druhu. Při pádu v hlubokém sněhu si lyžař přejel ruku a došlo k přerušování šlachy natahovače palce. Stejně tak může dojít k hluboké řezné ráně na bérce. Tato zranění vznikají jen o přesazené a ostré hrany. Upozorňujeme, že přesazené hrany jsou pro začátečníky nevhodné.

Literatura: J. Čermák, Teorie a praxe TVS, 6, 98—107, 1958. Handzo a spol., Teorie a praxe TVS, 2, 551 až 561, 1954. O. Mock: 12 Jahre Skiarzt über 1000 m. Thime, Leipzig, 1936.

Až se zima zeptá...

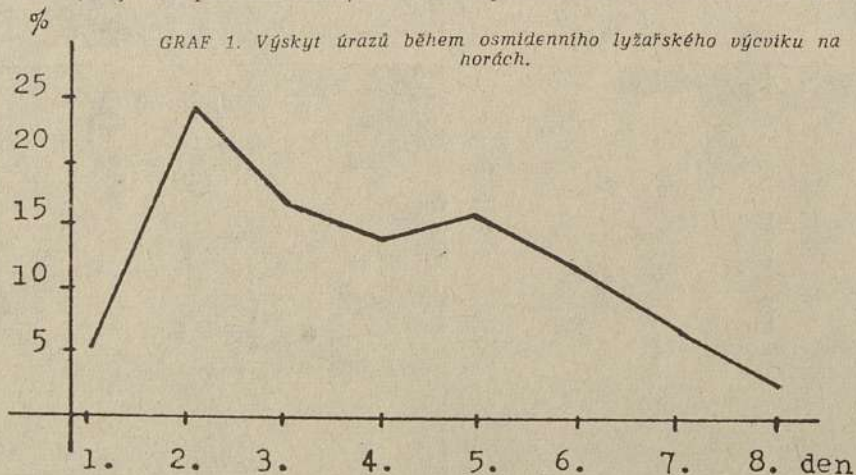
My lyžaři jsme národ věčného ruchu. V zimě na horách, v létě na vodě nebo u vody. Někdy jsme i národem nespokojenců.

Vzpomínáte, když v zimě bylo málo sněhu a vy jste si to jeli po špindlerovské sjezdovce jak jste hubovali na pařezy a díry, zkrátka na špatnou úpravu tratě? Dávali jste vinu správe stadiónu, že to nedá upravit. A teď jsme přátelé u toho. Kdo to však má upravit. Olda Balcar to sám upravit nemůže, ani správce chaty na stadiónu, ti mají jinou pracovní náplň. A tak zbýváme my, kteří na hory jezdíme a užíváme zařízení stadiónu. Na vodu je chladno, nebo není dobrá »parta«, a tak se nám zde naskýtá příležitost využít kus své dovolené v koutech našich hor a udělat tam dobrou práci nejen pro sebe, ale pro všechny, kteří do hor jezdí. A nebojte se, že vám bude zima. Zahřejete se pěkně a ne jednou! Jednou to bude, až budete ze sjezdovky dobývat pařezy a podruhé při pomyslení, že ten pařez co byl v cestě anebo ta strouha na traverzu nebude už v zimě vám ani jiným na překážku.

Nezapomeňte se proto přihlásit na brigádu do Špindlerova Mlýna. Ubytování, stravování a dopravu vám zajistí Správa stadiónů. Bližší informace dává inž. Jindřich, ÚV ČSTV, Praha, tel. 249841.

O. KLÁŠTERKA,
ústřední komise pro výstavbu
a plánování

GRAF 1. Výskyt úrazů během osmidenního lyžařského výcviku na horách.



HODNOCENÍ SJEZDOVÝCH VÍCEBOJŮ

Ústřední komise rozhodčích (ÚKR) připravuje vydání nových výpočtových tabulek pro sdružené závody. Tyto tabulky navazují na tabulky FIS, přijaté v Madridě a užívané v letošním roce již na všech větších mezinárodních závodech včetně mistrovství světa. Tabulky nebudou převzaty v celém rozsahu, nýbrž jen pokud budou vyhovovat potřebám lyžařského sportu v naší zemi. V tomto článku se nemíním zabývat otázkou, co z tabulek FIS včetně jejich používání bude převzato do našich tabulek a co nikoliv, o tom bude ve vhodnou dobu referováno ve zvláštním článku. Tyto řádky jsou věnovány dílčí otázce, která v letošní zimě nabyla jisté aktuálnosti, ba mohla dokonce vyvolat nezdramou polemiku. Jde o hodnocení sdružených sjezdových vícebojů podle nových tabulek, přesněji řečeno o praktické použití těchto tabulek při bodovém výpočtu.

Nově platný mezinárodní soutěžní řád (MSR) pojednávající v § 141 o výpočtu výsledků sjezdových závodů se na tabulky FIS pouze odvolává, způsob jejich praktického použití však nepředepisuje. V minulosti se ustálila praxe, že se na všech větších závodech při bodovém vyhodnocování v každém jednotlivém závodě vycházelo z nejlepšího času dosaženého v příslušném závodě, přičemž bylo podmínkou, že závodník, z jehož času se vycházelo, musel být hodnocen také v ostatních závodech sjezdového víceboje. Pokud vítěz některého závodu byl v jiném závodě víceboje diskvalifikován nebo k některému z dalších závodů nenastoupil, muselo bodové vyhodnocení příslušného závodu být provedeno podle nejbližšího, nejlepšího času závodníka, který absolvoval celý sdružený závod a byl v něm vyhodnocen.

V letošním roce pořadatel velkých mezinárodních závodů v alpské oblasti opustil dosavadní praxi a při bodovém vyhodnocování sjezdových vícebojů vycházeli v každém závodě víceboje z času vítěze bez ohledu na to, zda tento vítěz byl hodnocen ve všech závodech víceboje. Jak se ukázalo — ÚKR konzultovala v této otázce předsedu tabulkové komise FIS inž. Hartwagnera — má nová praxe bodového vyhodnocování sjezdových sdružených závodů nepřímou souvislost se zrušením tzv. alpské kombinace, pro kterou jak mezinárodně, tak i u nás platila pravidla zvláštní.

Federace rozlišuje mezi vícebojem, skládajícím se ze 2 nebo ze 3 samostat-

ných závodů, se samostatným losováním a bodovým vyhodnocením a mezi zrušenou alpskou kombinací, ve které sjezd a slalom tvořily část závodu. Ve víceboji 2 nebo 3 samostatných závodů — nový MSR nezná žádný jiný druh sdruženého sjezdového závodu — obdrží vítězové jednotlivých závodů 0 bodů, ostatní závodníci jsou bodově ohodnoceni podle příslušných tabulek; pořadí závodníků ve víceboji je určováno součtem bodů každého z nich, dosažených v jednotlivých závodech víceboje. Přitom nerozhoduje, jestliže některý z vítězů byl v jiném závodě víceboje diskvalifikován nebo nenastoupil ke startu. Při bodovém vyhodnocení závodu se tudíž v každém případě vychází z nejlepšího času dosaženého v příslušném závodě.

Alpská kombinace byla federací zrušena a v MSR o ní již není zmínka. Pokud se tento sdružený závod někde ještě

jede, spravuje se soutěžními pravidly příslušného státu a bodové vyhodnocení se provádí podle zvyklostí z minulých let. Také známý závod Kandahar, který se jede podle vlastních pravidel mimo rámec MSR, se jede jako alpská kombinace.

Nový způsob bodového výpočtu sjezdových vícebojů je ve srovnání s dřívější praxí časově úspornější a zpravidla urychlí vydání výsledků. Vzhledem k tomu, že také naše Pravidla lyžařských závodů »alpskou kombinací« neznají, bude ÚKR muset uvážit, zda pro používání nových výpočtových tabulek při bodovém vyhodnocování sjezdových vícebojů má či nemá být přijata zásada, z níž vychází federace. Jediným vodítkem v těchto úvahách musí být snaha dosáhnout objektivního ohodnocení výkonů závodníků.

O. KULHÁNEK,
člen ústřední komise rozhodčích

NOVÁ PŘÍRUČKA PRO ROZHODČÍ

V měsíci květnu vydalo Sportovní a turistické nakladatelství 70 stránek učebních textů [Lyžování — Příručka pro školení rozhodčích všech tříd], které mají být pomůckou při školení a výchově jedné kategorie dobrovolných tělovýchovných pracovníků — lyžařských rozhodčích. Texty byly zpracovány z podnětu ústřední komise rozhodčích kolektivem zkušených pracovníků pod vedením dr. Jiřího Jelínka a již letmý jejich prohlídce je zřejmé, že se stanou vítaným pomocníkem při školení lyžařských rozhodčích všech tříd. Jde o prvé zpracování tohoto druhu, které nevyčerpává celou látku školení rozhodčích a které nebude patrně ani bez drobných nedostatků. Nicméně jde o pomůcku velmi hodnotnou, s odkazem na bohatou literaturu, kterou pořadatelé školení, školitelé i jejich žáci jistě rádi uvítají.

Rozsah a obsah školení pro získání určité kvalifikace je dán Řádem školení a zkoušek rozhodčích jednotlivých tříd. Proto také autoři učebních textů začínají výkladem a komentářem k tomuto řádu. Seznamují čtenáře velmi vhodným způsobem s poměrně pestrými problematikou školení jak po stránce jeho formy, tak po stránce věcné.

V další kapitole jsou rozváděna vlastní přednášková témata jednotlivých školení.

Ve stručném přehledu je zachycena historie lyžování v českých zemích a na Slovensku a její zhodnocení. Vysvětluje význam a poslání lyžařského rozhodčího, soutěže a odznak Lyžař ČSSR, jednotné sportovní klasifikace, registračního a přestupního řádu ČSTV.

Dalších 40 stránek příručky je vyhrazeno lyžařským závodům, jejich přípravě, provedení a likvidaci. Probrány jsou všechny disciplíny, a to způsobem, který nás provází celým závodem, přičemž jsou zdůrazněny důležité úseky práce, na které je nutno se zvláště zaměřit, má-li být zajištěn po všech stránkách hladký průběh závodu.

Výklad se neomezuje jen na otázky rozhodčích. Hovoří se i o stavbě a úpravě běžeckých a sjezdových tratí, o stavbě a úpravě můstek, o Straumannově metodě hodnocení skoků, o organizaci práce počtářského sboru v jednotlivých družicích závodů apod. V těchto státech je sesbíráno mnoho zkušeností, promlouvají k nám praktici, kteří organizování a pořádání závodů mají »v krvi«. Příručka je psána nenásilně a srozumitelně.

Nově vydaná příručka pro školení lyžařských rozhodčích všech tříd je publikací, kterou široká obec lyžařských rozhodčích řadu let postrádala. OK

ZKUŠENOSTI Z PRAXE

Nově vydaná Pravidla lyžařských závodů přinesla celou řadu změn. Snad největší změnou — ve srovnání s dosavadní praxí — je způsob měření času ve slalomu. O svých zkušenostech nám napsal V. Setnička z Prahy. Z jeho dopisu:

»S novým způsobem měření jsem se poprvé setkal při oblastních přeborech okresů Praha-východ a Praha-západ, konaných ve dnech 20. až 21. ledna v Herlíkovicích, ve funkci hlavního rozhodčího.

Nejprve k materiálnímu a personálnímu vybavení. K dispozici jsem měl dvojce stopky Lemánia (ratrapánky) a dvojce stopky obyčejné. Start a cíl slalomu byl spojen polním telefonem. Pokud jde o rozhodčí, bylo mně po obsazení kontrol pro start a cíl celkem 6 rozhodčích — počet tedy skutečně minimální. Ale i za této situace jsem se rozhodl, že se závod pojedí podle nových pravidel.

Ovšem musel jsem jednotlivé funkce »zkumulovat«, a to tímto způsobem:

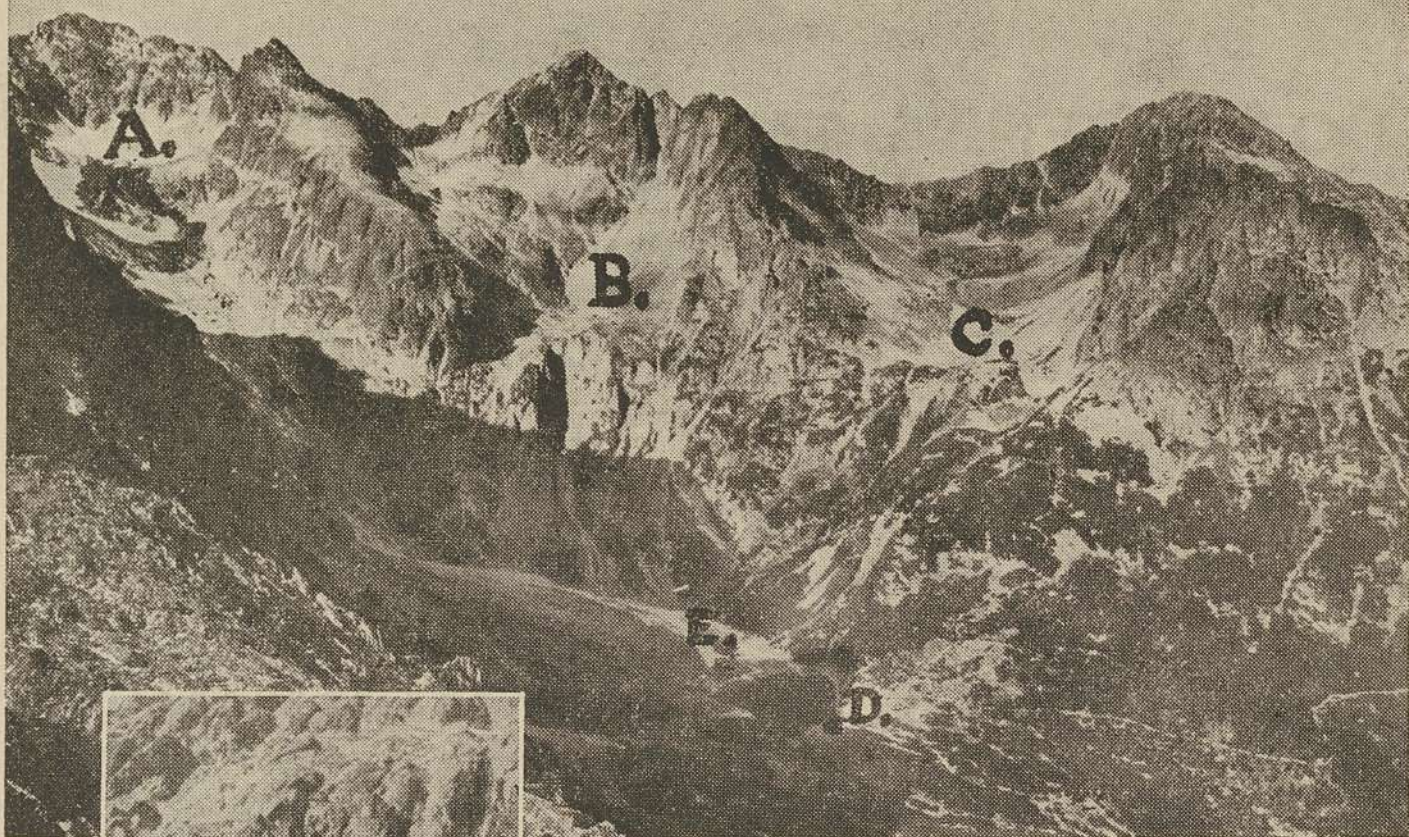
Startér vypustil závodníka. Časoměřič u startu změnil jeho čas, ohlásil ho zapisovateli i startérovi. Startér navázal spojení s cílem, oznámil »dolů« startovní čas a zpravidla [to uplynulo asi půl až tři čtvrtě minuty] dostal souhlas k odstartování dalšího závodníka. V cíli byli rovněž tři rozhodčí — časoměřič, zapisovatel a rozhodčí v cíli, který současně obsluhoval telefon. Přestávky mezi oběma koly závodu jsem využil k výpočtení času 1. kola a jejich ohlášení ke startu, takže je bylo možno ohlásit ještě před odstartováním prvního závodníka v druhém kole.

Pokud jde o jednotlivé rozhodčí, věnoval jsem největší pozornost práci časoměřiče u startu. Při průjezdu cílem jede totiž závodník rychlostí zhruba 50

km/hod., což odpovídá asi rychlosti 1,7 m/sec. A i když vezmeme v úvahu možnost chyby časoměřiče ± 1 m, pak časový rozdíl představuje jen asi jednu desetinu vteřiny. Ovšem na startu, kde závodník se rozjíždí z nulové rychlosti, odpovídá tato jedna desetina vteřiny vzdálenosti třeba jen 10 cm. Je proto třeba, aby časoměřič u startu se skutečně velmi dobře soustředil na sledování okamžiku, kdy závodník přetne chodidlem startovní čáru.

O závodnicích, kteří se s tímto způsobem měření setkali rovněž po prvé, možno říci, že jim plně vyhovovalo a zvláště ve druhém kole již využívali možnosti, které jim tento způsob dává. Rovněž obvyklá nervozita u startu byla podstatně menší. A posléze — což je u slalomu zvláště cenné — byl podstatně rychlejší i spád celého závodu.

Závěrem možno říci, že nový způsob měření času u slalomu se nám plně osvědčil a přispěje jistě k objektivnějšímu hodnocení výkonů závodníků — což je vlastně to hlavní.»



Dolina Zeleného plesa je v letním období místem dostaveníčka nejuztrvalejších příznivců lyžařského sportu. Její poloha a příznivé klimatické poměry umožňují trénink na poměrně velikých sněhových polích až do pozdního léta. Letošního roku byly sněhové podmínky zvláště příznivé. Mohlo se jezdit nedaleko Brnčálové chaty, aniž by lyžaři museli podnikat namáhavé výstupy s pomocí řetězu do Velké Zmrzlé doliny jako v minulých letech.

Snímky: J. Pilman, T. Čaplovič a M. Mathauser.

LEGENDA: A — Velká Zmrzlá dolina s Baranými rohami (2536 m), B — Malá Zmrzlá dolina s Kolovým štítem (2425 m), C — Červená dolina s Jahňáčím štítem (2231 m), pod kterým se letos uskutečnil Letní slalom, D — Brnčálova chata, E — místo tréninku sjezdařů pod Vodopádem.

LETNÍ MĚŘENÍ SIL SJEZDAŘŮ V TATRÁCH

Sněh a hory neztrácejí svůj půvab a kouzlo ani v letním období. Dokazuje to velmi přesvědčivě dnes již tradiční XII. ročník Letního slalomu, pořádaný lyžařským oddílem TJ Lokomotiva Kežmarok jako Memoriál padlých partyzánů. Vždyť účast na tomto posledním závodě sezóny rok od roku neustále stoupá a v letošním ročníku již závodilo něco přes 170 závodníků. Je to velkým úspěchem pořádací jednoty a pobídkou k zamyšlení, jak tuto akci rozšířit a využít ve prospěch růstu výkonnosti ve sjezdových disciplínách. Vraťme se však k vlastnímu závodu.

Již týden před závodem, který se konal 8. července, se sjížděly na Brnčálovu a Kežmarskou chatu první skupiny závodníků se svými trenéry. Ústečtí, Ostraváci, Brňáci i závodníci z Dukly si přijeli rozšířit a zkvalitnit letní přípravu o trénink a sportovní měření sil na sněhu. Ostatní přijeli v pátek a v sobotu, a tak obě chaty byly doslova přeplněny. Spalo se všude. V jídelně na lavičích i na zemi, na chodbách, prostě tam, kde bylo místo, kde bylo možné zaujmout polohu vleže.

Letošní příznivé sněhové podmínky umožnily poměrně velký výběr míst k uskutečnění závodu. Minulé ročníky byly vždy ve Velké Zmrzlé dolině. Letos se závod mohl uskutečnit ve snadněji přístupných místech, například pod Zmrzlou dolinou pod Vodopádem

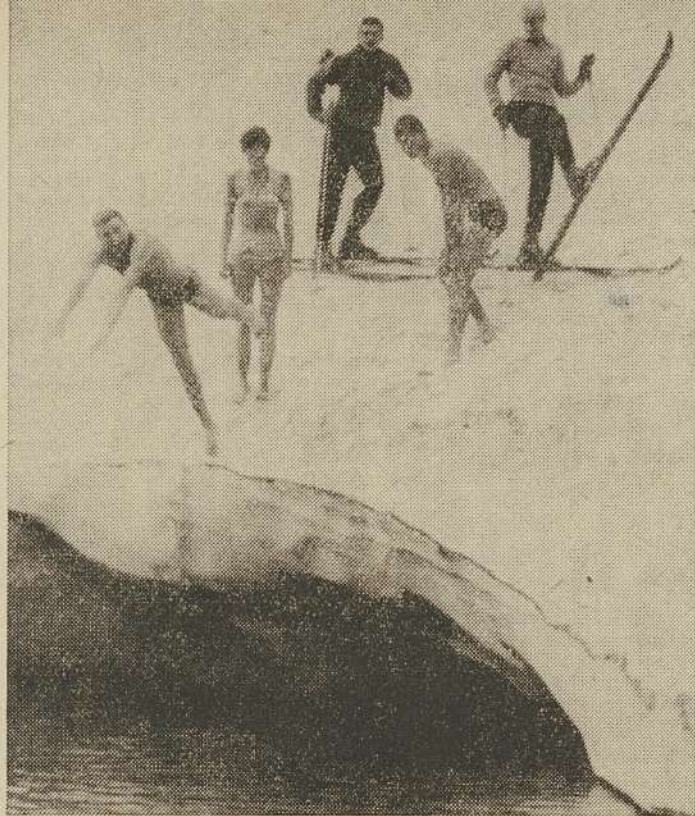
nebo v Červené dolině. Nakonec bylo vybráno velké sněhové pole pod Jahňáčím štítem poblíž Kežmarské chaty.

Závod začal v devět hodin slalomem mužů. Následoval slalom žen, dorostenek, dorostenců, žáků a mladších žáků. Závodníci zakončili automaticí — spolubojovníci padlých hrdinů. Přes nepříznivé počasí — sněžilo a dole pršelo — se závody vydařily a přilákaly značný počet diváků.

Úroveň závodu byla poměrně dobrá, i když se nezúčastnili někteří reprezentanti, například Brůna, Janča, Mrklasová, Rubešová apod. Na tratích se tvrdě bojovalo o každou desetinku vteřiny a většina účastníků předvedla pěknou a vyježděnou jízdu. Jistě k tomu podstatně přispěl týdenní společný trénink na sněhové poli pod Vodopádem.

V závodě mužů velmi dobře zajel Tono Šoltys. Dobrý výkon podali Z. Mohr, Vl. Krajiňák, R. Kaloušek a Krásula. Z žen předvedla a také zvítězila pěknou a bojovnou jízdou A. Živcová. Na druhém místě skončila M. Mohrová, která po porodu opět začíná zasahovat do bojů o přední místa. Na třetí místo se probíjela stálým, dobrým výkonem Eva Malá.

Z dorostu velmi dobře zajel Gregor Synai a A. Bartošková z Ostravy. Dalším kladem Letního slalomu je zařazení závodů žáků. Jistě to v budoucnosti přispěje k větší popularitě lyžování mezi slovenskými dětmi.



Po tréninku koupel v ledové vodě Zeleného plesa je jen pro ty nejotluzejší. Každému by jistě nesvědčila, vždyť mnohým jen představa nahání »husí kůže«.

Příprava těchto závodů byla velmi náročná a obtížná. Vyžadovala spoušty času a námahy nejen od funkcionářů oddílů, ale i od řadových členů. Proto také patří zasloužený dík předsedovi oddílu V. Dlouhému a M. Soltysovi, Vargovi, Kovalčikovi, Krajiňákovi, Čechovskému a všem ostatním, kteří se na přípravě podíleli.

Také Horská služba přispěla svým dílem a zajišťovala bezpečnost i případnou přepravu zraněných. Na štěstí však neměla žádnou práci, protože nedošlo ani k jedinému úrazu.

Co říci závěrem? Letní slalom splnil — dokonce překročil všechna očekávání. Neustále stoupající účast závodníků z celé republiky, dobré sněhové podmínky v okolí Zmrzlé doliny, umožnily provedení úspěšného závodu který jistě podstatnou měrou přispěl k zlepšení letního tréninku. Že je však pořád co zlepšovat, o tom svědčí i slova mistra sportu M. Soltysa:

»Toboročné, mimoriadne dobré snehové podmienky dovolili trénovať lyžiarom pod »Veľkou zmrzlou«, teda v blízkosti Zeleného plesa. V dôsledku toho mohli pretekári trénovať aj dvakrát denne. Ráno od 6.00 hod. do 9.00 hod. a poobede od 17.00 do 20.00 hod. Na tréningu som si všimol, že pretekári robili základné chyby. Napríklad hneď prvý deň samozrejme jazdili v bránkach, čo končilo len pádmi, ďalej jazdili len krátke oblúky a pod. Niektorých pretekárov som na to upozornil, že to robia zle, a dali si povedať hlavne tí mladí.

Chcem ešte upozorniť na to, že letné lyžovanie má pomôcť pretekárovi odstrániť zlé a nesprávne návyky, ktoré sa u neho vyskytovali v uplynulej sezóne, ako napr. základ, práca rúk, práca vršku, práca nôh, naučiť sa pekný dlhý oblúk atď.

Letný tréning na snehu tomu plne napomáha, tak isto ako napomáha na-

stúpiť do novej sezóny s pocitom istoty.

Z tohto dôvodu nebolo by zlé zorganizovať letné sústredenie pretekárov celej republiky pred letným slalomom, aj nejako ho odborne podporiť — teda trénermi. Iste by to malo pekný výsledok v nasledujúcej sezóne.«

Myšlienka vyslovená M. Šoltysom, ktorému letní tréning na sněhu podstatnou měrou pomohl k jeho výkonnosti, jistě stojí za úvahu. Proč i my lyžaři bychom po vzoru turistů nemohli uskutečnit letní sraz závodníků-sjezdařů, zakončený Letním slalomem poblíž Brnčalovy nebo Kežmarské chaty? Je samozřejmé, že kapacita obou chat by určitě nestačila, ale kdo říká, že by se nemohla jednotlivá družstva ubytovat pod vlastními stany? Nocuje tak v Tatrách valná část mladých sportovců, proč bychom tak nemohli nocovat i my? Tím spíš, že řada našich oddílů plánuje letní soustředění ve stanových táborech. Proč tedy soustředění neudělat v Tatrách? Pravda, prodraží se o nějakou tu částku věnovanou na úhradu cestovného (kterou však každý rád za pobyt v Tatrách obětuje), ale co proti tomu přinese? Umožní hodnotný trénink, tak jak o něm hovoří M. Šoltys, spolu se vzájemnou výměnou zkušeností, spoluprací trenérů z různých koutů republiky a bude jistě pobídkou k ještě usilovnější přípravě na blížící se závodní období.

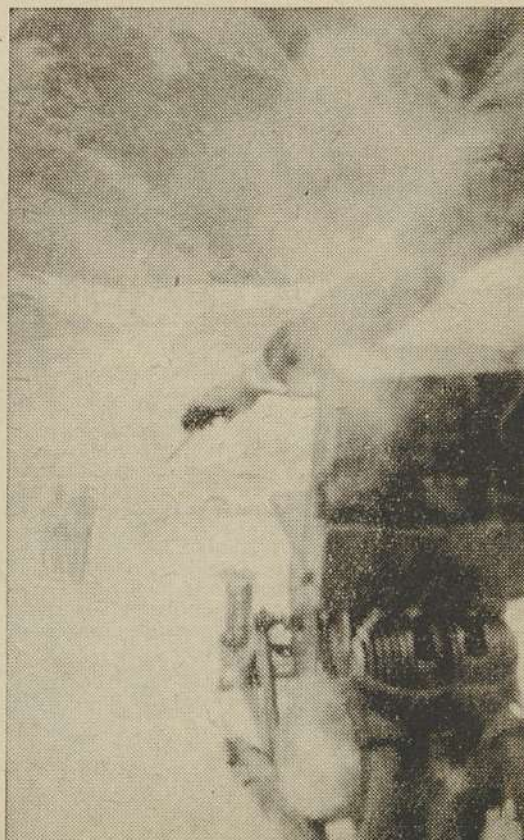
Kežmarští lyžaři by se měli nad touto možností zamyslet. Znamenalo by to pro ně další práci navíc, ale radostný výsledek by jistě stál za vynaloženou námahu. Vždyť již letos toto soustředění, i když živelné a neorganizované, proběhlo. Základ by tedy byl a úspěch v příštích letech by na sebe jistě nedal dlouho čekat.

J. ZOUZAL



■ Na snímku T. Čaploviče je Anton Soltys mezi brankami Letního slalomu 1961.

■ Ustečtí sjezdaři jsou v dolině u Zeleného plesa každoročními hosty. Ze svůj tréning berou vážně a chtějí využít každé chvílky na sněhu dokazuje snímek jejich vleku, zhotoveného z 350 jany. Počet naježděných metrů jistě stojí za námahu spojenou s přepravou i vlastním provozem.





NDR

Můžeme to pokládat za náhodu, že delegace NDR byla v Zakopaném ubytována společně v jednom hotelu Bristol s delegacemi NSR, USA, Švýcarska a Kanady. Společný pobyt jen potvrdil, že nikoliv lyžaři samotní, ale jejich vlády usilují o diskriminaci NDR. Většina tam s touto politikou projevovala svůj nesouhlas. Všichni se společně bavili, vyměňovali si zkušenosti a jistě právem, vždyť delegace NDR byla z ubytovaných delegací neúspěšnější.

Je to příznačné pro NDR, jak její pracovníci velmi kriticky hodnotí úspěchy a hlavně nedostatky. K výsledkům nám řekl člen vedení delegace Ludwig Schröder:

»Za úspěch můžeme považovat zlatou medaili olympijského vítěze Recknagela a páté místo Lessera na velkém můstku, umístění tří závodníků do 11. místa na můstku malém. Ocenění zasluhují i naše ženy. S. Kalusová byla neúspěšnější Středoevropankou. Má pouze 37. rozdíl od nejlepší závodnice v běhu na 5 km. Ženy mají možnost se postupně probírat na vysokou světovou úroveň. Méně jsme spokojeni s muži, jak v běhu, tak v závodu sdruženém. Velmi přesně vyhodnotíme jejich nedostatky a budeme hledat nové cesty v systému, náročnosti a tvrdosti tréninku.«

K problému Chamonix nám řekl: »Byli bychom pochopitelně raději, kdyby se mohli všichni závodníci, kteří se chystali na střetnutí s nejlepšími sjezdáři a slalomáři, opravdu utkat. Takhle se ukázalo, kdo je přítel a kdo nepřítel. To, že se rozdávaly medaile, je kompromis. Zvítězily ty síly, které se snaží narušovat spolupráci. Dobrá spolupráce v Mezinárodní lyžařské federaci nebyla narušena členy FIS, ale přísluhořící NATO s těmi, kteří se této politice podřizují. FIS by měla bděle střežit a pevně stát za svým statutem a všemi usneseními. S každým, který narušuje dobrou „rodinu FIS“, by se mělo rychle skoncovat.« dp

BULHARSKO

Uplynulá lyžařská sezóna byla v Bulharsku skutečně vydarená. Dobré snehové podmínky umožnily, že sa lyžovalo od decembra až do mája tohto roku. To malo za následok, že celá masa lyžiarov sa dostala do prírody na sneh. Lyžařské oddiely využili tieto priaznivé podmienky na usporiadanie množstva pretekov a pre tisíce nových lyžařských nadšencov usporiadali veľký počet rôznych lyžařských kurzov. Prebory oddielov, oblastí až po majstrovstvá Bulharska zaznamenali nebyvalú účasť najmä mládeže a boli dobre zorganizované. Treba povedať,

že mládež si v poslednom čase obľúbila prevažne bežecké disciplíny, hoci najmä u mužov sme boli zvyknutí vždy čítať o dobrých bulharských zjazdároch.

Sportový kalendár bulharských lyžiarov obsahuje okrem masových majstrovských súťaží lyžařských oddielov celý rad tradičných verejných, dobre pripravených pretekov v klasických a zjazdových disciplínach, ako napr. Rilský pohár, Pirinský pohár, cena časopisu Otečestven Front a pod., na ktorých sa už tradične zídu najlepši pretekári Bulharska. Tieto tradičné preteky sa poriadajú v dobre vybavených strediskách. Tohto roku Bulhari neusporiadali medzinárodné lyžařské preteky. Skoda. Vlni sa na nich zúčastnili naši lyžiarci a dosiahli dobré výsledky. V zahraničí sa zúčastnili pretekov o Kurikkala Cup a majstrovstiev sveta v klasických disciplínach v Zakopanom.

Dalšiemu masovému rozšíreniu lyžiarstva v Bulharsku, najmä klasických disciplín a z nich behu, pre ktoré má Bulharsko dobré podmienky, bráni doterajšia malá kapacita výroby lyží, palíc, špeciálnych topánok a pod. Veríme, že naši bulharskí priatelia postupne v najbližších rokoch aj tieto nedostatky odstránia a že sa postaví do radu veľmi výkonných pretekárov a reprezentantov socialistického tábora. V tejto práci im naši lyžiarci prajú veľa zdaru a skorých úspechov. -Mr-

FRANCÚZSKO

Aj Francúzsko sa uchádza o usporiadanie X. ZOH. Prekvapením pre športovcov je však okolnosť, že to nemá byť známe zimné stredisko Chamonix, ale veľké mesto Grenoble. V bezprostrednom okolí tohto mesta, obdobne ako je to v prípade Innsbrucku, sú veľmi dobré terény (Alpe d'Huez a ďalšie), ktoré Francúzi sľubujú veľmi dobre pripraviť, ak by im usporiadanie ZOH bolo pridelené.

J. M.

Honoré Bonnet, 43letý tréner francouzského národného družstva sjezdáři, byl v uplynulé sezóně tvrdý v tréninku svých svěřenců. Jeho zásadou bylo a je, že ve sjezdovém sportu se nemůže prosadit nikdo, kdo není fyzicky na výši; jen fyzicky dobře fundovaný závodník může technicky dobře zafat závod. Francouzi měli dobrý začátek sezóny, v rozhodující době, v Chamonix, však museli vyklidit pole Rakušanům. Francouzští jezdci se ovšem nevzdávají. Bonnet dotážen na pravděpodobný další vývoj techniky ve sjezdovém sportu řekl: »Nevěřím v další podstatný vývoj. Bude nutno se zaměřit především na výcvik jezdciů po stránce atletické. V budoucnu bude hrát rozhodující roli péče o „detaily“.«

ITÁLIE

V posledních letech se projevil neobyčejný růst zimních sportů. Bylo to umožněno různými činiteli, např. rozvojem motorismu, výstavbou celé řady nových a dobře vybavených lyžařských středisek, výstavbou velkého množství lanovek, výtahů a vleků ve všech lyžařských oblastech.

Růst lyžařských základů přinesl s sebou i zvýšení úrazovosti, která se podle statistických údajů téměř zdvojnásobila.

Tento problém byl předmětem jednání na různých kongresech a srazech v alpských zemích. Také na IV. mezinárodním kongresu lyžařské traumatologie, který se konal v dubnu 1960 v Garmisch-Partenkirchenu byla projednávána otázka účinnosti bezpečnostního vázání a jeho vliv na snížení úrazovosti. Byly z toho vyvozeny tyto úvahy: — Účinek bezpečnostního vázání je nesporně kladný, i když nebylo ještě možné určit s konečnou platností hranice účinnosti jeho funkce; — podle statistických údajů došlo ke snížení úrazů u spodních končetin při použití bezpečnostního vázání až na 65 až 75 % proti dřívějšímu stavu; — úraz spojený s frakturou některé spodní končetiny vyžadí z činnosti člověka asi na 80 až 90 dní, a proto je nutné se nad touto otázkou zamyslet a hledat účinnou cestu k nápravě.

Abby objektivní přčiny úrazů byly preventivně odstraněny anebo zmenšeny na nejmenší možnou míru, navrhuje italský lyžařský svaz FISi tato opatření:

1. Pečlivě udržovat lyžařské sjezdové tratě a vytvořit takové podmínky, aby nemohly nastat pády způsobené nedostatky na terénní úpravě sjezdovek.

2. Vytvořit v každém zimním středisku dokonale vybavená střediska první pomoci s kvalifikovaným lékařským a pomocným personálem a vybavená všemi nejmodernějšími prostředky k transportu a ošetření zraněných lyžařů. Tato instituce je již ve všech větších střediscích vybudována a jmenuje se CENTRO DI PRONTO SOCCORSO — SPS středisko první pomoci.

3. Všichni organizovaní členové italské lyžařské federace mají podstatné slevy na pomocných službách, které jinak si musí každý lyžař hradit ze svého.

Bezpečnost lyžařů má být v Itálii zajišťována použitím bezpečnostního vázání s přihlédnutím k individuálním vlastnostem a záměrům jednotlivých skupin lyžařů, dokonalou úpravou všech sjezdových tratí a označením všech nebezpečných míst; zorganizováním středisek první pomoci na všech místech, kde lze předpokládat, že by mohlo dojít k úrazům, a jejich vybavením skutečnými odborníky z řad lékařů i pomocného personálu, vypracováním zákonného »dopravního řádu« pro sjezdové tratě.

J. SKORKOVSKÝ

NSR

Lyžařský svaz NSR se přihlásil mezi zájemce o přidělení MS 1966 v klasických disciplínach. Mistrovství by bylo provedeno v Garmisch-Partenkirchenu, kde v roce 1936 byly provedeny ZOH. Bylo rozhodnuto, že malý můstek s kritickým bodem 80 m, bude přestaven na můstek o výkonnosti P = 68 m.

NORSKO

O. D. Simonsen, norský zástupce v MOV, prohlásil na začátku června na zasedání v Moskvě, že se dá předpokládat, že dějištěm ZOH 1968 bude Oslo. Již nyní probíhají přípravy. Bežecké soutěže mimo 50 km mají být přeloženy z Holmenkollen do terénu v okolí olympijské vesnice, která má být v prostorách plánované Vysoké školy tělesné výchovy v Oslo. Je to velký ústupek tradičnímu Holmenkollu. Také slalomové a sjezdové tratě z roku 1962 nevyhovují a hledají se nová řešení.

ŠVÉDSKO

O závodnicích žluté a modré barvy anebo jak se také říká »pět korun«, nikdo nepochoval, že čeknou své jak v soutěži mužů, tak i žen na mistrovství světa v Zakopaném. S takovým úspěchem u mužů se ale nepočítalo. Členka vedení švédské delegace a členka ženské komise FIS Inga Löwdinová nám řekla:

»Rozhodně je to nejvyšší, co mohli naši muži dosáhnout. Trenink našich závodníků je většinou individuální, pouze pro špičky se pořádají tréninkové tábory, kde se ověřuje jejich forma. Zde trenér každému poradí v čem se potřebuje zlepšit. V tréninkových táborech se běhá většinou individuálně — obvykle dva závodníci a pouze při intervalovém tréninku společně. V zásadě se dá říci, že závodníci trénují intenzivně po celý rok, ale především běhají. Doplnkové používají už v menší míře činek, veslování, více se orientují na terénní běhy, ale také běhají sprinterské tratě. Ve vytrvalostním tréninku běhají obvykle 10–12 km. Intervalový běh bývají 3–10 minut. Používáme více sauny, než masáže. I když jsme země severu, není sněh ve všech částech země. Např. v Upsale je sněh až začátkem prosince. Naproti tomu Martinsson, která pochází z Skellefteo, nebo Jernberg, který bydlí v Limě, mají sněh už začátkem listopadu.

Závodníky máme rozděleny na kategorie podle výkonnosti a věku. Od 16 let mohou závodit a dospělí. U nás lyžuje mnoho mládeže a z této masovosti pak vyrůstá elita. Trenéry máme rozděleny na tři skupiny: oddílové (ti slouží masám), okresní a ústřední trenéři, kteří pečují o vrcholné závodníky.

Švédské závodnice nemají časově takové možnosti tréninku jako muži. Proto nejsou ani výsledky. Naběhaly sice 1000 km (muži pochopitelně ještě více), ale to není rozhodující. Je to spíše otázka celoročního tréninku a náročnosti. Děvčata měla před mistrovstvím světa 10–14 závodů, muži kolem 15–18 závodů (u nás se konají závody i večer při umělé osvětlení). Mezinárodních závodů jsme mnoho neměli, přesto vycházíme ze zásady, hodně závodit. Časově hospodárnější je, když závodíme na domácí půdě. Zejména se držíme této zásady, když máme před sebou mistrovství světa, nebo olympijské hry. dp.

Jak známo, nečekaným překvapením v Zakopaném byly špatné výsledky Švédů ve skocích. I když se od nich neočekávaly mimořádné výkony, s úplným »odpadnutím« se nepočítalo. O Kjell Sjöbergovi, mistru Švédska ve skoku prostém, se předpokládalo, že se umístí mezi prvními 15 skokany světa. Při skocích o 15 až 20 m kratších ovšem nemohl dosáhnout lepšího výsledku — i když skákal stylově čistě — jak 44. místo.

»Neomylný« Sigge Bermann, generální tajemník švédského svazu a též FIS, byl nedávno dotázán, kde je nutno hledat příčiny selhání skokanů Švédska v Zakopaném. Odpověděl: »To kdybych věděl! Prošetřme vše, co by nám v tomto směru pomohlo zjednat jasno.«

V roce 1912 byly ve Stockholmu uspořádány letní olympijské hry. V 50 letech, které od té doby uběhly, se velmi mnoho změnilo na podstatě her. V roce 1912 poměrně malá sportovní slavnost a dnes je to mamutí podnik.

U příležitosti 50. výročí uspořádal švéd-

ský olympijský výbor sportovní oslavu, která měla v mnohem připomenout rok 1912. Funkcionáři měli na hlavě slaměné klobouky podle módy 1912 a na stadiónu defilovalo několik atletů, kteří se zúčastnili her před 50 lety, v automobilu model 1912. Po ukončení sportovního pořadu bylo přikročeno k představení nejlepších 10 švédských olympioniků všech dob. Jako první se umístil kanoista Gert Fredriksson se 428,736 b., který na 4 olympijských hrách (1948–1960) získal 6 zlatých medailí. Na 2. místě se 346,77 b. se umístil Sixten Jernberg.

ŠVÝCARSKO

Letní měření sil švýcarských lyžařů na Grimselpassu neztratilo ani v tomto roce na přitažlivosti. Více než 350 jezdců a jezdkyň ze všech koutů Švýcarska se sjelo k absolvování velmi náročného obřího slalomu ze Sidelhornu, resp. Finsteraarhornu na Grimselpass. Muži jeli na trati 1000 m dlouhé s výškovým rozdílem 400 m, na které bylo postaveno 37 bran. Pevný podklad a firnový povrch umožnily všem závodníkům plynulou jízdu naplno. Totéž platí o ženské trati postavené ve stejné délce se stejným výškovým rozdílem na Finsteraarhornu. Na ženské trati, která byla mimořádně rychlá, bylo postaveno 34 branek. Závod žen vyhrála Lilo Michelová, která tímto hezkým úspěchem ukončila svou závodní kariéru po celkem neúspěšné zimě. Mezi muži byl nejrychlejším jezdcelem Robert Grünenfelder, jako druhý se umístil Fredy Brupbacher.

SSSR

Častokrát se hovoří a píše o tom, že skok na lyžích po technické stránce dosáhl vysokého stupně dokonalosti a že bude obtížné jeho techniku ještě podstatně zlepšovat. To ovšem neznamená, že by každý dobrý skokan skákal jakýmsi uniformním, jednotným způsobem. Právě opak je pravdou. Každý skokan si zachovává svůj vlastní způsob provádění skoku, svůj vlastní osobitý styl. Harry Glass a Otto Leodolter skáčí podstatně rozdílným stylem. Helmut Recknagel a Toralf Engan používají dokonce rozdílné techniky. Všichni však představují od naježdu až po doskok nejvyšší, nejlepší třídu. Mezi uvedenými 4 skokany není jmenován skokan, který, když se poprvé představil na evropských místcích, ohromil specifickým stylem — mimořádně odvážným předklonem. Dosud nikdo před ním nedokázal skákat v tak malém úhlu, vytvářeném lyžemi a trupem, jako on. Je to Kobe Cakadze, malý, pohyblivý a temperamentní sportovec z Kavkazu. Také Kobe Cakadze patří mezi světovou elitu skokanů a o něm bychom čtenářům chtěli říci několik slov.

U nás jsme Cakadzeho obdivovali poprvé v roce 1956, a to ve Spindlerově Mlýně, kde se sovětské družstvo připravovalo na ZOH 58. Dosahoval tehdy největších délek, ale často padal; jeho doskok byl nejistý proto, že zůstával příliš dlouhou v předklonu. Od té doby uplynulo 6 let a Kobe Cakadze zaznamenal mnohé úspěchy i neúspěchy. Změnil se za ta léta? Uplynulá zima dala na tuto otázku jednoznačnou odpověď — ano, Kobe zkrátí délku svých skoků. Říká: »Zkrátit délku skoku je velmi vážná věc. Chci se však konečně vypořádat se svou slabostí, s doskokem. Zkousím správně



■ Kobe Cakadze

doskakovat a musím dříve ukončovat let. To znamená ztrátu několika metrů v konečném výsledku. To je celé tajemství krácení mých skoků.« Tolik Kobe Cakadze o svém posledním vývoji na poli sportu.

K dokreslení profilu Kobe Cakadzeho je třeba uvést několik dat z jeho života. Pochází z hor, z Bakuriani na Kavkaze. Před 20 lety, kdy se Kobe narodil, stálo v Bakuriani 40 malých domů. O několik let později přišli nacisté. Kobe byl tehdy ještě malým hochem. Prošel utrpením války, ztratil otce, poznal bídu a hlad. Dočkal se však vítězství Sovětské armády. Od té doby postupuje výstavba jeho rodného města rok od roku a Kobe zde šťastně žije spolu se svou matkou a bratrem. V několika letech se Bakuriani stane nejkrásnějším zimním střediskem Sovětského svazu. Cakadze miluje své rodiště a říká:

»Naše hory jsou vysoké a mají po celou zimu tolik sněhu jako kterákoliv alpská oblast. Lyžař-závodník najde v okolí Bakuriani všechny terény, které potřebuje k provozování svého sportu. V příštím roce bude postaven i nový můstek, na kterém budou dosahovány skoky až 115 m dlouhé. Věřím pevně, že v nepřítli vzdálené budoucnosti bude Bakuriani pověřeno provedením mistrovství světa nebo zimních olympijských her. Pak se skutečně můj sen, pozdravit ve své domovině sportovce z celého světa.«

O stylových rozhodcích říká Cakadze, že by podle jeho názoru nemuseli existovat, stačí prý zjišťovat délku skoku. Tento silně subjektivně zaměřený názor vychází z jeho individuálního stylu. Uvítal zavedení nového předpisu FIS pro MS a OH o hodnocení dvou nejlepších ze tří provedených skoků. Skokan má tak možnost napravit svou chybu.

Možná, že ještě dva nebo i čtyři roky budeme moci obdivovat odvážné držení těla Kobe Cakadzeho ve fázi letu, držení těla, které se dosud žádnému skokanu nepodařilo napodobit. Pak udělá místo mladším. Kam má namířeno? Cakadze, jeden z nejlepších skokanů světa, dosud neví, zda se stane trenérem nebo učitelem tělocviku. -OK-

Nedaleko Talinna byl postaven nový malý můstek s umělou hmotou. Na prvních závodech zvítězil V. Aluvjev před U. Kajakem.

Sjezdaři RSFSR uspořádali v létě na ledovcích Elbrusu ve výšce 4260 m sjezdové soutěže. Závodilo 75 sportovců. Ve slalomu zvítězil V. Staršev a A. Šumilová. V obřím slalomu V. Lutovinová a L. Něstěrenková.

Z ODDÍLŮ A SEKCI

JARNÝ SLALOM MLÁDEŽE

Jarný slalom mládeže — názov preteku nenájdeme v terminovej listine zjazdárov. Čudné, veď ide o slalom. Áno, ale o slalom najmladších pretekárov, ktorí ešte nemajú veľa možností pretekať. Je iste chvályhodné, že sa tento pretek zrodil práve v jednom z najrušnejších lyžiarskych stredísk na Slovensku — v Jasnej pod Chopkom. Bolo by potrebné poriadat viac takýchto pretekov v rámci oblastí, aby sme mali prehľad už i o našej lyžiarskej mládeži.



Preteky usporiadalo Dynamo Nízke Tatry za účasti vyše šesťdesiat pretekárov v Priehybskej mulde na Chopku. Pretekalo sa v kategórii mladšieho a staršieho žiactva a mladšieho dorastu. Dúfajme, že Dynamo Nízke Tatry bude tento pretek poriadat každoročne a v budúcnosti ročníkoch sa ho nezúčastnia len chlapci a dievčatá z Mikuláša, Ružomberka, Hrádku, Kežmarku a Martina, ale aj iné jednoty pošlú svojich pretekárov. Najväčší nedostatok pociťujeme stále v katastrofálnom nedostatku dievčat. Mali by si to povšimnúť tréneri a venovať tejto otázke väčšiu pozornosť.

Rozžiarené oči víťazov, ale i želanía porazených zvíťazí, boli najväčšou odmenou usporiadateľom. Každý bol zvedavý a ujo v cieľi sa mal čo oháňať od malých zvedavcov. Všetci vyčkali na chate Koliesko, kde boli vyhlásené výsledky, rozdelené ceny a diplomy. Spoločne tleskali prvým a hádam aj trochu závideli tým, ktorí si odnášali ceny. Možno to bol prvý pohár v rukách víťaza, ale na tom nezáležá. Chceme, aby víťazi, i tí, ktorí boli porazení, vytrvali a pod vedením trénerov sa vypracovali na dobrých pretekárov.

Okrem skúsenejších pretekárov Mirky Cuninkovej, Františka Soltýsa, Dušana Ošku a Dušana Tomašoviča objavili sa aj ďalší pretekári, od ktorých možno očakávať dobré výsledky. Prítomných divákov udivila svojou jazdou najmä v druhom kole šestoročná Evička Revajová (na snímke).

Pekné preteky nepokazila ani snehová fujavica.

Výsledky: starší žiaci: Dušan Tomašovič (Dynamo Nízke Tatry), mladší žiaci:

František Soltýs (TJ Kežmarok), mladšie žiačky: Evička Revajová (Dynamo Nízke Tatry), mladší dorastenci: Dušan Oško (TJ Ružomberok), mladšie dorastenky: Mirka Cuninková (Dynamo Nízke Tatry).

LYŽARI LIBERECKA SE PŘIPRAVUJÍ

Sluníčko začalo teprve pořádně hřát, ale lyžaři Liberecka už mysleli na novou sezónu, na kterou se také poctivě připravují. Liberecká lyžařská základna, která v 9 družstvech a za vedení 9 trenérů sdružuje 80 nejlepších lyžařů okresu, měla velmi bohatý letní program. Příprava je zaměřena hlavně na plnění odznaku zdatnosti a soutěž o nejzdatnější lyžaře a sportovce Liberecka 1962. Škoda, že lyžaři se musí omezit jen na malé a nevyhovující hřiště u tělocvičny Lokomotivy Liberec, když se marně snaží o uvolnění několika hodin na městském stadionu. — Lyžaři Dukly Liberec, kteří mají ve svém středu většinu našich reprezentantů ČSSR, nepromarní ani jednu příležitost prověřit si fyzickou zdatnost. Hromadně se zúčastnili I. ročníku Běhu vítězství o Pohár OV ČSOP Liberec. Skokani se prvně představili na II. ročníku ceny Libereckých výstavních trhů na můstku s umělou hmotou ve Vratislavicích. — První kontrolní trénink měli lyžaři Slávie VŠST Liberec pod vedením trenéra Jos. Lánského. Z 28 účastníků byl nejrychlejší na 100 m Trhoň za 12,4 vt., Rajch a Maceček běželi 12,7 vt. V deseti-skoku dosáhl Maděra 26,80 m, Maceček skočil 26,50 m. Běh na 500 m vyhrál Šebek za 76 vt., na 800 m Kuňák za 3:11,8 minuty a na 3000 m Balatka 9:31 min., Maceček 10:06 min. a Burián 10:27 min. — Vydatným pomocníkem v letní přípravě byla soutěž mezi oddíly na dálku v disciplínách odznaku zdatnosti. Na soutěži se zvláště pečlivě připravili lyžaři Lokomotivy a Slávie VŠST Liberec. — Národní družstvo skokanů a sdruženářů ČSSR se prvně sešlo v Liberci 8. až 10. června. S trenérem Zd. Remzou a Vit. Lahrem si závodníci upesnili letní tréninkové plány, ve kterých, stejně jako loni, nechybí plnění odznaku zdatnosti. Na závěr si zahráli fotbalové utkání, ve kterém skokani porazili sdruženáře brankami Motejka, Divily a Douška. Čestný úspěch sdruženářů zaznamenal Peřich. Také zimní středisko Ještěd, jehož výstavba byla rozdělena na několik úseků (sjezdovka, můstky, sjezdový okruh, výtah na Pláně, výtčování tratí apod.) je stále středem pracovního úsilí hlavně lyžařů Liberec. Příslušníci Lokomotivy zde odpracovali za uplynulý rok 2050 hodin. Nejplnějším brigádníkem byl Jos. Lukeš, kterému byla v uznání jeho práce udělena první upomínková plaketa Zimní středisko Ještěd.

ODDÍL SLAVOJE K. VARY SE ČINÍ

Zimní závodní činnost na sněhu jim dávno skončila. Neskončila však celoroční příprava oddílu, kterou ve Slavoji provádí již třetím rokem. Na základě dobrých výsledků v zimě, kdy oddíl splnil plán činnosti a rozvoje (na 203,5 %, hlavně ve splnění I. VT a I. VT ml.), byl sestaven také plán tréninků. Splnění plánu pomohlo školení pomocných cvičitelů z řad staršího dorostu. Z 15 přihlášených prošlo 9 frekventantů a z těch se 4 plně osvědčili a zapojili. Jsou to st. dorostenci St. Krejčí, J. Tymich, Ol. Kříž a M. Vitouš.

Nyní oddíl trénuje dvakrát týdně na

hřišti a v lese, podle tréninkového plánu a závodníci I. a II. VT ještě dvakrát týdně individuálně. Hlavním trenérem chlapců a juniorů je soudruh Svoboda, děvčat a žen soudruh Vitouš. Každou sobotu zajíždí oddíl do své chaty do Lípy u Merklína, kde svépomocí provádí generální opravu chaty. Ale i tam si ještě vyšetří závodníci čas na trénink s míčem. V červnu zde odpracovali 456 hodin (soboty a neděle).

Celý oddíl je členem ZO Svazarmu, a tak se zaměřili na branné sporty — SZBZ a DZBZ. I tam mají úspěch. Celkem osm závodníků se probojovalo v zimě na mistrovství ČSSR v SZBZ. Letos v okresním kole DZBZ se probojovalo devět do krajského.

A jaký je plán oddílu, než půjde na první sněž. V měsíci září začne trénovat třikrát týdně v kolektivu, v dalších měsících zvýší na čtyřikrát týdně. Dokončí vnitřní generální opravu chaty. Zúčastní se čtyř tradičních přespolních běhů, a jsou pořadatel Krajského přeboru v přespolním běhu lyžařů.

Oddíl je jako celek dobrým kolektivem. Vychovává vlastní mládež, a tak řada závodníků, kteří budou letos startovat v kategoriích st. dorostu, začala v oddíle jako mladší žáci a zákyňe. Mají dobrou spolupráci s rodiči i s trenérovou radou. Oddíl je v jednotě veden jako nejlepší, jak po stránce činnosti organizační, tak i hospodaření. Vypracoval se na přední místo, protože celoročně provádí pravidelnou plánovanou práci s mládeží, což je zatím velkým úspěchem práce přetí let.

NA OKRESNÍM KOLE DZBZ

Mezi 150 startujícími zdařilého okresního přeboru v Dukelském závodě branné zdatnosti v Liberci byla i hlička lyžařů Dukly Liberec, kterou tvořili běžci Jar. Honců, L. Mundil a Petr Ploc. Vedli si dobře a potvrdili svoji všestrannou přípravu. Na trati dlouhé 3000 m měli druhý nejlepší čas 13:12 min., ale měli jen 7 zásahů ve střelbě a dokonce 5 zásahů granátem z 9 možných. V celkovém hodnocení skončili na 3. místě konečným časem 16:42 min. Účast na okresním kole DZBZ jim zpestřila letní přípravu. Na snímku Fr. Pilnaye hlička Dukly Liberec na trati, v čele běží Mundil, za ním velitel hličky Honců a Ploc.





V ČERVENCI NA LYŽE DO KRKONOŠ

Sněh v druhé polovině července v Krkonoších, to je přece jen neobvyklé. Zůstal v malých zbytkách na více místech, ale největší sněhové pole si uhlájl Modrý důl. A toto sněhové pole přitahovalo ty nejskaldnější vyznavače lyžařského sportu. Diváků bylo také dost.

Sněhové pole v Modrém dole se denně zmenšovalo. Sněh poměrně rychle tál a měnil se v bystřinky. Ti »skalní« jej však využívali do poslední chvíle.

Jiří Jirsa z lyžařské základny ve Vrchlabí litoval, že letního sněhu v Krkonoších nepřišlo využít více lyžařů k přípravě na zimu.

Co říká věda o sněhových závějích v Modrém dole? Zde je úryvek z knihy Jana Jeníka Alpinské vegetace Krkonoš, Kralického Sněžníku a Hrubého Jeseníku:

»Protože v souvislosti s velkými anemografickými (povětrnostními) systémy Krkonoš vzniká rozsáhlý vějíř závětrných turbulentních prostorů, nemohou nás překvapit ani zdánlivě tak absurdní závěje sněhové na slunečných jižních svazích krkonošského hřebene nad Dvořáčkami, nebo v Modrém dole; v Modrém dole vzniká na jižním svahu dokonce zcela mimořádná závěj, jejíž výška se v literatuře odhaduje až na 20 m. Působení přímého slunečního záření (oslunění) stává se, v důsledku vyhraněné funkce anemografických systémů, faktorem až druhořadým.«

Lyžaření a věda? Ano. Proč se nepoučít, jak je možné, že se ještě v červenci mohlo v Modrém dole lyžovat.

Na snímku členové základny z Vrchlabí trénují na sněhovém poli.

MALÁ, ČINEM VELKÁ

Tak jako každý hospodář hodnotí výsledky své práce, tak také členové turisticko-lyžařského oddílu TJ Tatran Bystřice pod Hostýnem hodnotili svou činnost za nedávno uplynulé období.

Činnost oddílu byla zejména v I. čtvrtletí t. r. zaměřena na pořádání lyžař-

Do rubriky z oddílů a sekcí přispěli svými články a fotografiemi L. Holubec z Turnova, Jar. Honců a Fr. Pilný z Liberce, M. Kocum z Banské Bystrice, K. Špáník z Košic a Fr. Vitouš z K. Var.

Přesto, že do rubriky již přispívá řada dopisovatelů, nejsou všechny kraje a lyžařské oblasti zastoupeny. Co myslíte? Najdou se i tam dopisovatelé, kteří budou pravidelně spolupracovat s našim časopisem? Rádi je mezi sebou uvítáme.

ských závodů, na účast v závodech jiných jednot a organizování zimních výletů, při kterých byly plněny podmínky pro získání odznaku Lyžař ČSSR.

Hlavní důraz kladli na výchovu mladých závodníků lyžařů-běžců, z nichž někteří se na zimní období připravovali po celý předcházející rok. Tato poctivá příprava přinesla žádané výsledky a mladí závodníci z oddílu získali 13 přebornických titulů okresu a dokonce 2 přebornické tituly kraje.

Činnost oddílu byla velmi bohatá a pestrá.

Uspořádali okresní přebor v běhu na lyžích, I. kolo SHM ve sjezdu a běhu na lyžích, krajský přebor žactva v běhu na lyžích, orientační závod hřídek mladých turistů o Putovní štít únorového vítězství, I. ročník závodu mládeže v běhu na lyžích o putovní pohár TJ Tatran Bystřice pod Hostýnem, III. kolo SHM v běhu na lyžích okresu Kroměříž a dvě besedy s filmem.

Zúčastnili se krajského přeboru dorostu v běhu na lyžích, okresního přeboru ve sjezdu na lyžích, Sokolovského závodu branné zdatnosti, SHM okresu Přerov v běhu na lyžích a trojtukání okresů Kroměříž—Přerov—Vyškov v běhu na lyžích. Mimoto cvičitelé a členové oddílu byli pověřeni v době pololetních prázdnin vedením a organizací zimních pionýrských táborů pro děti zaměstnanců n. p. SMDZ a TON.

První jarní neděli dne 25. března končil lyžařský oddíl svou zimní činnost a zároveň předával vedení turistům na společném putování po horách. Je to dobrý příklad spolupráce mezi oddílem a odborem turistiky. Vycházkou, která vedla z Polic, přes Lázy, Čečetkov, Bludný, Troják, Tří kameny, Skalné, Hostýn, do Bystřice pod Hostýnem začal turistický oddíl úspěšně plnit akci 100 jarních kilometrů.

Přebornické tituly:

Titul přeborníka okresu v běhu na lyžích pro rok 1962 získali 3 žáci a žákyň, 1 dorostenka a 1 muž.

Titul přeborníka okresu ve sjezdu na lyžích pro rok 1962 získalo 3 žáci a žákyň, 1 dorostenka a 1 žena.

Titul přeborníka kraje v běhu na lyžích pro rok 1962 získal: žák Vojtěch Zicháček a žákyň Zdena Popová.

O dobré činnosti svědčí i počet nositelů výkonnostních tříd a nositelů odznaku Lyžař ČSSR. Druhou výkonnostní třídu v běhu na lyžích má 23 členů, ve sjezdu 13 členů oddílu. Třetí výkonnostní třídu jeden běžec a jeden sjezdař. Odznak Lyžař ČSSR získalo celkem 51 členů.

LYŽIARSKÁ SVADBA

Kremničania boli 7. júla t. r. svedkami svadby reprezentanta Ruda Čilika s Ludkou Štoštarikovou, dvoch populárnych športovcov, kremnických roádkov, ktorí sa v športovej základni starajú o to, aby v Kremnici vstúpili pomedzi mladými ďalší dobrí reprezentanti. Žiaci športovej základne, kde obidva stáli pred východom z MNV »ciel« a bránku z lyží. Boli medzi desiatkami prvých gratulantov, ktorí želali svojmu Rudkovi a Ludke veľa šťastia a úspechov na poli športovom i v celom živote. Aj my sa pripojujeme.



NA SNĚHU I NA VODĚ

V době, kdy se sjezdaři liberecké Dukly Mohr, Hromádka, Uhlíř, Kolouše a Freisler připravovali v Tatrách pod vedením trenéra Zachariáše na letní slalom, sedli další na kola, aby v rámci letní přípravy podnikli delší túru po silnicích jako důkaz všestranné zdatnosti a připravenosti. Běžci Páříčka, Štrobl, Ploc, Mundil, Honců, Breth, skokani Raška, Motejlek, Matouš a sdruženáři Sůva a Kutehl zvládli nezvyklý a namáhavý úkol výborně. První den dojezí z Liberce do Teplíc, odtud pak druhý den až na Orlik. Zde měli odpočinkový den. Využili jej k tréninku a hrám. Z Orliku jeli na Lipno. Zde si opět den odpočinuli, aby pak dojezí do Prahy, odkud se vrátili vlakem do Liberce. Celkem ujeli na kolech za čtyři cestovní dny 640 km, poznali řadu nových měst i vesnic, prohlédli si památná místa, hrady a zámky.

Jen týden bylo celé družstvo lyžařů Dukly pohromadě v Liberci. Byla to vlastně společná příprava k odjezdu na dlouhodobou brigádu. Běžci a sjezdaři odjezí do Harrachova, skokani a sdruženáři do Spindlerova Mlýna. Dopoledne zde trénují, odpoledne pomáhají na úpravě lyžařských zařízení, na můstcích a sjezdovkách. Na snímku Fr. Pilný je Sůva, Raška, Páříčka, Matouš a Ploc po dojezdu na Lipno.



SPORTOVNÍ PŘÍPRAVA SÁŇKAŘŮ A BOBISTŮ

První plenární zasedání ÚV ČSTV kopané dne 17. května 1962 projednalo zabezpečení plnění rezoluce II. sjezdu ČSTV. Hlavním úkolem daným rezolucí, je otázka pravidelného cvičení veškeré mládeže, pěstování sportů a turistiky.

Musíme si uvědomit, že za plnění úkolů v tělovýchově mládeže nezodpovídá jenom náš svaz, ale že se na něm podílejí všechny složky našeho veřejného života, všechny společenské organizace, především však ČSM, ROH, Svazarm, školy, národní výbory atd. Je tedy třeba, aby všichni naši činovníci v úzké spolupráci se jmenovanými organizacemi vytvářeli politické,

VYTČENOU CESTOU

organizační i materiální podmínky pro tělesnou výchovu mládeže.

Jedním z prvořadých úkolů dnešní doby je zajištění SHM a I. československých sportovních her. Věříme, že všichni naši funkcionáři i členstvo se plně zapojí do široké propagační kampaně a úkoly dané rezolucí II. sjezdu ČSTV i I. plenárním zasedáním ÚV ČSTV budou v podstatě splněny do zahájení XII. sjezdu KSČ.

Jedním z nejdůležitějších úkolů plenárního zasedání bylo uspořádání veřejných schůzí v tělovýchovných jednotách, na kterých se měla projednat otázka tělovýchovy mládeže. Bude třeba, aby v tělovýchovných jednotách, kde výsledky veřejných schůzí nebyly uspokojivé, se podobné schůzky opakovaly za větší aktivity našich oddílů.

Inž. J. MIŇOVSKÝ,
předseda ústřední sekce

Tělesná příprava ve sportovním tréninku je v současné době velmi rozmanitá, využívá všech nejnovějších poznatků vědy a techniky. Dnes neexistují vyloženě tzv. sezónní sporty a vytvářejí se umělé podmínky pro celoroční pěstování sportu. I my užíváme kolečky opatřené boty a saně nebo z umělých hmot upravené dráhy. To vše však samo o sobě technické úrovní přípravy, náročnosti, ani širší potřebě nedostačuje. Jako každá náhražka přes svou atraktivnost stejně po čase ztratí svou přitažlivost. Z toho pro sáňkaře plyne poučení, že to zatím není přirozená cesta, ale vyumělkovaná nadstavba v přípravě. Mnohem lepší je »přesedlat« na jiné sporty, aktivně si tak odpočinout, aniž bychom ztratili na své fyzické a duševní zdatnosti. Zdá se, že ideálem je pokrokově zaměřená turistická, tělovýchovná a sportovní činnost v odborech ZTV a turistiky, skupinách ČSM a PO s tím, že z jejich řad se v zimě budou vyčleňovat oddíly sáňkařů. Opačně je tomu u dnes již specializovaných sáňkařských oddílů v TJ, které již zajišťují vlastní celoroční činnost. Cvičí v tělocvičně nebo na hřišti, plní podmínky odznaku zdatnosti PPOV a BPPOV, pěstují doplňkové sporty, lehkou atletiku a turistiku.

Sportovní příprava sáňkařů závodníků však vyžaduje další speciální přípravu, která zahrnuje:

I. TEORETICKOU PŘÍPRAVU:

- Technika a taktika ovládnání jedno- a dvousedadlových saní nebo bobů.
- Teoretické základy jízdy na saních a bobech.

- Pravidla sáňkařského a bobového sportu.
- Mazání a příprava strojů na startu.
- Udržování a stavba sáňkařských a bobových drah.
- Předepsaná a účelná výstroj a výzbroj.
- Organizace závodů, doprava saní a bobů.
- Systém přípravy a vedení výcviku mládeže.

V teoretické přípravě technika a metodika jízdy na saních bude jistě hlavní náplní, a proto bude probrána velmi důkladně. O výstroji a výzbroji a o návosloví bylo již v dostatečném rozsahu pojednáno. Obsahově i rozsahem vyhovující musí být stať Systém tréninku sáňkaře a sportovní příprava mládeže. Teoreticky základy pohybu na saních si je nutno doplnit z přednáškové osnovy STN 1961 Teoretické základy jízdy na saních a bobech a fyziologické účinky zrychlení v klopových zatáčkách. Jako metodická pomůcka k výuce techniky a taktiky jízdy velmi dobře poslouží instrukční plakát Jízda na saních.

II. TĚLESNOU PŘÍPRAVU:

- Doplňkové sporty a nářadí.
- Speciální tělesná příprava, tzv. účelová gymnastika.
- Hry a hravé zábavy na saních.
- Přípravné hry a soutěže se saněmi a na saních.
- Sportovně rekreační ježdění na saních a bobech.

Tělesnou přípravu sáňkařů v běžné praxi provádíme v létě provozováním tzv. doplňkových sportů. Mezi ně počítáme hlavně ty sporty, které dále rozvíjejí pro sáňkaře prospěšné tělesné a duševní vlastnosti. Speciální tělesnou přípravu zaměřujeme na cvičení rozvíjející sílu, obratnost, pohyblivost, rychlost, vytrvalost; nazýváme ji účelovou gymnastikou. Trénink našich sportů není dosud natolik propracován, abychom mohli z jeho analýzy vycházet. Není bohužel ani ještě objektem vědeckého výzkumu, ačkoliv by z hlediska fyziologie, biomechaniky a psychologie byl nanejvýš zajímavý pro nejpovolnější odborníky. Nezbyvá proto nic jiného, než zatím doporučit obecnou odbornou literaturu. Např. jednu z nejnovějších knih, kterou zpracoval B. Kos: Účelová gymnastika sportovce; vydalo jí STN 1961. Hry a hravé zábavy na saních jsou již bohatě zpracovány a v hlavních obdobích je budeme otiskovat. Jistě v zimě obohatí a rozšíří tělesnou výchovu. Hlavně jejich stať, která se jmenuje Přípravné hry a soutěže se saněmi a na saních, spojuje tělesnou přípravu, hlavně mládeže, s cílevědomou speciální přípravou.

III. VÝCHOVA MORÁLNÍCH A VOLNÝCH VLASTNOSTÍ.

- Výchovně organizační a propagační práce ve prospěch oddílů a TJ.



■ Několikanásobný mistr sportu Horst Urban si připravuje saně na mistrovství světa 1962 v polské Krylnici.

- Kolektivní návštěvy kulturních a sportovních podniků.
- Spolupráce na výstavbě drah, příprava saní a bobů.
- Studium odborné literatury a přednášek.
- Pořádání společenských sportovních zaměřených soutěží, besed apod.
- Spolupráce a účast na všech společenských akcích, pořádaných ČSTV a NF.

Výchova morálních a volných vlastností doplňuje a vyvažuje sportovní přípravu při rozvíjení pohybových vlastností a osvojování si teoretických i praktických jízdnicích návyků. Nutný všeobecný rozvoj sportovce se neobejde bez výchovného působení. Prostředky výchovného působení trenéra i sebevýchovy sáňkařů samých jsou různé a značně mnohotvárné. Nutno je spatřovat ve vší činnosti, ve sportovní přípravě, v zaměstnání, ve škole, ve všech masových organizacích i v rodině. Výchova k uvědomělé kázní, kolektivnímu vlastnictví, zodpovědnosti a spolupráci, nezištné, přímé a otevřené jednání, jinými slovy utváření charakteru a morálního profilu sportovce. Je to dlouhodobé systematické a příkladné působení trenéra jako vzoru, individuálně nebo v kolektivu. Řídí se také podle schopností, ale hlavně s ohledem na dané možnosti a zvláštnosti cvičenců. Neustále se vzdělávat v tomto směru přísluší jak vedoucím,

tak žákům. K dispozici tu je odborná literatura, přednášky a hlavně vzájemná spolupráce a výměna názorů v každodenním životě. Ve sportovní přípravě k tomu využijeme všech příležitostí — při stavbě drah a úpravě saní, společnou účastí na masových akcích, kolektivními návštěvami kulturních podniků a sportovních podniků, pořádáním dnů otevřených hřišť, besed, přednášek a různých her a soutěží.

IV. SPECIÁLNÍ PŘÍPRAVA

- Přípravná cvičení na saních v tělocvičně a na hřišti.
- Kolečkové saně nebo bob ve vleku a na svahu. Návčik startů, bobování, zatáčení apod.
- Příprava a návčik voskování sanic bobů a saní.
- Konstrukce a výroba nových typů saní a bobů.
- Zkoušení nových způsobů snižování třecích a aerodynamických odporů.

Období speciálního tréninku vlastně začíná výběrem sportovní specializace. Doba potřebná k dosažení maximální výkonnosti podle praktických zkušeností je asi 8 až 12 let. Pozor, nezačínat s dobou potřebnou k dosažení vítězství v závodech, ta je závislá na přípravě a úrovni soupeřů. Speciálnímu tréninku předchází období přípravného tréninku. Trvá také maximálně 5 let, protože musí zajistit všestranný tělesný rozvoj a upevnění

zdraví sportovce, harmonický rozvoj svalstva celého těla, upevnění srdečně cévního a dýchacího systému, zlepšení funkčních schopností ostatních orgánů a systémů, rozvoj nervosvalové pohybové koordinace, kloubní pohyblivosti, síly, rychlosti, obratnosti a vytrvalosti. Napomáhá tomu zvládnutí techniky více sportů.

Hlavní úkoly speciálního tréninku sáňkařů a bobistů: — další zlepšení všeobecné a dosažení speciální tělesné připravenosti; — osvojení dokonalé techniky jízdy na saních a bobech a její zdokonalování; — zlepšení znalostí a zkušeností v oblasti teorie a praxe; — osvojení taktických znalostí a zkušeností; — osvojení mazání, údržby a oprav saní a bobů; — výzkum nových způsobů snižování třecích a aerodynamických odporů; — přivýkání k samostatnosti v tréninku a soutěžích.

Období speciální přípravy je možno dělit na etapy, ve kterých se postupně trénují některé nedostatky individuální, nebo se postupně osvojují a zlepšují jednotlivé úkoly vytyčené ve speciální přípravě.

Podle uvedeného obsahu sportovní přípravy lze si udělat představu o její různorodosti a obsáhlosti práce. Postupně se na stránkách našeho časopisu budeme zabývat některými uvedenými faktory přípravy.

Inž. KOVANDA

VÝSLEDKY MISTROVSTVÍ ČSSR V JÍZDĚ NA SANÍCH

V letošním květnovém čísle jsme v článku inž. Páska zhodnotili průběh a organizaci letošních sáňkařských mistrovství a přebor dorostu na dráze v Lázních Jeseníku. Dnes přinášíme technické výsledky všech disciplín. Celkem startovalo podle směrnych klíčů 65 dospělých (45 mužů a 20 žen) a v kategorii dorostů 39 účastníků (17 dorostenců, 22 dorostenek). Muži získali 14 I. výkonnostních tříd, ženy 7 I. výkonnostních tříd.

JEDNOSEDADLOVÉ

Muži

1. Horst Urban	SČ	4:47,4
2. Roland Urban	SČ	4:52,8
3. Manfred Novotný	SČ	4:58,6
4. Jan Hamřík	P	5:01,0
5. Jiří Rydval	SČ	5:03,2
6. Petr Škrabálek	SČ	5:05,0
7. Erich Peukert	SČ	5:07,0
8. Herbert Feix	SČ	5:07,1
9. Jiří Hujer	ZČ	5:07,2
10. Milan Mohapl	SM	5:07,7
11. Inž. Vlad. Kovanda	P	5:08,1
12. Max Hillebrandt	SČ	5:08,4
13. Václav Hynek	ZČ	5:08,5
14. Jindřich Zeman	SČ	5:09,0
15. Milan Gardelán	VS	5:09,9
16. František Valenta	ZČ	5:11,2
17. Walter Marx	VS	5:12,4
18. Ivan Matějovský	SM	5:13,6
19. Lubomír Macko	VS	5:17,1
20. Antonín Hrubeš	JM	5:17,4

Ženy

1. Oldřiška Tylová	SČ	5:10,9
2. Alena Švadlenová	SČ	5:16,9
3. Zorka Tomášková	SČ	5:17,7
4. Marcela Havlíková	P	5:27,2
5. Etela Acelová	VS	5:27,4
6. Markéta Hillebrandtová	SČ	5:31,7
7. Alice Mohaplová	SM	5:34,7
8. Erika Patermanová	SČ	5:42,0
9. Milada Matějovská	SM	5:48,3
10. Hana Dvořáková	P	5:48,9

Dorostenky

1. Hana Nesvadbová	SČ	5:26,2
2. Helena Deckerová	SM	5:30,8
3. Anelis Vaterová	SČ	5:32,5
4. Hana Lamlová	P	5:43,4
5. Eva Rušajová	SM	5:45,0
6. Jana Šefrová	SČ	5:45,6
7. Marta Kupčíková	SM	6:02,9
8. Soňa Reptová	VS	6:07,0
9. Jana Urbanová	SM	6:07,4
10. Jarmila Porybná	JM	6:17,6

Dorostenci

1. Karel Hladík	SČ	5:04,1
2. Vít Koldovský	SČ	5:07,5
3. Jiří Jaroš	SČ	5:12,8
4. Miroslav Strnádek	SČ	5:16,3
5. Jan Štefaniuk	SČ	5:19,4
6. Bohumil Jakoubě	SČ	5:19,8
7. Jiří Krátký	SM	5:20,2
8. Jaroslav Tomášek	SČ	5:25,9
9. Werner Nitsche	SČ	5:26,3
10. Josef Gassenbauer	JČ	5:32,8

Dvojice mužů

1. Urban R.—Urban R.	SČ	1:58,0
2. Peukert—Feix	SČ	2:00,0
3. Škrabálek—Novotný	SČ	2:01,9
4. Kovanda—Dašek	P	2:02,4
5. Dvořák—Kuchař	ZČ	2:07,2
6. Hynek—Hujer	ZČ	2:08,4

Dvojice žen

1. Holečková—Náprstková	P	2:14,0
2. Dvořáková—Havlíková	P	2:15,1

3. Patermanová—Švadlenová	SČ	2:17,0
4. Hillebrandtová—Růžičková	SČ	2:23,7
5. Matějovská—Bartošová	SM	2:27,6
6. Rieglová—Coulalová	SM	2:32,4

Dvojice dorostenců

1. Hladík—Nitsche	SČ	2:08,2
2. Strnádek—Štefaniuk	SČ	2:09,0
3. Kupčík—Tomášek	SM SČ	2:11,6
4. Koldovský—Hillebrandt	SČ	2:12,3
5. Vymazal—Šenberger	SM	2:12,5
6. Karas—Tölts	P VS	2:17,1

Dvojice dorostenky

1. Nesvadbová—Vaterová	SČ	2:11,4
2. Urbanová—Rušajová	SM	2:17,4
3. Šefrová—Kraťochvilová	SČ JM	2:23,0
4. Lamlová—Wáchová	P	2:48,2
5. Reptová—Dittrichová	VS	—
6. Porybná—Horáková	JM	—

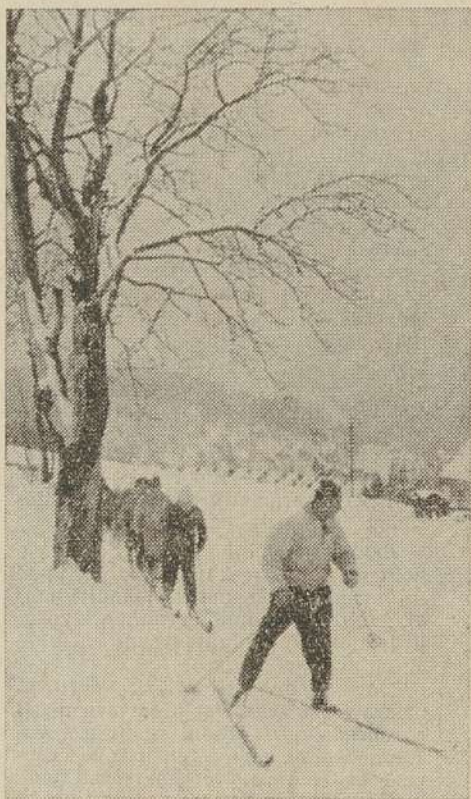
Smíšené dvojice dospělí

1. Urban R.—Švadlenová	SČ	2:01,9
2. Urban H.—Patermanová	SČ	2:02,1
3. Feix—Hillebrandtová	SČ	2:03,2
4. Kovanda—Holečková	P	2:06,8
5. Hamřík—Havlíková	P	2:10,3
6. Matějovský—Šenbergerová	SM	2:10,5

Smíšené dvojice dorostenci

1. Hladík—Nesvadbová	SČ	2:05,8
2. Koldovský—Rušajová	SČ SM	2:07,7
3. Jírovec—Šefrová	SČ	2:11,4
4. Nitsche—Vaterová	SČ	2:11,9
5. Vymazal—Urbanová	SM	2:17,7
6. Krátký—Deckerová	SM	2:19,0

Boby



■ Mládež z oddílu na jedné z četných vyjížděk do terénu vedená trenérem Láďou Pazourkem.

■ Jedna z nejúspěšnějších členek oddílu, mladší dorostenka Pazourková (vpředu), při návratu předávkou štafety.



Nebylo snad jediného závodu mládeže v klasických disciplínách v krkonošské oblasti, kterého by se nezúčastnili. Dnes již můžeme říci, že nezůstala nevyužita ani jediná příležitost k tréninku žactva a dorostu lyžařského oddílu TJ Spartak Závody 9. května v Praze.

Kolik z nás si je pamatuje z náhodných střetnutí v Krkonoších. Pestrá skupina děvčat a chlapců, nestejně výšky i rozdílného věku s červeným znakem světoznámé továrny na motocykly na svetrů či na větrovce. Jejich zimním rájónem jsou doslova celé Krkonoše. Ráno je můžete potkat neda-leko Klínové boudy, o hodinku později poblíž Pece a odpoledne někde na druhé straně u Dívčích kamenů. Takový je program jejich zájezdů na sobotu a neděli. A protože znají cenu těchto zájezdů, tak i po závodech, kdy většina ostatních na svahu odpočívá, vidíme, jak celá skupina spolu se svým trenérem a vedoucím projíždí ještě jednou trať i okolí, aby do poslední chvíle využili pobyt na sněhu. Je jistě samozřejmé, že nejde jen o náhodné vyjížděky a náhodnou účast na závodech, ale o soustavný a cílevědomý trénink členů oddílů, ve kterých snad mimo trenérů a vedoucích žádný nepřekročil dorostenecký věk.

Letošního roku dosáhli pěkných výsledků a jistě mohou být dávaní za příklad oddílů, který vzorně plní onu část rezoluce II. sjezdu hovořící s mládeží. Zaslouženě se umístili na 10. místě v celostátní soutěži kolektivů o nejlepší oddíl v práci s mládeží. Bylo to na základě výsledků dosažených na přeborech dorostu ČSSR v klasických disciplínách, kde získali 1., 3., 10. a 28. místo v běhu a ve štafetách 2., 7. a 13. místo. O dobré práci také svědčí sedm I. výkonnostních tříd, tři II. a pět III. výkonnostních tříd i 2. místo ve finále Sokolovského závodu branné zdatnosti, a to, že všichni jsou nositeli odznaku Lyžař ČSSR.

Právem jsme byli zvědaví, jak v oddíle zajišťují letní činnost, a tak jsme si za nimi došli na hřiště jejich tělovýchovné jednoty v Praze 4, na Dě-kance. Bylo to nedlouho potom, co zakončili hlavní období úspěšnými závody SHM na Friesovkách za velké účasti dorostu a žactva nejen z vlastního oddílu, ale i z Vrchlabí, Kořenova, Jilemnice i z Prahy z Rudé hvězdy a Slávie VŠ. Jak už to ani nemožné být, setkali jsme se i na hřišti s předsedou oddílu V. Hlaváčkem, který nás informoval o tom, co se jednou návštěvou nezjistí a co ani fotoaparát nestačí zachytit. Tak jsme se dozvěděli, že mladí členové oddílu trénují v letním období třikrát týdně — v pondělí, ve středu a v pátek — za průměrné účasti dvaceti chlapců a děvčat. V programu tréninku mají lehkootletické disciplíny a soutěž o plnění odznaku zdatnosti. Ze to berou, jak se lidově říká, »od podlahy« svědčí účast a výsledky mladších dorostenek Hlaváčkové, Pazourkové, Bumbové, Přívratské a dalších v soutěži o Pohár Cs. rozhlasu a všech ostatních v městském přeboru ČSTV v lehké atletice. Právem jsou hrdí na to, že dorostenka Pazourková se v běhu probojovala až na mistrovství ČSSR, že všichni jsou nositeli odznaku BPPOV a 20 členů odznaku Plavec ČSSR. Starší dorost přibližně ve stejném počtu dochází na trénink do loděnice kanoistů jednoty. Tato spolupráce obou oddílů pomáhá zajímavým způsobem řešit možnosti mimosezónního tréninku. Lyžaři v létě trénují s vodáky a v zimě naopak.

V srpnu si udělali oddílovou »přestávku« v tréninku, ale ani v té ne-zaháleli. Připravili pro mládež, která nejela na pionýrské tábory pobyt za plnou úhradu ve stanovené základně Jiskry Domažlice a ještě počítají s brigádou na vlastní chatě, kterou mají na Friesovkách v Krkonoších. Současně již připravují tradiční přespolní běhy v krčském lese, které letošního roku chtějí uspořádat pro všechny kategorie.

Dobré výsledky i pestrá činnost však neznamenají, že by v oddíle neměli problémy a potíže. Mají jich víc než dost, jako všude jinde. Ale i tady je rozhodující obětavost a nadšení vedoucích pracovníků oddílu V. Hlaváčka, L. Pazourka, V. Sittera, F. Sebesty, J. Stránského, V. Zdeňka a dalších. Těm patří zasloužený dík za překonávání všech obtíží a vyřešení těchto problémů tak, aby vlastní výchova mládeže v oddílu nebyla narušena. Ze jde o dobrou výchovu svědčí i to, že nejlepší závodnice oddílu patří mezi nejlepší i ve škole.

Odházeli jsme s pocitem, že jsme navštívili dobrý oddíl, ve kterém do puntíku věří, že v mládeži jsou naše budoucí úspěchy v lyžování. Jen vedoucích a trenérů kdyby bylo víc. V tomto duchu vyzněla i slova soudruha Hlaváčka na rozloučenou, když si postěžoval: »Copak mládež, té bychom měli dost i zájem by měla, jen trenéři, ti nám chybějí.«

Co myslíte? Nenašel by se v Praze trenér, který by pomohl?

—JZ—

Lyžařství

ROČNÍK 48. ČÍS. 9

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouza. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ÚV KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

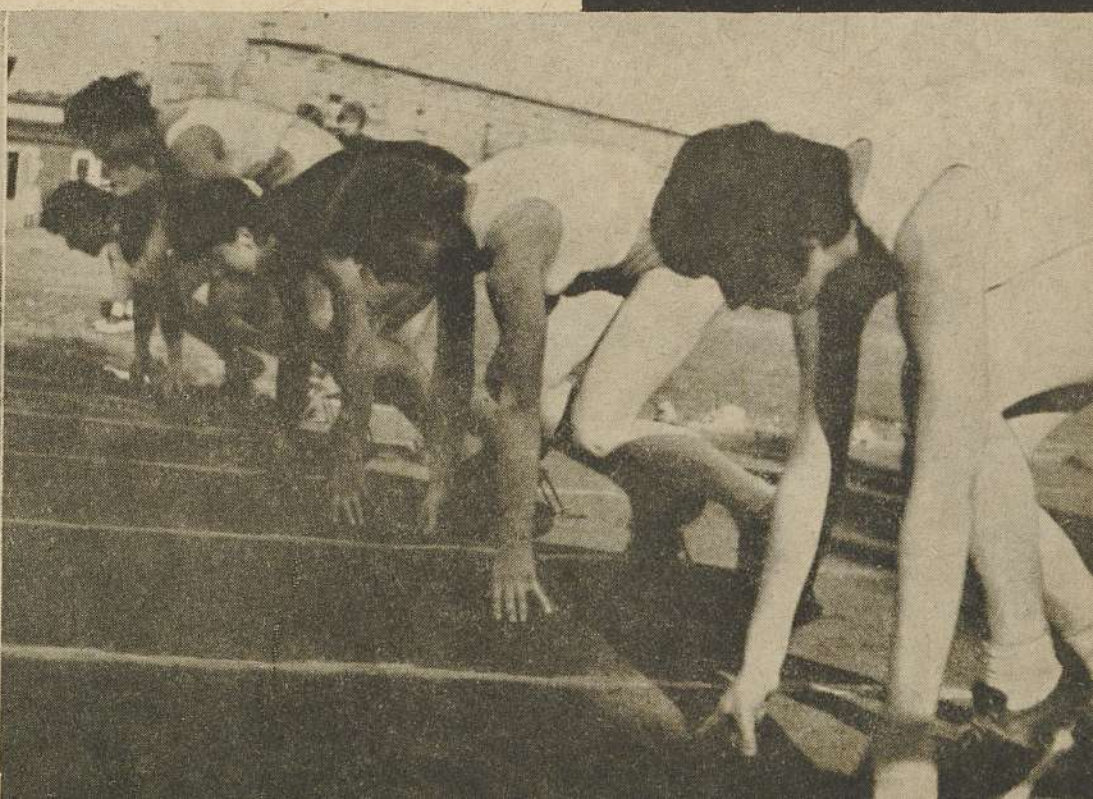
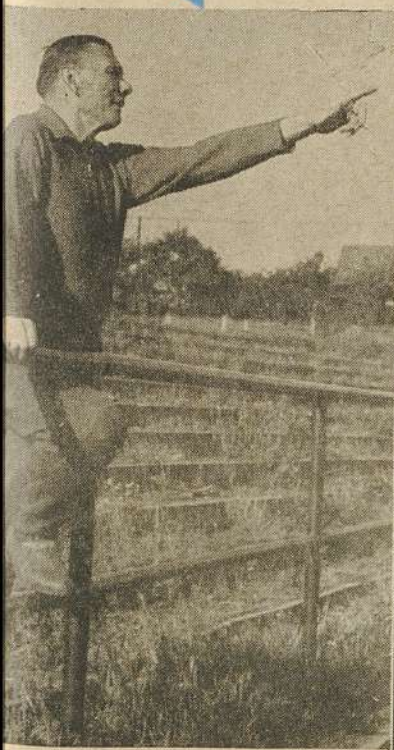
A-18*22268



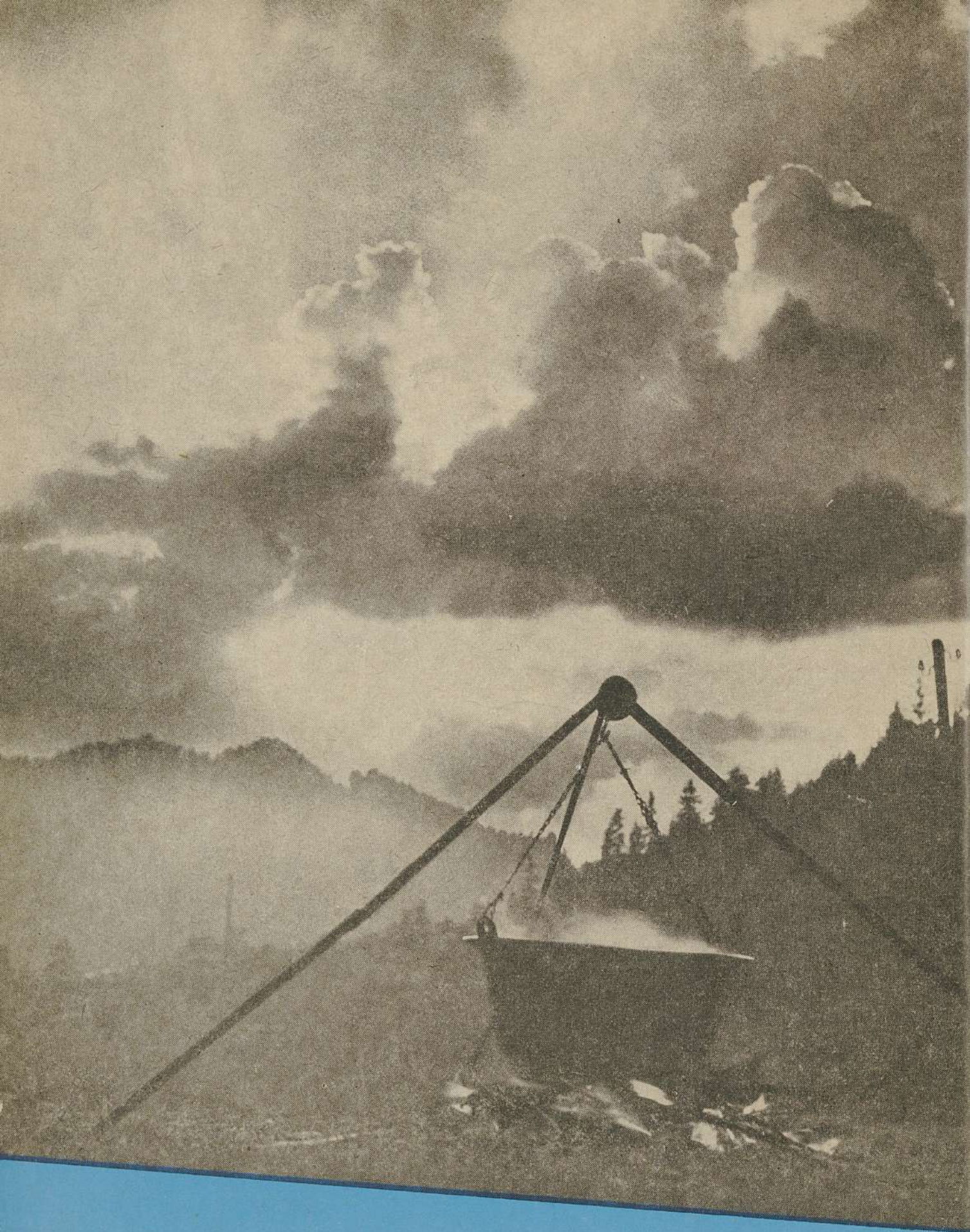
DOBRÁ PRÁCE DOBRÝ VÝSLEDEK

Připravít ke startu — pozor!... disciplíny lehké atletiky, královny letních sportů tvoří převážnou část náplně tréninku. Zbytek je doba určená pro míčové hry a ve chvílích odpočinku zbuďte čas i na teorii a besedu.

Titulní strana a 4. str. obálky: Podzim je přede dveřmi a s ním i doba přespolních běhů. Využijte i vy podzimní přírody k běhu v nejkrásnějším prostředí. Nezapomeňte na hůlky! Jsou dobré nejen k posilování paží a získání potřebných pohybových návyků, ale hodí se i jako vhodné náčiní k průpravným cvičením. Snímky Fr. Říha.



Člaven Hlaváček, předseda lyžářského oddělu TJ Spartak Znojmo



ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNĚ VÝCHOVY

Lyžařství - sáňkařství a bobový sport



9

Lýžařství

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
ŘÍJEN 1962





Mistr sportu
VÍTEZSLAV LÁHR,
trenér reprezentačního
družstva sdruženářů



STEFAN OLEKŠÁK,
TJ Dukla Liberec



JOSEF KUTHEIL,
TJ Dukla Liberec

NAŠI REPREZENTANTI



JAROSLAV ŠŮVA,
TJ Dukla Liberec

Nejrealnější naděje na úspěch ve světovém měřítku, který mohou naši sportovci dosáhnout, mají sdruženáři. Navázali by tím na úspěšnou tradici v této disciplíně, jejíž vítězové byli právem nazýváni mistry v »jždě na lyžích«.

Titulní strana: Na snímku J. Hejry sdruženář Kutheil na nájezdové věži při letních závodech ve skoku na lyžích na umělé hmotě.

4. strana obálky: Přespolní běh lyžařů v Krčském lese. V čele předseda lyžařského oddílu TJ Slovan UV ČSTV O. Valkoun.



PETR BAYER,
TJ Dukla Liberec



JAROSLAV MAZÁNEK,
TJ Spartak Semily



MILOSLAV ŠVARÍČEK,
TJ Dukla Liberec



VÁCLAV STEKLÝ,
TJ Baník Osek



Náš nejlepší sdruženář Š. OLEKŠÁK si připravuje lyže

PŘÁTELÉ NEJMILEJŠÍ

Ze skvělého vítězství Alefity Kolčinové a získání titulu mistryně světa měla radost i naše reprezentantka Vlasta Srnková. Srdečné objetí není jen důkazem sportovního přátelství — je i symbolem československo-sovětského přátelství.

Vzpomínky se vracejí do Zakopaného, dějiště letošního mistrovství světa v klasických disciplínách. Tam se na tratích a můstcích naši závodníci potkávali se sovětskými reprezentanty jako se soupeři. Ale především se setkávali ve volných chvílích jako dávní přátelé. Vhodných příležitostí se našlo vždycky dostatek. Při cestě na trénink, z tréninku, při obědě, při večeři, v ubytovně sovětské výpravy, v hale, u televizoru či v lyžařně i v ubytovně našich. Témat k hovorbu bylo bezpočetně, od lyžařských až po vyprávění o svých dětech. Za těch několik krásných dnů se prohloubila osobní přátelství a všem zůstaly milé vzpomínky. A loučení? »Mnoho zdaru v práci, v tréninku, na závodech a brzo zase na shledanou!«

Naše a sovětské lyžaře nesdružuje jen společná láska ke sportu — k lyžím. Spojuje nás i společná cesta obou našich zemí. Oslava vzájemného přátelství vždy vrcholí Měsícem československo-sovětského přátelství, které si i letos budeme připomínat na svých pracovištích a ve sportovní přípravě. Čs. lyžaři budou, tak jako v minulých letech, patřit mezi nejaktivnější sportovce, kteří poběží v tisícových počtech se štafetou nesoucí poselství našich pracujících až na hranice Sovětského svazu. V letošním roce ponese Štafeta přátelství řadu hodnotných závazků, které jsou o to významnější, že zahrnují splněné závazky, které byly vyhlášeny na počest XII. sjezdu Komunistické strany Československa. Pro nás jsou tím radostnější, že tělovýchovné jednoty a jejich sportovní oddíly, a mezi nimi i lyžařské, se aktivně zapojily do předsjezdové činnosti práce. Je potěšující, že mnoho lyžařů pracuje v brigádách socialistické práce, aktivně vystupují v předsjezdových diskusích na svých pracovištích a také přispívají svými připomínkami a prací ke zlepšení činnosti tělovýchovných jednot a jejich sportovních oddílů.



I když lyžování patří mezi nejvíce rozšířené sporty u nás, nemůžeme být se současným stavem spokojeni. Úkoly, které jsou před námi z hlediska perspektivy, nám napovídají, že základna v lyžařských oddílech se musí nadále rozšiřovat a současně i zkvalitňovat proces výuky v širokých vrstvách obyvatelstva, zejména mezi mládeží.

Rovněž i ve sportovním mistrovství je třeba zlepšit naše současné postavení ve světě. Základem a předpokladem toho je další prohloubení učebně tréninkového procesu. V této souvislosti si připomeňme slova zasloužilého trenéra SSSR A. N. Baženova při pobytu u nás. Na otázku, v čem je základ úspěchu, nám odpověděl: »V systematické, náročné a tvrdé celoroční přípravě. V pevné vůli překonávat překážky a nikdy neustrnout, stále jít vpřed.«

V diskuzi k dokumentu O výhledech dalšího rozvoje naší socialistické společnosti se často hovořilo o spolupráci se Sovětským svazem, o vzájemné pomoci a dělbě práce na všech úsecích našeho života. Ve sportu již máme v tomto směru dobré zkušenosti a v lyžování zejména. Je na nás, abychom právě v Měsíci československo-sovětského přátelství si tuto skutečnost uvědomili a aby tento měsíc byl nástupem k tomu, co měl na mysli A. N. Baženov — pevně zdolat všechny překážky — nezastavit se — stále jít vpřed!

PAVEL KOLČIN RADÍ MLADÝM

CHCETE ZNÁT TAJEMSTVÍ
SPORTOVNÍHO ÚSPĚCHU?

Odhalíte jej hned, jakmile začnete pravidelně trénovat. Tajemství poznáte v poctivé přípravě, kdy se naučíte překonávat překážky a obtíže, bez kterých sport není sportem. Na cestě za úspěchy se nebudete setkávat jen s radostmi, ale i s rozčarováním, potřezmi a zklamáním. Kdo však dokáže všechno překonat, ten se stane zakaleným a zkušeným sportovcem.

JAK ZISKÁ LYŽAR SILU?

Rozhodně si nemyslete, že síla se získá, když se hodně jí. Jako začátečník jsem si to také myslel. Jednou jsem těsně před závodem snědl tučný kus masa s chlebem a byl jsem přesvědčen, že jsem získal velkou dávku kalorií. Ale shledal jsem se s opakem. Jídlo mi v žaludku tlačilo, těžko se mi běželo a skončil jsem na posledním místě. Poučil jsem se.

VÝZNAM HYGIENY PRO SPORTOVCE?

Je značný. Jsou-li dodržována základní pravidla hygieny a stravování, vystříháte se četných nepřijemností. Pro lyžaře je velmi užitečná koupel s párou. Vyzkoušejte ji a dáte mi za pravdu. Zkuste to a poznáte skvělé účinky koupele na váš organismus.

O NĚKOLIKA DŮLEŽITÝCH
DROBNOSTECH

K vlastnostem, které má mít běžec, je i pocit rovnováhy. Někteří lyžaři se domnívají, že pocit rovnováhy je »dřobnost« a nevěnují pozornost jejímu zlepšení. Běžci se sice zaměřují na posílení svalů, získání dobrého odrazu nohou, ale tuto sílu nemohou plně využít. Po odrazu se neudrží ve skluzu na jedné noze, a tak dělají příliš krátké kroky. Draze se platí podcenění takové »malíčkosti«.

Další »malíčkost«. Naplánuje se rychlostní trénink a najednou se oteplí. Mnozí běžci proto změň plán, protože rychlostní trénink má být jen při dobrém skluzu. Zapomínají, že i při závodech se často oteplí. A kdo nemá zkušenosti z tréninku na špatném sněhu, v závodech pak utrpí porážku.

V poslední době existuje mnoho speciálních cvičení pro běžce. Žádné z nich není dostatečně využito, ačkoliv na každém najdete »racionální zrna«. Tak třeba kolečkové lyže nám pomáhají rozvíjet běžeckou rovnováhu.

V přípravném období se hodně trénuje síla, ale jakmile přijde zima, stane se pohyb na lyžích jediným univerzálním prostředkem pro rozvoj všech vlastností. I v zimě je třeba cvičit se zátěží, s pery atd. Není nutné jim věnovat hlavní trénink, ale dají se zařadit do ranních rozcvičení nebo po hlavním tréninku.

Pocit únavy zná každý dobře. Ale není správné, jestliže se okamžitě přestane trénovat, když se tento stav dostaví. Právě v boji s únavou roste trénovanost, zakaluje se vůle. Musí se však znát hranice. Běžec má snést velké zatížení, ale také má umět náležitě odpočívat. Pouze rozumné střídání zatížení a odpočinku dává dobré výsledky.

A na závěr: Jedno latinské přísloví praví: »Kapka hloubí (kámen) ne silou, ale častým padáním«. Nechť se i trénink stane takovou kapkou. A pak budeme moci říkat: »Velkému korábu — velkému plavbu«, nebo jednoduše, »velkému sportovci — velké úspěchy«.

-lyž-

MLadost, tys' držitelkou rána! — akoby v čele oddílové práce boli tieto slová básnika Hviezdoslava, pokiaľ jde o prácu v lyžiarskom oddíle TJ Baník Kremnica. Áno, mládež dominuje nielen v počte prechádzajúcich základným lyžiarskym výcvikom, ale mladí cvičitelia — i keď podajedi snád vekom starší, ale duchom mladí — dávajú všetky svoje sily, schopnosti a vedomosti na to, aby i kremnické pretekové lyžovanie bolo zo dňa na deň lepšie.

Priebojnosť a dynamičnosť vie si v práci cvičitelského i trénerského kolektívu nájsť kompromis s rozvážnosťou starších, a to najlepšie sa stretuje v jednotliaty celok.

Ani nečudo, že zo širokej základne žiactva, vedeného skúsenými vedúcimi, je i dobrý výber hodnotných talentov lyžiarskeho pretekania. Bežci, zjazdári i skokani sú v Kremnici vo veľkom výbere. Každé z troch hlavných odvetví pretekového lyžovania má nielen veľa mladých adeptov, ale aj dobrých trénerov — a povedzme že aj zariadenia.

Pri posledne menovaných treba sa aspoň na okamih zastaviť. Totiž v Kremnici a najmä v jej okolí, keďže sa nadmorská výška člení od 450 m až po 1000 m, možno smelo povedať, že bežci majú podmienky jedinečné. I zjazdárom by mohlo veľa záujemcov závidieť. Krásne svahy — a na najvyššie miesta vedie vleč. Zariadenie nie je ďaleko od tohto starého banskeho centra. Žiaľ, že vleč značnú časť zimy nečinnosťou hľvie. Defekty a často i minimálne nedostatky sa odstraňujú príliš dlho a čas letí, sneh sa tratí. Pokiaľ ide o lyžiarsky mostík — ten má svoju tradíciu. No i na ňom poznáť zub času. Žiadalo by sa dať mu čím skôr generálnu opravu a v medzich možnosti pokrýť ho umeľou hmotou. Veď niet azda iného miesta s takou prekrásnou scenériou pre oči skokana i diváka. A tak isto niet azda miesta, kde by bolo v mládeži toľko zápalistej krvi pre skoky na lyžiach ako v Kremnici. Teda spomínané dva faktory sú akosi čiernou chmárou nad lyžiarskymi zariadeniami v banskej Kremnici.

V uplynulej zime absolvovalo 266 cvičencov kurz základného lyžovania. Z tohto počtu limity odznaku »Lyžiar ČSSR« splnilo 179 cvičencov. Z toho do 16 rokov bolo 148 a nad 16 rokov 31 osôb.

Výcviku venovali cvičenci 5586 hodín — to sú cvičenci so 100-percentnou účasťou. Okrem toho cvičenci s čiastočnou účasťou mali 920 výcvikových hodín. Celkom sa teda absolvovalo 6506 hodín. Teoretická časť si vyžiadala celkom 797 hodín.

Cvičitelia po absolvovaní výcviku základného lyžovania vybrali spomedzi absolventov cvičencov pre pokračovanie vo výcviku v športovej lyžiarskej základni pri TJ Baník Kremnica, resp. pre špeciálny výcvik v príslušných pretekových disciplínach. Do výberu došlo takto 83 cvičencov, čo je

31 % z počtu cvičencov, ktorí absolvovali výcvik základného lyžovania.

To by bolo v číslach vyhodnotenie statočnej práce cvičiteľov lyžovania z Kremnice, spomedzi ktorých treba zvlášť vyzdvihnúť súdruhov Tadjala, dr. Hagaru, Lad. Fuku, Kuzmína, Groscha, Ondreja Hrica, ako aj ďalších, ktorí i keď nezaznamenali sto-percentnú účasť pri výcviku (bránili im v tom často vážne dôvody pracovné a rodinné), plnili si svoju úlohu tiež vzorne.

Robíte to dobre, Kremničania

Vyhodnotenie školenia robili s príkladnou svedomosťou, opierajúc sa o čísla. Veď viacstránkový materiál, spracovaný ich organizačnými pracovníkmi, len tak sa hmýri konkrétnymi údajmi — teda rukolapným materiálom.

Kurz viedli súdruhovia inž. Morovjan a Vladimír Ivančo.

Vedenie i cvičitelia — a hlavne práca nimi vykonaná — hovoria, že kurz bol úspešný. Vzbudil u mládeže záujem o vyššiu formu lyžovania, t. j. o lyžovanie organizované a postavené na pevné, metodické základy. Do tých čias totiž mnohí videli v lyžovaní radostnú síce, ale živelnú zábavu. Absolventi si uvedomili, že lyžovanie je činnosť, ktorá dáva oazistnú radosť vtedy, ak je podložená potrebnými znalosťami a vedomosťami praktickej i teoretickej činnosti.

Zvlášť potešiteľným zjavom bola účasť niektorých rodičov na výcvikových dňoch. Rodičia takto dokumentovali, že majú záujem o zdarný priebeh výcviku svojich detí. Ohotne prikladali ruky ku každej práci. Zvlášť hodno vyzdvihnúť pomoc týchto rodičov: Mensatorisa, inž. Križička, Marika, Petroviča, prof. Polákovéj, Orlickeho, Kopeckého a Zemana.

Takto chcú lyžiar z Kremnice privesť k sústavnému lyžovaniu čo najviac obyvateľov mesta a splniť úlohy, ktoré ukládajú lyžiarstvu uznesenia ÚV KSČ o rozvoji telovýchovy — t. j. zabezpečiť pre výchovu pracujúcich podmienky pre dobrý rast a zdravie.

No nielen v základnom lyžovaní, ale aj v pretekovom lyžovaní a v práci lyžiarskej základne, ktorú vedie Michal Žiarny a hlavným trénerom je majster športu tréner Rudo Čillik. Z bilancovania vidieť, že v čase od júna 1961 do apríla 1962 bolo absolvované 3585 tréningových hodín.

Pretekári z Kremnice sa zúčastnili na 25 pretekoch — v zahraničí i doma. Získali 62 prvých, 27 druhých, 20 tretích a 13 štvrtých miest.

Podľa dosiahnutých výsledkov získali dve prvé výkonnostné triedy do-

spelých, 11 prvých výkonnostných tried dorastencov a 2 I. VTM dorasteniek, tri II. VTM dorastencov a jednu II. VTM dorasteniek.

Správanie členov základne v škole i na športových lyžiarskych dráhach dokazuje splnenie záväzku o ideovej výchove nového športovca. Väčšina žiakov — príslušníkov základne — študuje s vyznamenaním — teda i záväzok o odbornom výcviku je splnený. Všetci členovia základne sú členmi ČSM, resp. PO.

Ešte mnoho údajov svedčiacich o zdarnej práci lyžiarov v Kremnici možno konštatovať z obsiahlej zprávy, ktorá je pre tajomníka LO TJ Baník s. Berčíka zrkadlom jeho precíznosti. Dozvedáme sa i o ďalších úspechoch vo vrcholovom pretekaní, ako aj o ich zveľadovaní pre budúcnosť.

Veľa dobrého snehu a dobrej zimnej pohody želáme vám, súdruhovia funkcionári i členovia lyžiarskeho oddielu TJ Baník v Kremnici. Robíte to dobre, Kremničania!

Jednou z podmienok pro zvyšování technické i fyzické připravenosti našich závodníků je možnost kvalitního tréninku na sněhu. Ani sebelépe organizovaný a prováděný trénink na suchu i se zařazováním všech druhů napodobivých cvičení nemůže nahradit pohyb na zasněženém svahu s lyžemi na nohou.

Při letošním pobytu v našem 14denním výcvikovém táboře na letním sněhu na Zeleném plese ve Vysokých Tatrách jsme měli možnost hovořit s několika zahraničními hosty — zejména s lyžaři z NDR. Vyjadřovali se nadšeně o nádherných podmínkách pro téměř celoroční možnost tréninku našich vrcholných závodníků a my jsme v rozpacích čekali, kdy začnou srovnávat jejich podmínky pro rozvoj sjezdových disciplín s našimi. Vítala se otázka, jaký vzrůst výkonnosti by znamenali naši přátelé z NDR, kdyby měli naši dobrou masovou základnu spolu s dobrými podmínkami našich hor.

Nemám v úmyslu zabývat se rozбором nedostatků naší sjezdářiny, chci jen ukázat na skutečnost, že nejsou zdaleka vyčerpány všechny možnosti k lepší přípravě našich špičkových závodníků. Přestože letošního roku se kromě lyžařů z ústecké základny zúčastnila tréninku na letním sněhu i část členů reprezentačních družstev Dukly i lyžařů severomoravského kraje, nemožu se zbavit dojmu, že pobyt na letním sněhu má v očích příslušných činitelů stále jen atraktivní ráz. Tréninkem nelze totiž nazvat, projede-li závodník několikrát volně svahem a dvakrát či třikrát denně absolvuje menší skupiny slalomových bran. Únava vzniklá pobytem ve značně nadmořské výšce a letní atmosférické podmínky spolu s několikanásobným výstupem po svahu anulují sebevětší snahu závodníků o poctivý a systematický trénink. Je třeba využít »mechanizaci« byt i sebestimulaci. Je třeba problém dopravit na místo letního lyžování výkonný přenosný vlek,

VŠUDE DOBŘE...

dokazují lyžaři z ústecké základny již řadu let. Proto také letos pomocí třístapadesátky javy absolvoval každý z 30 účastníků při denním dvoufázovém čtyřhodinovém tréninku za 10 tréninkových dní celkem 50 km čisté jízdy mezi brankami obřího či speciálního slalomu.

Položíme si otázku, zda by nebylo možno vytvořit tyto podmínky i pro ostatní, tak jak se o tom zmiňuje autor článku Letní měření sil v Tatrách v 9. čísle Lyžařství. Minimální náklady spojené s pořízením a dopravou výtahu na místo tréninku by byly jistě mnohonásobně vyváženy dosaženým výsledkem. Připočítáme-li skutečnost, že v letních měsících je den dostatečně dlouhý, aby doby mezi ranním a večerním tréninkem bylo účinně využito k ostatnímu doplňkovému cvičení všech účastníků výcvikového tábora, můžeme takovéto soustředění reprezentantů označit jako velmi dobrou součást jejich přípravy.

JOSEF HOLINGER,
vzorný trenér

DOMA TAKY?

Na stejné téma nám napsal i trenér vrchlabské základny Jiří Jírša. Ve svém dopise píše:

»Závidíme alpským zemím jejich sněhové podmínky a přitom mnohdy nedokážeme využít našich domácích. Co říci tomu, že ještě v polovině června uspořádali Vrchlabští v Krkonoších závod na lyžích. Jedině snad to, že v letošním roce byla a je i jindy vhodná příležitost k intenzivnímu tréninku po dobu delší čtyř zimních měsíců (leden—úben).

Honza Čermák, Zdeněk Špringl, sourozenci Slavičkoví a někteří další členové sportovní základny Vrchlabí vy-



■ Na snímku J. Jíršy dorostenci sportovní základny z Vrchlabí na letním sněhu v Krkonoších. Zajímá vás kdy? Budete překvapeni. O prázdninách 23. srpna letošního roku.

užívají této příležitosti a někteří dokonce i 2krát týdně trénují ještě v květnu, červnu i červenci. To je prakticky 7 měsíců v roce na lyžích. Rada závodníků je však zvyklá jezdit na lyžích jen v oficiálním termínu, kdy se u nás pořádají závody, méně však již v době, kdy závodní sezóna skončila.

Konec zimního období je nevhodnější k nácviku nových prvků techniky a k odnaučení se různých chyb ve způsobu jízdy na lyžích. V hlavním závodním období (leden, únor) si nikdo nedovolí zkoušet a nacvičovat novou techniku. Závodníci musí podávat největší výkon a jejich celoroční tréninkový cyklus vrcholí. A právě v těchto chvílích si uvědomují chyby, které je třeba odstranit. Nechávat to na začátek příští zimy není rozhodně správné, protože závodníci nebudou dostatečně rozježděni, aby mohli opravovat techniku jízdy, a potom, není ani tolik času v tréninku na její zdokonalování. Nejvhodnějším obdobím k nácviku techniky a odstraňování zjištěných chyb je tedy právě období posledního sněhu. Domnívám se, že ani běžcům či skokanům by nebylo na škodu v tomto období sjezdovat. U závodníků-sjezdářů by to mělo být pravidlem. Tím spíš, že ještě v červenci se dalo trénovat i v Modrém dole v Krkonoších.»

Kdo bude mít zájem? Lyžařský oddíl TJ Lokomotiva Teplice nabízí k prodeji kompletní lyžařský kyvadlový vlek tovární výroby. Délka vleku je proměnlivá podle potřeby, maximálně však 300 m, rychlost lana 1,6 m/sec. Cena vleku asi 25 000 Kčs. — Dotazy i nabídky adresujte přímo na lyžařský oddíl TJ Lokomotiva Teplice.

ZA MASOVOST — ZA REKORDY

FR. TÁBORSKÝ,

předseda ústřední sportovně technické komise

Jednou z nejvýznamnějších událostí nastávající zimní sezóny jsou I. československé sportovní hry. I v lyžařském hnutí je jejich zajištění prvotním úkolem zejména v nastávajícím předolympijském roce.

Již v minulých číslech časopisu jsme vás seznámili s hlavními zásadami a jejich posláním. Dnes přinášíme sportovně technické zásady celé soutěže.

ORGANIZACE SOUTĚŽÍ

Lyžařské soutěže I. ČSSH jsou organizovány ve dvou částech: V první, základní části, to jsou vlastně Sportovní hry mládeže organizované v okresech podle dosavadní struktury (ve 3 kolech). Organizace a systém soutěží se řídí směrnicemi a pokyny k uspořádání III. ročníku Sportovních her mládeže. Rovněž sem patří přebory jednotlivců, kterým je třeba věnovat zvýšenou péči.

Ve druhé, výběrové části, to jsou soutěže organizované jako okresní kola I. ČSSH, která dávají příležitost změřit síly začínajících závodníků. Účast je omezena na závodníky nejvýše s III. výkonnostní třídou a II. výkonnostní třídou mládeže.

Vyšší kola (krajská kola a celostátní finále) jsou již soutěžemi výběrovými a mají v nich startovat nejlepší závodníci okresních nebo krajských družstev včetně reprezentantů ČSSR, mistrů sportu a závodníků I. a II. výkonnostní třídy a u staršího dorostu i závodníků s I. výkonnostní třídou mládeže. V těchto kolech soutěží vybraní nejlepší závodníci okresů a krajů zařazení do družstev. Jde nejen o soutěž jednotlivců, ale i o kolektivní soutěž družstev.

KATEGORIE A ZÁVODNÍ PROGRAM

Okresní kolo

Muži (ročník narození 1944 a starší): běh na 15 km, skok, závod sdružený, slalom, obří slalom.

Ženy (ročník narození 1944 a starší): běh na 5 km, slalom, obří slalom.

Starší dorostenci (ročník narození 1945 až 1946): běh na 5 km, skok, závod sdružený (5 km + skok), slalom, obří slalom.

Starší dorostenky (ročník narození 1945 až 1946): běh na 3 km, slalom, obří slalom.

Závodní program sestavený z uvedených disciplín je považován za minimální a okresní lyžařské sekce jej mohou rozšířit podle místních podmínek.

Startují nejlepší závodníci z okresního finále lyžařských soutěží SHM (pokud budou před termínem okresního kola) a další závodníci nejvýše III. výkonnostní třídy, v kategoriích dorostu II. výkonnostní třídy mládeže, podle výběru a v počtu určeném okresní sekci lyžování ČSTV. **Start závodníků I. a II. výkonnostní třídy dospělých, v kategorii dorostu I. výkonnostní třídy mládeže není povolen.**

Krajské kolo

Soutěž vybraných družstev okresů kraje:

Muži: běh na 15 km, štafeta 4x10 km nebo 3x10 km, skok, závod sdružený, slalom, obří slalom.

Ženy: běh na 5 nebo 10 km, štafeta 3x5 km, slalom, obří slalom.

Starší dorostenci: běh na 10 km, štafeta 3x5 km, skok, závod sdružený (10 km a skok), slalom, obří slalom.

Starší dorostenky: běh na 5 km, štafeta 3x3 km, slalom, obří slalom.

Závodní program je považován za minimální a krajské lyžařské sekce jej mohou rozšířit podle místních podmínek.

Za každý okres startuje nejvýše 25členné závodní družstvo (muži, ženy, starší dorost v libovolném složení), jehož členové obsadí jednotlivé disciplíny předepsaného závodního programu. Výběr disciplín, v nichž budou závodníci startovat, jakož i počet závodníků, jimiž okres jednotlivé disciplíny obsadí, se ponechává na rozhodnutí okresní lyžařské sekce. V jedné disciplíně mohou startovat za okres nejvýše 3 závodníci a 1 štafeta. Každý okres je povinen postavit ve všech věkových kategoriích po jednom štafetovém družstvu.

Do okresního družstva budou vybráni nejlepší závodníci na okrese včetně reprezentantů ČSSR, mistrů sportu, závodníků I. a II. výkonnostní třídy, u dorostu I. a II. výkonnostní třídy mládeže.

Okresní lyžařské sekce přihlédnou při sestavování vybraného družstva okresu (zejména u dorostu) k výsledkům závodů okresního kola I. ČSSH.

Celostátní finále

Soutěž vybraných družstev krajů:

Muži — zkrácený olympijský pořad: běh na 15 km, 30 km, štafeta 4x10 km, skok, závod sdružený, sjezd, slalom, obří slalom, bodově i sjezdový trojboj.

Ženy — úplný olympijský pořad: běh na 5 km, 10 km, štafeta 3x5 km, sjezd, slalom, obří slalom, bodově i sjezdový trojboj.

Starší dorostenci — pořad dorosteneckého přeboru ČSSR: běh na 10 km, štafeta 3x5 km, skok, závod sdružený, sjezd, slalom, obří slalom, bodově i sjezdový trojboj.

Starší dorostenky — pořad dorosteneckého přeboru ČSSR: běh na 5 km, štafeta 3x3 km, sjezd, slalom, obří slalom, bodově i sjezdový trojboj.

Za kraj startuje v každé kategorii po 3 závodnicích a 1 štafetu v klasických disciplínách, ve sdruženém závodě po 4 závodnicích, ve sjezdových disciplínách nejméně po 1 a nejvýše po 3 závodnicích.

Celkem nejvýše 46členné závodní družstvo v tomto složení: 20 běžců, z toho 6 mužů, 6 žen, 4 starší dorostenci a 4 starší dorostenky; 6 skokanů, z toho 3 muži a 3 starší dorostenci; 8 sdruženářů, z toho 4 muži a 4 starší dorostenci; 12 sjezdařů, z toho v každé kategorii po 3 závodnicích.

Do krajského družstva budou vybráni nejlepší závodníci příslušného kraje. Zařazení závodníci musí mít nejméně II. výkonnostní třídu, dorost II. výkonnostní třídy mládeže. Krajské sekce lyžování přihlédnou při sestavování vybraného družstva kraje k výsledkům závodu krajského kola I. ČSSH.

PODMÍNKY ÚČASTI A TERMÍNY SOUTĚŽÍ

Závodníci v okresním kole I. ČSSH startují na základě písemného souhlasu lékaře. Svou totožnost prokazují občanským průkazem, členové ČSTV členským průkazem ČSTV.

Závodníci v krajském kole a celostátním finále I. ČSSH startují na základě platného členského průkazu ČSTV nebo ČSM opatřeného záznamem oddělení zdravotní péče o tělesnou výchovu o způsobilosti k závodění ne starším 12 měsíců, v celostátním finále také potvrzení o udělení nejméně II. výkonnostní třídy. Před startem k běhu na 30 km v celostátním finále jsou závodníci povinni se podrobit lékařské prohlídce na místě závodu.

Okresní finále SHM a okresní kolo I. ČSSH se má uskutečnit v lednu 1963 (přesný termín a místo určí OV ČSTV), krajské kolo I. ČSSH má proběhnout do 10. února 1963 (přesný termín a místo určí KV ČSTV). Celostátní finále I. ČSSH bude 13. až 17. února ve Středoslovenském kraji. Klasické disciplíny v Banské Bystrici, sjezdové v Jasně nebo ve Vrátne.

BODOVÁNÍ A HODNOCENÍ

V okresním kole je bodování oddílů TJ či škol, podle umístění závodníků v jednotlivých disciplínách závodního programu a způsob určí okresní sekce lyžování.

V krajském kole a v celostátním finále se bodovým vyhodnocením na základě umístění závodníků i štafet určí pořadí v každé věkové kategorii. Součtem bodů dosažených jednotlivými okresy a kraji ve všech věkových kategoriích se určí celkové pořadí okresů v celostátním finále krajů.

Boduje se podle olympijského systému: 1. místo v disciplíně 7 bodů, 2. místo 5 bodů, 3. místo 4 body, 4. místo 3 body, 5. místo 2 body, 6. místo 1 bod. Za 7. a další místa se neziskávají žádné body.

TITULY A CENY

Vítězové jednotlivých disciplín ve všech věkových kategoriích obdrží v okresním kole titul: »Přeborník I. ČSSH okresu... (název okresu), v lyžování... (název disciplíny a kategorie) pro rok 1963.« Současně závodníci, kteří se umístili na 1. až 3. místě, dostanou diplom.

Vítězové jednotlivých disciplín v krajském kole obdrží titul: »Přeborník I. ČSSH... (název kraje) v lyžování... (název disciplíny a kategorie) pro rok 1963.« a všichni závodníci, kteří získali 1. až 3. místo, dostanou medaili a diplom.

Vítězové jednotlivých disciplín v celostátním finále obdrží titul: »Přeborník I. ČSSH v lyžování v... (název disciplíny a kategorie) pro rok 1963.« Závodníci, kteří se umístili na 1. až 3. místě, obdrží medaili a diplom, na 4. až 6. místě diplom.

Závodí se podle Pravidel lyžařských závodů a ustanovení rozpisu příslušného kola, která musí odpovídat těmto směrnicím. Pro omezení startu dorostu platí Směrnice pro závodění mládeže (dorost nesmí v jednom dnu startovat v běhu prostém a ve štafetě).

Než napadne sníh

ŠKOLÍME POMOCNÉ CVIČITELE

J. JUREČKA, učitel ústřední školy ČSTV

Nastává doba, kdy ve všech oddílech a sekcích se počínají všichni připravovat na blížící se zimní období. S přípravou závodů i závodníků jde ruku v ruce i příprava těch, kterým připadne záslužný úkol — vést výcvik nových zájemců o náš krásný lyžařský sport.

Protože od ledna 1962 jsou v platnosti nové směrnice o školení a kvalifikaci cvičitelů lyžování, přinášíme na stránkách našeho časopisu alespoň ty nejzákladnější informace.

Základní a první stupeň — pomocný cvičitel

Pomocný cvičitel má vést základní výcvik družstva, zejména začátečníků v lyžařském oddíle, odboru ZTV nebo turistiky, případně výcvik školní mládeže a rekreatantů ROH, a má spolu s lyžařským cvičitelem zajišťovat celoroční práci v lyžařském oddíle podle zásad učebně výchovné práce. Pomocný cvičitel musí ovládat základní metodiku výcviku, názvosloví lyžování, základy pořadových cvičení a musí pečovat při výcviku o úrazovou zábranu.

Může se jím stát každý sportovec, který dosáhl nejméně 18 let věku a je nositelem odznaku »Lyžař ČSSR«. Musí mít současně předpoklady pro soustavnou výchovnou činnost a úspěšně absolvovat školení zakončené zkouškami. Je zapotřebí, aby do školení pro pomocné cvičitele byli přijímáni cvičenci, kteří jsou již teoreticky i prakticky na patřičné výši a k vykonávání této funkce se již připravovali v jednotách. V podstatě jde tedy o přísnější výběr do školení, než se dosud prováděl.

Pro absolventy tělovýchovných škol jsou zde určité úlevy. Pomocnými cvičiteli mohou být jmenováni — bez zvláštního školení absolventi TÚTVS nebo trenérského kursu při ITVS, se specializací lyžování přímo; absolventi ITVS a dalších vysokých tělovýchovných škol, absolventi TÚTVS, VTŠMT, pedagogických institutů s oborem TV, pokud měli z lyžování prospěch 1 nebo 2 — po jedno- roční cvičitelské praxi.

Školení pomocných cvičitelů provádí OV ČSTV (případně TJ) podle níže uvedeného programu, přičemž jmenování a předávání průkazů má být nejdéle do 14 dnů po ukončení školy. Doporučujeme, aby jmenování a předání průkazů bylo již na závěr školení.

Minimální program školení

Školení v rozsahu 40 hodin — asi 4 dny — musí obsahovat tyto přednášky a praktický výcvik. Ze všeobecné teorie má být jedna hodina věnována přednášce o tělesné výchově v socialistické společnosti, v níž se mají posluchači seznámit s rozdílem socialistického a kapitalistického pojetí TV, s cílem a hlavními úkoly a prostředky TV v naší společnosti. Dále má být 1 hodina věnována zdravotní přednášce o organizaci zdravotní péče a úrazové zábraně a první pomoci

na lyžích. Poslední přednáškou z všeobecné teorie je pedagogika — 1 hodina, v níž se mají posluchači seznámit se základními pojmy, se složkami výchovy a se stavbou vyučovací jednotky.

Z teorie lyžování jsou to tyto přednášky. Vývoj a cíle československého lyžování (1 hodina). Frekvencanti se seznámí s počátkem a vývojem nezávodního lyžování v ČSR. Další přednáška pojednává o úkolech a formách práce lyžařského cvičitele. Obsahem této hodinové přednášky je celoroční práce lyžařského cvičitele atd. Další hodinová přednáška je věnována organizaci náborových lyžařských soutěží, SHM, Lyžař ČSSR, PPOV, SZBZ, Spartakiádní vložky. V jedné z přednášek se hovoří o vybavení lyžaře, mazání a družích sněhu. Dvě hodiny z teorie je nutno věnovat výkladu techniky základního lyžařského výcviku a lyžařského názvosloví a jednu hodinu výkladu metodiky základního výcviku dospělých a mládeže. V jednohodinové přednášce o topografii, orientaci a čtení map se mají posluchači seznámit s různými druhy znázornění povrchu zeměkoule a naučit se číst z mapy a používat kompasu a busoly. Nebezpečí hor, organizace HS a zásady vedení družstva v terénu jsou obsahem poslední přednášky z lyžařské teorie.

V prakticko-metodickém výcviku je nutno probrat v jedné hodině pořadový výcvik bez lyží a s lyžemi a v 17 hodinách techniku a metodiku jízdy na lyžích [z čehož má být 11 hodin věnováno sjezdovému výcviku a 6 běžeckému]. Dále 2 hodiny jsou věnovány metodické praxi ve vedení výcviku družstva, 2 hodiny pohybu a jízdy v terénu a 2 hodiny praktické orientaci v terénu, ošetření a dopravy raněného.

Celkem je tedy určeno na všeobecnou teorii 4 hodiny, teorii lyžování 9 hodin, prakticko-metodickému výcviku 24 hodin, tj. celkem 36 hodin, a zbývající 4 hodiny jsou věnovány zkouškám.

Rozsah zkoušek pomocného cvičitele

Zkoušky se konají vždy v závěru školení před zkušební komisí, kterou jmenuje pořádatel složka. Pořádatel složka ohlásí složení komise předem příslušné sekci. Komise je nejméně 3členná a obvykle ji tvoří učitelé přednášející ve školení a jejím předsedou je zpravidla vedoucí školení. Členové komise musí mít kvalifikaci nejméně lyžařského cvičitele. Výsledek zkoušky se oznámí zkoušenému podle možnosti hned po jejím ukončení. O zkoušce je nutno vést záznam, který podepisují všichni zkoušející. Stupnice známek je pětistupňová: 1 — výborně, 2 — velmi dobře, 3 — dobře, 4 — dostatečně, 5 — nedostatečně. Celkový stupeň prospěchu je: prospěl výborně — je-li nejméně polovina známek výborných a ostatní jsou velmi dobré; prospěl velmi dobře — je-li nejméně polovina známek velmi dobrých a není-li z žádného předmětu dostatečně; prospěl — ve všech případech není-li ani jedna nedostatečná; neprospěl — je-li jedna nebo více nedostatečných. V případě, že po-

sluchač neprospěl, musí opakovat v nejbližším zkušebním termínu celou zkoušku.

Obsah zkoušek se řídí rozsahem látky určené výše uvedeným rámcovým programem. Zkouška má zjistit teoretické i praktické znalosti zkoušeného. Skládá se z ústní a praktické části.

Teoretická ústní zkouška pro získání kvalifikace je z předmětů obecné teorie a teorie lyžování, které jsou rozděleny do 4 skupin. V každé skupině jsou zařazeny 3 dílčí předměty, z nichž každý zkoušený dostane po 1 otázce, tj. v každé skupině nejméně 3 otázky. Celkem dostane každý zkoušený 4 známky z teorie, a to za předměty ve skupině:

A. Socialistické pojetí TV, organizace zdravotní péče v TV, úrazová zábrana a první pomoc na lyžích.

B. Pedagogika — základy, úkoly lyžařského cvičitele, vývoj a cíle československého lyžování, úkoly a formy práce lyžařského oddílu, organizace náborových lyžařských soutěží a soutěže PPOV.

C. Vybavení lyžaře, mazání a druhy sněhu, technika ZLV a lyžařské názvosloví, metodika ZLV.

D. Topografie, orientace a čtení map, nebezpečí hor, organizace HS, zásady vedení družstva v terénu.

Praktická zkouška se skládá z těchto předmětů:

1. Technika jízdy, I. část (chůze a základy běhu, výstupy a obraty na svaahu, sjezd bruslením a odšlapování od svaahu, přeskoky o 1 a 2 holích).

2. Technika jízdy, II. část (pluh a oblouky v pluhu, přívrtné oblouky, přívrtné smyky, sjezd šikmo svaahem a srovnání smyk ke svaahu).

3. Terénní jízda (musí obsahovat mimo další prvky odskok a terénní skok).

4. Technická praxe ve vedení družstva.

Ve skupinách techniky jízdy musí být každý z 8 prvků proveden bez předchozí úkázky instruktora (u prvků — zátěžení na obě strany). Každý prvek se hodnotí známku a výsledná známka se získá aritmetickým průměrem všech prvků ve skupině. Terénní jízdu hodnotí zkušební komise, která je rozmístěna na vhodných místech v terénu, a výsledná známka se stanoví jako průměr známek jednotlivých členů komise.

Metodická praxe ve vedení družstva se zkouší tak, že zkoušený dostane za úkol naučit družstvo určený prvek. Hodnotí se z těchto hledisek: metodika nácviku, organizace nácviku, pedagogické vystupování a názvosloví, schopnost poznat a opravit chyby.

Celkem dostane každý zkoušený čtyři známky z praxe.

Jak je z výše uvedeného zřejmé, hodnotí se nyní přímo známku, což je zjednodušení proti dřívějšímu hodnocení a propočítávání bodového. Vyžaduje to však od zkoušejících, aby byli skutečně nároční.

Tyto informace jsou platné jen pro školení základního stupně, tj. pomocných lyžařských cvičitelů, informace o školení lyžařských cvičitelů uveřejníme v příštím čísle. Domníváme se, že nyní je nevhodnější doba k přípravě základního školení v lyžařských oddílech a okresních sekcích. Nezapomeňte ani na možnou spolupráci s nejbližší školou a ČSM. Jistě pomohou podle svých možností.

Kdo pozdě chodí...

Bylo by nošením dřív do lesa přesvědčovat tělovýchovné funkcionáře o nutnosti vzájemné spolupráce našeho Svazu se školou, ČSM a jeho pionýrskou organizací. Přesvědčení již dávno jsou. Přesto se však tato spolupráce nerozvíjí tak, jak by zasluhovala. Zejména je nedostatečná v základních organizacích, kde má rozhodující význam. Je to proto, že tady více záleží na jednotlivcích, jejich iniciativě a drobné, ale konkrétní práci. Každý první krok je obtížný, zejména tam, kde cesta není dosud vyšlapána. Podzimní období je nejlepší příležitostí pro pracovníky s lyžařskou mládeží, aby vykročili.

V současné době je povinností každé mimohorské střední všeobecně vzdělávací nebo průmyslové školy uspořádat pro druhé ročníky výcvikový lyžařský zájezd. Podobný zájezd se doporučuje i pro poslední ročníky základních devítiletých škol, učňovských škol a učilišť. Pomoc při organizaci a realizaci těchto zájezdů je velkou příležitostí, kterou bychom měli ve všech oddílech využít. Příprava lyžařských zájezdů se totiž v této době stává na škole aktuální a v popředí stojí různé propagační a náborové akce. Obvykle se provádějí formou besed se žáky ročníků, které se zájezdu zúčastní, a bývá zvykem zvát na první besedu také rodiče žáků.

Měli bychom najít cestu k organizátorovi zájezdu a nabídnout mu v duchu přátelské spolupráce a vzájemného porozumění konkrétní pomoc při organizování těchto besed. Tato forma zahájení spolupráce je neúčinnější a přináší spíše spíše jak škole, tak oddíl. V první besedě bychom seznámili žáky i rodiče ze zdravotním, branným a výchovným významem společného pobytu na horách a zejména lyžování. Informovali je o lyžařském sportu u nás, o systému naší tělesné výchovy i zdůraznili význam těsné spolupráce ČSTV a školy. Besedu bychom oživilí promítáním vhodného propagačního lyžařského filmu, například Hory patří odvážným, Lyžařská abeceda a dalších, o kterých vás rádi budou informovat pracovníci filmového oddělení ÚV ČSTV.

Obsah dalších besed zaměřujeme k účelnějším tématům a zejména přesvědčujeme účastníky o nutnosti dobré tělesné připravenosti. Znamená to pro ně současně organizovat pravidelné cvičební hodiny v přírodě i v tělocvičně. Z lyžařské teorie zařadíme hlavní kapitoly o výzbroji a výstroji. Nysvětlíme, jak opatřit potřebné vybavení a jaké musí být kvality. Tyto besedy oživíme dalšími filmy hlavně s tematikou reportážní a metodickou. V podstatě se tedy snažíme v besedách vzbudit u účastníků trvalý zájem o lyžování, přesvědčit je o nutnosti pravidelné tělesné přípravy a informovat je o vybavení a o možnostech lyžařského sportu, jeho formách a prostředcích.

Až dosud tady hovoříme jen o besedách. Ale je to proto, že se domníváme, že jde o první a nejdůležitější krok, který je do určité míry typický pro všechny školy a oddíly. Podaří-li se nám, máme z poloviny vyhráno. Další odborné schůzky, společná cvičení na hřišti jednoty nebo ve školní tělocvičně a podobně, podle podmínek a možnosti školy a oddílu, budou jistě následovat.

Ríká se: kdo pozdě chodí, sám sobě škodí. Dejme si závazek, že v tomto případě určitě nepřejdeme pozdě. Byla by to škoda pro lyžařské hnutí a především pro naši mládež.

Dr. MIROSLAV PROKŠ

„Komise velmi kladně zhodnotila výkon Stefana Olekšáka z Dukly Liberec na mistrovství světa v Zakopaném, který byl nejúspěšnějším závodníkem naší výpravy. Jeho snaha a členství v Dukle zaručují, že své úspěchy bude rozšířit a že tomu bude tak zejména na ZOH 1964 v rakouském Innsbrucku. Rovněž kladně hodnotila výkon Kuthela a Olekšáka na závodech v Les Brassus, kde obsadili v silné mezinárodní soutěži třetí a čtvrté místo, což je velmi dobré.“

Těmito slovy končí referát komise pro závod sdružený, přednesený na XIV. celostátní konferenci trenérů lyžování v Nymburce. Jsou to žel však jen jediná radostná fakta bilance našich sdruženářů v uplynulém závodním období. Je to hodně málo. A právě v této disciplíně věříme v nejdřívější úspěchy. Opravňuje nás k tomu pohled na celkovou situaci v závodě sdruženém ve světě, i snaha a svědomitost našich reprezentantů. Doká-

INŽ. LUDEK ŠABLATURA,
předseda komise závodu sdruženého
ústřední trenérské rady

KAREL MORAVEC,
redaktor Čs. sportu

Ží jistě více a mohou i navázat na naši úspěšnou tradici v této těžké, avšak krásné disciplíně.

KDE HLEDAT PŘÍČINY?

V současné situaci je nehledat jen u závodníků. Ti odvádějí převážně maximum z absolvované přípravy, ve které však nestačíme v žádném směru udržet krok s našimi soupeři. Odstranění tohoto základního nedostatku není ovšem v moci závodníků či jejich trenérů. Zde musí podstatně přičiní všichni, jimž záleží na dobré reprezentaci naší tělovýchovy.

Podívejme se na loňský lyžařský rok našich sdruženářů. Po odchodu několika výkonnostně ještě velmi dobrých starších závodníků z družstva byl věkový průměr sice značně nízký. Většinou závodníků však chyběla mezinárodní zkušenost. Tři členové družstva byli z Dukly Liberec, další tři byli příslušníci útvarů základní vojenské služby a pět (včetně dvou dorostenců) patřilo do tělovýchovných jednot.

JAKÉ BYLO PŘÍPRAVNÉ OBDOBÍ

Tréninkové plány vycházely z nedostatků minulých let. Byli individuální — zvlášť pro každého jednotlivce, nejdříve rámcové a na výcvikových srazech vždy pro tréninkové jednotky dalšího měsíce. Tento způsob je jistě správný, protože dobře vypracovaný tréninkový plán je a musí být vodítkem pro každého závodníka, zejména má-li trénovat dvě zcela odlišné disciplíny, jakými jsou běh a skok. Důležité však je, jak byly tyto plány jednotlivci dodržovány a jaké byly překážky, které znemožňovaly jejich dodržování. U členů Dukly Liberec byla příprava nejlepší, přestože nebylo zdaleka využito možnosti systematické přípravy podle původního poslání tohoto oddílu. Závodníci pracovali bez trenéra, který by mohl lépe usměrňovat jejich přípravu. To se zatím uskutečňovalo jen prostřednictvím osobního trenéra bez stálého bezprostředního vlivu, nebo na jednotlivých srazech, kdy došlo většinou

jen ke konstatování skutečnosti. Další okolnosti, které měly vliv na nedodržování tréninkového plánu, přísluší posoudit odpovědným pracovníkům Dukly. Příslušníci útvarů základní vojenské služby trénovali určitou dobu před nástupem individuálně úspěšně ve svých TJ. Téměř úplně však omezili svou speciální přípravu při výkonu své služby. Přestože je nutné chápat povinnosti a poslání služby, k níž nastoupili, přece jen období, v němž byl trénink úplně znemožněn, bylo příliš dlouhé a narušilo další systematickou přípravu těchto závodníků, což se projevilo na jejich výkonnosti. Příslušníci tělovýchovných jednot přistupovali k plnění individuálních tréninkových plánů jen v několika případech zcela odpovědně, v případě K. Farského slabě. Příčiny byly různé. Většinou to byla nevhodně rozvržená doba zaměstnání a nedostatek času k provedení rozvrhu tréninkové jednotky. Proto se trénink omezoval ve většině případů na to, »jak to vyjde«.

ÚSPĚCH

HODNOCENÍ

Ve výcvikových srazech byl trénink zaměřen na skoky na můstcích s umělou hmotou. Kromě této činnosti byla značná část času věnována kontrole předem stanovených limitů v několika disciplínách, která měla být vodítkem pro další usměrňování tréninku. Byly zjišťovány klady a nedostatky v tréninku jednotlivých členů a celkově bylo konstatováno, že posilování nedosahuje v mnohých případech požadovaného průměru. Je rovněž nutné věnovat větší pozornost obratnosti. Na srazech bylo využito můstků s umělou hmotou ve Vratislavicích, Trutnově a v Rožnově pod Radhoštěm. Všechny vyhovují velikostí, avšak nejlepší polohy hmoty je v Trutnově. Prostředí tohoto můstku je vhodné pro komplex potřebných sportovních k leťní přípravě. Ke konci přípravy je naproti tomu vhodný můstek v Rožnově, neboť má největší kritický bod. Nedostatkem bylo, že trénink sdruženářů nebyl společný se skokany. Tím byla znemožněna možnost pozorování a vzájemné rady i vzájemného soutěžení.

HLAVNÍ OBDOBÍ NARUŠILA SNEHOVÁ KALAMITA

Lze ho rozdělit na část běžeckou a skokanskou. Množství společné přípravy a její kvalita byly zaměřeny na mistrovství světa v Zakopaném, podobně jako celá letní příprava. Dá se říci, že naplánované množství společné přípravy bylo zajištěno. V začátku společné přípravy však nebyly na našich horách dobré sněhové podmínky ani pro rozježdění. Pozdní příchod sněhu ovlivňoval vždy v posledních letech kvalitu přípravy, která se notně opožďovala a zkracovalo se období potřebné k vyvrcholení připravenosti závodníků, tj. druhá polovina ledna a začátek února, kdy jsou na programu všechny větší mezinárodní závody, mistrovství světa a olympijské hry. Včasný nástup k rozježdění a k tréninku na sněhu nelze podceňovat, protože má bezprostřední vliv na celý další vývoj přípravy závodníků. Je tedy nutné využít všech prvních možností sněhu na horách. Závodníci nastoupili na sněž až ve spo-

lečné přípravě v prosinci, a to je proti většině zahraničních závodníků v lyžařství úspěšných zemí značně pozdě, a tak se stává, že se s těmito závodníky utkáme, ač nejsme ještě v plné výkonnosti. Dobře začínali loni na sněhu závodníci Dukly a zejména dobře byl připraven Olekšák.

Skokanská část byla vlivem nedostatku sněhu zahájena pozdě přípravou na můstku ve Spindlerově Mlýně s $P = 54$ m. Pokračovala před novoročními závody v Harrachově několika skoky na můstku s $P = 70$ m. Již první kontrolní závod začátkem ledna před odjezdem do Les Brassus upozornil na nedostatky ve skoku — ve stylu i v dosahování potřebných délek. Tento nedostatek byl pak patrný po celé hlavní období. Závodníci jsou však mladí a lze mnohé zlepšit. Bude ovšem zapotřebí ještě hodně úsilí, aby se jejich výkony ve skoku alespoň vyrovnali výkonným v běhu. Aby sruženáfi mohli s úspěchem závodit ve vrcholných světových závodech, musí dosáhnout nejmé-

ho místa — podle výsledků z Les Brassus a za předpokladu, že v obou disciplínách podají Olekšák a Kuthell alespoň své normální výkony z domácích závodů. Neprůběžné podmínky při závodě ve skoku však ovlivnily oba natolik, že podali podprůměrné výkony (ve skoku). I když Olekšák zaběhl výborně 15 km, kde byl čtvrtý, nedohnal ztrátu ze skoku. Skokansky si pak vedl nejlépe K. Farský, jehož velmi dobré nervové vlastnosti v jakékoliv situaci by za předpokladu možnosti soustavnějšího tréninku mohly zaručit vynikající výsledky. Zakopaně potvrdilo nedostatky ve skoku a určilo těžiště další trenérské práce. Mezinárodní závod v Harrachově byl pouze souborem domácích závodníků, poprvé bez mezinárodní konkurence. Pro rozvoj sdruženého závodu je však nutné, aby i tento domácí závod byl těžkou soutěží, stejně tak i další mezinárodní starty. Jedině v těžké mezinárodní konkurenci mohou mladí závodníci získat sebedůvěru a podle toho je třeba volit náš další mezi-

NĚKOLIK SLOV K PROPAGAČNĚ VÝCHOVNÉ PRÁCI

Máme řadu velmi dobrých lyžařských oddílů, které můžeme po stránce technické a zejména závodní vysoko hodnotit. Po stránce výchovně propagační je to již rozhodně slabší. Málo péče je věnováno morální politické výchově všech členů oddílů bez rozdílu věku, což se nám již nescísněkrát projevilo při mnoha veřejných, postupových i mezinárodních závodech, neukázněnosti závodníků, a to i špičkových, od kterých je očekáváno, že půjdou příkladem

Tady je tedy třeba, aby byla ve všech oddílech zjednána náprava, aby nejen funkcionáři, cvičitelé, ale i trenéři si uvědomovali svůj provozní úkol, vysoké poslání vychovávat socialistického sportovce. Není tak těžké provádět výchovnou práci, ale podmínkou je chtít ji opravdu dělat, nehledat si omluvy a objektivní příčiny, abychom ji dělat nemuseli. Je nutné při každém cvičení, tréninku, při soustředění i před závody využít každé chvíle, pořádat besedy, které jsou účinným prostředkem výchovy. Je na nich možno prohodit všechny otázky organizačního rázu, význam a poslání tělesné výchovy, aktuální politické otázky a jiné.

Přitom ovšem je třeba dbát přísně na kázeň a u mládeže na prospěch ve škole, případně na chování na pracovišti. Vyzovovat důsledky u toho, kdo neprospívá nebo se neosvědčil na pracovišti. Tato důslednost nese ovoce i u dospělých. Je vždy nutné si uvědomit, že nevychováme jen člověka, který umí dobře jezdit na lyžích, ale platného občana naší společnosti.

Chceme vychovávat lyžaře, kteří by dobře reprezentovali naši republiku, kteří by měli kromě dobrých sportovních výsledků i dobrý prospěch ve škole nebo dobré výsledky na pracovišti. Toto dosáhneme jen pravidelnými aktivy a osobním stykem s příslušnými oddíly. Zejména u mládeže je třeba, aby trenér nebo cvičitel s mladými lidmi stále hovořil, všechny dotazy jasně zodpovídal a své připomínky řádně argumentoval. Chceme, aby tyto besedy a akce nám pomohly zvýšit ideově politickou uvědomlost všech příslušníků. Je však nutné, aby v každém případě trenér nebo cvičitel a i každý funkcionář šel vždy dobrým příkladem. Jinak se nám dílo nepodaří a ani nedosáhneme žádných dobrých výsledků na poli závodním.

FRANT. TISCHLER,
člen propagačně výchovné komise
ústřední sekce

V ZAHRANIČÍ ROZVOJI NEPOMŮŽE

VÝSLEDKŮ SDRUŽENÉHO ZÁVODU V UPLYNULÉM OBDOBÍ

ně výkonnosti našich v současné době nejlepších skokanů specialistů. Neúspěšná byla též snaha po střídní mŮstku s různými P , které v letošní sněhové kalamitě i v době před mistrovstvím světa nebyly nikde upraveny a družstvo sportřebovalo většinu času na jejich úpravu a pak teprve mělo možnost několika skoků. Tím byl vyčerpán čas i prostředky na společnou přípravu.

Pro zlepšení možnosti tréninku skoku je nutné provést přestavbu mŮstku v Harrachově podle mezinárodních norem a dokonale využít dosavadního výtahu, který ušetří čas a skýtá možnost provedení většího množství skoků. Může tomu tak být zejména v prosinci a začátkem ledna, kdy podle zkušeností z posledních let je to jediný větší mŮstek, který má v této době dobré sněhové podmínky.

Mistrovstvím světa byla zakončena společná příprava družstva. V individuálním tréninku pokračovali závodníci Dukly Liberec spolu s vojáky, kteří byli na část této přípravy svými útvary uvolněni. Závodníci TJ v této době většinou již netrénovali a účastnili se jen drobných domácích závodů.

VÝBĚROVÉ A MEZINÁRODNÍ ZÁVODY

Výběrové závody měly být prověrkou našich nejlepších. Nutno však konstatovat, že pořadatelé v jejich přípravě v posledních dvou třech letech značně polevili. Důstojný rámec, který tyto závody vždy mívaly, již téměř neexistuje a všechny podniky se vyznačují úspěchaností a nedostatečnou přípravou, kromě vrcholných závodů organizovaných péčí LS ÚV ČSTV. Výběrové závody v Rožnově se konaly za neúčasti čtyř nejlepších, kteří byli v té době v Les Brassus, výběrový závod v Jáchymově byl odvolán a rovněž tak i výběrový závod v Lomnici nad Popelkou. Uskutečnily se pouze mistrovství ČSSR a mezinárodní závody v Harrachově. Vážnost a úroveň výběrových závodů je nutné znovu podpořit, protože byly vhodnou formou výběru závodníků.

Účast na mistrovství světa v Zakopaném dávala předpoklad k umístění do desáté-

národní stýk. Laciná vítězství v zahraničí rozvoji disciplíny jistě neposlouží.

Pro úplnost hodnocení je třeba posoudit i práci komise. Komise potřebuje další nové členy, kteří by ochotně pomáhali řešit problémy a byli nápomocni aktivní práci k zlepšení rozvoje závodu sdruženého. Zejména na Slovensku zasluhuje sdružený závod větší pozornost než dosud, protože právě tam jsou oblasti přímo předurčené pro rozvoj této disciplíny. Komise potřebuje též pracovníky, kteří by se zabývali sdruženým závodem i po stránce metodické a z hlediska lékařského výzkumu. V tomto směru je závod sdružený zatím jen popelkou a zdá se, že ani na našich nejvyšších tělovýchovných učilištích nemá své patřičné místo.

KVALITNÍ PŘÍPRAVA BUDE ROZHODUJÍCÍ

Je tedy nutné zahájit bezpodmínečně co nejdříve přípravu na sněhu, aby tato vyvrcholila v lednu nebo nejpozději začátkem února. K dosažení lepších výsledků může v současné době pomoci jediné soustředěná příprava vedená systematicky v silných oddílech, např. Dukle, Rudé hvězdě, a v době pracujících základech, protože individuální naráží na řadu problémů a jen několik silných jedinců dokáže plnit požadavky náročné přípravy samostatně. Výběr do reprezentativního družstva přizváním nejlepšího dorostence se zatím neosvědčuje, protože věk těchto závodníků je příliš nízký a ti pak mnohdy nestačí tempu a požadavkům přípravy jiných závodníků. Dalšímu růstu dorostenců by měly věnovat zvýšenou pozornost lyžařské základny. Nynější složení reprezentativního družstva není zatím ideální. Bylo by potřebné, aby z masové lyžařské základny, ve školách a všude tam, kde jsou k tomu vhodné podmínky, věnovali trenéři více péče výchově sdruženáfi, aby kádr reprezentantů tvořili závodníci vysoké a vyrovnané výkonnosti. Tím by byl zaručen lepší předpoklad k dobrému umístění.

Vybrali jsme speciální soubor ranního cvičení z přípravných cvičení všech kategorií odznaku zdatnosti. Je určen k procvičení kloubů a svalových skupin, které jsou rozhodující pro správné zvládnutí techniky všech lyžařských disciplín. Soubor dále sleduje hlavně rozvoj obratnosti, smyslu pro rytmus a pohybové koordinace. Úpravou časového ohraničení jednotlivých cviků nebo změnou v počtu jejich opakování prodlužováním, zkracováním odpočinkové doby mezi cvičením a nakonec i délkou celého souboru můžeme rozvíjet současně s obratností i rychlost, vytrvalost a rychlostní vytrvalost. Dávkování volíme podle věku a pohybové vyspělosti.

Ještě než zařadíte soubor do tréninkového systému každého jednotlivce, proveďte společný nácvik jednotlivých prvků a upozorněte každého cvičence na jeho hlavní nedostatky v jejich provádění. Je nutné, aby všichni sportovci, kteří budou cvičit, měli k dispozici pro zajištění sebekontroly popis i grafické znázornění cviků.

Po plném využití prvků a jejich účinku na rozvoj vnitřních orgánů nahraďte je jinými. Zařazení nových prvků do souboru je však závislé na individuálních zvláštěnostech každého sportovce a na hlavním úkolu tréninkového plánu pro příslušné věčivkové období.

ARKADIJ BIRJULIN,
ústřední metodik

TRENÉRŮM MLÁDEŽE

SOUBOR RANNÍHO CVIČENÍ

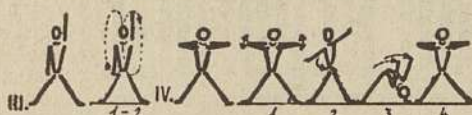


Základní postavení: stoj spatný — připažit:

1. skrčit připažmo, prsty se dotýkají ze stran ramen
2. vzpažit zevnitř — záklon hlavy
3. hmit pažemi vzad
4. upažením připažit

Základní postavení: stoj spatný — vzpažit levou, zapažit pravou:

1. hmit podřepmo — předpažením zapažit levou a vzpažit pravou
2. hmit podřepmo — předpažením zapažit pravou a vzpažit levou



Základní postavení: stoj rozkročný — vzpažit levou — připažit pravou:

- 1.—2. bočně kruhy levou vzad — pravou vpřed. Opačně

Základní postavení: stoj rozkročný — skrčit upažmo, dlaně dolů, ruce před ramena:

1. hmit pažemi vzad
2. otočit trup vlevo — upažit, dlaně vzhůru — otočit hlavu za levou paži
3. hluboký předklon — otočit hlavu zpět — vzpažením zapažit
4. vzpřím — otočit trup zpět — skrčit upažmo, ruce před ramena, dlaně dolů. Opačně

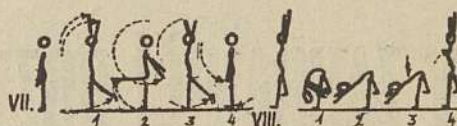


Základní postavení: stoj spatný — připažit.

1. poskok na levé — unožit pravou
2. poskok na pravé — unožit levou
3. poskok na levé — unožit pravou povýš
4. poskok na pravé — unožit levou povýš

Základní postavení: vzpor dřepmo zánožný levou:

1. hmit ve vzporu dřepmo zánožným levou
2. hmit ve vzporu dřepmo zánožným levou a odrazem vzpor zánožný pravou
- 3.—4. opačně



Základní postavení: stoj spatný — připažit:

1. zanožit levou — předpažením vzpažit zevnitř
2. přednožit levou — předpažením zapažit
3. zanožit levou — předpažením vzpažit zevnitř
4. přinožit levou — připažit. — Opačně

Základní postavení: stoj rozkročný — vzpažit:

1. uvolněně hluboký předklon — předpažit, rukama se dotknout země
2. prohnutý předklon — záklon hlavy — vzpažit, rukama dosáhnout co nejvíce vpřed.
3. hmit v prohnutém předklonu
4. prohnutě vzpřím.

Pořadové číslo cviku	Číslo strany v přír. přOV	Účel a zaměření cviku na:					Dávkováni počet/vt.
		zvýšení kloubní pohyblivosti	zvýšení svalové pružnosti, protažení skupin svalstva	zlepšení regulace intenzity napětí uvolněním skupin svalstva	rozvoj síly posílením skupin svalstva	celkový účinek	
I.	44	hrudníku, hrudní částí páteře	prsního, přímého břišního, mezižebního	paží	zádového	dýchací, přímivý	4×16"
II.	71	kloubu ramenního hrudníka	prsního, mezižebního	nohou	—	koordináčn	8×16"
III.	71	páteře, ramenního kloubu	—	pletence ramenního	—	uvolňovací	8×16"
IV.	44	pletence ramenního hrudníku	trupu (prsního, šikmého břišního, zádového, zad. str. stehna)	paží	—	koordináčn	4×16"
V.	51	kyčelního kloubu (v čelní rovině)	pánevn	pánevn	dolních končetin	posílení vnitř. orgánů	4×16"
VI.	51	kyčelního kloubu (v boční rovině)	pánevn	pánevn	pletence ramenního břišního	posílení vnitř. orgánů	4×16"
VII.	49	kyčelního ramenního kloubu	paží, prsního, pánevn, přímého břišního	pánevn, hýždového, pletence ramenního	—	rovnovážný koordináčn	4×16"
VIII.	109	páteře	zádového, zadní strany stehna	trupu, paží	zádového	přímivý	4×16"
Aktivní odpočinek — pomalá chůze, nebo pasivní odpočinek — lež na zádech							172" (nebo 3')
OPAKOVÁNÍ CELÉHO KOMPLEXU — zvýšení činnosti srdečně cévního systému a plicní ventilace							128" (nebo 2')
Aktivní odpočinek — pomalá chůze, nebo pasivní odpočinek — lež na zádech							112" (nebo 2')
OPAKOVÁNÍ CELÉHO KOMPLEXU — zvýšení činnosti srdečně cévního systému a plicní ventilace							128" (nebo 2')
Aktivní odpočinek — pomalá chůze, nebo pasivní odpočinek — lež na zádech							52" (nebo 1')
OPAKOVÁNÍ CELÉHO KOMPLEXU — zvýšení činnosti srdečně cévního systému a plicní ventilace							128" (nebo 2')

Za účelem rozvoje smyslu pro rytmus, cvičení provádíme v 1/4 rytmu, časová hodnota každého cvičebního prvku = 1", každého cvičebního tvaru = 4", každého cvičebního komplexu = 128". Celková doba souboru = 14 min.

NA HODINKU DO PŘÍRODY

CVIČEBNÍ HODINA BĚŽCE V TERÉNU

Většina běžců má ve svém plánu mimo jiné také rychlostní vytrvalost, která se nejčastěji a nejlépe získává v terénu. Připomeneme si, jak můžeme tuto rychlostní vytrvalost trénovat na podzim bez lyží. Náš příklad je pro vyspělé závodníky.

Na začátku cvičební hodiny zařadíme dokonalé rozcvičení celého těla. Celkem asi 15 až 20 min: mírný poklus, uvolňovací cviky, různé poskoky, výskoky, dřepy, výpady, napodobivá cvičení lyžařského běhu jak střídavého, tak soupažného. Hlavně abychom měli dobře procvičeny dolní končetiny a vnitřní organismus přizpůsobený pro intenzivní trénink.

V hlavní části cvičební hodiny (asi 90 min.) si vytyčíme vhodný okruh v terénu asi 1200 až 1400 m dlouhý, kde by bylo jak stoupání, tak rovinky i běh z kopce.

1. okruh — běh středním tempem celý okruh
2. okruh — všechna stoupání vyběhnout maximální rychlostí, z kopce volně, rovinky střední rychlostí
3. okruh — kopce střední rychlostí, z kopce volně, rovinky maximální rychlostí

Po třech kolech (10 až 15 min.) cvičit dechová, uvolňovací, posilovací a napodobivá cvičení (imitaci). Ke cvičení plně využíváme prostředí, ve kterém tuto aktivní přestávku provozujeme (stromy, meze, kamény, travnaté plochy i cvičení ve dvojicích).

V další sérii okruhů budou následovat čtyři za sebou, a to:

1. okruh — běh do kopce střední rychlostí, z kopce a rovinky volně
2. okruh — všechny kopce napodobivým střídavým během, běh z kopce volně a rovinky středním tempem
3. okruh — kopce střídavým napodobivým během, běh z kopce volně a rovinky maximální rychlostí
4. okruh — kopce rychlým během, z kopce volně a rovinky střední rychlostí.

Po této sérii okruhů opět zařadit 10 až 15 min. intenzivního cvičení jako po třech okruzích. Po ukončení zmíněného cvičení následují poslední tři okruhy, které vystřídáme následovně.

1. okruh — celý oběhnout středním tempem
2. okruh — kopečky vyběhnout napodobivým střídavým během, běh z kopce volně, rovinky středním tempem
3. okruh — do kopce rychlým během, z kopce volně, rovinky rychlým tempem.

Po doběhnutí následuje opět 10 až 15 min. vydýchání, uvolnění a procvičení všech variant napodobivých lyžařských běžeckých způsobů na místě (střídavý napodobivý běh provádíme co nejdokonaleji jako na sněhu).

Zakončení cvičební hodiny cestou domů — volný běh střídavý rychlou chůzí. Po tréninku se hned vysprchujeme a po převléknutí pohovoříme, jak jsme splnili cvičební hodinu a připomeneme obsah příští.

V týdenním cyklu by měla být zařazena podobná hodina nejméně jednou, další by měla být zaměřena na rychlost a sílu, jiná na vytrvalost (běh v terénu na delší úsek, podle trénovanosti závodníka až 40 km, střídavým tempem).

Ve cvičební hodině pro slabší závodníky se úměrně musí snížit počet i délka okruhů, výškový rozdíl a intenzita cvičení.

Takto vypracovaná tréninková jednotka v terénu, zaměřená speciálně na rychlostní vytrvalost, se může různě upravovat podle prostředí, ve kterém ji zařazujeme, a cíle, který chceme dosáhnout.

BŘETISLAV POTÁČ,

vedoucí sportovní základny, Nové Město na Moravě



Poznámka redakce: Trénink v terénu je základním způsobem přípravy běžce. Přinášíme několik fotografií z loňského pobytu manželů Gusakových. Jsou pořízeny právě z takové tréninkové jednotky, o které píše trenér Potáč. Mezi jednotlivými dávkami běhu a napodobivých cvičení (viz fotografie) prováděli velmi intenzivní posilovací cvičení. To proto, že při běhu jsou zatíženy zvláště dolní končetiny a v přestávkách zatížení kompenzovali posilováním paží a trupu. Obrázek nám ukazuje, jak se dá využít přírodního prostředí i kamene, který ležel u cesty.

Velmi důležitou náplní tréninkových jednotek je také běh s lyžařskými holemi. Stále nemůžeme být spokojeni s nedostatečným používáním tohoto způsobu tréninku u našich běžců. Zvláště důležité je používat při běhu s holemi odpichu soupaž, abychom pomohli upevnit návyk na zimu, kdy tento způsob jízdy je stále málo využíván.





CVIČITELŮM LYŽOVÁNÍ

Od tohoto čísla budeme pravidelně uveřejňovat články metodického charakteru určené především cvičitelům. Jejich úkolem je seznámit čtenáře s novým pojetím metodiky přívratné a snožné techniky s poukázáním na chyby, které se až dosud projevují ve výuce a vhodné cesty k jejich postupnému odstranění.

Teorie, praxe a zkušenosti

JIRÍ KOPAL, KTV mat.-fyz. fakulty UK, člen ústřední metodické komise lyžování

VYROVNÁNÍ SE SVĚTOVÝM VÝVOJEM TECHNIKY

Historickým mezníkem pro vývoj nezávodního lyžování u nás byl rok 1957. Nejzávažnější byl poznatek, že chceme-li se vyrovnat se světovým vývojem techniky a metodiky, musíme se odklonit od zastaralé těžkopádné francouzské Allaisovy rotační školy, která k nám pronikla začátkem druhé světové války.

Bylo třeba rychle a radikálně na základě zahraničních zkušeností dohonit mnohaleté zpoždění a teprve potom hledat vlastní cesty.

Poslední, v pořadí již šestý kongres pro výuku v jízdě na lyžích v Itálii ukázal, že jsme zvolili správnou cestu a že i radikální způsob řešení byl správný. Už i Francouzi ve své oficiální škole vyloučili čistou kristianii, nahradili ji tzv. kristianii nadlehčovanou a snaží se vyrovnat s »novou technikou« po svém.

Dnes při hodnocení vrcholné sjezdové techniky můžeme říci, že všechny státy, kde jsou sjezdové disciplíny pěstovány závodně, se přiklonily k technice, jejímž principem již dávno není těžkopádný rotační způsob jízdy ve smyslu zmíněné Allaisovy francouzské školy, ale moderní způsob jízdy, jehož jedním z nejdůležitějších znaků je, že impuls k zatáčení vychází z nohou. Tyto poznatky se pochopitelně přenesly i do výuky základního lyžování, takže na celém světě byly postupně pracovány technické a metodické pokyny

pro výuku jízdě na lyžích ve smyslu moderního pojetí — řekněme například — »jízdy nohama«.

Od zavedení »nové techniky« uplynula již řada let, během kterých vzniklo mnoho dohadů a bylo uplatněno mnoho názorů ve výkladu nové techniky, které často neprosplývaly dané věci, ale naopak vnašely jen zmatek mezi masu lyžařů. V technice lyžování zůstávají dosud některé nevyřešené problémy, které je třeba zkoumat z hlediska biomechaniky, kinesiologie, psychologie atd., to hlavně proto, že podmínky při lyžování jsou velmi proměnlivé a mnohdy těžko postizitelné. Je nutno však říci zásadně, že na principu techniky se během poslední doby nic nezměnilo, že způsob jízdy zůstává stále stejný, což potvrdil i zmíněný kongres v Itálii. Co se však rok od roku měnilo k lepšímu, je výklad, chápání a hlavně interpretace této nové techniky.

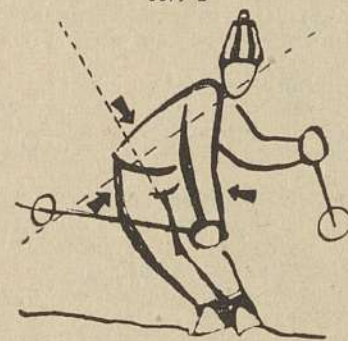
Zavádění každé nové metody přináší s sebou i mnoho chyb, které se nedají odstranit najednou, ale postupně, uvědomnělou, cvlevedomou a soustavnou prací.

Zalistuujeme-li v časopise Zimní sport z roku 1940—1948, kdy tehdejší Svaz lyžařů zavedl ve svých kursech oficiálně výcvikovou metodu založenou na nácviku čisté kristianie, poznáme, jak dlouho trvaly nejasnosti a spory o tom, zda přívrat nebo patička, patička nebo náklek atd. Svědčily sice o dobré snaze autorů vyřešit aktuální problémy, ale ne-



obr. 1

obr. 2



obr. 3

byly s to odstranit chyby, které se tehdy v technice a metodice při interpretaci čisté kristianie projevovaly.

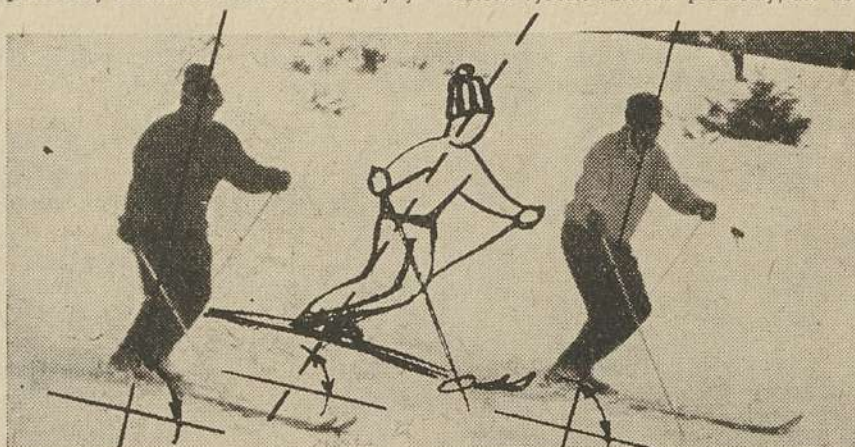
Musíme si přiznat, že i dnes ještě mnoho lyžařů jezdí způsobem, který nemá nic společného s novou technikou. Místo uvolněné jízdy vidáme často všelijak pokroucené postavy, které jsou dokladem naprostého nepochopení i základního principu. Bylo by nesprávné přisuzovat tento způsob jízdy nové technice, jak se často stává. Je na nás, abychom si tyto některé zásadní chyby dobře vysvětlili, na ně poukazovali a tak co možno nejdříve je odstranili.

Pokud mluvíme o vyrovnání se světovým vývojem techniky, máme na mysli techniku zatáčení na lyžích, na kterou se v nejbližších příspěvcích také zaměříme. To však neznamená, že snad bychom podceňovali problémy, týkající se techniky jízdy po rovině, kterých je také dost, ale nejsou zásadního charakteru. O těch zase jindy.

SJEZD ŠIKMÝ: Hodně zla bylo způsobeno nepochopením podstaty postoje při sjezdu šikmém jako základního postoje pro nácvik smyků. Je správné ukázat tento postoj na místě jako konečnou fázi krátkého oblouku (vytočení trupu zády ke svahu, přiklonění kolen a boku ke svahu, odklonění trupu od svahu) a jako metody kontrastu (obr. 1) hlavně tam, kde nasazení smyku ke svahu je zahájeno nesprávně rotačním pohybem pánve ve smyslu oblouku. Ovšem při sjezdu šikmém je nutno od samého počátku zdůrazňovat měkký uvolněný postoj, který na mírném svahu a měkkém sněhu je téměř totožný s postojem pro sjezd po spádnicí (obr. 2) bez násilných a nepřírodných zkroutcení.

SMYKY: Impuls k nasazení: Hovořili jsme o tom, že impulsem k nasazení smyku musí být vždy činnost dolních končetin. Mnozí lyžaři však právě naopak vycházejí z přehnaného pohybu trupu, kterým se snaží činnost dolních končetin nahradit.

Někteří se úmyslně snaží napodobovat jízdu závodníků využíváním krajních poloh těla, které jsou sice samozřejmě při

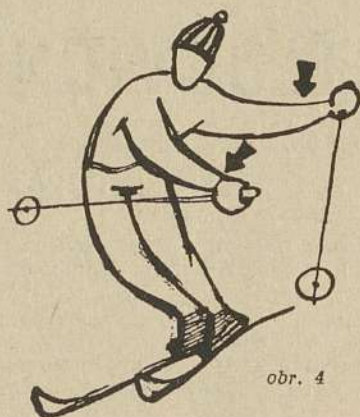


obr. 5

dobře

špatně

dobře



obr. 4

velké rychlosti a malém poloměru zatočení, ale vypadají směšně při malé rychlosti a na mírném svahu (obr. 3).

Jiní se často snaží nahradit odklon trupu od svahu zvětšenou prací paží jak směrem ven z oblouku, tak i proti směru zatáčení, daleko přes podélnou osu lyží a tím vzniká zbytečný, neúčinný a neestetický pohyb paží a z toho plynoucí špatné přenesení váhy, jízda na vnitřní lyži atd. Vypadá to, jako když lyžař se snaží jít rukama a nikoliv nohama (obr. 4).

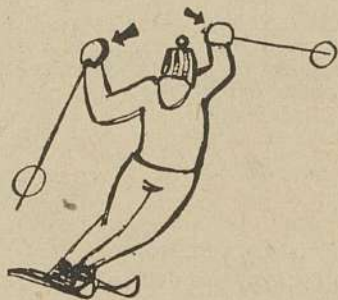
Rozložení váhy těla: Při nasazení smyku se často chybuje i ve špatném rozložení váhy těla v rovině předozadní. Při ukončení smyku je totiž těžiště více vpředu, než je třeba. Tím je způsobeno zmenšení zatížení patek lyží, které v rozhodném okamžiku podklouznou, což má za následek neúplný odraz a vyvedení z rytmu jízdy. Je tedy důležité, aby váha těla v okamžiku odrazu byla na plných chodidlech, tj. rovnoměrně zatížila celé lyže a tím bylo umožněno zahrnutí na celých délkách lyží (obr. 5).

Ztráta rytmu: Při navazování krátkých smyků je nesmírně důležitý rytmus pohybu. Během oblouku musí být tělo lyžaře v neustálém, vertikálním pohybu. Pohyb dolů musí plynule a pomalu navazovat na předchozí vztyčení, ale konec pohybu dolů a začátek pohybu nahoru musí být naopak rychlý.

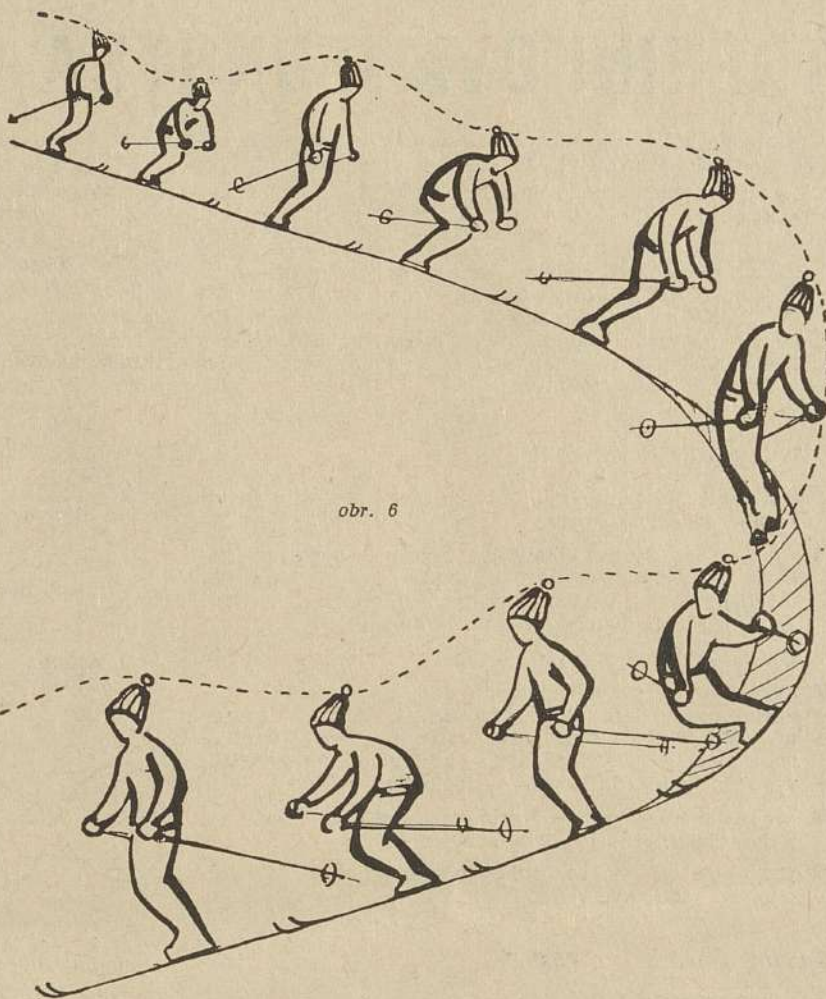
Většinou při nácviu krátkých smyků je tomu naopak. Těžiště lyžaře rychle přejde kulminační bod a dokončuje smyk pomalým pohybem dolů, kde na okamžik čeká, než se rozhodne k nasazení dalšího smyku.

Při nácviu se osvědčuje mezi jednotlivými dvěma smyky použít několik vertikálních, na sebe navazujících pohybů při jízdě šikmo, než se lyžař rozhodne pro nasazení smyku nového (obr. 6). Počet těchto pohybů mezi jednotlivými smyky pak stále snižujeme, až dojdeme k plynulému správnému navazování oblouků.

Práce paží: Rytmičká a účelná práce paží je dnes podmínkou k zvládnutí složité techniky. Paže se pohybují souhlasně s trupem a pracují velmi ekonomicky (obr. 7).



obr. 8



obr. 6

Velmi často jsme však svědky přehnané činnosti paží, zvedání paže nad hlavu, napínání paží atd. (obr. 8). Příčin může být několik: určitá »frajeřina«, špatná koordinace, křečovitost pohybů a velmi často, jako důsledek napodobování takových závodníků, kteří tímto způsobem jízdy nikdy úspěšně nemohou jet závod.

Práce holí: Moderní způsob jízdy vyžaduje hole potřebné délky (přibližně k ramennímu kloubu), jinak zapíchnutí hole způsobuje zkroucení trupu dovnitř oblouku. Píchnutí holí má především význam při malé rychlosti, na prudších svazích a u krátkých smyků. Zapíchnutí

hole musí být provedeno stranou před vázáním přesně v okamžiku zakončení smyku (obr. 5). Nejčastější chybou je předhazování hole, opožděné píchnutí a tím ztráta rytmu.

Našly by se jistě další chyby, které však nejsou již tak podstatné a během výcviku samy o sobě zmizí. Poukázali jsme na ty nejzávažnější, které se dosud při jízdě na lyžích projevují. Uvedli jsme i prostředky, z nichž znovu zdůrazňujeme: solidní znalost principu nové techniky zatáčení, uvolněný a měkký postoj na lyžích, správné vysvětlení a ukázka cviku atd. Jedním z nejdůležitějších však zůstává použití správné metody při výuce. Ale o ní až v dalším čísle.



obr. 7

TRÉNINKOVÁ JEDNOTKA V TĚLOCVIČNĚ

Je určena běžcům na úrovni III. až I. VT s charakterem všeobecně rozvíjejícím ve středně vybavené tělocvičně.

Materiál: medicinbaly, lavičky, žíněnky, stůl, bedna, kůň, koza.

Zařazujeme ji do komplexu tréninku právě v přípravném období jako dobrý prostředek k získání síly. Neznamená to však, že by tréninková jednotka v tělocvičně byla vhodná jen v tomto období. Stejně prospěšná je i v hlavním období, kdy krátký den a větší vzdálenost za sněhem nám nedovolí denně trénovat.

Zásady správného vedení

- Varujeme se typu tréninkových jednotek založených na staré sokolské praxi;
- snažíme se, aby tréninková jednotka byla postavena zábavnou, dynamickou formou. Cvičenci musí být v neustálém, pokud možno nepřetržitém pohybu. Dodržujeme jen fyziologicky zdůvodněné odpočinky;
- volíme cviky úměrné trénovanosti cvičenců;
- dbáme na správnou skladbu jednotky. Úvodní část — nástup, vysvětlení úkolu; průpravná část — důkladné rozcvičení; hlavní část — náplň podle tréninkového plánu; závěrečná část — uklidnění, zápis návštěvy, sprchování, další pokyny, případně beseda,
- při sestavování náplně postupujeme od cviků rychlosti a obratnosti, přes sílu k vytrvalosti;
- vrchol námahy je ve druhé polovině hlavní části tréninkové jednotky.

Úvodní a průpravná část

- nástup, prezence, vysvětlení úkolu;
- 600—1000 m klusu (když je možnost, použijeme k vyklusání přilehlých parkových nebo jiných prostor venku. Dbáme na bezpečnost — rovný terén, alespoň částečně osvětlený, a vhodné oblečení).

Komplex: 3krát liftink — běh na místě, špičky se dotýkají země — 2 min. s meziklusem 50 m;

150 m vyklusání, 3krát skipink — běh na místě s vysokým skrčováním nohou s meziklusem 50 m a 150 m vyklusání;



■ Tam, kde to s fyzickou přípravou na hlavní období myslí doopravdy, jistě už mají zařistěnou tělocvičnu jako v lyžařském oddílu TJ VŽKG v Ostravě. Že je i o takové cvičení zájem, nemusíme si jistě dokazovat. Snímek K. Kubala

3krát 50 m střídavé poskoky (odpichy) s meziklusem a 150 m vyklusání;

3krát 20 až 50 m (podle trénovanosti) poskoky snožmo do dřepu s meziklusem a 150 m vyklusání;

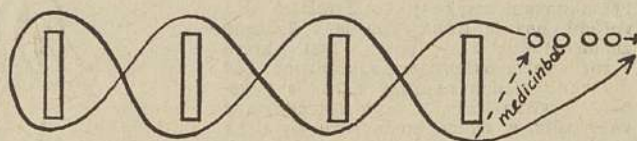
3krát opakovaně — výměna paží jako při střídavém běhu 15 až 20krát; napodobivá cvičení paží při odpichu soupaž 15 až 20krát a 150 m vyklusání;

3krát opakovaně — napodobivá cvičení nohou (Viz Lyžařství č. 10/61 str. 8);

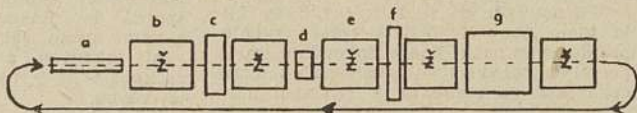
3krát opakovaně — jako předcházející cvik, ale bez doteku země odrazovou nohou a 150 m vyklusání;

Hlavní část

- běh po obvodu tělocvičny s medicinbalem v ruce, na povel vyhazování do výše a chytání (3 až 5 min.),
- ve dvojicích nebo trojicích — kopaná s medicinbalem. Využijeme celé plochy tělocvičny, trojice si přihrávají za neustálého poklusu. Současně jedna trojice přebírá míč druhé a přitom se snaží míč udržet v trojici vlastní (3 až 5 min.);
- probíhaná s medicinbaly mezi lavičkami, míč posunujeme nohama (3 až 5 min.). Startuje se s míčem v krátkých intervalech;



- přebíhání laviček s medicinbaly v jednotlivcích až trojicích. Míč držíme v ruce. Přeběh laviček co nejrychleji. Provádíme série 3 až 5 přeběhů opakovaně 3krát až 5krát, s minutovou přestávkou mezi sérii přeběhů.
- přebíhání náradí v sériích přeběhů 5+5+5 a 3+3+3. Mezi jednotlivými sériemi 1 až 2 minuty přestávkou, vyplněná volným vyklusáním nebo chůzí.



Uprava náradí pro další část tréninkové jednotky podle plánu.

Náradí překonáváme co nejrychleji v tomto sledu cviků:

- a) přeběh lavičky
- b) kotoul napřed
- c) výskok na bednu
- d) seskok a přeskok roznožmo přes koza
- e) kotoul napřed
- f) přeskok skrčmo přes koně s madly anebo bez madel
- g) výskok na stůl a po seskoku kotoul

Po posledním cviku ihned klusem pokračujeme k prvnímu náradí a opakujeme celou sestavu cviků, až vyčerpáme stanovený počet sérií. Seřazení cviků je možné různým způsobem, podle počtu náradí. Sestavení náradí je po obvodu tělocvičny. Je však nutné vložit mezi dalšími přeběhy asi 20 až 30 m klusu.

Závěrečná část

- kopaná v sedu s medicinbalem 2krát 5 min.
- beseda na žíněnkách (pokyny pro další přípravu, zprávy z oddílu apod.).

M. BERAN, trenér

ZKUSTE TO TAKÉ

Po Vuarnetově vítězství ve sjezdu na ZOH 1960 začali všichni závodníci obdivovat jeho vynikající sjezdový postoj a zejména to, že v něm vydržel jet během celého závodu. On sám o svém vítězství říká: »Snažil jsem se vyhledávat takový postoj, který by umožnil největší rychlost a přizpůsobivost lyží na sněhu. Uměl jsem totiž přejíždět všechny nerovnosti tak, že jsem stále zachovával aerodynamický tvar, aniž by mne nějak víc unavil.«

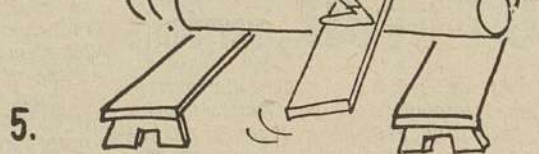
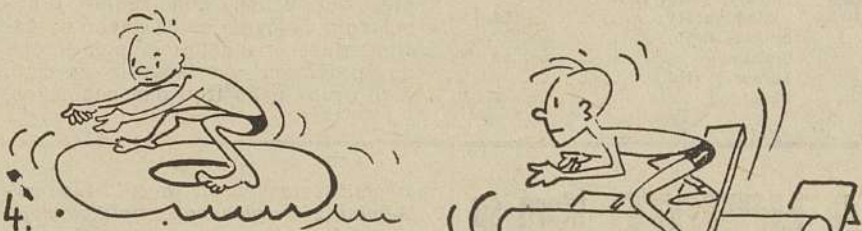
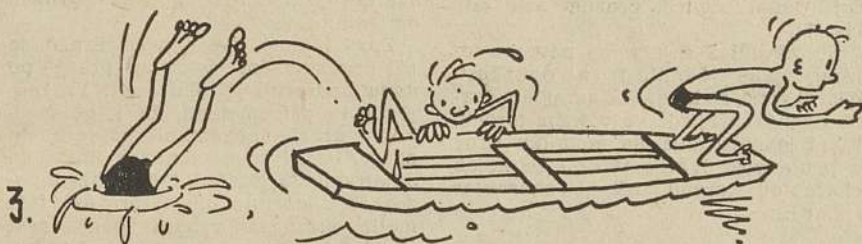
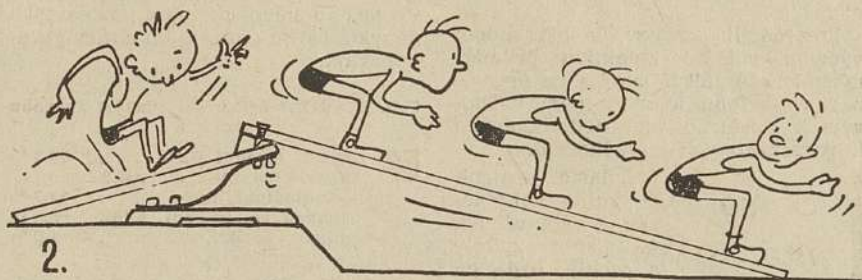
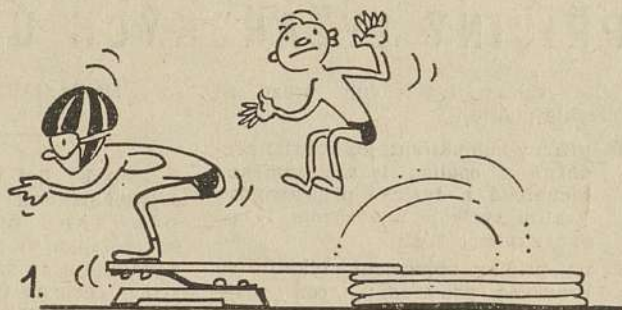
Je tedy jasné, že se do tohoto postoje nemůžeme hned postavit na lyžích, ale že jej musíme nacvičovat. Výdrž v tomto postoji byla v uplynulém roce zařazena do denního souboru sjezdaře. Byl to ostatně jeden z mála cviků souboru, který naši sjezdaři opravdu použili a dokázali vydržet v tomto, již na hranici záklonu zaujatém postoji, tři, pět a někteří i daleko více minut. Již ze začátku však bylo zřejmé, že pouhý pasivní nácvik nijak nepomáhá. Proto jsme začali se sjezdovým postojem na šikmo zavěšených lavičkách, s činkami, s dřevěnými i železnými tyčemi, v bočním i čelném postavení na kladině. Zvláště se nám osvědčil nácvik na medicinbalech.

K tomuto bodu se zaměřilo i několik diskusních příspěvků ve sjezdové komisi na letošní celostátní konferenci trenérů v Nymburku. Tak např. sjezdaři Dukly Liberec pod vedením trenéra Zacharidese nacvičovali sjezdový postoj na pružném můstku, přičemž volný konec desky podložili žíněnkami tak, aby byla vodorovná. Jiný závodník pak skoky na desce vytváří dostatečně rušivé prvky, na které musí nacvičující závodník reagovat (obr. 1). Tam, kde máme větší kolektivy je vhodné použít silné desky asi 3 až 5 metrů dlouhé, na jejíž jeden konec přišroubujeme vhodný špaček, aby neklouzala z můstku. Můstek postavíme na nějaké vyvýšené místo (obr. 2.) a provádí se totéž.

Úspěšně jsme v létě vyzkoušeli i nácvik sjezdového postoje na přídi pramíčky nebo voru, na jejíž zadní střídivě vystupují z vody a z níž opět seskakují další cvičící (obr. 3.) nebo na dobře nafouknuté matraci, kde je však nevýhodou poměrně široký stoj rozkročený (obr. 4.).

Další možný způsob je obdobný nácviku doskoku skokanů, který úspěšně provádějí v SSSR. Na dvě lavičky položíme volně trubku nebo rouru o průměru asi 15 až 20 cm a na ní opět volně 3 až 4 metry dlouhou desku, na kterou se ovšem nepostavíme čelně jako skokani, nýbrž bočně (obr. 5.). Dokázat takto stát ve sjezdovém postoji 2 až 3 minuty, když se jak houpe prkno, tak ještě i popojíždí roura, je opravdu vydatné posilovací cvičení.

Máme u nás řadu sjezdovek nebo jejich úseků, kde sice svou podstatnou úlohu hrají lyže, montáž vázání, ale kde rychlost jízdy do značné míry ovlivňuje i dokonalý aerodynamický postoj. Z nejvýznamnějších uvádím horní polovinu sjezdovky na Pustev-



nách, horní část na sjezdovce ve Spindlerově Mlýně, celou trasu ženské sjezdovky v Tatranské Lomnici, sjezdovku na severní straně Chopku (kde se ostatně při letošním mistrovství ČSSR ukázalo, že vydržet v dobrém, bezpečném a rychlém sjezdovém postoji od startu až do cíle dělá potíže i některým předním závodníkům, o ženách nemluvě).

Dokázat zacet celý závod v nízkém sjezdovém postoji znamená tedy zvyknout si na svalové napětí, zachovat při tom uvolněnost kloubů pro zacho-

vání přizpůsobivosti na nerovnostech i na různých druzích sněhu, udržovat se ve stále pohotovosti před nenadálými rušivými vlivy, zachovat si schopnost rychlé reakce, naučit se i správně dýchat, když máme značně v pase ohnutý trup a vůbec znesnadněné dýchací pohyby hrudníku. Chťit dokázat toto všechno až na sněhu, kde nám to navíc ještě rychle ujíždí pod nohama, je opravdu trochu pozdě.

VILÉM PODEŠVA,
obrázky: ALOIS BRÁZDA
KTV VUT Brno

PŘÍČINY LYŽAŘSKÝCH ÚRAZŮ A JEJICH ZÁBRANA

Na vzniku lyžařských úrazů se obvykle podílejí

- příčiny subjektivní, jež souvisí převážně s osobou lyžaře samého: technická a fyzická připravenost, kvalita výstroje a výstroje, lyžařská zkušenost atd.;
- na příčiny objektivní, týkající se převážně prostředí: terén, povětrnostní podmínky, vedení výcviku apod.

Všimněte si blíže druhého komplexu příčin.

Presvědčili jsme se, že při vedení výcviku většího kolektivu průměrných lyžařů záleží mnoho na organizaci ve vztahu k současným sněhovým a povětrnostním podmínkám a k rozvržení výcviku během dne.

Slovo má lékař

Zvláště opatrně je nutno volit terén a věst výcvik, je-li sníh zmrzlý a rychlý. Jízda na rychlém sněhu, jež je pro vyspělého lyžaře požitkem, vede u začátečnicků a průměrných lyžařů velmi často k úrazům (viz tab. čís. 1).

Stejně důležitá je volba povrchu terénu, jeho členitost a obtížnost. Zjistili jsme, že k největšímu počtu úrazů dochází při jízdě ve volném terénu, která je náročnější na techniku jízdy a pohotovost lyžaře (středí se nejen charakter terénu, ale i charakter sněhu).

Tab. 1. Výskyt úrazů na různém druhu sněhu.

■ zmrzlý, kůra, firn, zledovatělý	54,6 %
mokrá, tupý	22,0 %
prachový	14,0 %
čerstvý, vlhký	7,0 %
uježděný	2,4 %

MUDr. JAROSLAV ČERMÁK

Mělo by být pravidlem, že výcvik s lyžaři-začátečníky budeme provádět převážně na upraveném terénu se sešlapaným a uježděným sněhem. Vyžaduje-li to sníh i terén, nelitujeme ztráty času na úpravu místa výcviku. Jeho bezpečnost je nutno v prvé řadě zajistit. Nezapomeňme, že i malý neúspěch nebo opakované pády mohou podlomit sebedůvěru začátečníka a vytvořit u něho komplex nevhodných návyků, jež se později jen obtížně překonávají.

Tab. 2. Výskyt úrazů při různém způsobu výcviku.

■ sjezd, terénní jízda	56,3 %
nácvik jednotlivých prvků metodické řady	33,7 %
pochodové cvičení SZBZ	8,5 %
mimo výcvik	1,0 %

Jsou-li velmi dobré sněhové podmínky, intenzitu výcviku zvyšujeme, a při špatných naopak. Instruktor by se měl ptát na stupeň únavy svých svěřenců, neumí-li jej sám správně odhadnout.

Zjistili jsme, že nejvíce úrazů je při soustavném výcviku, právě po dvou hodinách ježdění (obr. 1). Stojí za to připomenout, že k velkému počtu úrazů dochází při návratu do chaty. Podílí se na tom jak únava po déletrvajícím ježdění, tak i snížení pozornosti, jež tuto únavu provází. Máme-li možnost výběru dvou cest k chatě, volíme proto pro návrat skupinky slabších lyžařů tu snazší.

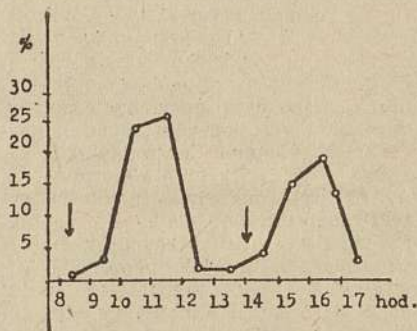
Kromě zařazování pravidelných přestávek během dopoledního i odpoledního výcviku se již dávno osvědčilo zařazení jednoho volného půldne do programu výcvikových zájezdů. A to druhý nebo třetí den odpoledne,

tj. v době, kdy se účastníci pobytu na horách přizpůsobují ještě novým podmínkám. Únava bývá v tuto dobu největší.

Potřebu posoudí vedoucí zájezdu spolu s lékařem. Při běžné ordinaci na horách má zkušený lékař příležitost pozorovat a přicházet do styku s řadou účastníků zájezdu a učinit si představu o stupni jejich únavy. Na druhé straně lehko rozpozná simulaci únavy, k níž se uchylují někteří frekventanti, či spíše frekventantky, před nepopulární činností nebo při nepříznivém počasí.

Významná je ta skutečnost, že nejméně úrazů i u úplných začátečníků je tehdy, jsou-li vedeni zkušeným instruktorem — dobrým pedagogem, který musí být lyžařsky nejzdatnější. Záleží tu více na pedagogických schopnostech.

Aby mohl instruktor splnit dobře výcvikový plán a současně uplatňovat všechny zásady úrazové zábrany, musí vést přiměřeně velké družstvo. Počet 8 až 10 lyžařů je v družstvu přiměřený. U naprostých začátečníků nebo pohybově neadaných účastníků výcviku je vhodné tento počet ještě snížit.



Obr. 1. Výskyt úrazů během dne. Začátek ránního a odpoledního výcviku je označen šipkou.

O NOVOTE, která sa nevydarila

Aj na stránkach nášho »Lyžařství« sme venovali dost pozornosti návrhu prezidenta FIS pána Marc Hodlera, aby sa i na majstrovstvách sveta i na olympijských hrách jazdil vylučovací pretek v slalome, z ktorého by do hlavného preteku postupovalo 30 najlepších pretekov. Títo pretekári by jazdili v II. kole v obrátenom poradí. Tento námet bol stredom veľkej pozornosti zjazdovej a slalomovej komisie FIS, ktorá ho mala realizovať. Táto komisia venovala v októbri 1961 dokonca jedno celé zasadnutie v talianskom Trente podrobnému rozpracovaniu problému. Neukončila ho a práca pokračovala už v rušnom prostredí priamo v Chamonix.

V súvislosti s uskutočnením tohto kvalifikačného slalomu pred majstrov-

stvami sveta vynoril sa celý rad problémov, z ktorých najkomplikovanejší sa zdal ten, ako započítať výsledky tých najlepších do trojkombinácie, lebo mnohí sa ani do trojkombinácie neprihlásili. Druhý vážny problém bol ten, aby do trojkombinácie boli vyhodnotené aj výsledky slabších pretekárov z kvalifikačného slalomu. Zjazdová a slalomová komisia pre prípravu materiálu a návrhu čo najspravodlivejšieho riešenia menovala dokonca aj osobitnú subkomisiu, v ktorej bola predsedníčka ženskej komisie FIS E. Rothová a ďalej prof. Defner a R. Readhead z Anglicka. Subkomisia došla nakoniec k návrhu, že pre trojkombináciu sa majú počítať iba slalom, teda kvalifikačný a finálový. V teórii tento návrh prešiel, no prax ukázala, že nebol správny. A tak došlo ku kompromisnému, ale veľmi nezvyklému riešeniu. Oficiálne sa do trojkombinácie počítal len finálový slalom a pre pretekárov, ktorí sa nekvalifikovali do finálového slalomu,

boli vyhotovené a vydané neoficiálne výsledky.

Samozrejme toto rozhodnutie sa stretlo s veľkým nesúhlasom a bolo podrobené veľkej kritike. Ukázalo sa, že len pre menšiu časť pretekárov strednej výkonnosti mal kvalifikačný slalom výhodu v tom, že sa prebojovali do finálového slalomu. Pre väčšinu predných pretekárov bola kvalifikácia ozajstným »nervákom«. Bozon, Pértillat a Stiegler sa údajne ukľudnili až po 48 hodinách.

Teda návrh sa neosvedčil a prepadol. Hlavné alpské krajiny sa však vyjadrili v tom zmysle, že kvalifikačný slalom, v jeho terajšej forme, sa nemá viacej uskutočniť.

Teda nielen zjazdová a slalomová komisia FIS, ale aj organizátori ZOH v Innsbrucku majú o čom premýšľať. Že by slalom bola skutočne disciplína s neriešiteľnými problémami, ako o tom niekedy pred rokom napísal v »Lyžařství« dr. Oto Kulhánek?

J. MRÁZ

Plán školení lyžařských rozhodčích nám určuje úkol vyškolit pro lyžařskou sezónu 1962/1963 150 nových rozhodčích III. tř., 30 rozhodčích II. tř. a 25 rozhodčích I. tř. Hned však předesílám, že by bylo velmi nesprávné, kdybychom školili rozhodčí jenom proto, abychom plnili plán. Náš cíl je podstatně vyšší. Musíme chtít dosáhnout u dosavadních rozhodčích co nejvyšší kvalifikaci a mít snahu získat nové spolupracovníky, kteří nám budou ochotně a vytrvale pomáhat v organizování závodů, ve výchově lyžařů a v rozvoji lyžařství vůbec. Znamená to vybírat do školení rozhodčích lidi, kteří jsou schopni soustavně pracovat. Naučit je rozhodčovské teorii i praxi, což bývá daleko snazší, než je vychovávat pro obětavou práci při přípravě a organizování závodů.

Cvičitel a trenér si při své praxi na sněhu přece jen někdy »přijde na své«, dobře si zaježdí a také zřetelně vidí výsledky své práce na svých svěřencích. Rozhodčí, který se domnívá, že i jeho funkce je příležitostí k zaježdění na sněhu, se svezje jen tehdy, když osídí své úkoly. To ovšem znamená, že rozhodčí má být pěšák nebo špatný lyžař. Naopak chceme, aby rozhodčí byl dobrým lyžařem, aby dobře ovládal běžecské nebo sjezdové lyže. Nesmí mu ovšem chybět rys odpovědnosti a obětavosti a musí svým jednáním působit výchovně.

Takové typy hledíme a ze zájemců vybíráme. U dospělých se tyto vlastnosti dají celkem brzy poznat. U mládeže se však může člověk často mýlit, když odsuzuje neukázněného nebo sobeckého kluka. I ten může vyrůst v odpovědného a obětavého člověka.

Jak mládež souvisí se školením rozhodčích? Velmi úzce. Známe přece veliký úkol: vyškolit mezi mládeží stovky a tisíce tělovýchovných organizátorů. A tu se často přehlídí to, že i malý kluk dokáže správně odstartovat závodníky, změřit jim čas anebo délku skoku — často až obdivuhodně přesně — kdežto věst výcvik metodicky a didakticky správně, to je v naprosté většině nad jeho síly. Je proto třeba chápat funkci organizátora jako pomocníka rozhodčích a později i samostatného organizátora a rozhodčího. Nezapomeňte proto při školení nových rozhodčích získat a vychovávat co nejvíce mladých pomocníků pro SHM, pro náborové závody i pro soustavnou činnost v lyžování. Dejte školení lyžařských organizátorů na starost dobrému odborníkovi a nemyslete, že nejlepšími školiteli bude mladý rozhodčí s malým věkovým odstupem od organizátorů. Zkušený »tatík« rozumí často klukům lépe.

Při školení rozhodčích III. třídy je třeba pamatovat na to, že

NEČEKEJTE NA ZIMU

tento první stupeň má sice už mít přehled o organizování a rozhodování závodů, že však má k odpovědným funkcím vyrůst z zkušeností ze závodů a dalším školením. To však neznamená, že rozhodčí III. třídy nemusí znát perfektně pravidla a způsob výpočtů. Ale nebude mít pochopitelně hned od začátku rutinu v měření nebo organizování a zběhlost ve výpočtech. Tu získá jen častým zařazováním do funkce.

Školení rozhodčích II. třídy bylo většinou chápáno jako povýšení »obyčejného« rozhodčího na rozhodčího stylu skoku. To je sice velmi závažný zřetel, ale musí být spojen s nárokem na samostatnou práci rozhodčího v kterékoli funkci při lyžařských závodech. Nelze tedy zkoušku na rozhodčího II. třídy chápat jako specializaci pro hodnocení stylu skoku nebo jako specializaci pro klasické disciplíny. Je jí třeba chápat jako prověrku samostatné a všestranné činnosti rozhodčího.

I mezi rozhodčími III. třídy jsou »specialisté«, kteří pracují buď jen na běžecských závodech nebo zase jen na sjezdových závodech. To není chyba, když se stávají skutečnými odborníky v jedné části lyžařských disciplín. Chce-li však někdo být rozhodčím II. tř., musí být všestranný, aby mohl zastávat i řídicí funkce.

Rozhodčích I. třídy máme poměrně daleko víc než rozhodčích III. třídy, ačkoli by to mělo být obráceně. Na dálkové školení rozhodčích I. třídy by měly kraje vybírat jenom ty, co už mají znalosti ředitele závodu, mají praxi ve stylování i schopnosti vysvětlovat smysl všech pravidel mladým adeptům rozhodování. Centrální dálkové školení rozhodčích I. třídy vyžaduje zralé pracovníky, oddané funkci rozhodčích. Loni jich při školení hodně odpadlo a letos to asi nebude lepší, protože jich ani 50 % nedovedlo ve stanovené lhůtě tři měsíců napsat na 2 až 3 stránky přednášku o práci rozhodčích na téma podle vlastního výběru.

Školení rozhodčích bude letos usnadněno tím, že vyšla příručka pro školení lyžařských rozhodčích (vydalo STN za 5 Kčs). Je tedy třeba se soustředit na školení pomocníků rozhodčích — lyžařských organizátorů a rozhodčích III. třídy. Musíme k tomu využívat všech forem školení — po sobotách či nedělích, večerního i internátního školení. Větší měrou využívat samostatného studia z příručky a z pravidel, aby mohl vyučující více odpovídat na dotazy a opravovat odpovědi, než aby jim odříkával znění pravidel. Času do zimy mnoho není, ale je ho možné náležitě využít.

Dr. JELÍNEK,

člen ústřední komise rozhodčích

Už druhý rok organizuje ústředná lyžařská sekcia školenie rozhodcov I. triedy formou diaľkového štúdia. Pre rozhodcov zo Slovenska ukončený I. ročník v tomto roku veru nebol nijako priaznivý, pretože úspešne uskutočnila štúdium len jedna žena zo Slovenska, a to s. Kukurová z Tatier, dcéra známeho lyžařského pracovníka Jožka Müllera a manželka nie menej dobrého ústredného rozhodcu Julia Kukuru z Tatier. Iste si všetci povedia — no tej sa ľahko študovalo, keď mala takých vynikajúcich inštruktorov a patrónov. No kto pozná jej usilovnosť, vie, že poctivo sama študovala.

Vlajňastie výsledky zamrzeli aj bratislavských rozhodcov, pretože v dôsledku nedostatočnej prípravy zo strany KV ČSTV začal študovať len 1 frekventant. Toto ročná príprava bola podstatne lepšia. Tak LS KV ČSTV vybrala 5 rozhodcov (z toho 4 z Bratislavy). Títo boli LS ÚV ČSTV oboznámení s formou štúdia a materiálmi a bol im menovaný patrón s. Mráz. Takto sa vytvoril dobrý kolektív rozhodcov (Štefunko, Livora, inž. Štrba a Kopecký), ktorý sa zišiel na prvú poradu ešte začiatkom júla. Tu sa za spolupráce predsedu komisie rozhodcov MV ČSTV s. Remenca podrobne prebral celý plán prípravy, zabezpečenie praktických cvičení, vypracovanie písomných prác, prediskutovali sa témy prípravných prác a spôsob ich spracovania (ktoré samozrejme frekventanti spracovali už potom sami). Na základe tejto diskúzie bol zostavený

PRIPRAVUJÚ SA NA ROZHODCOV I. TRIEDY

spoločný plán prípravného štúdia. Tento plán obsahuje okrem úvodu a osobných dát frekventantov:

I. ORGANIZAČNÉ ÚLOHY:

Termíny oznámenia osobných údajov LS ÚV ČSTV, prečítania článku dr. Jelínka, odovzdania prvých písomných prác, odovzdania druhej písomnej práce a výpočtov.

II. ŠTÚDIUM TEÓRIE:

Bolo dohodnuté, že sa budeme schádzať každé dva týždne v dobe od 27. 8. 1962 do 19. 11. 1962. Formou diskúzie preberieme celé nové lyžařské pravidlá a výpočtové tabuľky. Vždy vopred si frekventanti podrobne preštudujú stanovenú partiu a k tej si vzájomne poviemu skúsenosti, ktoré oproti doterajším pravidlám, aká je prax v podobných prípadoch v medzinárodných pretekoch, resp. aké ustanovenia majú pravidlá FIS-IWO.

Osobitný dôraz sme kládli na úlohy v III. PRAKTICKÝCH CVIČENIACH:

Tu zabezpečíme praktické počítanie výsledkov podľa nových výpočtových tabuliek, ktoré vydá ÚLS. Frekventanti sa prakticky oboznámia s elektrickým meraním obojho typu, ktoré inštaluje známy technik s. Mates. Tu si bude každý môcť v dostatočnej miere prakticky ho vyskúšať, sice len v miestnosti, ale snáď to skúsime aj v teréne pri slalome na suchu.

Frekventanti ďalej musia povinne rozhodovať aspoň dva preteky v skoku ako štýloví rozhodcovia. Prvýkrát sa tak stalo na verejných pretekoch na umelej hmote na Kamzíku v Bratislave 9. 9. 1962. Ďalej sa po dohode s predsedami komisií rozhodcov KV ČSTV a MV ČSTV schválilo, že budú delegovaní na jeden pretek mimo Bratislavu a jeden vrcholový pretek [prebor kraja, majstrovstvá ČSSR].

Nakoniec sme sa zhodli, že sa do 20. januára 1963 zídeme, zhodnotíme stav celkovej prípravy, doplníme podľa potreby teóriu alebo prax, patrón spracuje posudky. Takto pripravení vypravujú sa potom na skúšky, na ktoré budú LS ÚV ČSTV pozvaní.

Pevne veríme, že dobrou a dôslednou prípravou zabezpečíme, aby Bratislava a Západoslovenský kraj mali v roku 1963 nových štyroch rozhodcov I. triedy.

-Mr-



SSSR

Do dvou až tří let dostanou sovětská zimní sportovci nový skvělý dar: lanovou dráhu na legendární, dvouhlavý Elbrus — perlu kavkazských hor.

Jde o celý komplex sportovních a ubytovacích zařízení, která vytvoří na tomto cípu velké sovětské země pravý ráj pro všechny druhy zimních sportů.

Podívejme se blíže na smělý projekt vypracovaný skupinou sovětských architektů vedených V. M. Margulise.

U paty Elbrusu, na náhorní planině Itkol, již stojí hotel s kapacitou více než 300 osob, v jehož bezprostřední blízkosti je kluzišť ve výši 2000 metrů n. m. Dvě hokejová hřiště a stadion jsou již připraveny sloužit sportovcům. V bezprostřední blízkosti Itkolu začíná království lyžařů: slalomové a sjezdové tratě spolu se čtyřmi skokanskými můstky (kr. body 20, 40, 60 a 80 m). Sjezdaři i skokani se zde nebudou vyčerpávat namáhavými výstupy, ale použijí vesměs lanovky a výtahů, které je dopraví jak ke startu slalomové či sjezdové tratě, tak i na věž můstku.

Nejkrásnější je však perspektiva přímo u Elbrusu. Ve výši 2300 m n. m. vytvořila totiž příroda nádhernou plošinu Azau, na které je již v provozu hotel pro 400 osob. Na této plošině bude i vybudována údolní stanice lanovky, dlouhé 6375 m, která dopraví člověka až na vrchol Elbrusu. Že je postupováno přesně podle plánu, dosvědčuje již hotová turistická základna na první předpokládané stanici lanovky — »Kruhový obzor«, ve výši 3000 m. Bude stačit několik minut jízdy projektovanou lanovkou k dosažení druhé stanice »Svět«, potom — nad svítícími ledovci — k stanici »Útulek jedenácti« ve výši 4200 m n. m., kde se bude již poutník obdivovat jen věčnému sněhu a kouzelné kráse hor. V tomto ráji budou starty stovek tratí jak pro slalom, tak i pro sjezd.

Poslední zimy našim sjezdařům nepřály. Těšíme se, že bílý Elbrus dodá i našim sjezdařům vědomí nezávislosti od rozmarů naší československé zimy a dá tak našemu lyžařství příležitost k zcela jedinečnému, velehorскому tréninku.

KANADA

Mezi uchazeče o uspořádání ZOH 1968 se přihlásila i Kanada. Všechny disciplíny chtějí uspořádat v překrásných kanadských horách v okolí města Banfu. Na snímku sjezdové tratě na hoře Norquay, na jejímž úpatí leží město Banf.

NORSKO

Dne 10. října 1962 uběhlo 101 let od narození velkého norského badatele dr. Fridtjofa Nansena, který v roce 1893 na lodi »Fram« podnikl odvážnou plavbu k severnímu pólu. Po tři roky bojovala jeho expedice s těžkými podmínkami ledové pouště. Svůj cíl zcela nedosáhla. Nansen byl nejen vědcem a badatelem, ale také sportovcem a pionýrem lyžařského sportu. Ve svém mládí provozoval krasobruslení a lyžování. Než se rozhodl vydat se na odvážnou cestu, zvykal si na odříkání a tvrdé podmínky. Jako 27letý prošel v čele malé expedice napříč Grónskem — na lyžích. Nansenova kniha »Na sněžnicích napříč Grónskem«, rozšířená po celém světě, přispěla podstatnou měrou k rozšíření lyžařského sportu ve Skandinávii a ve střední Evropě. Na domácích lyžařských závodech býval Nansen po řadu let nejlepším běžcem. V letech sedmdesátých a osmdesátých přišly první norské lyže také na evropskou pevninu. Známe je z obrázků. S nimi se dostalo Středoevropánům do rukou i Nansenovo pojednání o technice lyžařského běhu. V posledním desetiletí minulého století se pak začalo rozvíjet odvětví sportu, které v krátké době uchvátilo statisíce sportovců.

Nansen, jeden z nejstarších pionýrů lyžařiny, zemřel 13. května 1930 v Lysakeru u Oslo.

ŠVÝCARSKO

Louis Trenker, dnes sedmdesátník, natáčí nový film v severní stěně Eigeru. Je to v pořadí již 70. film a jak prohlásil, nejtěžší film jeho života. Heinrich Harrel, který v červenci 1938 provedl prvovýstup, říká, že skutečná historie severní stěny je hrozněji a velkolepěji, než si lidé mohou domyslet. Námět filmu je vzat z tragického příběhu horolezecké dvojice Corti a Longhiho. Longhi, jak známo, zahynul, Corti se zachránil. Co se ve stěně skutečně odehrálo, nebylo dodnes osvětleno. Scénář pochází od Trenkera — změnil poněkud příběh Cortiho — a řeší prapůvodní otázku horolezectví, otázku svědomí — smí horolezec opustit druhá, aby se sám zachránil? Trenker světil jednu ze dvou hlav-

ních rolí horolezci Hilti von Allmenovi, druhou pak lyžaři Toni Sailerovi.

Na letošních mezinárodních skokanských závodech chyběl jeden ze skokanů, který před tím nevynechal žádný větší závod — Andreas Däscher. Po mistrovství loňského roku odevzdal Däscher své skočky jednomu z dorostenců a zanechal definitivně závodění. Däscher byl jednou z nejtypičtějších postav ve skokanském sportu v posledních letech; proto o něm několik slov.

Narodil se 1927 jako syn cestáře. Již jako mladík absolvoval řadu převážně školních závodů ve skoku. V roce 1944 se zúčastnil prvního většího závodu a o rok později, jako osmnáctiletý, zvítězil v mezinárodní konkurenci. Od roku 1948 zastupoval bez přerušení svou zemi na MS a OH a na všech větších mezinárodních závodech. Na OH ve Sv. Mořici se umístil jako 17. a v roce 1956, na vrcholu své kariéry, se v Cortině vypracoval na 6. místo.

Däscherovo jméno je těsně spjato s vývojem moderního skoku a letů vzduchem. Byl prvním skokanem, který začal skákat s rukama u těla. Přestože byl tenkrát »potrestán« velkými bodovými srážkami ze strany stylařů, vydržel, neboť byl přesvědčen, že se s novým stylem prosadí. V roce 1950 v Oberstorfu skočil v novém stylu v prvním kole 109 m a v druhém kole 121 m. Experti začali diskutovat. V tomto závodě v Oberstorfu skočil Däscher svůj nejdelší skok 130 m. Již v roce 1951 začali Finové praktikovat Däscherův osobní styl a pak došlo ke známému velkému zvratu ve vývoji skoku na lyžích. Hovořilo se tenkrát o novém finském stylu, ačkoliv šlo o styl Švýcara Däschera. V roce 1955 provedl inž. Straumann s Däscherem zkoušky v aerodynamickém tunelu, které prokázaly, že Däscherův styl je v naprostém souladu s přísnými zákonitostmi aerodynamiky. Od té doby prodělal skok na lyžích fantastický vývoj. Historie nesmí zapomenout, že skromný a sympatický Däscher byl průkopníkem nového stylu, který tento vývoj umožnil. OK

Začátkem září konal Interverband (ústřední svaz cvičitelů) svou řádnou výroční schůzi, které se zúčastnilo 20 z celkového počtu 21 svazů Švýcarska. Zpráva předsedy Brandenbergera obsahovala několik zajímavých dat. Nový učební plán, zavedený minulého roku, se prakticky osvědčil, byly v něm provede-



ny jen nepatrné změny a doplňky. Svaz t. č. disponuje 3413 cvičitelů, z toho je 1225 cvičitelů-profesionálů. Z celkového počtu 12 528 žáků lyžařských kursů obstálo při zkouškách 10 971 žáků. Do konce t. r. je naplánováno: 11 ústředních kursů pro vedoucí horských výprav, ústřední kurs svazu od 15. do 18. 11. v Davosu, 16 opakovačích lyžařských kursů pro lyžařské cvičitele a 7 přípravných cvičitelských kursů.

Na základě demisi některých vedoucích funkcionářů Švýcarského lyžařského svazu muselo se plenum svazu počátkem srpna zabývat otázkou obsazení uvolněných funkcí. Členové technické komise se dohodli na rozdělení funkcí. Za běžce bude odpovídat Hans Brunner, za skokany H. Fuchs a H. Klotz; nástupcem Waltera Nigga, který vedl sjezdovou komisi, se stal F. Gorbat. Předsedou technické komise za odstoupivšího dr. Jürg Freie byl jmenován Hans Brunner. Komise obsadila také místa trenérská. Trenérem běžců se stal K. Hirschler, R. Sutter vede ženy, pro skokany byl potvrzen Alwin Plank. Trenérem sjezdařů se má stát Georg Schneider, který letošního roku ukončil svou závodnickou dráhu.

Národní družstvo sjezdařů (A a B) započalo začátkem září s tréninkem. Do Rapperswillu bylo pozváno 36 sjezdařů, kde v terénním běžeckém závodě měli prokázat, jak se připravovali v létě. Helmi Klotz, jako prozatímní trenér, byl velmi přísný a mnohému ze závodníků vytkl slabou přípravu. Trenéři Urs Weber a Wolfgang Weiss převzali vedení kondičního tréninku. Další soustředění bylo uskutečněno v polovině září v Ley-sinu.

FÍNSKO

Dalším vážným kandidátem na uspořádání ZOH v roce 1988 se zdá být Fínsko, které už viackrát kvalitně uspořádalo majstrovství světa v lyžování. Chce uspořádat ZOH v Lahti. Fínsko však nemá spůsobilé terény pro zjazdové disciplíny, a tak požádalo Švédsko, aby ich uspořádalo v Aare, kde sa konali v roku 1954 majstrovství světa v zjazdových disciplínach. Aké šance bude mať táto žiadosť u Medzinárodného olympijského výboru, fažko dnes povedať. No už raz sme boli svedkami prekvapujúceho rozhodnutia MOV, keď boli olympijské hry v roku 1960 pridelené do Squaw Valley. Môže teda byť aj ďalšie prekvapenie.

Predovšetkým Aare disponuje malou ubytovacou kapacitou, len asi pre 600 osôb, a okrem toho zjazdová trať, na ktorej sa išli majstrovství sveta v roku 1954, by musela byť úplne prebudovaná.

JAPONSKO

Po pověření uspořádáním letních OH 1964 se synové Nipponu chtějí pochlubit svými organizačními schopnostmi také v oblasti zimních sportů. Získali prý již neoficiální příslib generálního sekretáře FIS Sigge Bergmana, kterého v letošním roce pozvali k prohlídce svých zimních sportovních středisek. V příštím roce bude mezinárodní olympijský výbor a FIS rozhodovat o místech pro konání MS 1966 a ZOH 1968. Japonci sázejí na dvě karty; nezískají-li ZOH 1968 budou se ucházet o MS 1966. Zájemců je dlouhá řada — o MS 1966 se uchází osm, o ZOH

1968 šest států. Bergman se vyjádřil diplomaticky: »Tak jako ostatním kandidátům, je nutno i Japoncům dát šanci.« Argumenty Japonců jsou velmi pádné — v Asii dosud nebyly ani ZOH, ani MS, Japonsko je zemí zimních sportů v Asii číslo 1, lyžařský svaz Japonska se 4 milióny členů je jedním z nejsilnějších svazů světa, Japonci jsou po desetiletí účastníky jak MS, tak ZOH. Předseda japonského svazu dr. Hitoshi Kihara konstatoval, že MOV zadal ZOH již šestkrát zemím střední Evropy, jednou Skandinávii a 2krát USA. MS bylo patnáctkrát provedeno ve střední Evropě, šestkrát na severu Evropy a dvakrát v USA. Asie byla dosud vždy opomíjena. Jako dějiště ZOH 1968 mají Japonci vyhlédnuto město Sapporo na ostrově Hokkaido, vzdálené od Tokia jeden a půl hodiny letu. Sapporo by bylo určeno pro klasické disciplíny, zatímco sjezdové disciplíny by byly provedeny v novém sjezdovém centru Naeba ležícím asi 180 km od Tokia. Středisko Naeba dostalo poměrně příznivý posudek loňského roku od předsedy sjezdové a slalomové komise Friedla Wolfganga.

FRANCIE

Prvnímu letnímu mezinárodnímu závodě ve skoku na umělé hmotě v ChamoniX přihlíželo 3000 diváků. Mistr Francie Claude Jaenprost pohřbil své šance, když v 2. kole upadl. Zvítězil mladý Švýcar Jacky Rochat z Le Brassus s dvěma 4i m dlouhými skoky. Závodě se zúčastnilo 20 skokanů, mezi nimi 5 skokanů ve věku pod 16 roků. Koncem srpna byl na témže místku proveden 2. mezinárodní závod, kterého se zúčastnilo 9 členů švýcarského národního družstva. Také v tomto závodě zvítězil Švýcar H. Schmid se skoky dlouhými 45 m.

RAKOUSKO

Adalbert Leitner, který dosud startoval za NSR, přestoupil do Ski Clubu Kleinwalsertal v Rakousku a bude napříště v mezinárodních závodech obhájovat barvy Rakouska. Jeho bratr Ludwíg zůstává nadále členem družstva NSR.

NDR

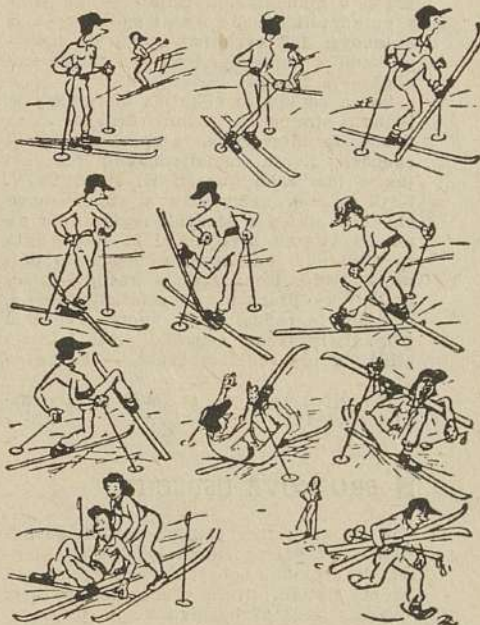
Příjemným překvapením závodu o Štít Průboje ve slalomu a o Teplický pohár v obřím slalomu byla účast šestičlenného družstva dorostenců z NDR. Tito chlapi ve věku 15—17 let patří mezi nejlepší lyžaře v oblasti Oberwiesenthalu, pocházejí převážně ze dvou oddílů, Dynamo a Traktor. Navštěvují společně průmyslovou školu přímo v Oberwiesenthalu. Učební osnova školy je tak upravena, že mají dostatek času jak na lyžařskou přípravu, tak i na vlastní trénink. V létě jezdí na krátkých lyžích na svahu osetém lesní trávou. Přejchod z období přípravného do období hlavního není těžký, pouze se přizpůsobují normálnímu lyžím a rychlejšímu pohybu. Výsledky této práce se potvrdily, jak při tréninkových jízdách, tak i v samotném závodě, ve kterém němečtí chlapi obsadili přední místa.

Zdá se, že cesta, kterou se ubírají sjezdaři NDR je správná a lepší než naše. Ukazují to i výsledky, které dosáhli reprezentanti NDR na VCS 1962.

Za zmínku stojí jejich výborné vybavení, které jistě přispívá k lepším výsledkům. Překvapující je i to, že terény v NDR nedosahují takové úrovně jako například naše Krkonoše, Vysoké a Nizké Tatry, Roháče. Mělo by to být pobídka k zamýšlení, zejména našich pracovníků s mládeží.

DÁNSKO

V letošním roce se dožívá známý dánský karikaturista Ch. Bidstrup 50 let. Svůj život zasvětil boji proti fašismu, kolonialismu, rasismu a jeho pero ostře napadá nepřátele míru, podněcovatele nové války. Po odchodu německých okupantů se stal Ch. Bidstrup — umělec a komunist, spolupracovníkem komunistických novin Dánska »Land og folk« (Země a lid). Přinášíme jeho postřeh z vyjíždky jednoho lyžaře.



BEZE SLOV

ARGENTINA

V Bariloche se v rámci argentinského mistrovství, pořádaného koncem srpna, jel mezinárodní závod v obřím slalomu. V kategorii mužů zvítězil Guy Périllat, u žen Christl Staffnerová. Technické výsledky: muži — 1. Guy Périllat (Fr.) 1:11,4, 2. Kidd (USA) 1:11,5, 3. Viollat (Fr.) 1:12,6, 4. Wolf (Rak.) 1:12,9. Ženy — 1. Staffnerová (Rak.) 1:15,9, 2. Schweizerová (Arg.) 1:17,2, 3. Macheková (Rak.) 1:18,1.

NSR

Německý lyžařský svaz jmenoval trenéry pro rok 1962—1963. Sjezdaře povede bývalý závodník Hans Peter Lanig, ženy Sepp Behr, běžce a sruženáře Hubert Egger a skokany Ewald Roscher.

Z ODDÍLŮ A SEKCIÍ

■ HORY PATŘÍ PRACUJÍCÍM

Ještě před několika léty jsme toto heslo používali na pohlednice k propagačním účelům. Dnes se stalo skutečností. Dokazují to stovky aut a tisíce pracujících, kteří na sobotu a neděli odjíždějí se svými dětmi a manželkami na hory. Přijíždějí rádi a pravidelně a mnozí z nich zůstávají lyžařině věrni.

Na poslední běžecký závod uspořádaný v Zadově na Šumavě se sjelo na 155 závodníků a — 8000 diváků! Zastavme se dnes pro změnu ne u závodníků, ale právě u těch diváků. Přijeli — jak jsme s pořadatelem závodu mohli spočítat — 39 autobusy, 189 osobních vozy, 12 marínogotkami a vojenskými auty a téměř všichni — s lyžemi!

Co se za těmito několika čísly skrývá. Jednak stoupající životní úroveň a za druhé, že tělovýchova a sport se stávají součástí života socialistického člověka, jak o tom také hovořil II. sjezd ČSTV. Když se tak zamyslíme a vzpomeneme si, kolik lidí a z kterých vrstev bylo na našich horách před 20 či 25 lety? Byla to vládnoucí buržoazie a nepřátelé dělnické třídy. Dnes razíme heslo — »socialisticky pracovat a socialisticky žít«, a proto je radostné, že sport (v našem případě lyžování) pomáhá plnit tak výstižné a přesvědčivé: Práce — kniha — sport.

Jen více takových statistik a sportovních diváků!
-BB-

■ PRO NOVÉ ÚSPĚCHY

V minulém roce 1961/62 dosáhl závodníci a trenéři sportovní lyžařské základny ve Vrchlabí dobrých výsledků ve své práci. Patnáct titulů přeborníka okresu, dvacet titulů přeborníka kraje, jeden ti-

■ Sportovci z lyžařské základny ve Vrchlabí besedují se svým trenérem na letním soustředění ve stanovém táboře.



tul mistra ČSSR, tři tituly dorosteneckého přeborníka ČSSR, mnohá vítězství na dalších lyžařských závodech, soustředění závodníků, 107 splněných výkonnostních tříd, většina má odznak BPOVO nebo PPOV, 80 odznaků Lyžař ČSSR, pomoc při organizování SHM, besedy ve školách a další propagace lyžařského sportu atd.

Abyste závodníci a trenéři dosáhli v nastávající lyžařské sezóně ještě pronikavějších výsledků, využívají dokonale všech možností pro zkvalitnění tréninkového procesu. Proto uspořádalo vedení základny ve dnech 12. až 19. srpna 1962 letní výcvikový tábor ve stanovém táboře ve Starých Splavech u Máchova jezera. Úkol tábora podstatně zvýšit všestrannou tělesnou zdatnost a upevnit kolektiv byl splněn beze zbytků. Na tomto táboře si sjezdali letos poprvé dostatečně zalyžovali na vodě.

Letošních dobrých sněhových podmínek v Krkonoších využili rovněž dokonale a ještě celý červenec pravidelně a několikrát i v srpnu lyžovali na sněhu v Modrém dole. Nyní zahájili nový tréninkový cyklus, ve kterém kromě pravidelných tréninků kolektivních i individuálních chtějí v přípravném období dokonale využít umělé hmoty v Trutnově a Harrachově a prvního sněhu ve vyšších polohách Krkonoš.

■ VZALI ZA SPRÁVNÝ KONEC

Pod tímto titulem uveřejnili jsme v Lyžařství č. 6/1962 rozhovor s pracovníky lyžařské sekce MV ČSTV Bratislava. Z odpovědí soudruhů bylo možné si utvořit obraz o dobré, hlavně systematické, plánovitě a cílevědomě práci této okresní sekce. V článku se také hovořilo o nedostatecích v práci, které soudruzi sebekriticky přiznávají a nijak se je nesnaží zakrývat.

Rádi dnes uveřejňujeme další zprávu, jak uváděné nedostatky odstraňují.

Především se bratislavským lyžařům nelíbilo, že základna nepracuje tak, jak by měla, a můstek s umělou hmotou není v provozu. Proto se v letním období dali do toho a organizačně základnu »postavili na nohy«. Zpracovali přesně přehledy družstev a určili nové vedení základny, které tvoří zkušení trenéři soudruzi Gurský, Gajer, Nemeszeghy a další. Dále připravili rámcové perspektivní plány pro jednotlivá družstva, potřebné rozpočty,

materiální požadavky do plánu na rok 1963 a další organizační věci.

Již začátkem září základna ožila vlastní činností. Devátého září uspořádali zářilové závody ve skoku na lyžích a převzali péči o organizování soutěže o plnění odznaků zdatnosti. To jsou dobré začátky, za kterými jistě budou následovat stejně dobré výsledky.

Jiným nedostatkem bylo neplnění plánu rozvoje výkonnostních tříd, i když šlo převážně o nedostatky administrativního charakteru. I tady se činnost zlepšila. Plán výkonnostních tříd byl nejen splněn, ale značně překročen, a to na 130 %. Jak soudruzi slibovali, uspořádali i lehkooatletickou soutěž bratislavských oddílů. Organizaci převzal lyžařský oddíl RH Bratislava.

Máme radost, že činnost bratislavských lyžařů nepřestala ani v létě, a jak je vidět, udělal další krok k nápravě nedostatků, aby jich bylo co nejméně. Na této dobře nastoupené cestě jim přeje-me hodně úspěchů.

■ V BANSKEJ BYSTRICI ZABUDLI VYSKLADNIT UMELŮ HMOTU?

Íšlo to pomaly — ale predsa stredný i malý lyžiarsky mostík v Banskej Bystrici sú hotové. Krásne sú to stavbičky! Ich situovanie priamo na konci ulice, ktorá nesie meno po veľkom básnikovi Hviezdoslavovi, je zábezpekon, že tu bude divákovo ako smeti. Veď autobusová linka sa obracia na okraji dojazdovej rovinky mostíka.

Teda všetky výhody na jednom mieste. Dúfajme, že i v zime bude snehu viac, ako ho bolo vlni — teda že sa uskutoční nie jedno podujatie, ale viac hodnotných lyžiarskych pretekov.

No Banská Bystrica má možnosti, aby zabezpečila preteky v skoku na lyžiach i vtedy, keď nie je snehu! Veď sme ich očakávali po niekoľko rokov. Žiaľ, neboli ani tohto roku. Nechtiac síce — ale akosi nasilu sa natíska otázka: »V Banskej Bystrici snád zabudli vyskladniť umelú hmotu?«

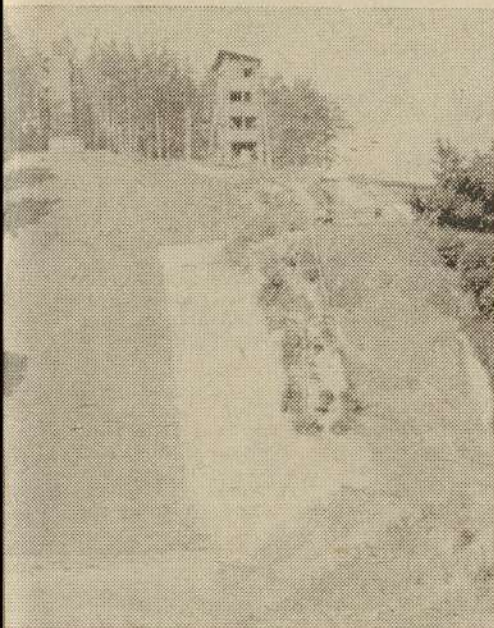
Majú ju totiž už pár rokov. Je uskladnená vedľa doskočišťa. Samozrejme, že pod zámok. No predsa je to zakopaná hrivna. Čas letí! Generácie mladých adeptov skokanstva by sa už mohli na hmotu — samozrejme, keby bola pripevnená na mostíku — vychovávať. Takto ich niet!

Pozrimeže sa na okolnosti zblízka.

Tradicia skokanstva v Bystrici je veľká. Boli časy, keď ona bola hegemoniou v našom skokanstve. Ináč je tomu dnes. Napríklad na nedávnych pretekoch v skokoch na lyžiach na umelej hmotu na bratislavskom Kamzíku nebol nikto, kto by reprezentoval bystrické skokanstvo! Ešte šťastie, že meno skokanov Stredoslovenského kraja dobre obhájili na týchto pretekoch kremnickí skokani. (Poznámka: Títo majú mostík na spadnutie, je blízko mesta, v krásnom prostredí a veľmi, veľmi by potrebovali pomoc pri jeho generálnej oprave a event. i pri »obutí« tohto objektu do umelej hmoty.)

Zo dňa na deň chodíva zopár »skalných« priateľov skokanstva k novému mostíku v Banskej Bystrici. Pohľadmi sa kochajú na tú krásu, čo vytvorili tvórivé ruky nad mestom preto, aby sa obnovila sláva bystrického skokanstva. Tu i tam vytrhnú bodliak z krásneho trávnikta, čo pokrýva záľadnú sypkú pôdu doskočišťa.

Do rubriky prispěl B. Burian z Českých Budějovic, dr. Ilavský a J. Mráz z Bratislavy, J. Jiskra z Vrchlabí a fotografové F. Kubík a G. Zelenay.



■ Malý a stredný mostík v Banskej Bystrici v auguste tohto roku.

Ale to je všetko. Darma čakajú na nejakého »rytiera spod Sitna«, ktorý by otvoril ťažkú zámku na skladišti, uvoľnil takto cestu k vyskladneniu umelej hmoty a jej upevneniu na plochy nájazdu, doskočišťa i dojazdovej rovinky bystrických mostíkov.

Priatelia v Banskej Bystrici! Neodkladajte túto veľmi súrnu robotu! Dajte čím prv možnosť plne využiť kladu umelej hmoty na vašom mostíku pre rast mladých lyžiarov-skokanov! Je ich veľa, čo by chceli skákať. Všetci vidíte. Tento skutok je vysoko rentabilný. Skokanská mláď sa vám za to odvdáči.

PAMĚTNÍCI JIŽ DÁVNO NEPAMATUJÍ

Po chladnom období bolo léto konečne v plném rozkvětu. Všetchno kvetlo, staré plakáty ve Spindlerově Mlýně říkaly, že před 14 dny se zde jel mezinárodní závod ve vodním slalomu. První odvážlivci se již koupali ve studených vodách Krkonoš. Rekreatanti chodili v krátkých kalhotách, bez košil a hledali úkryt před slunkem. To byl pravý červen. A nyní si představte, že z Mladé Boleslavi, České Třebové a Vrchlabí se sjížděli lyžaři s lyžemi a batohy na zádech a vystupovali na Luční boudě, kde se měl ještě konat závod v letním slalomu. Ještě při výstupu na Kozí hřbet nebylo po sněhu ani památky, avšak po přechodu sedla se již objevily první zbytky. Proto honem na Luční, přestrojit se a hned do Modrého dolu využít letního lyžování. Na svahu Studničné a Luční hory byly dva jazyky firny, na kterých uspořádala sportovní lyžařská základna Vrchlabí ještě v červnu závod. V den závodu však počasí lyžařům nepřálo a po obě kola slalomu vydatně přšelo a bouřilo. Déšť však závodníky neodradil, nezahl jim dobrou náladu, a tak na trati dlouhé 280 m s 35 slalomovými brankami s výškovým rozdílem asi 70 m předvedli dravé, technické jízdy.

Absolutním vítězem letního slalomu se stal starší dorostenec Luboš Petřík, TJ Spartak Vrchlabí, v čase 55,0 vt. V kategorii mladších dorostenek zvítězila starší žákyně Olga Konvalinová ze Spar-

taku Vrchlabí a v kategorii mladšího dorostu Petr Aliger z TJ Lokomotiva Česká Třebová. Absolutnímu vítězi letního slalomu se svým časem přiblížil pouze Josef Slavíček ze Slovanu Spindlerův Mlýn, který však byl pro neprojetí branky diskvalifikován.

PODARILA SA DOBRÁ AKCIA

Na stránkach nášho časopisu a na každej plenárnej porade lyžiarov sa neustále zdôrazňuje význam celoročnej činnosti lyžiarskych oddielov a celoročná príprava pretekárov. V snahe udržať lyžiarsky život a činnosť aj v letnom období a súčasne tým aktivizovať aj prácu lyžiarskej základne v Bratislave usporiadala lyžiarska sekcia MV ČSTV v Bratislave za výdatnej pomoci lyžiarskych oddielov Lokomotívy, Červenej hviezdy a Dukly Žižka Bratislava vydatné verejné preteky v skoku na lyžiach na umelej hmote na Kamzíku dňa 9. septembra 1962.

Kladný účinok letnej a jesennej prípravy lyžiarov-skokanov na mostíkoch s umelou hmotou je známy a posudzuje sa jednoznačne kladne. O tom svedčí nielen bohatá výstavba mostíkov s umelou hmotou u nás, ale všade v cudzine, dokonca i v severných krajinách, kde k tejto forme tréningu bola spočiatku značná nedôvera.

Bratislavský mostík s umelou hmotou s kritickým bodom 38 m je jeden z najkrajších v ČSSR. Je moderne konštrukčne riešený. Položený je v krásnom prostredí pohoria Malých Karpát s ľahkým prístupom z centra mesta Bratislavy trolejbusom a ďalej asi 20 minút peší príjemným lesným prostredím. Vyše 8000 hodín odpracovali na výstavbe mostíka s dobrovoľných brigádach bratislavských lyžiarov, z ktorých vynikali najmä súdruhovia Koleda, Hlaváč, inž. Kramár, Stanisko, Nemeszeghy a celý rad ďalších. Mostík bol dokončený v roku 1959.

Nie je tajnosťou, že tento krásny objekt nebol dosiaľ dostatočne využitý, hoci by sa zdalo, že medzi ťolkou mládežou v Bratislave by sa malo nájsť adeptov na krásny a odvážny skokanský šport ako sa hovorí »ako maku«. Bolo to preto, že nefungovala lyžiarska základňa, práca trénera základne bola nedostatočná, organizačná práca sekcií v minulosti bola slabá. Situácia sa už začína lepšou a dôkazom toho je aj skutočne vydatný pretek v skoku, usporiadaný 9. septembra 1962. Zásľuhu na tom má v prvom rade dobrá organizačná príprava 8-členného organizačného výboru preteku. Jeho členovia na 6 poradách sa snažili podujatie dobre pripraviť do všetkých detailov. Tentoraz bol aj pekný jesenný deň, a tak sa na preteky prišlo pozrieť takmer 3000 divákov, ktorí boli spokojní nielen s pekným časom, ale aj dobrou konkurenciou v preteku a samozrejme aj s dobrou organizáciou preteku.

O pekné výkony sa postarali pretekári Iskry Rožnov, Dukly Liberec, Lokomotívy Liberec, Baníka Kremnica a troch bratislavských oddielov. Najmä 5 členov reprezentačného družstva (Matouš, Doubek, Raška, Olekšák a Martiňák) sa postaralo o predvedenie krásnych výkonov. Účasť vyše 40 skokanov bola pre usporiadateľov príjemným prekvapením, najmä preto, že to boli pretekári z Čiech, ktorí nefutovali dlhú cestu do Bratislavy, aby pomohli propagácii skokanského športu. Malá účasť zo Slovenska signalizuje, že na poli skokanstva je skutočne čo doháňať. Traja skokani z Kremnice a piati z Bratislavy — to je naozaj málo. Kde zostali skokani z Banskej Bystrice a Ružomberka? Preteky videli iste prvýkrát aj 30 cudzinci z Afriky, Južnej Ameriky a Stredného východu, ktorí sa

na túto »atrakciu« prišli pozrieť a boli vďační za pohotovú informáciu.

Napriek snahe organizátorov prejavili sa však aj niektoré nedostatky, ktorých odstránenie je z veľkej časti v moci organizátorov. Tak mohla byť napr. zabezpečená lepšia propagácia rozhlasmi na školách, v podnikoch a ťradoch. Tiež plagáty by sa žiadali výraznejšie, no tu rozhodoval nedostatok financií. Doprava na Kamzík bola nedostatočná a veľa ľudí sa na skoky dostalo neskoro. Nebola najlepšia ani práca rozhodcov štýlu a počtárov, čo však vyplýva z nedostatku skúsenosti. Zakončenie by sa bolo žiadalo dôstojnejšie. Veď nástup bol skutočne zabezpečený pekne a na minútu presne i začiatok preteku.

Avšak aj napriek týmto čiastočným nedostatkom pretek bol naozaj na naše podmienky skutočne pekný a naši skokani sa aj v budúcnosti radi budú do Bratislavy vracat. A obecensvo si iste zvykne chodiť ešte vo väčšom počte na skoky na Kamzíku. Bude ale potrebné, aby všetky lyžiarske zložky v Bratislave tento všeobecný záujem podchytili a zabezpečili, aby sa na Kamzíku čoskoro »hemžil« mladými skokanskými nádejmami.

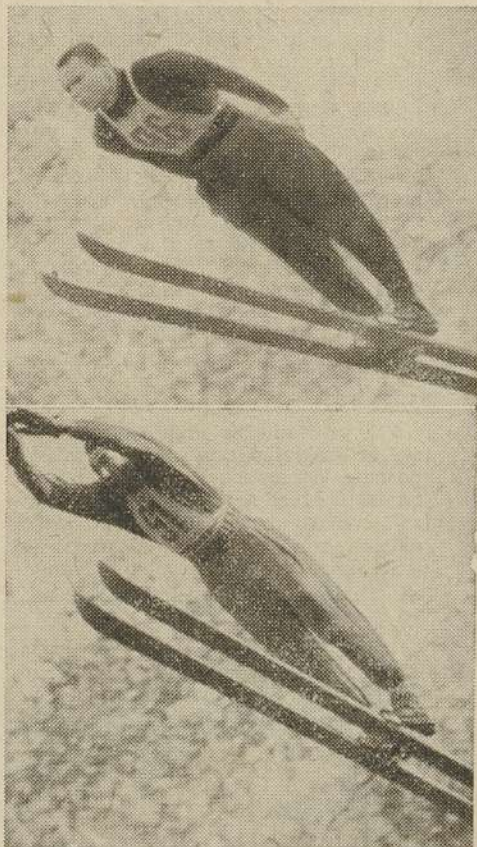
Výsledky

Muži: 1. Matouš Josef (Dukla Liberec) 226,9 b. (40 m, 41 m), 2. Martiňák Mir. (Dukla Liberec) 223,6 b. (38,5 m 40,5 m), 3. Olekšák Štefan (Dukla Liberec) 221,9 b. (39 m, 39,5 m).

Starší dorastenci: 1. Ullrich Jiří (Dukla Žižka Bratislava) 195,5 b. (34,5 m, 34,5 m), 2. Tamáš Jiří (Baník Kremnica) 180,9 b. (31 m, 31,5 m), 3. Peřich Miloš (TJ Iskra Rožnov) 170,9 b. (32 m, 34 m).

Mladší dorastenci: 1. Nemeszeghy Mir. (Lokomotíva Bratislava) 185,2 b. (32,5 m, 31,5 m), 2. Hórka Dušan (Hydrostav Bratislava) 168,6 b. (29 m, 29 m), 3. Rydval František (Lokomotíva Liberec) 166,1 b. (29,5 m, 29,5 m).

■ Na snímkach G. Zelenaya skokania Matouš a Martiňák pri skokoch na umelej hmote v Bratislave.





V poválečné historii bobového sportu v ČSSR se letos vlastně poprvé uskutečnil mezinárodní závod na naší dráze.

Po rozboru výkonu německých a našich jezdců v trenérské radě se k tomuto mezinárodnímu závodu v Mar. Lázních vracíme souhrnným zhodnocením technických a taktických prvků obou mužstev.

Bobový sport v NDR je nesporně na vysokém stupni vývoje a umění a patří ke světové špičce. Vysokou výkonnost německých bobistů jasně ukázala ta skutečnost, že v roce 1956 na ZOH v Cortině D'Ampezzo v celoněmeckém družstvu byla NDR zastoupena několika posádkami. Od roku 1959, kdy bobový svaz NDR byl vyloučen nechutnými machinacemi z FIBT, byla bobistům NDR uzavřena cesta na vrcholné evropské a světové soutěže. Přesto však je v NDR věnována bobismu plná podpora a všestranná péče.

ZKUŠENOSTI ZE ZÁVODU

Máme-li mluvit o technice jízdy, musíme se nejprve zmínit o celkovém pojetí bobového sportu, což bezprostředně techniku jízdy ovlivňuje. Zde je nutno konstatovat, že pojetí německých a většiny našich závodníků je v zásadních věcech velmi odlišné. Němci přistupují k závodu i k přípravě strojů s větší důkladností než naši závodníci a z veškeré jejich činnosti jasně vyplývají mnohaleté zkušenosti a přehled. Proto tím více překvapuje jejich zastaralý způsob startů, tzn. že aktivním je pouze brzdák, na rozdíl od většiny našich posádek, které už si osvojily ten způsob startu, že i pilot pomáhá »odtrhnout« bob, což je bezesporu daleko účinnější a rychlejší. Někteří němečtí brzdáři startovali např. tím způsobem, že vždy po několika krocích intervalově »zapínali« a tím dávali bobu rychlost neplynule, což je velmi problematické. Němci proti našim jezdcům si rovněž před startem nezhlíbili stopu.

Při průjezdu zatáčky se v plném světle projeví pilotní umění a souhra posádky a musíme si přiznat, že zde němečtí závodníci v plné míře ukázali svoje umění. Cit, s jakým projížděl Krakonošovu zatáčku, byl na jejich malou znalost dráhy obdivuhod-

ný. Najížděli na zatáčku velmi brzy, nesnažili se vést stroj korytem a velmi plynulou křivkou »protahovali« celou zatáčku po stěně s citem pro rychlost. Tím pochopitelně měli i velmi plynulý a klidný výjezd do přímků. Jízdy bobů v jednotlivých jízdách byly s velkou přesností téměř v jedné stopě, přičemž Podary, které na zatáčkách »táhnou« více na stěnu, jezdily o 50 až 70 cm výše než Super Feirabendy. Na velkých zatáčkách se jen některé naše posádky — Speciál, BK-54, Diana a Naděje vyrovnaly umění Němců. Možno říci, že na tomto úseku v technice jízdy máme velké časové rezervy. Velkým kontrastem u závodníků z NDR proti suverénní jízdě v zatáčkách s velkou plochou a zaoblením byly rozpaky nad zatáčkou »Varhany«. Tato zatáčka ve spodním úseku dráhy o malém zaoblení a ploše se stala pro ně v rychlostech přes 100 km/hod. téměř neřešitelným problémem. Tady se plně projevil zvyk našich závodníků na tvrdší podmínky na některých našich drahách a ve velké většině tento problém vyřešili tím, že se nebáli ve velké rychlosti držet stroj téměř v korytě, nebo ho pustit bleskovým výšvihem na krátkou stěnu — jak to prováděl bob Speciál.

Závod byl pro naše bobisty velkou školou a věříme, že při jejich obdivuhodné vitalitě, vše dobré a příkladné, co u soudruhů z NDR viděli, si už do příští sezóny osvojí. V prvé řadě, a to bez výhrad, je nutno převzít způsob úpravy a přípravy bobů a příkladnou péči o ně. Dále většinou našich posádek chybí patriční jemnost a cit pro stroj i pro dráhu, proti Němcům jezdíme poměrně tvrdě a toto platí zejména o jízdě v zatáčkách.

Dr. Josef Hora,
člen ústřední trenérské rady

DROBNÉ ZPRÁVY

Plenární zasedání ústřední sekce se konalo v Praze 7. října. Letošní podzimní plénum bylo zaměřeno hlavně na práci s mládeží a přípravu SHM v roce 1963. Plénum schválilo předložený definitivní návrh sport. kalendáře na příští rok. Na závěr zhlédli všichni účastníci 20minutový film z MS v Krynici 1962, který natočili členové sekce.

Z iniciativy předsedy FIL Rakušana Berta Isatitsche se rozvinula mezi presídlem Mezinárodní sáňkařské federace a západoněmeckým svazem korespondence o místu MS pro rok 1963. Z obavy, aby diskriminační politika vlády NSR neovlivnila i konání MS a juniorských mistrovství evropy, která se v příštím roce mají konat v záp. Německu, navrhl Rakušané, aby obě mistrovství byla přeložena na novou olympijskou dráhu do Innsbrucku. Západoněmecký svaz písemně ujistil pre-

sidenta FIL o regulérnosti připravovaných mistrovství, a proto Rakušané svůj návrh odvolali.

U příležitosti 15. výročí založení sáňkařského oddílu Spartaku Smržovka uspořádali ve Smržovce sáňkařskou výstavu. Početným návštěvníkům předvedli Smržovští vkusný přehled svých úspěchů, diplomy, medaile a poháry. Na výstavě byla též celá vývojová řada závodních saní od nejstarších až po Super Pilz-Combi. Velké pozornosti se těšily oblíbené saně smržovského stavitele saní Alfreda Soukupa. Smržovští znovu dokázali, že jsou našim nejlepším sáňkařským oddílem.

Polskému bobovému klubu Snieżka v Karpaczi konečně došel dlouho očekávaný dvousedadlový bob Podar, který jim daroval italský bobový svaz u příležitosti startu italské dvojky na letošních mistrovstvích Polska. Vedení klubu přislíbilo našim konstruktérům, že jim umožní proměřit technické detaily tohoto bobu.

Žebříček sáňkařů 1962

Dokončujeme uveřejňování letošního žebříčku sáňkařů, který je sestaven z výsledků kvalifikačních závodů a mistrovství ČSSR.

DOROSTENCI

1. Karel Hledík (Sp. Smržovka) 133,2 bodu, 2. Vít Koldovský (Sokol Albrechtice) 107,8 b., 3. Werner Nitsche (Sp. Smržovka) 85,3 b., 4. Jan Štefaniuk (Spartak Smržovka) 59,5 b., 5. Ladislav Hujer (Sp. Smržovka) 54 b., 6. Miroslav Strnádek (Sp. Smržovka) 53,7 b., 7. Petr Klápště (Sp. Smržovka) 46,2 b., 8. Werner Jirovec (Jiskra Liberec) 38,6 b., 9. Jiří Jakoubě (Spartak Smržovka) 27,2 b., 10. Karel Harabrin (Jiskra Liberec) 26,9 b.

DOROSTENKY

1. Hana Nesvadbová (Sp. Smržovka) 78,7 b., 2. Hel. Deckerová (Jiskra Jeseník) 65,6 b., 3. Krista Krikorková (Spartak Smržovka) 57 b., 4. Jana Šefrová (Jiskra Liberec) 56,7 b., 5. Anel. Váterová (Sp. Smržovka) 52,8 b., 6. Soňa Repťová (Vysoké Tatry) 51,1 b., 7. Marie Nejedlová (Sp. Smržovka) 28,7 b., 8. Jana Urbanová (Baník Ostrava) 18,2 b., 9. L. Hašková (Jiskra Liberec) 16,7 b., 10. Eva Rušajová (Jiskra Jeseník) 9,4 b.

REPREZENTANTI SÁŇKAŘI PRO ROK 1963

Reprezentační družstvo bylo sestaveno tak jako v minulých letech na základě výsledků ze dvou posledních závodních období: Mužstvo tvoří 12 mužů, 6 žen, 6 dorostenců a 4 dorostenky.

Muži: H. Urban, R. Urban, P. Škrabálek, M. Novotný, E. Peukert, H. Feix, V. Dašek, J. Hamřík, J. Hujer, R. Gerhardt, V. Hynek, V. Kovanda.

Ženy: A. Švadlenová, E. Patřmanová, M. Havlíková, J. Jarolímová, O. Tylová, Z. Tomášková.

Dorostenci: K. Hladík, W. Nitsche, V. Koldovský, P. Klápště, L. Hujer, J. Štefaniuk.

Dorostenky: H. Nesvadbová, A. Váterová, J. Šefrová, H. Deckerová.

Slyšáčištr

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ÚV KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

KRYNICE ZAVAZUJE



Dvacet osm nejlepších sáňkařů z celé republiky nastoupilo v tělovýchovném středisku ČSTV v Nymburce k prověrce letní přípravy.

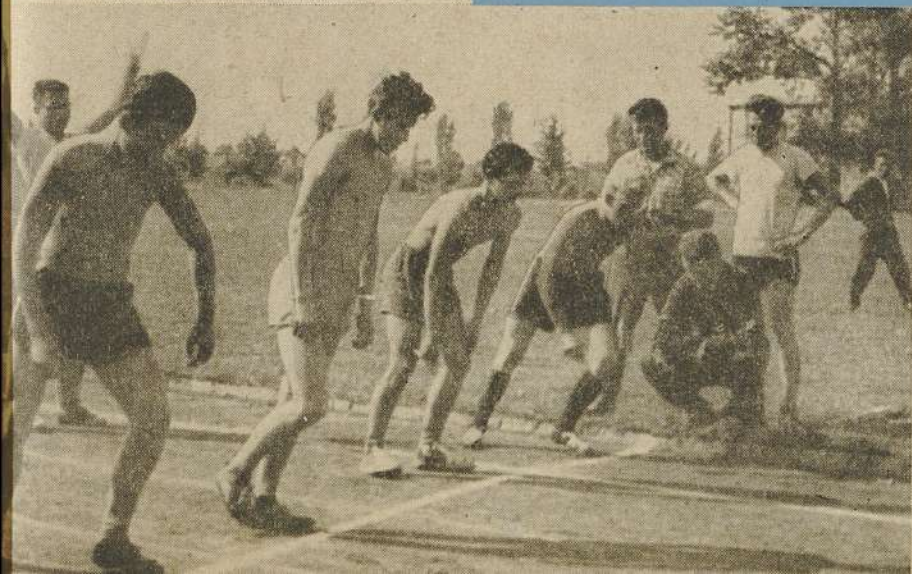
Boje o první místa nepostrádaly dramatickosti. Svědčí o tom i snímek z běhu mužů na 3 km, ve kterém o vítězi rozhodly až poslední metry. Na snímku dole junioři na startu.



V lehkotletickém šestiboji byly sice dosahovány výkony, které se ani zdaleka nemohly rovnat světovým rekordům, přesto však ukázaly, jak se kdo věnoval v letním období soustavnému tréninku. Například ve skoku do výšky byl u žen nejlepší výkon 132 cm, u mužů 164 cm. Vedoucí srazu doc. dr. Zdeněk (na snímku vpravo) mohli být proto spokojeni.



**NYMBURK 14. — 16. IX. 1962
LETNÍ KONTROLNÍ SRAZ SÁŇKAŘŮ**



Také v ostatních disciplínách naši sáňkaři prokázali, že v přechodném a přípravném období nezaháleli. Je to dalším příslibem do budoucna a věříme, že úspěšný start na mistrovství světa v Krynici v tomto roce nebyl posledním.



ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lyžařství - sánkařství a bobový sport



10

Slyžarství

sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
LISTOPAD 1962



NAŠI REPREZENTANTI



Milada PROKEŠOVÁ,
trenérka družstva



Eva BRÍZOVÁ,
Sokol Lišnice



Jana FOUSKOVÁ,
S. N. Město na Mor.



Alžb. GAJANOVÁ,
Tn Tatran. Lomnica



Jaroslav POTMĚŠIL,
druhý trenér



Eva PAULUSOVÁ,
Slovan Jilemnice



inž. Vlasta SRNKOVÁ,
Slávia Praha VŠ



Eva ŠNEBERGROVÁ,
Spartak Plzeň



Mirosl. ZDENKOVÁ,
Spartak Nusle,
Žávdy 9. května

Nejtěžší úkol z našich lyžařských reprezentantů v klasických disciplínách na cestě k znovudobytí ztracených pozic připadá běžcům a běžkyním. V této disciplíně je konkurence ve světě nejpočetnější a podmínky většiny našich soupeřů — především sněhové — mnohem lepší.

Neznamená to, že jsme však již předem poraženi. Vůle, bojovnost a svědomitost našich nejlepších by měly dosáhnout i zde dobrých výsledků.

Dobrá příprava lyží a vhodná volba vosku jsou spoluvůrci úspěchu. Proto se i jim musí věnovat náležitá péče.



Josef PROKEŠ,
trenér družstva



Rudolf CILLÍK,
Baník Kremnica



Vít FOUSEK,
S. N. Město na Mor.



Štefan HARVAN,
Tn Tatran. Lomnica



Ladislav HRUBÝ,
Sokol Horní Branná



Jan
ILAVSKÝ-MLYNČEK,
Lokomotiva Važec



Vladimír JERÁBEK,
Dukla Liberec



Josef KLAMÁŘ,
Lok. Lipt. Mikuláš



František KOLÁŘÍK,
Spartak Vrchlabí



Ilja MATOUŠ,
druhý trenér



Josef KRUPKA,
Dukla Liberec



Ladislav NOSEK,
Spartak Strakonice



Karel SACKÝ,
Sp. Františtát p. Radh.



Josef ŠTROBL,
Dukla Liberec

OHLEDNI SE S NÁMI

Když před sedmdesáti pěti lety sdružil kolem sebe Josef Rössler-Ořovský hrstku nadšenců pro nový, do země pronikající lyžařský sport, jistě netušil, že tento Lyžařský kroužek při Bruslařském klubu v Praze bude zárodečnou buňkou jednoho z nejoblíbenějších a nejmasovějších sportů u nás. A jak by také mohl něco takového předpokládat, když tehdy, právě tak jako desítky let poté, to nebyla zábava a pohybový požitek pro »obyčejné lidi«, kteří měli hluboko do kapsy, ale jen pro hrstku vyvolených. Proto ani zakladatel, ani členové zmíněného kroužku neviděli v něm nic jiného než společenské středisko, jako byly jezdecké nebo lovecké kroužky tehdejší společnosti, v nichž se česká buržoazie formovala. Nutno podotknout, že to byla ve své době nepopíratelně pokroková část buržoazie, ale nikdo jiný než tyto majetnější vrstvy si nemohl přepych lyžování dovolit.

Podíváme-li se proto na historii československého lyžařství z hlubších hledisek, než je třeba přehled vývoje po stránce technické a výkonnostní, nemůže nám uniknout markantní souvislost, lépe řečeno závislost rozvoje lyžařského sportu na hospodářskopolitickém vývoji v našich zemích. A je-li zcela zřejmá v historických zemích (Čechy a Morava), je tím vyhraněnější na Slovensku. Tak jak se měnila hospodářskopolitická situace u nás, paralelně s tím šel rozvoj lyžařského sportu.

Tuto skutečnost snad není třeba dokazovat přemírou statistických faktů, které jsou každému zájemci dosažitelné ve starých ročenkách býv. Svazu lyžařů nebo v ročnících Zimních sportů. Uvedme tu pro dokreslení jen jeden: ze sedmi a půl tisíce členů sdružených před první světovou válkou ve Svazu lyžařů království Českého dosáhl jeho nástupce po první světové válce — Svaz lyžařů ČSR — nejvyšší organizovanosti v roce 1937, a to 26 000 členů ve 347 lyžařských klubech či spolcích.

O skutečně masovém rozvoji lyžařského sportu můžeme tedy hovořit až v období po druhé světové válce. Vítězství dělnické třídy, vedené Komunistickou stranou Československa, přineslo i vítězství na široké frontě hospodářského života nové republiky. Tím, že lid převzal vládu věcí svých, přicházejí plody práce na společný stůl, roste národní důchod a vytvářejí se stále nové a lepší podmínky k šťastnějšímu životu nás všech.

K tomuto plnějšímu životu náleží i tělesná výchova a přirozeně i náš krásný a zdravý lyžařský sport. Máme upřímnou radost, že jsou nás už statisíce. Statistika zaznamenává 36 000 organizovaných členů, kteří se vyžívají v 930 oddílech, ale my všichni dobře víme, že není úplná, že je nás mnohem a mnohem víc. Chybějí v ní totiž nespočetné šiky těch, kteří holdují lyžařství jen občas nebo rekreačně, dále školáci atd. Ale ti všichni jsou přece také »naši«, třebaže nemají ještě kartotékové číslo.

Proč se o tom všem právě teď zmiňujeme? Jsme takřka v předvečer XII. sjezdu Komunistické strany Československa. Očekáváme od něho, že bude dalším historickým mezníkem na naší cestě vpřed. Víme všichni, oč jde, protože perspektivy a cíle byly dávno předloženy k všennárodní diskusi. Avšak sebelepší sjezdové usnesení nám ještě národní talíř nenaplní. O to se musíme přičinit sami, každý na svém úseku. Prací, socialistickým přístupem k společnému majetku i koneckonců zlepšenými, vpravdě soudružskými vztahy jednoho k druhému. A ve sportu je cesta k upevňování dobrých přátelských vztahů nejkratší a nejschůdnější. To vidíme i z hlediska mezinárodního.

Za všechny lyžaře přejeme XII. sjezdu KSČ plný zdar a úspěch. Za ně i slibujeme, že úkoly, které z něho pro nás vyplnou, se cti splníme.



LYŽAŘI A XII. SJEZD KSC

POCTIVÁ PRÁCE PŘINÁŠÍ OVOCE ÚSPĚCHŮ

Teprve třetím rokem je v činnosti liberecká lyžařská sportovní základna pod vedením mistra sportu a trenéra Mil. Bělonožníka a výsledky dobré práce se již dostávají. Zvláště mladí skokani se úspěšně připravují. Přimo ve městě, u lázní, stojí cvičný můstek s kritickým bodem 30 m. Je pokryt umělou hmotou a je v provozu po celý rok. Není proto divu, že skokanů, i těch nejmenších, přibývá jako hub po dešti. Je to jistě správná cesta, kterou nastoupili liberečtí lyžaři. Mladých lyžařských závodníků však přibývá neúměrně více než jejich trenérů. I sebevětší obětavost několika jedinců by do budoucna věru nic nezmohla. Touto neradostnou skutečností se musíme neustále zabývat a snažit se jí úspěšně vyřešit. O tomto problému i o dalších se hovořilo při projednávání dokumentu o dalších perspektivách naší socialistické společnosti na rozšířeném plénu OV CSTV Liberec.

V diskuzi vystoupil i mistr sportu Mil. Bělonožník a kromě jiného uvedl příklad zkvalitnění a současně i zmenšení nákladů na uspořádání I. čs. sportovních her v lyžování. Rekl: „... šest neděl v zimním období je po zahájení I. CSSH obsazeno okresním a krajským kolem, jakož i celostátním finále, dále okresními, krajskými i celostátními přebory. Přitom v krajských přeborech a krajském kole i v celostátním finále budou startovat stejní závodníci, a k tomu ve stejných disciplínách. Proč by se tedy nemohly vždy tyto soutěže spojit a uskutečnit je na stejném místě ve stejném termínu a rozdělit pouze výsledky. Ušetřilo by se tím mnoho námahy a nákladů.“

■ Snímek z přípravy mladých skokanů a sruženářů z Liberce. Přes záda trenéra Balatky s pomocí vedoucího základny M. Bělonožníka cvičí obratnost, sílu a odvalu. Skáče sruženář Svedov.



dů s úpravami tratí a můstku, výlohy za cestovné a stravné závodníků i činovníků. Doporučuji, aby se aspoň v okresech a krajských soutěžích spojily! Vyřešil by se tím i další problém, jak sestavit okresní družstva pro krajské kolo I. ročníku CSSH, protože stanovený počet 25 závodníků pro všechny kategorie a disciplíny lyžařsky silného okresu je naprosto nedostačující.«

Je to dobře míněné zamyšlení nad dokumentem. Dobře hospodařit máme i my na našem úseku. Vždyť žádný jiný sport není tak odkázaný na rozmarnou přírodu jako lyžování, které má vždy — a nebude tomu napříště jinak — nedostatek termínů. Nemůžeme však přehlédnout hlavní poslání I. CSSH jako nově aktivizující soutěže. Jejich spojení s přebory, o kterém hovořil M. Bělonožník, by si ce uspořilo náklady, ale nespínalo by požadavek většího množství hodnotných závodů. Přesto otázka hospodárnosti nejen s peněží, ale i s termíny stojí jistě v popředí zájmů široké lyžařské rodiny.

V OTROKOVICÍCH NA 100 PROCENT

»Stavíme u nás velké sportovní středisko,« napsali nám ve svém dopise, »a i když se na něm nebudeme ani zdaleka tolik vyžívat jako oddíly letních sportů, jsme v plnění pracovních povinností na prvním místě.«

Dobrá pracovní morálka, pochopení a uvědomění našich členů pro celou akci umožnily vyhlásit si brigádnický závazek ke XII. sjezdu naší strany. Dnes již můžeme prohlásit, že svou pracovní povinnost na sportovním středisku v Otrokovicích jsme splnili na 100 procent. Navíc nebudeme žádat odpis hodin za nemocné, jinak omluvené nebo za ty, co odešli na vojnu, ale tyto hodiny za ně odpracujeme.«

TAKÉ V OSTRAVĚ SPLNILI ZÁVAZEK

Lyžaři ze základny TJ Baník Ostrava patří na KV CSTV mezi nejlepší v kraji. Toto hodnocení si zasloužili nejen dobrými sportovními výkony, ale i celkovou činností základny. Proto na počest XII. sjezdu KSC se všichni členové přihlásili do soutěže o vzorný kolektiv CSTV. Zavázali se k dobrovolným brigádám v průmyslu i zemědělství. Přes prázdniny již odpracovali přes 1500 hodin. Zbytek závazku do celkového počtu 2200 hodin plní na výstavbě hřiště v Čapkovy sokolovny a na Pustevnách, kde upravují sjezdovku a lyžařský vleč. Již nyní si slibují, že závazek brigádnických hodin ještě překročí.

Současně převzali do socialistické péče veškerý inventář a chtějí na opravách ušetřit 3300 Kčs. Také svou přípravu zaměřují tak, aby byl zajištěn neustálý růst výkonnosti všech členů. Ve svém závazku neopomenuli ani na školní prospěch mládeže, který nesmí být horší než průměr 2,5. V letním období již všichni splnili odznak zdatnosti a Plavce ČSSR a nyní chtějí podle potřeby oddílů a pokynů trenéra vést přípravu mládeže a ty nejlepší z přípravy vybírat do základny.

Ani v činnosti pro veřejnost nezusta-

nou pozadu. V listopadu uspořádali slalom na suchu, na vánoco připravují již tradiční lyžařskou školu pro mládež a v hlavním období celou řadu zájezdů i náborových závodů, především výběrový závod dorostu o Stříbrný kahan.

HODINA TV DENĚ V ČÍSLECH VZORNÉHO ODDÍLU

Slovan Olomouc je vzorný lyžařský oddíl, který pracuje většinou s mládeží. V průběhu uplynulé zimní sezóny se stal o 97 žáků a dorostenců. Pod vedením A. Kalába s několika málo cvičiteli a trenéry uskutečnil od 1. prosince 1961 do 30. dubna t. r. 66 cvičebních hodin v tělocvičně při průměrné účasti 60 dětí, 42 hodin kondičního cvičení v přírodě při průměrné účasti 30 dětí a 47 dnů na sněhu při průměrné účasti 40 dětí. Byly uspořádány 3 velké zájezdy spojené se soustředěním závodníků a vývítkem v jízdě na lyžích. O vánocích 7 dní, 52 dětí v Jeseníkách pod Pradědem, o pololetí 8 dní, 30 dětí ve Vrátné na Slovensku a o velikonočních 4 dny, 44 dětí v Jasné na Chopku. Celkem oddíl uskutečnil 76 akcí, kterých se zúčastnilo 3523 dětí, a 11 361 hodin přípravy i vlastního lyžařského sportu. Ze tato sportovní činnost měla blahodárný vliv na zdraví mládeže, svědčí i ta skutečnost, že při chřipkové epidemii onemocnělo touto nemocí pouze necelé procento cvičící mládeže.

Závodní činnost oddílu byla na vysoké úrovni, žactvo a dorost závodily při každé příležitosti a jejich umístění v závodech je dokonalým zadosťučněním za práci věnovanou výcviku. Dorost oddílu se zúčastnil 10 závodů a umístil se v celostátní soutěži kolektivů o nejlepší oddíl v práci s mládeží z hodnocených 86 oddílů na čestném 9. místě a na 6. místě při hodnocení sjezdových disciplín. Uvážíme-li, že Olomouc prakticky během zimy nemá snůh a nejbližší lanovka je na Pustevnách nebo vleč na Pradědu, je tento výsledek skutečně dobrý. Dorost získal v závodech 15 výkonnostních tříd mládeže, z toho 5 první třídy. Odznak Lyžař ČSSR získalo 35 dalších žáků, akce 100 jarních kilometrů se účastnilo 67 členů oddílu, kteří již v květnu ujeli 6018 km na lyžích a splnili podmínky soutěže.

Práce oddílu s nástupem podzimu nekončila. Žakovský a dorostenecký kolektiv i nadále pravidelně cvičí, připravuje své členy k plnění BPPOV a PPOV, na neděle organizoval výlety do přírody na kole.

To jsou příklady a část závazků vyhlášených lyžařskými oddíly na počest XII. sjezdu KSC. Přesto svědčí o velké aktivitě velké části lyžařů, politickém přehledu a především pochopení vzájemné souvislosti této nanejvýš významné události s dalším rozvojem společnosti a tím i našeho sportu. Je pravda, že ne všude splnili čestně celý závazek, někdy to ani okolnosti nedovolily, ale začali; a sportovní duch, který nikdy skutečným sportovcům nescházal, jim jistě nedovolil, aby vzdali ještě před cílem.



■ Jaroslav Šír tak, jak ho lyžařská veřejnost doposud neznala. Bez lyží, ve vodě, při plnění plavecké disciplíny odznaku zdatnosti.

Mezi nejlepšími pracovníky, kterým byla u příležitosti 17. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou propůjčena státní vyznamenání Za vynikající práci, byl v Severočeském kraji i jeden ze skromných sportovců-lyžařů Jaroslav Šír z Lokomotivy Liberec I. Pracuje jako hlavní technolog v n. p. Tesla Stráž nad Nisou a je členem kolektivu brigády, která nese název brigáda socialistické práce Československého svazu tělesné výchovy. Společně s ostatními členy, mezi nimiž je řada bývalých i současných aktivních sportovců (např. soudruzi Herčík, mistr sportu Radovan Kuchař aj.), ušetřili v loňském roce přes 300 000 Kčs. Ani v letošním roce nezůstali pozadu, jak o tom svědčí kolektivní závazek na úsporu dalších 200 000 korun. Přitom zbývá kolektivu ještě čas k provádění závodní sportovní činnosti. A tak Jaroslav Šír, bývalý dlouholetý čs. reprezentant a nositel I. výkonnostní třídy v běhu na lyžích na 50 km, stanul společně s ostatními členy hlídky na nejvyšším stupni v loňském celostátním přeboru ČSSR v Dukelském závodu.

Příklad Jaroslava Šíra ukazuje, že sportovci patří mezi nejlepší pracovníky a jsou i průkopníky budování vyspělé socialistické společnosti.

Než napadne sníh

ŠKOLÍME LYŽAŘSKÉ CVIČITELE

J. JUREČKA, učitel ústřední školy ČSTV

Ještě ke školení pomocných lyžařských cvičitelů. V minulém měsíci se změnila, vzhledem k podmínkám a zaměření na mládež, věková hranice u pomocného lyžařského cvičitele z 18 na 16 let. **Může se tedy pomocným lyžařským cvičitelem stát každý sportovec, který dosáhne 16 let,** s podmínkou, že do 18 let pomáhá ve cvičitelské práci cvičitelům vyšší kvalifikace a teprve od 18 let vede samostatně výcvik družstva.

A nyní k dalšímu stupni kvalifikace — Lyžařský cvičitel

Lyžařský cvičitel má vést výcvik pokročilých lyžařů podle zásad celoročního plánu učebně výchovné práce, při čemž musí vycházet důsledně z všestranné tělesné přípravy, jejíž součástí i prověrkou je odznak zdatnosti. Stará se o další odborný růst pomocných lyžařských cvičitelů v jednotě a řídí jejich práci. Lyžařský cvičitel musí ovládat metodiku lyžařského výcviku, lyžařské názvosloví, stavbu cvičební jednotky, pořadová cvičení a základy zdravotní, rovněž tak musí být schopen rozhodovat při soutěžích PPOV. Důležitou povinností lyžařského cvičitele je pravidelná účast na doškolení.

Lyžařským cvičitelem se může stát pomocný lyžařský cvičitel od svých 20 let, když nejméně 2 roky pracuje v této funkci a úspěšně absolvo-

val školení zakončené zkouškami, jsou u něho předpoklady pro soustavnou činnost cvičitele. Pro absolventy tělovýchovných škol jsou zase určité úlevy. Lyžařským cvičitelem se mohou stát bez účasti na školení a složení závěrečných zkoušek absolventi jednooborového studia ITVS se specializací lyžování přímo, absolventi trenérských škol při ITVS se specializací lyžování nebo absolventi TÚTVS se specializací lyžování s prospěchem 1 nebo 2, dále ostatní absolventi ITVS a jiných vysokých tělovýchovných škol, kteří během studia složili z lyžování zkoušku s prospěchem 1 a mají nejméně jednoroční cvičitelskou praxi.

Školení lyžařských cvičitelů provádí KV ČSTV (případně OV ČSTV) podle níže uvedeného programu. Doporučujeme opět, aby jmenování a předání průkazu provedl z pověření lyžařské sekce KV ČSTV předseda zkušební komise při závěru školení.

Minimální program školení

Školení v rozsahu 56 hodin (7 dnů) musí obsahovat následující přednášky a praktický výcvik. Ze všeobecné teorie má být 1 hodina věnována přednášce o vývoji a dnešní organizaci TV v ČSSR, v níž mají být seznámeni posluchači se vznikem Sokola, FDTJ, FPJ a Sportovních svazů a jejich významem a s dalším vývo-

jem TV u nás a dále s dnešní organizací ČSTV (TJ, OV, KV, oddíl, sekce, komise). V další hodině se mají posluchači seznámit s významem věkových zvláštností v TV, s metodikou cvičení v různém věku. Jedna hodina má být věnována přednášce o hygieně TV, v níž se mají seznámit posluchači s hygienou prostředí a jejím vlivem na provádění cvičení, se stavem náčiní lyžaře vzhledem k bezpečnosti cvičení, s významem správného odívání a se zásadami osobní hygieny a správné životosprávy. Další dvouhodina — úrazová zábrana a první pomoc — má jednak rozvést přednášku ze školení pomocných lyžařských cvičitelů a dále seznámit s mechanismem nejčastějších zranění v lyžování a vhodnosti bezprostředních léčebných zákroků. Poslední přednáškou z všeobecné teorie je pedagogika, kde se mají frekventanti seznámit s vyučovacími zásadami a metodami a s obsahem a hlavními úkoly ideově politické výchovy ČSTV.

Z teorie lyžování jsou to tyto přednášky. Vývoj československého lyžování — 1 hodina. Další hodinová přednáška se obírá plánováním a řízením činnosti lyžařského oddílu — zde se mají posluchači seznámit s významem plánování, s plánem činnosti, výcvikovými plány, osnovou cvičební jednotky, s kontrolou plnění plánu a se cvičební náplní v jednotlivých obdobích celoroční přípravy. Tématem jiné přednášky trvající jednu hodinu je osobnost a úkoly cvičitele, v níž se seznámí posluchač se spojením a výchovnou prací lyžařského cvičitele a jeho úlohou v oddíle. Jedna hodina má být věnována směrnicím pro školení a zkoušky lyžařských cvičitelů a organizaci veřejných lyžařských škol, v níž je nutno posluchačům objasnit kvalifikaci lyžařských cvičitelů, jejich práci a povinnosti.

(Pokračování na str. 4.)

NEŽ NAPADNE SNÍH

(Dokončení ze str. 3.)

Dále se zde seznámí s rámcovými programy a organizací školení a se zásadami vedení veřejných lyžařských škol. Další dvouhodinová se zabývá organizací a rozhodováním lyžařských soutěží, základními články z pravidel lyžařských závodů. Teorii lyžování doplňují přednášky: vybavení lyžaře (1 hodina), druhy sněhu a mazání lyží pro výcvik v běhu a ve sjezdu (1 hodina), technika a názvosloví lyžování (1 hodina), metodika a organizace lyžařského výcviku (2 hodiny) a vliv terénu, horského podnebí a sněhových podmínek na vedení výcviku a lyžařské túry (1 hodina), které rozvádějí hlouběji témata přednesená již v předchozím školení.

Praktickometodický výcvik obsahuje 1 hodinu na využití pořadových při organizaci cvičební jednotky v letním i v zimním období, 12 hodin techniky a metodiky jízdy na lyžích a sjíždění, 2 hodiny metodiky skoků, 6 hodin techniky a metodiky jízdy na běžkách, 3 hodiny vedení družstva v terénu s využitím znalostí topografie (orientace), 6 hodin metodické praxe ve vedení výcviku družstva a 4 hodiny pobytu a jízdy v terénu. Celkem je tedy věnováno na všeobecnou teorii 6 hodin, teorii lyžování 12 hodin, praktickometodický výcvik 34 hodin, a zkoušky 4 hodiny, tj. celkem 56 hodin.

Rozsah zkoušek cvičitele

Zkoušky se konají opět v závěru školení před zkušební komisí, kterou schvaluje předsednictvo lyžařské sekce KV ČSTV. Komise je nejméně tříčlenná a členové komise musí mít kvalifikaci instruktora lyžařských cvičitelů. Záznam o zkouškách, stupnice známek a celkový prospěch je totožný se zkouškami pomocných cvičitelů. Zkouška se skládá z teoretické a praktické části. Teoretická ústní zkouška se skládá z předmětu obecné teorie a teorie lyžování, které jsou rozděleny do 6 skupin. V každé skupině jsou zařazeny 2–3 dílčí předměty, z nichž každý zkoušený dostane po 1 otázce. Celkem dostane každý zkoušený 6 známek z teorie.

Zdůrazňuji znovu, že se nyní hodnotí u všech prvků a předmětů přímo známkou a nikoliv bodováním, což je zjednodušení proti dřívější praxi, na druhé straně to však vyžaduje od zkoušejících, aby neslevovali z požadavků na zkoušené a byli opravdu nároční. To souvisí též s odpovědným výběrem posluchačů již před zahájením školení. Upozorňuji rovněž, že uvedený rozsah, tj. 40 příp. 56 hodin, je minimální a prodloužení školení (jak se ostatně již praktikuje například u studentů a vojáků) zvláště u pomocných lyžařských cvičitelů přispěje jistě k jejich vyšší kvalitě.

Z nejlepších a nejzkušenějších cvičitelů se provádí výběr do nejvyššího školení v kvalifikaci — do školení pro instruktory lyžařských cvičitelů, které provádí ústřední škola ČSTV ve spolupráci s ústřední lyžařskou sekci. Je zapotřebí, aby si kraje zajistily možnost vyslání svých lyžařských cvičitelů do tohoto ústředního školení pro budoucí léta dostatečným počtem kvalitních cvičitelů. Věková hranice pro instruktora LC je 24 let a vyžaduje se 4letá cvičitelská praxe.

Zveřejněním základních informací o školení pomocných lyžařských cvičitelů a cvičitelů chceme alespoň trochu přispět ke zkvalitnění školení a k aktivitě okresních a krajských komisí základního lyžování. Věříme, že se nám to podaří.

Skupiny při zkouškách jsou následující

Zkoušky z teorie:

1. a) Vývoj a dnešní organizace TV v ČSSR; b) vývoj československého lyžařství; c) plánování a řízení činnosti lyžařského oddílu.
2. a) Význam věkových zvláštností v TV; b) hygiena TV; c) úrazová zábrana a první pomoc.
3. a) pedagogika; b) osobnost a úkoly lyžařského cvičitele.
4. a) Směrnice pro školení a zkoušky lyžařského cvičitele a organizace vedení lyžařských škol; b) organizace a rozhodování lyžařských soutěží a odznaku PPOV.
5. a) Vybavení lyžaře; b) druhy sněhu a mazání lyží pro výcvik v běhu a ve sjezdu; c) vliv terénu, horského podnebí a sněhových podmínek pro vedení výcviku a lyžařské túry.
6. a) Technika a názvosloví lyžování; b) metodika a organizace lyžařského výcviku.

Zkoušky z praxe:

1. Technika jízdy — sjezdová část I.: a) Bruslení a odšlapování od svahu; b) přeskoky o jedné a dvou holích; c) odskok a terénní skok.
2. Technika jízdy — sjezdová část II.: a) Pluh a oblouky v pluhu; b) přivrátané oblouky a přivrátané smyky; c) sjezd šikmo svahe, snožný smyk ke svahu; d) snožné smyky.
3. Technika jízdy — běžecká část: a) Běh střídavý dvoudobý; b) běh s odpíchem soupaž; c) běh střídavý čtyřdobý.
4. Terénní jízda: a) Sjíždění — plynulá jízda členitým terénem s vloženými terénním skokem; b) běhání — běh terénem s aplikací všech běžných způsobů — s hodnocením plynulosti jízdy.
5. Metodická praxe ve vedení družstva — viz zkoušky pomocných lyžařských cvičitelů. Také hodnocení výslednými známkami je stejné. Terénní jízda musí být provedena dvakrát, zvlášť sjezdová a běžecká část, a výsledná známka se získává průměrem z obou částí. Celkem dostane každý zkoušený pět známek z praxe.

Závěrečná kapitola našeho hodnocení uplynulé sezóny patří běžecům disciplinám. Je do jisté míry nepřijemným soustem, avšak i pelyněk přinese mnohdy hodně užítku.

Od roku 1956 nám pohled zpět dělá více starostí než radostí. Znamená stále hledání příčin zaostávání, shromažďování dobře míněných rad, které by byly východiskem ze situace. Zatím to však nepřineslo žádných kladných výsledků. Snad nebyla dobře dosud vyhmátnuta pravá příčina nebo nemožná být splněna navrhovaná opatření, nebyly splněny podmínky.

Naše poznatky jsou stále větší, zkušenosti bohatší a naši snahou je dostat se alespoň o kousek blíže pravdě.

Mezi nedostatky, které byly označovány jako příčiny klesání výkonnosti našich běžců a běžkyň, se každoročně objevují hlavně

— ve srovnání se soupeři — materiální podmínky, dále rozsah přípravy a její kvalita, výcvikové tábory, výstroj i výstroj. Slabší místa byla sledována ve špatném způsobu tréninku, v mravně volní přípravě aj. Nesporně všechny tyto faktory mají svůj přímý či nepřímý vliv. Je však důležité vědět, v jaké míře a souvislosti. Dnes již můžeme celkem bezpečně říci, že materiální podmínky nejsou rozhodující příčinou — přestože je zcela nepopíráme — ale že je především nutné upravit systém přípravy tréninkové metody. Je rovněž třeba zabývat se vážněji i výchovnými otázkami.

Uplynulá sezóna, respektive její přípravné období bylo také plně vedeno pod zorným úhlem tohoto poznání. Stouplá podstatně náročnost trenérů a fyzické zatížení závodníků, byla prohloubena spolupráce lékařů i v psychologických otázkách a bylo přistoupeno i k řešení výchovných problémů.

A jaké byly výsledky?

Postupný cíl na mistrovství světa v Zakopaném, který zněl umístit se nejvýše s 8% zpožděním za vítězem, nebyl splněn. Průměrná ztráta v sedmi běžecích závodech byla 11,27%. Na jednotlivé disciplíny: muži 15 km = 10,4%, 30 km = 10,2, 50 km = 7,7, štafeta = 8,3; ženy 5 km = 15,6, 10 km = 14,3 a štafeta = 11,8%. Tyto výsledky nejsou zatím vůbec žádným předpokladem pro splnění úkolu vytyčeného pro olympijské hry 1964 v Innsbrucku, umístit se mezi prvními deseti alespoň jedním závodníkem či závodnicí. Nevypadá tedy situace podle těchto ukazatelů nijak růžově, naopak dá se říci beznadějně. A přece nemusí být beznadějná. Vysokým úsilím všech, pravdivým zjištěním skutečných příčin a jejich odstraněním lze dosáhnout mnoho a zvrátit zdánlivě nemožné.

Mustíme ještě přidat

Přípravné období běžců v roce 1961 bylo — jak jsme se již zmínili — ve znamení náporu na vysoké fyzické zatížení, rozhodně větší než v uplynu-

Běžci

lých letech. Nastaly dokonce i obavy, zda náhlý přechod v dávkování se neprojeví záporně v zimě. Zkušenosti však ukázaly, že i tyto vpravdě vysoké nároky stále ještě nestačí a že jsme nadále v kvantitě značně pod požadavky na trénink běžce světových kvalit. Je však třeba nejen zvýšit množství, ale i zlepšit metody tréninku. Mistrovství světa v Zakopaném nakonec jasně ukázalo i nedostatky v běžecké technice. Nejsou sice tak výrazné, ale v boji o přední místa mají nemalý význam.

Percentuální vypočítání ztrát našich běžců na MS na vítěze ukazuje u mužů podstatně horší rozdíly v běhu na krátkých tratích. Zde je, jak se zdá, jeden z vážných úkolů: odstranit pomalost našich běžců. K odstranění tohoto nedostatku se musí za-

svých sil a schopností. Zde však hrály horší roli otázky psychického rázu. Především u žen, avšak i u některých mužů. Je třeba více se touto skutečností zabývat. Projevuje se zde nedostatek sebedůvěry, chybí zdravé sebedůvěry, a to podlamuje dvojnásobně síly. Řešení je dvojitě: pedagogické, ale i splněním dalších předpokladů, tj. dostatek těžkých mezinárodních soutěží. Jen v nich se závodník zakažuje! Do Zakopaného jely naše ženy bez předcházejícího měření sil se svými soupeřkami, a tak již předem byly morálně poraženy.

Ve výzbroji a výstroji to nebude

Obyklé svalování neúspěchů na nekvalitní výzbroj a výstroj dnes již neobstojí. Nelze říci, že vše je již dokonalé, ale dosavadní nedostatky

potřebují sníh a závody

měřit nejen letní příprava, ale musí mu být věnována mimořádná pozornost i v zimě. Běžci na dlouhé trati se může určitý nepatrný nedostatek v rychlosti prominout; může i s ním skončit na poměrně dobrém místě, nemůže však vyhrát. S tím ovšem souvisí i nedostatky v technice. Závodník, který je zvyklý z tréninku na určitou rychlost, při které zvládne dobře i techniku, v závodech — ve snaze o zvýšení rychlosti — ztrácí techniku. Mnohonásobně pak roste jeho nehospodárnost jízdy. Daleko rychleji ubývá síla, a soupeři získávají. Všechno navzájem souvisí. Je tedy nutné jezdit i v tréninku naplno!

Ženám chybí více sebedůvěry

Zkoumáme-li morálně volní vlastnosti našich závodníků na MS v Zakopaném, nejsou rozhodně špatné! Všichni bojovali, jak dovedli, a podle

nejsou již podstatného rázu. Snahou musí však být i tyto odstranit, protože i »stokrát nic umožilo osla« Estetická stránka výstroje našich lyžařů v Zakopaném nebyla rozhodně na výši. Byli snad jediným kolektivem, který jel v »domácím« vybavení. Jen ve štafetě (jelo se v dresech Dukly Liberec) jsme byli jednotně úborováni. Bude to mít jistě také nějaký vliv na duševní vyrovnanost startujících.

Půjdeme vpřed?

Uplynulá zima nepřinesla v běžích tedy nic nového. Klesající tendenci jsme nezastavili, také proto, že svět jde stále vpřed.

V letošním přípravném období zahájili trenéři útok k řešení situace. Přistoupili opět s plnou odpovědností ke svému úkolu stejně jako závodníci.

Sníh, sníh, sníh... jezdit, jezdit, a zase jezdit!

Nehovořili jsme v našem pohledu na minulou zimu o jednom trvalém nedostatku, který je nejvážnějším činitelem a brzdou našich výkonů. Sníh!!! Včasná a soustavná příprava na sněhu je bezpodmínečně nutná. Nedosáhneme-li toho, aby se naši běžci a běžkyňe alespoň přibližně připravovali za stejných možností jako jejich soupeři — to je asi od poloviny listopadu na sněhu — nebudou nikdy do hlavních závodů, které připadají na konec ledna a začátek února, dostatečně »vyježděni«. Potřebují také hodně kvalitního měření sil v těžkých závodech, jinak zůstaneme nejvýše tam, kde jsme, nebude-li to ještě horší! Vítězové MS v Zakopaném absolvovali za zimu 30 až 45 velmi těžkých závodů. V týdnu

■ Na snímcích Fr. Pilnaye naši nejúspěšnější závodníci uplynulé sezóny. Nahoře R. Čiličik, člen TJ Baník Kremnica, dole inž. Vlasta Srnková z lyžařského oddílu TJ Slávia VŠ Praha.



před mistrovstvím světa měli téměř denně těžký závod, aby si zvykli na potřebné zatížení ve velkém boji. A vyplatilo se to! Assar Rönnlund startoval během zimy ve 43 závodech, ve kterých naježdil 918 km (získal 23 vítězství). Na sněhu bojoval poprvé v sezóně již 4. listopadu v Bergenu na trati 6 km. Od poloviny prosince měl pak závod za závodem.

Nesmíme rovněž zapomenout, že závodník dosahuje nejlepších výkonů až po šesti až osmi letech tvrdého tréninku a závodění. Omladili jsme řady našich běžců a běžkyň a nemůžeme tedy od nich ani žádat okamžitých výsledků. Průměrný věk na MS v Zakopaném byl např. u prvních deseti v běhu mužů na 15 km 27,2 roku, na 30 km a na 50 km 30,1 roku.

Rozhovor s ústředním trenérem B. Tvrzníkem zaznamenal K. MORAVEC.



JEŠTĚ LÉPE SE BAVÍ

KDO MÁ SVŮJ BYT ZABEZPEČEN
SDRUŽENÝM POJIŠTĚNÍM
DOMÁCNOSTI
KDO OSOBNĚ ZABEZPEČIL
SEBE A SVOU RODINU
SDRUŽENÝM POJIŠTĚNÍM
PRACUJÍCÍCH



STÁTNI POJIŠŤOVNA

PŘIPRAVUJETE VÝROČNÍ SCHŮZE?

V těchto dnech přistupujeme všichni ke zhodnocení vykonané práce za uplynulý rok. V mnoha oddílech to budou výsledky opravdu radostné. Budou však i oddíly, ve kterých tak zvané »objektivní příčiny« zavinily, že plán rozvoje zůstal nesplněn a ani členské příspěvky nebyly placeny. O nesolněných závazcích ani nemluvě. Jednou z hlavních příčin této neutěšené bilance je nedostatečná kontrola činnosti během celého roku. Jinak by se nemohlo stát, že na většinu těchto nesplněných úkolů a plánů se přijde až při sestavování výroční zprávy.

Věříme, že takových lyžařských oddílů nebude mnoho a budou převládat ty, které nejen splnily plán rozvoje na svém úseku i dané závazky, ale ještě je vysoce překročily. Prvenstvím ve splnění všech ukazatelů se určitě mohou pochlubit všechny oddíly i základny, které se přihlásily do soutěže o Vzorový oddíl nebo Vzorovou základnu ČSTV.

Jistě již dávno promyslíte, koho zvolíte do vedení oddílu. Měli by to být ti pracovníci, kteří se v uplynulém období plně osvědčili a jsou zárukou, že činnost oddílu neochabne, naopak bude stále bohatší. Nesmíme také zapomenout nejlepší z nich navrhnout do výborů těl. jednot. A zde jsme u jednoho z velkých problémů. Je pravdou, že práce lyžařských pracovníků je namáhavější než v jiných sportech. Je to proto, že naše sportoviště, až na několik málo podhorských jednot, jsou vzdálena několik desítek kilometrů a snůh — který někdy je, podruhé není — nám také práci neulehčí. Přes tyto potíže si musíme uvědomit, že oddíl má pomáhat nejenom okresním nebo krajským sekcím, ale především své jednotě, kde je těžiště veškerého dění.

Na organizačním zajištění vlastní schůze také velmi záleží. Nepodeceňujte zádnou, byť i zdánlivou malíčkovost. Rozdělte si mezi sebou dílčí úkoly, např. kdo zamluví vhodnou místnost, kdo připraví výzdobu, presenci, kdo rozešle pozvánky a udělá informační leták. Doporučujeme, a nám se to velmi osvědčilo, zakončit výroční schůzi lyžařským filmem nebo alespoň promítáním fotografií z činnosti oddílů a ze závodů pomocí epidiaskopu.

L. JAKŠÍK, Ostrava



Ve čtvrtek 18. října 1962 se konal v Praze celostátní aktiv na zahájení I. ČSSH. Zúčastnili se ho představitelé ČSM, ROH, Svazarmu, MSK a ČSTV. Předseda ÚV ČSTV s. František Vodsloň hovořil v hlavním referátě o úkolech, postavení a významu těchto všenárodních slavností. Skutečnost, že se poprvé v tomto složení sešli představitelé řady organizací a že Československé sportovní hry budou jejich společnou akcí, je velmi radostná. V krátkosti zde uvádíme některé z myšlenek, obsažených v referátu soudruha Vodsloňe, které odpovídají na aktuální otázky v našich oddílech.

K VZÁJEMNÉMU POMĚRU A VZTAHU SHM A I. ČSSH

Často se klade otázka, co považovat za základní kola Československých sportovních her. Jestliže chápeme I. Československé sportovní hry jako široké tělovýchovné a sportovní soutěžení, pak je možno na tuto otázku jednoznačně odpovědět. Za základní kola Československých sportovních her považujeme: Sportovní hry mládeže, vnitrozávodní soutěže a přebory tělovýchovných jednot. Všechny tyto soutěže mají sice nedlouhou, ale již bohatou tradici a projevuje se v nich zdravá iniciativa odpovídající potřebám i možnostem jednotlivých míst, závodů, škol a učilišť.

Takovéto pojetí základních kol odpovídá životu. Již dnes jsou Sportovní hry mládeže a rozmanité vnitrozávodní soutěže i přebory jednot projevem aktivity i organizátorů mládeže i dospělých.

Neméně radostné je, že se v po-

■ Celostátní

sledním období ve stále větší míře rozvíjí organizování vnitrozávodních soutěží a turnajů. Tento nový rys masové sportovní činnosti, organizované přímo na pracovištích, odpovídá zájmům pracujících a potřebě zabezpečit pro věkově starší muže a ženy větší počet nenáročných soutěží...

I. ČSSH A PŘEBORY TĚLOVÝCHOVNÝCH JEDNOT

Obdobně jako SHM probíhají i přebory tělovýchovných jednot, které se stávají postupně jednou z hlavních náplní činnosti tělovýchovných jednot. Jejich hlavním úkolem je nejen prověřit úroveň vyspělosti v příslušném sportovním odvětví, ale zejména zvyšovat prostřednictvím této místní soutěže i sportovní výkonnost. Přitom zdůrazňujeme, že v těchto soutěžích by měli startovat sportovci všech výkonnostních tříd. S dosavadním stavem však nejsme spokojeni, protože přebory tělovýchovných jednot jsou mnoha funkcionáři podceňovány, nevěnuje se pozornost jejich řádnému organizačnímu zabezpečení a v řadě případů jsou okrajovými zájmy našich funkcionářů v oddílech, odborech ZTV a turistiky...

K OTÁZCE REPREZENTACE A RŮSTU ŠPIČKOVÉ VÝKONNOSTI

Jistě máme všichni radost z mimořádně pěkných výsledků našich reprezentantů na mistrovstvích světa v kra-

Z PŘÍPRAVY SJEZDAŘŮ

Již podruhé byl Nymburk svědkem posledních pro-
všek fyzické zdatnosti našich nejlepších sjezdařů. A právě proto, že stejné prověrky proběhly přesně před rokem (18. až 20. X.), je možné porovnat, jaký obsah práce udělala obě družstva sjezdařů za uplynulý rok. Hned úvodem je třeba říci, že téměř ve všech disciplínách se výkony závodníků zlepšily. Je to jistě potěšitelné zjištění, že před nastupující závodní sezónou jsou závodníci po fyzické stránce dobře připraveni k plnění úkolů státní reprezentace. Základem byly prověřkové disciplíny, které jsou určeny pro činnost základen. V běhu na 100 m dosáhl Mohr 11,8 vt., v trojskoku Petřík 11,52 m, na 800 m Mohr a Čermák 2:17,4 vteřiny, přeskoky přes lavičku Mohr 72 za 30 vt.

Tyto výkony jsou lepší než v uplynulém roce. Odrazem snůžmo zdolali zepředu všichni závodníci výšku minimálně 123 cm a Mohr 133 cm. Velmi potěšitelná je akrobacie, kde závodníci zdolali překot vzad i vpřed bez dopomoci.

Vzrůstající výkonnost je i v družstvu žen.

Mimo vlastní prověrky byly provedeny se závodníky pohovory o tréninkových plánech a určen další směr jejich plnění až do přechodu na snůh. Závěrečné besedy se zúčastnil i ústřední trenér B. Tvrzník, který seznámil závodníky se současnou situací a úkoly sjezdových disciplín.

Bez nadsázky možno konstatovat, že prověrky skončily úspěšně a nyní je třeba jen doufat, že co nejdříve napadne snůh. Na snímku členky reprezentačního družstva žen na startu běhu na 800 m. JAN VEDRAL

aktiv I. ČSSH

sobruslení, sportovní gymnastice, kopané a parašutismu, kuželek, na mistrovství Evropy v košíkové žen, ve veslování žen, z vítězství našich motoristů v Šestidenní a z výsledků jednotlivců, jako jsou Tomášek, Salinger, Pužejová a další. Jim patří díky za úspěšnou reprezentaci naší socialistické vlasti. Jejich výsledky ukazují, že tam, kde jsou správně zvoleny a neustále zlepšovány tréninkové metody, využity místní podmínky, kde je dobrá práce trenérů, se úspěchy dostavují. Takové zkušenosti je zapotřebí přenášet do všech míst, do všech druhů sportů. Jen tak bude otevřena cesta k dalším úspěchům. V některých sportech však nemůžeme být spokojeni s dosavadní úrovní. Jedná se bohužel o takové, na jejichž rozvoji máme mimořádný zájem. Je to lehká atletika, lyžování, plavání a cyklistika. Tady už je opravdu zapotřebí, vzhledem k podmínkám a náročnosti souvisejícími s tréninkem, přehodnotit metody práce, zvýšit kvalitu tréninku a lépe využít dané možnosti a podmínky. Současně bude nutno dále zvýšit podporu a rozvoj těchto důležitých sportů...

Dosáhnout toho, aby I. československé sportovní hry se staly všenárodní sportovní slavností, jako se to podařilo při spartakiádách, bude vyžadovat rozvinutí všestranné organizátorské a propagandistické činnosti. Bude třeba, aby orgány našich organizací, sportovní sekce, odbory základní tělesné výchovy a turistiky rozvinuly agitační a propagandistické práci tak, aby I. československé sportovní hry se staly prvořadým zájmem celého tělovýchovného hnutí. V daleko větší míře musíme pomáhat agitátorské práci. Půjde zejména o popularizaci dobrých příkladů a vyzdvížení iniciativy organizátorů, záslužné práce cvičitelů a trenérů. Taková konkrétní propagace pomůže v uznání této dobrovolné práce i v získání dalších spolupracovníků. Také v osobní a názorné agitaci bude zapotřebí rozvinout velké úsilí a podpořit záslužnou činnost agitátorů.

Cvičení v přírodě má zejména pro lyžaře velký význam. Zlepšování fyzické zdatnosti je tu spojeno se soustavným otužováním a návykem podávat výkon i za chladného a nepříznivého počasí. Snímky J. Hejra a J. Vedral.



PRŮPRAVNÁ CVIČENÍ

V tréninku zařazujeme především průpravná cvičení posilující, koordinační, uvolňovací, protahovací a průpravná cvičení pro rozvoj vnitřních orgánů.

Uvádíme několik konkrétních úkolů, na kterých si ukážeme, která průpravná cvičení nám je napomáhají plnit.

- získání síly dolních končetin,
- získání síly zadových a břišních svalů,
- získání celkové ohebnosti a pružnosti.

Cvičení posilující a rozvíjející sílu dolních končetin:

Každý sám:

- výskoky snožmo ze dřepu do výšky,
- výskoky snožmo ze dřepu do dálky,
- výskoky snožmo ze dřepu vlevo stranou, do dřepu a vpravo stranou do dřepu,
- výskok snožmo ze dřepu, ve výskoku přednožit skrčmo, dopad na levou nohu, z té opět odraz do výšky a dopad do dřepu (při odrazu jednož se nohy střídají).

Cvičení omezíme časovými intervaly. Při provádění se snažíme o co nejrychlejší ruch cvičení. (30 vteřin cvičíme, 10 vteřin přestávka. Toto 3krát opakujeme a následuje 1 minuta odpočinku.)

Ve dvojicích:

- dvojice zády k sobě, zaklesnout v loktech: dřep, výskok, dřep,
- dvojice čelem k sobě, rukama se drží v předpažení: první dřep na levé, pravá v přednožení, druhý provádí opačnou nohou, viz foto,
- první ze dvojice stojí spatný, druhý sed roznožmo na ramenou: střídavě dřep a vztyk,
- první ze dvojice leh na zádech, připažit: střídavě napínat vpřed a skrčovat přednožmo pravou. Druhý ze dvojice spočívá hrudí na jeho chodidle pravé nohy. (Totéž druhou nohou.)

Cvičení omezíme počtem opakovaných cviků. Cvičenci ve dvojicích musí mít přibližně stejnou váhu a výšku. Cvičení 15krát opakujeme, 15 vt. odpočinek a opět cvičíme. Toto provedeme 4krát a následuje odpočinek 1 min.

Činky 15 až 20 kg:

1. výskoky snožmo, činka je položena zezadu na ramenou,
2. výskoky jednož, střídavě na pravé a levé,
3. výskoky snožmo ze dřepu. Pro vespělejší cvičence můžeme připojit půl i celý obrat.

Cvičení omezíme časovými intervaly. Provádíme v rychlém tempu. 30 vt. provádět cvičení, 10 vt. odpočinek.

Lavičky: přeskoky lavičky vpřed, z jedné strany na druhou — z jedné nohy na druhou, se skrčením vnitřní nohy,



- odrazem snožmo s meziskokem i bez meziskoku s vysokým skrčením přednožmo nad lavičkou,
- odrazem jednož s meziskokem i bez meziskoku.

Pro vespělejší cvičence můžeme dát dvě lavičky na sebe. Cvičení omezíme počtem přeskákaných laviček. Cvičenci skáčí za sebou v zástupu. Přeskákat 5 dělek lavičky, odpočinek 30 vt.

Krátká švihadla:

- přeskoky snožmo vzad i vpřed,
- přeskoky snožmo vlevo, vpravo,
- přeskoky jednož do strany — vlevo, vpravo.

Cvičení omezíme časovými intervaly. 1 minutu skákat, 20 vt. odpočinek.

Aby průpravná posilující cvičení splnila úkol, který jimi sledujeme, musíme se zaměřit na jejich systematické provádění a správné dávkování v tréninkových hodinách

Dávkování cviků provádíme buď počtem opakování nebo časovými intervaly. Při časových intervalech se snažíme o rychlé provedení co největšího počtu cviků v časově omezené době. Tím dosáhneme maximálního svalového zatížení. Časové intervaly můžeme spojit v celky, které se budou opakovat po určitém časovém odstupu, ve kterém si cvičenci odpočinou.

Příklad: Tři časové intervaly budou tvořit jeden celek. Mezi každým intervalem bude 10 vt. pauza a mezi každým opakovaným celkem 1 min. odpočinku. Dávkování počtem opakování volíme pro cviky, které cvičenci provádějí společně (dvojice) anebo pro cviky, které nemají rychlý spád.

J. PŘIBRAMSKÝ,
katedra lyžování ITVS





Slalomy na suchu jsou vyhledávanou formou tréninku i oblíbeným závodem v tomto období. Jsou stejně přitažlivé pro mládež, jako pro špičkové závodníky. Je však lepší běžet je s holemi, aby závodník získal správný pohybový návyk a naučil se je používat. Často jsme i ve skutečném slalomu na sněhu svědky, že hole nejsou při jízdě pomocníkem, ale naopak překážejí v pohybu. Na snímcích J. Hejry a J. Vedrala chlapci ze Slávie VŠ Praha na tréninku v parku, pod nimi člen reprezentačního družstva J. Janda.

SLALOM NA SUCHU

Jednou z oblíbených a velmi užitečných forem tréninku za příznivého počasí podzimních dnů jsou populární slalomy na suchu. Zlepšují rychlost, obratnost i sílu dolních končetin. Kromě těchto složek, zvyšujících všeobecnou fyzickou zdatnost, jsou vhodné pro získávání některých speciálních návyků např. orientace v brankách, slalomové paměti, součinnost paží a trupu s nohama, včasné nasazování oblouku atd.

Slalom na suchu může být zaměřen na správné nasazování oblouku (otevřené branky a ostřejší zatáčky) nebo na jízdu »na tyče« a obratnost (zavřené branky a složitější figury). Charakter trati se má podobat slalomům na sněhu. Ke zlepšení pohybových dovedností stavíme slalomy v různém rytmu. Později zařazujeme úseky nestejněho charakteru a rytmu do jedné trati. Závodník si pak zvykne zdolávat různorodé slalomy se zvýšenou pozorností, učí se užívat nejvýhodnějších způsobů proběhnutí, umí odhadnout přiměřenou rychlost, kterou může vběhnout do skupiny branek, rychle se rozhoudeje, který pohyb je v dané situaci nejsprávnější. Všechny tyto návyky a zkušenosti potom uplatní v plné míře na sněhu.

Slalomy můžeme stavět prakticky v každém terénu. Není-li k dispozici hřiště, stačí kus posečené louky nebo strniště. Rovina není podmínkou. Naopak nerovnosti, meze a protisvahy dávají trenérovi možnost vytyčit trať

tím rozmanitější a náročnější. Les je také příležitostí pro slalomy na suchu. Stačí jen označit stromy, které mají funkci slalomových tyčí. Trať v lese má však některé nedostatky. Jednak se závodníci pochopitelně bojí jezdit »na tyče«, čímž si vypracovávají nesprávný návyk, a dále se chytají stromů rukama ve snaze ulehčit si zatáčení. Pro oba tyto důvody je lepší nepoužívat stromy jako slalomových tyčí.

Zatímco na sněhu nejsou tyče z bambusu vhodné na vytyčování tratí pro velkou štěpnost materiálu, dají se na suchu velmi dobře použít. Dobře se zapichují do země a není u nich takové nebezpečí jako na sněhu. Přesto je třeba, aby tyče byly dostatečně dlouhé. Nejsou-li bambusové tyče k dispozici, lze s úspěchem použít jakéhokoliv jiného dřeva, jen zapichování do země bývá pak obtížnější. Je-li trať vytyčena jednobarevnými tyčemi, je nepřehledná a závodník někdy »zabloudí«, zejména v těch úsecích, kde jsou branky blíž u sebe.

Podle terénu, který máme k dispozici, můžeme dát slalomu různý charakter:

Na rovině: Krátké slalomy na rychlost asi 15 branek. Probíhají maximálně rychlostí intervalovou formou — např.: 3 kola s oddychem 15 vt. mezi koly, po třetí kole dvouminutová přestávka a opět 3 kola. Interval vyložitelně přizpůsobíme vyspělosti závodníků. Delší slalomy (40—50 branek). Snažíme se o rychlé proběhnutí, závodník však musí umět hospodařit se silami, aby vydržel v náročném tempu celou trať. Kromě toho si musí slalom zapamatovat. U těchto slalomů rozvíjíme sílu a dále zlepšujeme slalomovou paměť. Delší slalomy zařazujeme až po absolvování kratších, kdy závodníci zvládli správnou techniku probíhání brankových skupin.

Do kopce: Charakter nácviku je stejný jako u tratí na rovině. Tím, že je slalom stavěn do kopce, klade na závodníka zvýšené nároky, zejména na jeho vnitřní orgány a na sílu svalstva dolních končetin. Kratší slalomy navcíváme intervalově, delší slalomy učí závodníka správně rozvrhnout své síly, aby úspěšně absolvoval celou trať.

Ze svahu: Tento druh je nejpřitažlivější. Svým charakterem se také nejvíce podobá slalomům na sněhu. Učí závodníky odvaze, rozhodnosti, obratnosti. Středavý terén s muldami a nerovnostmi nutí lyžaře k neustálému sledování trasy a drobné, nečekané překážky na trati kladou nároky na pozornost a pohyblivost závodníka.

Často jsme i na sněhu svědky toho, že hole nejsou při jízdě pomocníkem, ale naopak překážkou pohybu. Slalomy na suchu běháme proto s holemi.

Zvláštní kategorií slalomů ze svahu tvoří slalomové tratě vytyčené v muldě. Jde tedy o kombinaci běhu s kopce a do kopce. Tyto slalomy kladou v přechodech do protisvahu zvýšené nároky na sílu dolních končetin. Zvláště v závěru tréninku jsou jistě vydatným posilovacím cvičením. Při jejich nácviku postupujeme opatrněji, aby závodník se ještě před sezónou neporanil.

Slalom na suchu je poutavou formou předsezónní přípravy. Zařadíme-li ho v různých obměnách, soutěživou formou, zvýší se jeho efektivnost natolik, že se stane oblíbeným cvičením, které bude absolvováno vždy s maximálním úsilím a zájmem. Soutěže lze organizovat různě:

- závod jednotlivců na čas — jako na sněhu;
- závod dvojic — ve dvou slalomech vedle sebe;
- hendikepový závod — závodník vyběhává, chce deštěhnout soupeře, který již proběhl např. 3. branku;
- závod družstva — počítají se časy všech členů družstva;
- štafetový závod družstev — zpáteční cestu mohou závodníci absolvovat opět v brankách nebo i mimo;
- závod vstřícných štafet — má tu výhodu, že se závodníci častěji střídají; je fyzicky náročnější.

U štafet a u vstřícných štafet je třeba upozornit závodníky, že každý, kdo porazí slalomovou tyč, ji musí postavit. Toto zdržení se započítává do času.

Slalomy na suchu získávají mezi lyžaři stále větší oblibu. Svědčí o tom i ta skutečnost, že jsou v této disciplíně pořádány veřejné závody, na jejichž startu se sejde vždy velký počet závodníků i diváků.

VLADIMÍR GIKALOV, Olomouc

POPRAVĚ NA SNĚHU

JOSEF PROKEŠ a MILADA PROKEŠOVÁ

Úkoly běžce v první etapě hlavního období.

Začíná nám opět jedno hlavní období. Naši reprezentanti a někteří další šťastní jednotlivci již okusili hladký skluz letošního sněhu, ale pro většinu lyžařů seznámení s prvním sněhem teprve začíná. Znova tedy přicházejí každoroční problémy, jak začít, jak trénovat, čemu věnovat nejvíce pozornosti, abychom bez obav mohli říci, že naše činnost byla hned od prvního sněhu naprosto cílevědomá.

Běžec musí v první etapě hlavního období sledovat bezprostředně dva hlavní úkoly:

Obnovení a zdokonalení pohybových návyků běhu na lyžích. Udržení (později postupně zvyšování) úrovně práce schopnosti organismu.

Základní podmínkou je, aby běžec přišel na první sních dostatečně fyzicky připraven, tedy po dobrém systematickém tréninku v přípravném období (květen—listopad). U lyžaře-běžce je přechod do hlavního období zcela speciální. Na rozdíl od jiných sportů je možný nácvik techniky teprve až napadne sníh. Dříve nemůžeme začít. I když v posledních letech se věnuje dostatek času napodobivým cvičením, přesto přechod na sníh znamená pro závodníka velké změny. Je to především použití nového tréninkového prostředku, tj. běhu na lyžích na sněhu; změna ve stavbě tréninku, v použití tréninkových metod; rozdílnost prostředí.

První tréninky na sněhu nazýváme »rozježděním«. Závodníci první výkonnostní třídy se rozjíždějí zpravidla 2 až 4 dny. Tato doba je celá věnována »sžití s lyžemi«, získání pocitu sněhu a pocitu lyží. Pro přizpůsobení pohybu na sněhu je nejlepší všestranná činnost, např. jízda v terénu, lehký běh, sjíždění, zatáčení, přejiždění terénních nerovností, terénní skoky apod. Tréninková jednotka má být delší, dvě až čtyři hodiny (dvakrát denně). I když se v rozježdění již snažíme o správné provádění běžecké techniky, přece jen pro její nácvik je rozhodující až etapa tréninku, která potom následuje.

V nácviku techniky je nutné se zaměřit na tyto důležité momenty:

- nácvik provádět zpočátku v pomalé jízdě;
- hned od začátku používat správné běžecké způsoby vzhle-

TAKTICKÝ PLÁN BĚŽCE PRO ZÁVOD

(Článek je pokračování seriálu o taktice běžce zahájeného v Lyžařství č. 2/62)

Taktický plán je rozbor [jaký druh potravy a kde ji předpokládáných situací, které v konkrétním závodě mají závodníka dovést k nejlepšímu výsledku. Taktický plán není žádný písemný elaborát, ale plán, který si závodník promyslí a konzultuje ho s trenérem.

Při vypracovávání plánu závodník a trenér přihlížejí k několika hlediskům, která spolu navzájem úzce souvisí. Jedním ze základních hledisek je současná sportovní forma závodníka, význam soutěže pro závodníka i kvalita soupeřů v daném závodě. Je třeba také přihlížet k charakteru trati, její znalosti i jak závodníku vyhovuje. Rozhoduje i stav stopy a kvalita sněhu případně další okolnosti.

Podle těchto hledisek je formulován obsah taktického plánu. Závodník si určí pravděpodobné rozvržení sil, tedy intenzitu jízdy v jednotlivých úsecích trati a správné použití techniky v daných úsecích. Dohodne s trenérem přesně místa, kde bude informován o zatímním výsledku závodu. Podobně si domluví místo po nebezpečných sjezdech, kde bude mít možnost vyměnit si poškozenou lyži nebo hůl.

Pro delší tratě je neméně důležitá otázka občerstvení

- dem k profilu terénu. To znamená, dbát na to, aby jízda nikdy nebyla stereotypní;
- od počátku upevňovat návyk odrazu z dostatečně pokrčených nohou a rovněž sledovat intenzitu odpichu holemi;
- nezapomínat na techniku sjezdů, stoupání, změn směrů;
- zpočátku vyhledávat rovinatý terén, postupně přecházet k pestřejšímu, zvlněnému;
- zařazovat nácvik techniky v rychlosti na postupně se prodlužujících úsecích.

Ve švédském tréninkovém systému pro nácvik techniky běhu zaujímá důležité místo **jízda bez holí**. Používá se s úspěchem pro zdokonalení odrazu nohou a u Švédů v první etapě nácviku techniky zabírá většinu času.

I když náš přední zájem po dokonalém rozježdění je upřen na zvládnutí techniky, musíme současně pokračovat v rozvoji trénovanosti.

Vzhledem k úkolům, které první etapa hlavního období má plnit, je vhodné používat rovnou tréninkovou metodu. Tento způsob tréninkové práce nám zajišťuje předně vysokou vytrvalost. Aby nedošlo k poklesu těch vlastností, které rovnoměrná metoda nerozvíjí, to je rychlosti a síly, je nutné doplňovat trénink na sněhu rychlostním během bez lyží a intenzivním všestranným posilováním. Tyto pomocné prostředky zařazujeme ovšem v menší míře, než tomu bylo v přípravném období. Z praxe je známo, že nutné doplňování rovnoměrných tréninků je jedním z našich největších nedostatků, přesto většina našich závodníků ho na začátku hlavního období nepoužívá a proto dochází u nich v této etapě ke značnému poklesu trénovanosti. Těmto závodníkům se později velmi těžko podaří zvýšit výkonnost na předcházející úroveň. Výkonnostní křivka hlavního období má stále stoupat a postupně dosáhnout rozhodně vyšší úrovně než na konci období přípravného.

Vedle rovnoměrné metody, ještě v první etapě hlavního období běžce, postupně zařazujeme střídavou tréninkovou metodu. Počet střídavých tréninků na konci první etapy převyšuje počet tréninků rovnoměrných.

Příklad tréninkového dne v první etapě hlavního období pro závodníka I. VT:

ráno: 30—40 minut lehký běh bez lyží, gymnastika pro uvolnění celého těla;

dopoledne: 30 min. volná jízda na lyžích, rozježdění, 60 min. nácvik techniky, kolektivně, na uzavřené stopě,

- jízda bez holí,
- nácvik běhu střídavého dvouobdobého v pomalém tempu na úsecích 400 m až 600 m,
- totéž v rychlosti, na úsecích 100 m,

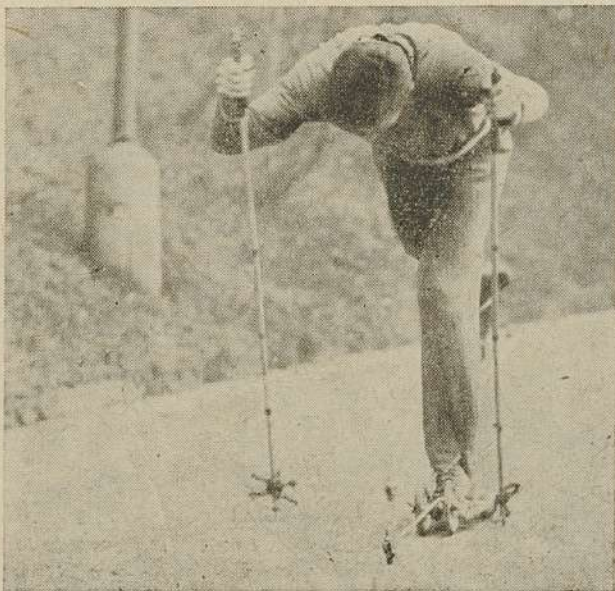
90 min. rovnoměrná jízda terémem, volně. Úkol, důsledně dodržovat správné provádění

odrazu. Trénink individuální, 5 min. uvolňovací cvičení bez lyží;

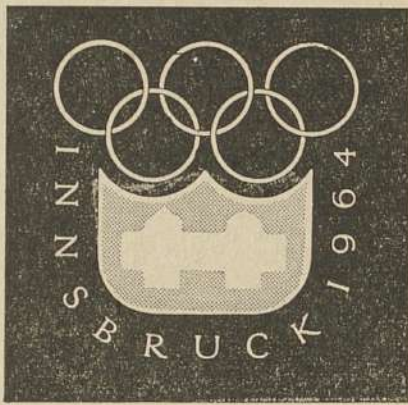
dopoledne: trénink bez lyží, kolektivně 10 min. rozbíhání a rozvíjení,

- 10krát 200 m běh maximálně s 200metrovým meziklusem,
- vybíhání prudkých strání 15—50metrových, maximální rychlost, zpět chůze a klus. Počet opakování od 6 do 15 úseků,
- 30 min. intenzivní posilování paží a trupu.

Na katedře lyžování ITVS v Praze zkoušejí novinku z NDR — kolečkové lyže. O tom, jak se osvědčily, i zkušenosti z tréninku přineseme později. Snímky J. Hejra.



JOSEF PROKEŠ



INNSBRUCK SA PRIPRAVUJE

Na 59. zasadnutí Medzinárodného olympijského výboru začiatkom júna tohto roku v Moskve referovali Rakúšania o priebehu príprav na ZOH 1964 v Innsbrucku. Ich referát sa vyznačoval serióznym prístupom k celkovým prípravám. Mohli napríklad referovať o takmer už ukončenom novom, architektonicky pekne riešenom skokanskom mostíku, na ktorom bude prebiehať pretek v skoku prostom. Taktiež práce na úprave bežecských tratí v Seelede postupujú dobrým tempom. V lete už ukončili práce na trati pre biathlon. Taktiež bobová trať bude hotová do konca tohto roku.

V samotnom Innsbrucku dobre postupujú práce na stavbe olympijskej dediny, ktorá bude mať osem desaťposchodových moderných budov, z ktorých tri sú už »pod strechou«. I ľadový štadión je v plnej výstavbe. Strojové zariadenie už v prevažnej miere namontovali — včítane 130 km rúrkového vedenia pre vlastnú prípravu ľadovej plochy.

Najväčšie problémy majú Rakúšania so stavbou nových komunikácií, resp. s rozširovaním doterajších tak, aby vyhovovali predpokladaným veľkým požiadavkám počas ZOH. Oveľa viacej problémov je však v stredisku zjazdových disciplín v oblasti Axamer Lizum, ktoré, ako je známe, sa buduje úplne nové. Koncom tohto roku majú byť hotové tri výťahy v celkovej dĺžke 8,5 km. V hrubých črtách sú už hotové všetky zjazdové

trate a tejto zimy bude na nich ďalšia skúška — veľké medzinárodné preteky.

Jednoduchosť a účelnosť

V komentároch možno čítať, že tieto hry budú návratom k »jednoduchým«, športovo organizovaným ZOH. Reklama a veci nepriamo súvisiace s olympijskými hrami sa vraj budú riešiť rozumne. O to väčšie sa očakávajú boje, »veľké zážitky« a hodnotné výsledky. Všetky zariadenia sa budujú účelne, aby aj v ďalších rokoch mohli slúžiť rozvoju športov v Innsbrucku i celému Rakúsku.

Budúce olympijské športovisko navštívil už celý rad odborníkov a novinárov — všetci sa vyjadrili pochvalne o zariadeniach. Napriek tomu rakúski usporiadatelia zorganizovali niekoľko tlačových konferencií v NSR a vo Švajčiarsku a úzko spolupracujú s medzinárodnou športovou novinárskou organizáciou (AIPS).

Čo nám povedali naši experti

Organizačný výbor IX. ZOH v Innsbrucku pozval na prehliadku terajšieho stavu skokanských mostíkov a bežecských tratí pre olympijské hry technických expertov FIS M. Bělonožníka a V. Pácla. Súdrh M. Bělonožník nám povedal:

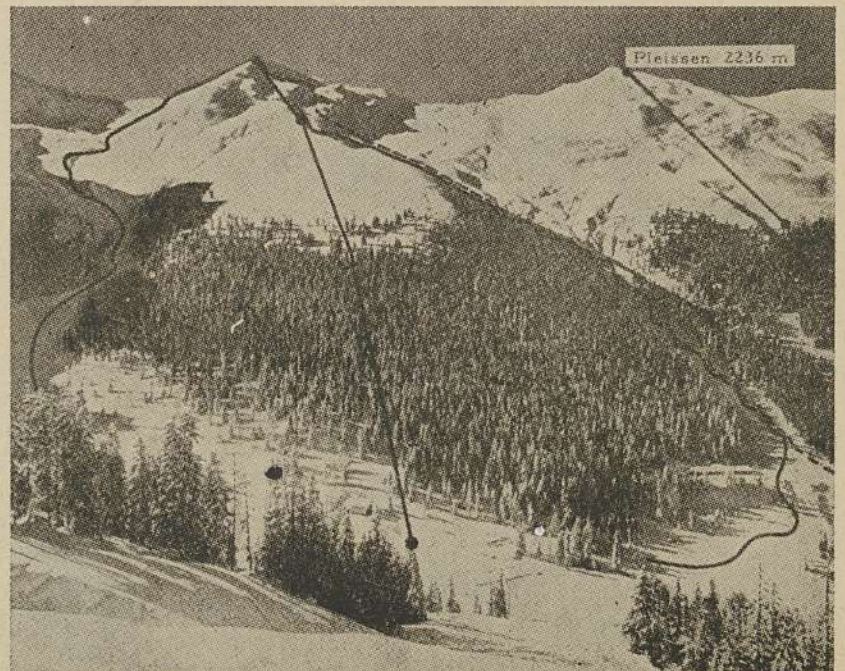
»Profil mostíka na Bergisel je veľmi dobrý. Mostík má teraz kritický bod 81 m, pomer $H : N = 0,55$, sklon

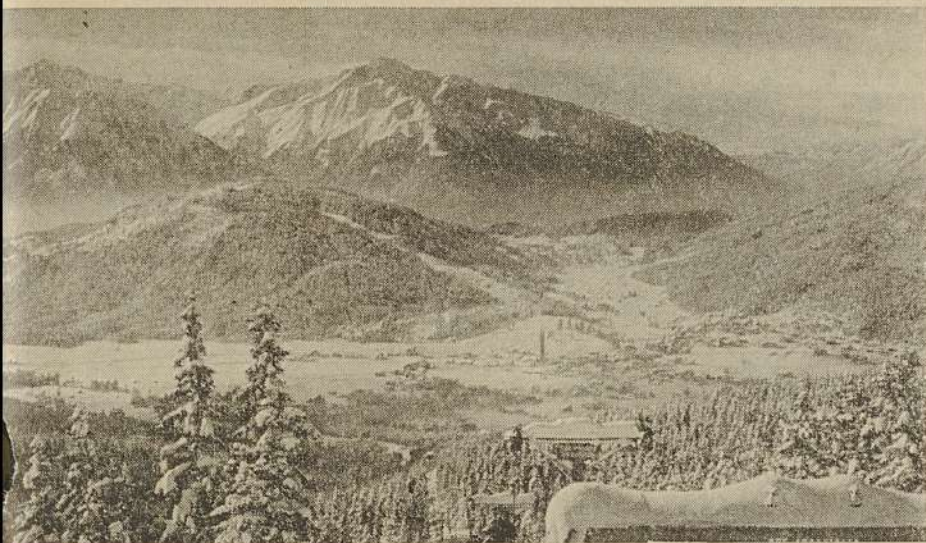
odraziska upravili na $7,5^{\circ}$. Pre ZOH budú pripravené profily oblúka R1 v dĺžke 8 m o sklone 40° , potom prechádza na sklon 35° — 50 m a oblúkom R1 = 80 m v dĺžke 18,1 m a R1 = 74 m v dĺžke 19,3 m prechádza na odrazisko, ktoré je dlhé 5,40 m. Odrazisko je vysoké 4,20 m. R3 je parabolické a od kritického bodu je najväčší sklon doskočiska 38° v dĺžke 16 m do bodu K, takže začiatok oblúka R2 je vo vzdialenosti 97 m od hrany stola. Polomer dolného oblúka je 92 m, nasleduje len 6 m rovinky a zloženým oblúkom o polomere 80 a 70 m dojazd pokračuje v protisvahu 34° . Celková dĺžka dojazdu od konca oblúka R2 je iba 70 m. Výstavba mohutného hľadiska pre 65 000 divákov je už hotová. Nasypali tu 150 000 m³ zeminy!

Skokanský mostík pre pretek združený v Seefeldle a pre druhý pretek v skoku sa prestavuje na $P = 70$ m. S úpravami skončia do zimy. V dňoch 31. januára až 3. februára 1963 tu budú prebiehať predolympijské preteky.

Od súdruha V. Pácla sme sa dozvedeli:

»Bol som prekvapený, keď som videl, že 20 km od Innsbrucku v Seefeldle, vprostred alpských končiarov, sú také ideálne bežecské terény. Prezrel som si trať pre 15 km a podstat-





■ Celkový pohľad na terény v Seefeldu, na ktorých budú prebiehať ZOH 1964.

nú časť tratí 30 km a 3x5 km pre ženy. Všetky sú pekné. Sú pestré, prechádzajú rôznorodým terénom a pôvabnou krajinou. Úseky tratí sa neopakujú ako napríklad v Zakopanem, každá ide v inom teréne a každá má svoj osobitný charakter. Autor tratí prof. Fred Rössner je bývalý pretekár v behu na lyžiach a všestranný lyžiarsky odborník. Je zaujímavé, že bol vedúcim rakúskych zjazdárov v čase úspechov Toni Sailer. Jeho vzťah k tratiam je priam materinský. Kým trate v teréne vybral, poprechádzal v minulých dvoch rokoch v lete a na jeseň vyše 600 km. A k tomu stovky kilometrov na lyžiach. Napríklad trať na 15 km prešiel peši i na lyžiach tridsaťkrát. Ako to vyzerá, bežecké preteky budú po organizačnej i technickej stránke veľmi dobre pripravené. Veríme, že aj inakšie sa rakúskym usporiadateľom podarí pripraviť také prostredie, aby olympijské hry boli prehliadkou výkonov najlepších z najlepších a súčasne aby prispeli k upevneniu priateľstva a mieru medzi národmi.«

Zjazdové a slalomové trate sú hotové a tejto zimy sa tu môže trénovať i pretekáť.

Technické dáta :

Muži — zjazd: Start na Patscherkofel — 1944 m, dĺžka 3400 m, výškový rozdiel 854 m. **Slalom:** Start 1770 m, výškový rozdiel 200 m, dĺžka 485 m. **Obrovský slalom:** Start na Birgitzköpfel — 2100 m, výškový rozdiel 530 m, dĺžka 1250 m.

Ženy — zjazd: Start na Hoadlgipfel — 2340 m, výškový rozdiel 730 m, dĺžka 2400 m. **Slalom:** Start 1740 m, výškový rozdiel 170 m, dĺžka 350 m. **Obrovský slalom:** Start 2000 m, výškový rozdiel 450 m, dĺžka 1250 m.

Okrem zjazdu mužov všetky súfaže budú v Axamer Lizum, v novom zjazdárskom prostredí, 12 km od Innsbrucku.

ČASOVÝ ROZVRH LYŽIARSKYCH PRETEKOV

Streda 29. januára: 11.00 hod. slávnostné otvorenie.

Štvrtok 30. januára: 9.30 hod. beh na 30 km — 12.00 hod. zjazd mužov.

Piatok 31. januára: voľný deň.

Sobota 1. februára: 9.30 hod. beh žien na 10 km — 12.00 hod. slalom žien.

Nedeľa 2. februára: 9.30 hod. beh mužov na 15 km — 12.30 hod. obrovský slalom mužov — 14.00 hod. skok do združeného preteku.

Pondelok 3. februára: 9.30 hod. beh na 15 km do združeného preteku — 12.30 hod. obrovský slalom žien.

Utorok 4. februára: 8.30 hod. biatlon — 13.30 hod. skok prostý v Seefeld.

Streda 5. februára: 8.30 hod. beh mužov na 50 km.

Štvrtok 6. februára: 13.00 hod. zjazd žien.

Piatok 7. februára: 9.30 hod. štafeta žien 3x5 km — 10.00 hod. vylučovací pretek v slalom — muži.

Sobota 8. februára: 9.00 hod. štafeta mužov 4x10 km — 13.00 hod. finále slalomu — muži.

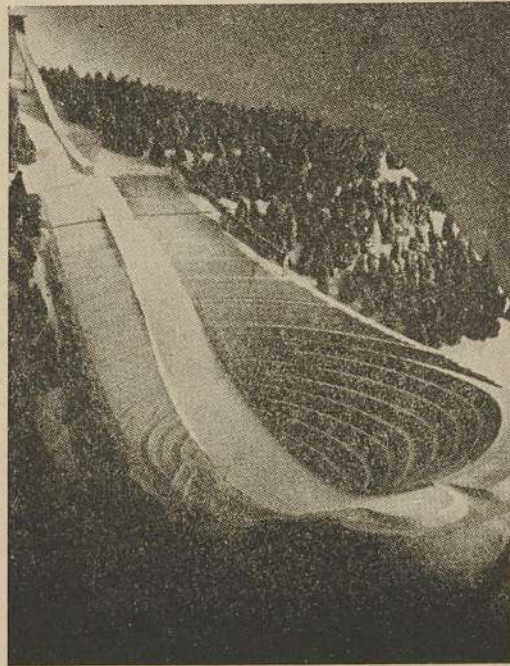
Nedeľa 9. februára: 13.30 hod. skok prostý — 20.00 hod. slávnostné ukončenie.



■ Už na MS v Zakopanem sa zišla bežecká komisia FIS a vypočuť zprávu o príprave bežeckých tratí v okolí Innsbrucku.

■ Na prvej snímke vľavo dole sú slalomové trate žien a mužov a trať obrovského slalomu mužov, na druhej zjazdová trať a obrovský slalom žien a na tretej zjazdová trať mužov.

■ Skutočný mostík, ktorý je už z väčšej časti hotový, omnoho prekonáva pôvodný model, ktorého snímku prinášame.





CVIČITELŮM LYŽOVÁNÍ

Nové pojetí v metodice přivrátné a snožné techniky

JIRÍ KOPAL, KTV mat.-fyz. fakulty UK, člen ústřední metodické komise lyžování

V minulém čísle jsme poukázali na některé hrubé chyby, které se dosud vyskytují při sjíždění na lyžích a které je nutno důsledně odstraňovat.

V dnešním čísle chtěli bychom čtenáře seznámit s výsledky dlouholetého pedagogického pozorování a vědeckého výzkumu souvisícího s novým pojetím metodiky přivrátné a snožné techniky v základním výcviku mládeže.

STRUČNĚ Z HISTORIE

Při rozboru různých způsobů jízdy lyžařských škol najdeme mnoho typických znaků, kterými se navzájem od sebe liší. Z hlediska metodiky však zůstává jeden problém stále dominující a prolíná všemi metodickými postupy: **použití snožné nebo přivrátné techniky.**

V historii lyžařské výuky hrál vždy významnou roli **komplex cviků**, jehož použití nebo vynechání rozlišovalo postup snožný od přivrátného: pluh, oblouk, oblouk v pluhu, přivrátný oblouk a přivrátný smyk. Rakouské školy nejvíce ovlivnily přivrátný postup, čehož dokladem je i poslední oficiální rakouská škola. Na tuto metodu měla negativní vliv rotační škola francouzská, která zastávala postup snožný, a její vliv se projevuje až dodnes. U nás pak většina autorů hledala řešení v metodě, ve které pro nadané doporučovali postup snožný a pro méně nadané postup přivrátný.

Typickým znakem někdejší ariberské školy (r. 1930) byla pomalá jízda v nízkém pluhovém postavení s typickými cviky: **pluhem, obloukem v pluhu a přivrátným obloukem.**

Od těchto dob šel vývoj techniky rychle kupředu, rychlost jízdy se neustále stupňovala, typickým znakem jízdy se staly »smyky«, které plně vyhovují modernímu pojetí jízdy. Přesto se však během 30 let rychlého vývoje jmenovaný komplex těžkopádných cviků (obl. v pluhu a přivrátný oblouk) zachoval.

Důvodem jejich používání je spíše **hledisko metodické**. Slouží jako cviky, které za snadnějších podmínek dovolují vytvářet pohybové návyky, na které mohou navazovat formy cviků pohybově náročnějších (přivrátný a snožný smyk). Domní-

váme se však, že kromě tohoto důvodu hraje zde určitou a nemalou úlohu otázka »tradice« celého pojetí přivrátné techniky, která se tak silně vžila, že pod pojmem přivrátná technika si vždy představujeme celý komplex jmenovaných cviků.

Na základě dřívějších poznatků vycházíme ze zcela odlišných názorů, přistoupili jsme k dlouhodobému výzkumu zimního výcvikového kursu studujících vysokých škol, kterého se zúčastnilo celkem 308 cvičenců ve věku 17–18 let, jehož výsledky zde v diskusním příspěvku předkládáme.

VÝCVIK ZAČÁTEČNÍKA V NAŠICH PODMÍNKÁCH

Zkušenosti získané dlouholetým působením na povinných zimních výcvikových kursech vysokoškoláků nás přesvědčily o tom, že většina průměrných zdravých studentů se chce nejen co nejdříve naučit bezpečně sjíždět z kopce, ale právě tak se ráda proběhne na běžkách, dostane-li k tomu příležitost. Těto zkušenosti musíme umět vhodně využít pro výuku z hlediska metodického.

Je nutno si především uvědomit, že jízda z kopce je kromě určité dávky odvahy především záležitostí rovnováhy, respektive **jízdy po jedné lyži**. K tomu cíli musí od začátku směřovat naše úsilí, jinak veškerá namáhavá práce na sněhu nikdy nevede k výchově dobrého lyžaře.

Nejlepším prostředkem pro získání rovnováhy je pohyb na běžeckém vybavení, který uplatňuje značné požadavky na jízdu po jedné lyži. Tato okolnost je velmi důležitá pro naše terénní podmínky a lyžařská zařízení, na rozdíl od alpských zemí, kde si mohou dovolit provádět výcvik rovnováhy za pomoci nespočetných lanovek a výtahů na strmých stráních. Je nutno si tedy od počátku uvědomit, že výcvik na běžkách je v našich podmínkách do určité míry nejvhodnějším prostředkem k získání správného pocitu sjíždění a tvoří solidní předpoklady pro výcvik dobrého lyžaře. Jestliže se pak v základním výcviku soustředíme na další cviky vedoucí k všestranné lyžařské průpravě, jako sjezd přes terénní nerovnosti, te-

rénní skok, odšlapování, ev. bruslení, vytvoříme nejlepší základy k tomu, abychom naučili lyžaře rychle a dobře začít.

NOVÉ POJETÍ PŘIVRÁTNE METODY

Přestože v metodickém postupu cílem jízdy z kopce zůstává snožný smyk, je použití přivrátu podle zkušeností a výzkumu nutné a větší lyžaři, a proto jej pokládáme za hlavní část výuky.

Půjde nám tedy o to, jak a kdy je nutno tohoto přivrátu při výcviku použít. Dosud se vždy užívalo přivrátu v ortodoxní formě, mající původ, jak již bylo řečeno, v ariberské škole (tj. pluh, oblouk v pluhu, přivrátný oblouk a přivrátný smyk). Při výuce oblouků v pluhu a hlavně přivrátných oblouků jsme se přesvědčili, že tyto cviky jsou zastaralé a neodpovídají dnešnímu dynamickému způsobu jízdy. Při jízdě v terénu se použijí jen velmi zřídka a jsou vhodné jen pro starší a méně zdatné lyžaře.

Jsou to cviky statické, které na rozdíl od švihových cviků vedou ke strnulému postoji a k vytváření takových podmíněných reflexů, které další výcvik v rychlejší jízdě nijak nepodporují. Při používání širokého pluhu, který bývá mnohdy až bolestivý (chceme-li např., aby byl účinný na prudkém svahu), vzniká reflex, který stahuje svalstvo dolních končetin a tím vytváří strnulý postoj. Stálým brzděním se posiluje strach. Máme dále zkušenost, že zejména správně provedený přivrátý oblouk je pro začátečníka obtížným cvikem, který vede k mnoha chybám: vysunutí vnější lyže, natažení vnitřní nohy, základ, přikláníení ke svahu atd.

Naproti tomu metodický postup vedoucí přímo k přivrátnému smyku (bez použití oblouků) má veškeré přednosti švihových prvků, neboť vede k uvolněnému postoji, podporuje rychlost, nezatěžuje zbytečnými prvky, učí prvkům použitelným přímo v praxi, budí sebedůvěru.

Domníváme se, že použití přivrátu jako pomoc při přechodu přes spádnici ve formě přivrátného smyku nemůže mít škodlivý vliv při dalším výcviku snožné techniky, jako tomu může být u ortodoxní zdoluhavé přivrátné metody, neboť u průměrných lyžařů, kteří pokračují ve výcviku, nemůže se stát návykem. O návyku můžeme mluvit jen u těch lyžařů (hlavně starších), jejichž pohybové a psychické zábrany nedovolují rychlejší jízdu a pro které bude přivrátý smyk vrcholným cvikem.

PŘIVRÁT, POMOCNÍK PŘI PŘECHODU PŘES SPÁDNICI

Zbývá ještě vysvětlit, proč použití přivrátu ulehčuje cvičenci přechod přes spádnici a proč je tedy proti snožné metodě lehčí.

K tomu, aby lyže mohly provést změnu směru jízdy, je třeba tří podmínek:

- a) impuls (vysunutí patek lyží, odraz z hran atd.);
- b) uvolnění a změna hran;
- c) odlehčení (vertikální pohyb dolů — nahoru — dolů).

Tyto tři faktory musí být v určitém, zcela přesném časovém sledu, jeden bez druhého ztrácí na účinku, jde-li nám o **snožnou techniku.**

Impuls ke změně směru jízdy lze provést v kterémkoli okamžiku odlehčení lyží — přibližně ke konci pohybu nahoru nebo začátku pohybu dolů. Tento impuls a odlehčení byly by však zcela bez účinku, kdyby byly lyže v okamžiku nasazení oblouku postaveny na hranách. Je proto nezbytné nutné, aby impuls ke změně směru jízdy byl dán přesně v okamžiku, kdy jsou lyže na plochách, tj. v okamžiku



Na VI. mezinárodním kongresu výuky v Itálii byly mezi jiným předvedeny ukázky ze základního výcviku. Na snímku M. Chlouby italské družstvo předvádí sesouvání stranou.

ku uvolnění lyží z hran. Oba tyto momenty musí být zcela synchronizovány, což právě činí při nácviku snožného smyku největší potíže.

Tyto potíže lze začátečníkovi usnadnit použitím přivrátu. Okamžik vhodný pro nasazení smyku se rozděluje v tomto případě na dvě doby, které mohou být v delším, nebo kratším časovém sledu po sobě následovat: odlehčení, impuls i změna zabránění se provádějí nejdříve na jedné a pak teprve na druhé lyži. Lyžař má pak dostatek času na provedení všech potřebných prvků. Celý cvik je pro začátek ulehčen tím, že ani vertikální pohyb, ani vysunutí patky lyže není nezbytné pro provedení přivrátého smyku. Tyto prvky jsou postupně zapojujány pro technické vybroušení a hlavně jako příprava k dalšímu nácviku snožné techniky.

Další výhodou použití přivrátu při přechodu přes spádnicí je, že cvičenec se může soustředit daleko víc než při snožném smyku na jeden z nejdůležitějších prvků sjíždění vůbec, tj. předklon. Kromě toho, v nejkritičtějším okamžiku, kdy se lyžař ocitá na spádnicí, kdy je rychlost nejvyšší a kdy vystupuje do popředí psychická zábrana — strach z pádu napřed, který je největší příčinou záklonu — dává mu širší základna přivrátého postavení pocit jistoty a lepší rovnováhy.

POUČENÍ PRO NÁS

Dlouhodobým výzkumem jsme se snažili přispět k vyřešení problému použití přivráté a snožné metody v základním lyžařském výcviku. Nejprve jsme si ověřili domněnku, že u většiny lyžařů (vysockoškolské mládeže) je nutno k zvládnutí změny směru jízdy volit metodu přivrátou.

Další pokus dokázal, že výsledky dosažené novým metodickým pojetím přivráté techniky (přivrát jako pomoc) u mládeže ve stáří 18—19 let nebyly o nic horší než u dosavadní metody přivráté a rozhodně lepší než u dosavadní metody snožné.

Po důkladném rozboru jsme se snažili stanovit metodu, která je neúčinnější pro široké masy lyžařů daného věku. Tato metoda byla znovu s úspěchem provedena v několika dalších kursech. Máme za to, že není správné při dnešním způsobu jízdy dávat dělítko mezi přivrátou a snožnou technikou, neboť obě jsou postaveny na stejných pohybových principech a navzájem se podporují.

Pod pojmem »přivrátá technika« zahrnujeme pouze pluh v minimálním, nejnütnějších použitím (u začátečníků) a oblouky s přivrátým smykem, zatímco oblouky v pluhu a přivráté oblouky vypouštíme jako nepotřebné a často i škodlivé pro další postup.

U oblouků přivrátým smykem rozeznáváme základní formu, která se provedením blíží přivrátému oblouku zakončeným smykem ke svahu, a konečnou formu blízkou oblouku snožným smykem. Přivrátý smyk ke svahu jako pomocný prvek zařazujeme do našeho metodického postupu jen v krajním případě, pro nácvik přenesení váhy a odrazu z hran. Nevýhodou tohoto cviku je, že po pohybové stránce vnáší zmatek pro nácvik přivrátého smyku od svahu.

Jestliže tedy vynecháme všechny pomocné prvky v metodickém postupu, charakterizují naši novou metodu po zvládnutí základního výcviku pro začátečníka podle Osnovy základního lyžařského výcviku tyto hlavní cviky:

1. Sesouvání z místa a ze sjezdu šikmo svahem.
2. Snožný smyk ke svahu a ze spádnic.
3. Oblouk přivrátým smykem ze spádnic a od svahu.
4. Oblouk snožným smykem.

Na snímku dr. Kratochvíla jeden z praktických nouzových prostředků přepravy zraněného lyžaře. Lyže jedou špičkami po sněhu, patky lyží jsou zastrčeny za popruhy batohu. Tento způsob je možný jen při zranění horních končetin, trupu nebo hlavy. Nehodí se pro zranění na nohou, na pánev či na páteř.



Příteli lyžaři!

Posílám ti pozdrav z Krkonoš, které jsou dosud ponořeny v předvánočních mlhách. Tu a tam však kulisami deště a mlh profoukne ostrý vítr i sněhové vločky. Zvěř sestupuje z hřebenu do údolí, krtiny mizí, zatarasy proti závějím v ohbí silnic jsou dávno postaveny a vše je zdánlivě připraveno k zimnímu spánku. Na oblíbených loukách, které bývají dostaveníčkem všech lyžařů, se plně pracuje na úpravách profilů tratí, opravení lanovek. Chceme ti umožnit po všech stránkách vychutnat požitek z lyžařského sportu a zpříjemnit prostředí, které tě v tvé rekreaci obklopuje. Chceme, aby byl pro tebe sjezd na lyžích nejen dostatečně dlouhý a rychlý, ale aby byl také bezpečný. Aby nekončil tragicky v Zeleném potoce, odkud bys už dále byl svážen na kanadských saních, obalen dlahami a obinadly. Možná že už jsi zakusil, že to není nic příjemného. Cestování sanitkami zimními horskými silnicemi 20 km do nejbližší nemocnice ti rozhodně náklady nepřidá. Ještě před chvílí na kopci se ti život zdál tak nádherný v osvěžujícím mrazivém slunečním dni — a za okamžik ti vše najednou zčerná v jedinou škarou temnou noc. Upědomuješ si potom 3 měsíce v sádře, co to je vlastně být zdravý, což jsi vždy považoval za úplnou samozřejmost. Řikáš si, že jsi ohromný smolař. V létě jsi přece trénoval, hrál tenis i kopanou a nekouříš. Budiž ti útechou, že kdybys nebyl fyzicky dobře připraven, dopadlo by to možná hůř a hojení by bylo delší.

Nebezpečí a záludnosti hor jsou různě kombinované. Nejčastější příčinou zranění na horách je člověk sám! Úrazovost při lyžování je značná. Hory však zůstávají na svých místech ve stále stejných ročních podobách; nestaly se nebezpečnějšími, ale lehkomyšlnějším se stal člověk, který přichází do hor! V Krkonoších má nebezpečí podobu hlavně tří Z: zabloučení, zmrznutí, zranění. Daleko nejčastější jsou zranění. Promysli si to, až se budeš letos v zimě ukázněně řadit do fronty čekající na lanovku... Nechtěj být za každou cenu nedělním závodníkem. Myslíš, že to opravdu stojí za to, jezdit nad poměry? Je někdy dobré umět včas zastavit. Lyžování se ti pak stane krásnější svou bezpečností. V Horské službě budeme mít méně starostí se zachraňováním, v práci za tebe nebudou muset zaskakovat, ušetříš peníze sobě i společnosti a hlavně nebudeš mít bolest a trápení. Proto buď oddáný, ale rozvážný! Máš příliš krásy v sobě, aby tvými dědici byli jen červi v hrobě — říká W. S.

My ti za to objednáme — prašan, slunce a diamantová souhvězdí s mícem na způsob oka pstruha.

Horám zdar!

Tvůj horský lékař

Dr. KRATOCHVÍL,
HS Pec pod Sněžkou

VYŠLY NOVÉ VÝPOČTOVÉ TABULKY

Pro delšími projednávání v ústřední komisi rozhodčích byl nastaven způsob výpočtu výsledků lyžařských závodů podle nových bodovacích tabulek. Vycházelo se při tom především z ustanovení mezinárodních pravidel a ze zkušeností nabytých v letošním roce, kdy i na našich mezinárodních závodech a mistrovstvích ČSSR byly výsledky vyčísleny již podle nových, nyní platných tabulek.

S problémy kolem tabulek a způsobu výpočtu byli čtenáři Lyžařství dostatečně seznámeni několika dřívějšími články. Proto dnes již jen konkrétní ustanovení:

Při bodovém hodnocení běhu do závodu sdruženého bude vzat za základ čas z průměru pěti nejlepších časů. Také při výpočtu bodů za délky skoků bude základem pro výpočet průměr z pěti nejdelších skoků bez pádu v příslušném kole. Tento způsob výpočtu za délky bude prováděn u nás v každém případě, ať už se jedná o skok prostý či o skok do závodu sdruženého, protože u nás vždy, tedy i u skoku prostého, počítáme do výsledku dva nejlepší skoky ze tří provedených.

Zde se naše pravidla poněkud liší od mezinárodních, která připouštějí možnost započítávat všechny tři skoky při skoku prostém do výsledku. V takovém případě — podle mezinárodních pravidel — je možno vzít za základ pro výpočet bodů za

délky skoků absolutně nejdelší skok v tom kterém kole bez pádu.

Na rozdíl od mezinárodních pravidel nebudeme používat za základ při výpočtu bodů za styl průměr z pěti nejlepších stylových známek v tom kterém kole, ale body za styl budeme počítat i při závodě sdruženém, jako tomu bylo dosud. Je to kvůli zjednodušení výpočtů, které by se značně zkomplikovaly tím, že by bylo třeba vypočítávat další průměry s event. zaokrouhlováním a používat další tabulky pro přepočtení bodů za styl, vypočítaných dosavadním způsobem. To by jistě činilo řadě našich rozhodčích potíže a značně by zpožďovalo včasné vydání výsledků. Navíc propočtení podle průměru pěti nejlepších výsledků za styl nijak podstatně pořadí závodníků nemění. Proto od tohoto způsobu bylo u stylu upuštěno.

U sjezdových vícebojů se výsledky budou propočítávat jako tomu bylo až dosud, a to podle nejlepšího času v příslušné disciplíně. Ale i zde je určitá změna, přizpůsobení se mezinárodním zvyklostem, a sice v tom, že základem výpočtu bude čas vítěze příslušné disciplíny bez ohledu, zda tento vítěz ve víceboji startuje, anebo víceboj dokončí či nikoliv. I to sleduje především urychlené vydání výsledků závodu.

Tyto zásady byly již předsednictvem lyžařské sekce schváleny. Jde nyní jen o to, aby si co nejdříve všichni rozhodčí nové způsob výpočtů a manipulaci s novými tabulkami osvojili, protože v letošním sezóně se budou výsledky již všech závodů vypočítávat podle nových tabulek.

Pro technické potíže nebylo však možné ještě v letošním roce vydat nové tabulky v definitivní úpravě. Proto ústřední komise zajistila pro letošní rok zatím jen provizorní tisk nákladem 1000 kusů i s podrobnými pokyny, jak se má tabulek používat. V době vydání tohoto čísla Lyžařství jsou provizorní tisky tabulek jistě již v rukou pracovníků ve všech krajích, a tak zbývá nyní jen jediný úkol: urychleně vyškolit rozhodčí ještě před zahájením sezóny a dokonale se připravit na nový způsob počítání podle nových tabulek. S podobnými úkoly se naši rozhodčí dovedli vždy vypořádat, nebude to tedy pro ně problémem ani letos.

JIRÍ CEJKA,

člen ústřední komise rozhodčích

NOVINKY VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH

Závodní sjezdový sport ve své více než třicetileté existenci prodělal a neustále prodělavá podivuhodný vývoj. Vlivem pokroku ve výrobě lyží a v tréninkových metodách se zvýšila rychlost a výkonnost zcela podstatně. Je třeba uznat, že činitelé odpovědní za rozvoj lyžařského závodního sportu měli vždy dobrou snahu přizpůsobit technická pravidla pro provádění závodního sportu jeho vývojovým tendencím. Federace neodmítala nové náměty a návrhy a vydávala předpisy, které, i když častokrát byly kompromisně zaměřeny, v hlavních liniích vyhovovaly. Během každého závodního období se vynořují nejrůznější názory a myšlenky, které bývají během léta prověřovány a prodiskutovány, a je-li to nutné, jsou vtelovány do Mezinárodního soutěžního řádu (MSR). Chtěl bych se dotknout některých z nich, nikoliv v úmyslu je rozebírat nebo komentovat, spíše ze zajímavosti.

SLALOM BEZ BRANEK

V Madridu Sjezdová a slalomová komise FIS (SSK) rozhodla uložit pořadatelům, aby slalom byl vytyčován více do šíře a méně po spádnicí, jak tomu bylo dosud. Tento pokyn byl v letošním zimě dodržován jen zcela výjimečně, jak vyplývá z referátů o předních mezinárodních slalomových závodech. Stále ještě, také u nás, se jezdí slalomy stavěné převážně po spádnicí. V moderním pojetí sjezdového sportu nemá být slalom zkouškou akrobatických schopností závodníků, nýbrž závodník má být dána možnost k rytmické jízdě terénem, k technicky správně prouděným švihům i k jízdě napříč svahem. Tak je nutno rozumět »přtrozené jízdě na lyžích«, jak je v diskusích o sjezdovém sportu znovu a znovu o ní hovořeno. Vzpomínám si v této souvislosti na překrásný slalom, vedený po dlouhém traversu na Skalnatém plese, postavený před lety na VCS rakouským trenérem Heissem. Byl to jeden z nejpeknějších slalomů, který jsem kdy viděl jet. Předpokladem pro postavení mo-

derně chápaného slalomu ovšem je pestře členěný terén. Uměle upravené svahy na velkých závodech, jak jsme je viděli na obrazovkách v posledních letech, kupř. ve Squaw Valley nebo v Kitzbühelu, nedávali autoru možnost postavit jiný než převážně technický slalom. Přemíra pádů na velkých mezinárodních závodech ve slalomu — v posledních letech vypadáva zpravidla celá třetina závodníků ze závodu — je v přičinné souvislosti právě se stavbou slalomů ve vertikále.

Francouzi se dokonce nechtějí spokojit jen s návratem k »původní« formě slalomu a dožadují se radikálního řešení. Honoré Bonnet a někteří další francouzští odborníci hovoří o slalomu pouze s jednou brankovou tyčí. Jezdec musí najít každou tyč shora, vnějších brankových tyčí není zapotřebí. Od realizace této myšlenky si Francouzi slibují možnost dokonalého využití terénu a podstatné zjednodušení stavby slalomu. Kromě toho prý by nebezpečí pádů bylo sníženo na minimum. Bylo by obtížné se k návrhu vyjadřovat, je třeba jej prakticky vyzkoušet. Jestliže by snížení počtu tyčí na polovinu skutečně dovolovalo harmonickou a plynulou jízdu, pak by myšlenka Bonnetova zasluhovala jistě podporu.

OBŘÍ SLALOM VE DVOU KOLECH

Při mnoha obloucích, které se v obřím slalomu musí jet, hraje pro závod rozhodující roli stav tratě. Letos v Chamoniix byla trat v pořádku jen pro prvních 10 jezdců. Prvá 4 umístění proto získala startovní čísla 6, 3, 1 a 2. Obráceně by bylo jistě možno poukázat na historický případ Toni Sallera, který v Garmischu v roce 1957 za prudkého deště a na tratě s velmi skromnou sněhovou pokrývkou, zojel se startovním číslem 23 nejlepší čas závodu, dokonce s náskokem 5,4 vteřiny(!). Sallerově se však již nerodí, špička závodníků se vyrovnala a je nutné, aby početněm favoritům byly zajištěny stejné podmínky. Obří slalom má mnoho společného se slalomem. Z této úva-

hy se zrodila myšlenka, aby i obří slalom se jel ve dvou kolech s obráceným startovním pořadím uvnitř skupin ve druhém kole. Závod by nesporně získal jak na sportovní hodnotě, tak na zajímavosti. Ožehavým problémem však zůstává trať. Vydrží-li trať stěží jedno kolo, jak bude vypadat ve druhém kole? Uskutečnit závod na dvou různých tratích by bylo velmi obtížné z důvodů organizačních. Jediným řešením zůstává omezit účast v druhém kole, které by se jelo na nově upravené tratě prvého kola.

VE SJEZDU RYCHLOST STÁLE STĚŽEJNÍ OTÁZKOU

Nejobtížnějším problémem nepochybně zůstává zvládnout rychlost v závodech ve sjezdu. SSK vydala již v roce 1959 směrnice, zaměřené k bezpečnosti závodníků. Příslušná ustanovení převzatá do nového MSR vylučují v nejnižší míře tzv. objektivní nebezpečí. Poslední léta však jsou charakterizována všeobecnou tendencí vést dokonale upravené sjezdové tratě co nejvíce po vertikále, nejkratším směrem od startu k cíli. Sjezdové tratě se přeměňují v mimořádně rychlé sjezdové dráhy. Je jistě správné, že ve sjezdovém závodě mají být vyzkoušeny všechny obtížnosti, které lyžařský sjezdový sport zná. Také »šusy« v obtížném terénu patří k těmto zkouškám, jsou-li dostatečně bezpečné. Moderní sjezdová trať skýtá téměř absolutní ochranu proti nárazům na pevné překážky, naproti tomu však zvyšuje rychlost takovou měrou, že i prostý pád může vést k těžkým zraněním. V zájmu zdravého vývoje sjezdového sportu proto nezbývá než dosáhnout snížení průměrných rychlostí, a to správnou volbou tras tratí. Pokrok v technice jízdy, v materiálu a v úpravě tratí stejně rychlost zvyšují. Proč proto nevolit tratě s pomalejšími úseky, s traverzy a zatáčkami, prakticky pro rychlé úseky neprokládat úseky méně rychlými? Řešení otázky trasy sjezdové tratě je nejdůležitější otázkou současného vývoje závodního sjezdového sportu.

O. KULHÁNEK

BUDE U MEDZINÁRODNÝCH ZJAZDOVÝCH PRETEKOV A a B KATEGÓRIA PRETEKÁROV?

J. MRÁZ — O. KULHÁNEK

Väčšina alpských krajín, kde vzhľadom na prirodzené terénne podmienky je celý rad vyspelých zjazdárov, sa už dlhé roky nemôže uspokojiť s tým, že na veľkých medzinárodných lyžiarskych pretekoch štartujú aj slabší pretekári, čím sa údajne ich úroveň znižuje. Hlavným »tŕňom v oku« je alpským krajinám rovnomerné zastúpenie na majstrovstvách sveta a zimných olympijských hrách. Ako je známe, každý členský štát FIS má právo postaviť 4 pretekárov v každej disciplíne.

Zdá sa, že alpské krajiny sú rozhodnuté zvrátiť tento doterajší stav, ktorý umožňoval rásť i lyžiárom nealpských krajín. Na svetlo sa nevyťahuje už len starý návrh Rakúšana prof. Rössnera z roku 1955, ktorý na vtedajšom lyžiarskom kongrese FIS v Montreux navrhoval utvoriť tzv. »nadligu« z 30—40 najlepších svetových pretekárov, ktorí by súťažili medzi sebou.

Zjazdovej a slalomovej komisii FIS predkladajú sa však ďalšie návrhy, ktoré nepochybne komisiu prinútiť, aby sa zaoberala revíziou príslušných pravidiel FIS.

Domnievame sa, že je potrebné, aby naši pracovníci na úseku zjazdových disciplín sa s týmito návrhmi oboznámili, ich študovali a vo vhodnom čase vedeli k nim zaujať vlastné stanovisko.

Treba povedať, že zjazdovej a slalomovej komisii FIS sú t. č. predložené už celkom konkrétne návrhy, ktorým sa v alpských krajinách dostalo značnej publicity. Ide predovšetkým o návrh športového redaktora Serge Langa. Podľa jeho návrhu mali by sa vytvorili dve kategórie pretekov a pretekárov:

1. FIS preteky kategórie A (Lauberhorn, Hahnenkamm, Grand Prix de Chamoni a ďalšie), ktoré by boli prístupné 45 najlepším medzinárodným pretekárom, zaradeným do tejto skupiny podľa výkonnostných tabuliek FIS.

2. Preteky kategórie B — pre ostatných pretekárov.

Po ukončení série FIS A — pretekov zostane v skupine A 30 najlepších pretekárov a 15 ich zostúpi do skupiny B, z ktorej zas do skupiny A postúpia 15 najlepších pretekárov podľa výkonnostných tabuliek FIS. Bolo by možno poúžiť aj eventualitu, že už v priebehu absolvovania pretekov kategórie B mohli by víťazi alebo prví traja postupovať do

skupiny A. Majstrovstiev sveta a zimných olympijských hier by sa zúčastnila celá A skupina pretekárov a ostatné národy by mohli do každej disciplíny vyslať po 1 pretekárovi.

Tento návrh, ktorý komentujeme len v hrubých črtách, nenašiel podporu, pretože nerieši celý rad problémov zámeriských pretekárov, ďalej otázku, či budú kluby alebo lyžiarske strediská ochotné usporiadať preteky kategórie B, atď. No čo je hlavné, pretekárom zo zjazdársky menej vyvinutých krajín to neumožňuje získavať skúsenosti od vyspelejších pretekárov. To je aj proti hlavným zásadám FIS, že každý členský štát má mať v záseade rovnaké práva a povinnosti. Odmietnutie tohto návrhu však neodradilo alpské krajiny, aby neprišli s novou, zdanlivo »spravodlivejšou« alternatívou. Podrobne sa touto tematikou zaoberala skupina predsedov technických komisii lyžiarskych sväzov Francúzska, NSR, Rakúska a Švajčiarska, kde bol prijatý francúzsky návrh Martel—Bonnet—Vincent.

Pretekári, ktorí sa môžu zúčastniť pretekov kategórie A, sa určia takto:

— ak nemá štát medzi prvými 50 pretekármi podľa výkonnostných tabuliek FIS žiadneho pretekára, môže prihlásiť 2 pretekárov,

— ak sú medzi prvými 50 pretekármi vo výkonnostných tabulkách FIS z príslušného štátu 2 pretekári, môže prihlásiť 3 pretekárov,

— od 3—6 kvalifikovaných 5 pretekárov, — od 7—9 kvalifikovaných 8 pretekárov, — 10 a viac kvalifikovaných 10 pretekárov.

Usporiadateľský štát môže okrem toho prihlásiť o 50 % viac pretekárov (napr. možnosť 8+50 %, t. j. 4 = spolu 12).

U pretekov kategórie B je kľúč:

— žiadny kvalifikovaný zo štátu 3 pretekárov, — ak sú 2 kvalifikovaní 4 pretekárov, — od 3—6 kvalifikovaných 5 pretekárov, — od 7—9 kvalifikovaných 8 pretekárov, — 10 a viac kvalifikovaných 10 pretekárov.

Na FIS A — preteky má každý štát poslať svojich najlepších pretekárov a tieto preteky majú usporiadať len alpské krajiny (Francúzsko, Taliansko, NSR, Ra-

kúsko a Švajčiarsko), a to každý štát len jeden pretek ročne.

Abý bol k dispozícii pre výpočet kvalifikačných bodov správny základ z pretekov kategórie B, majú na nich štartovať aspoň 2 pretekári skupiny A, pričom títo pretekári si môžu z pretekov odnieť i mínusové body, aby sa takto zamedzilo ich prípadnej ležernej jazde. Ak by príslušný usporiadajúci štát nemal pre pretek kategórie B k dispozícii dvoch jazdcov, ktorí musia byť vo výkonnostných tabulkách medzi prvými 25 pretekármi, určí ich štát podľa rozhodnutia zjazdovej a slalomovej komisie FIS na kalendárnom kongrese FIS.

Preteky kategórie A môžu sa usporiadať len v čase od 1. I. do 15. III. a preteky kategórie B v čase od 1. I. do 15. IV. každého roku.

Zhrnúť sme zásady obsiahnuté v nových návrhoch alpských krajín na roztriedenie pretekárov podľa výkonnosti do kategórie A a B. Roztriedenie pretekárov by zodpovedalo i roztriedeniu pretekov FIS. Ak máme k návrhom zaujať akési predbežné stanovisko, treba vychádzať zo skutočnosti, že tlak alpských krajín dosiahol riešenie v otázke obmedzenia účasti na pretekoch FIS, trvajúci už niekoľko rokov, dosiahol v poslednom čase akýsi vrchol a že ZSK práve pod týmto tlakom bola nútená zaradiť otázku ako riadny bod programu pre svoje jesenné zasadnutie v dňoch 21. až 23. septembra v Innsbrucku.

Sme tej myšlienke, že v budúcnosti zrejme nebude možné zabrániť určitým obmedzeniam účasti pretekárov na medzinárodných pretekoch FIS kategórie A, i keď napríklad najväčšie medzinárodné preteky Kandahar, spravujúce sa svojím vlastným poriadkom mimo rámca federácie, obmedzenie účastníkov nepoznajú. Pokiaľ však ide o účasť na MS a ZOH, nemožno opustiť zásadu rovnomerného zastúpenia jednotlivých národov, ak majú tieto súťaže sveta zostať reprezentatívnymi súťažami národov sväzov združených vo federácii.

Bude dôležité, aby sme pri riešení týchto problémov, ktoré sa bezprostredne dotýkajú tiež našich pretekárov, vedeli čeliť tendenčným návrhom alpských krajín. Poskytovať v rámci federácie osobitné práva malej skupiny štátov by bolo nezlučiteľné so základnými zásadami, uplatňovanými v medzinárodnom športe.

Statistika říká, že máme asi 2000 lyžařských rozhodčích. Tito rozhodčí, ve spolupráci s ostatními dobrovolnými pracovníky, zejména s techniky, připravují, organizují a technicky provádějí každý rok přibližně 200 až 250 lyžařských závodů uveřejněných v termínové listině lyžařů a nejméně dalších 250 závodů náborových, přeborů jednotlivců, SHM atd. To prakticky znamená, že každý rozhodčí by měl absolvovat aspoň 2—3 závody, aby byly všechny lyžařské závody řádně obsazeny rozhodčími. To je kvantitativní pohled na rozhodcovskou problematiku lyžařských závodů. Neméně důležitá je i stránka kvality rozhodčích. Sportovní technická »čistota« lyžařských závodů, která je u nás velmi dobrá, je v přímé závislosti na kvalitě rozhodčích. Na obrázku je »namátkově« zachyceno značení lyží na jednom z mistrovských závodů. Zdálo by se, že jde o »malý detail«. Má-li však rozhodčí pochopit smysl předpisu o značení lyží, bude si jej muset nejen znovu přečíst, ale i trochu se nad ním zamyslet, kupř. jak to je v hladkých běžích, jak ve štafetách, jak to vypadá v praxi, jak to je s kontrolou lyží při doběhnutí do cíle apod. A takových malých detailů jsou stovky, neboť pravidla lyžařských závodů nejsou ničím jiným nežli v systému uspořádání »malé detaily«. Lyžařské rozhodčí čeká v letošní zimě velký kus práce. Kromě obvyklých soutěží přibudou ČSSH, universiáda a další závody. Máme nová pravidla, která mnohé

mu rozhodčím dosud nepřešla do krve, máme nové výpočtové tabulky, kterých se musíme naučit používat. Rozhodčí, využijme v plné míře lstopádu a prosince, abychom se úspěšně zhostili úkolů, které nás čekají.





FIS

Modré nebe pohody a spolupráce ve FIS je stále ještě zataženo mraky, které přinesly západní větry z USA a agresivního paktu NATO pod patronací fašistických generálů a jejich přísluhovačů v NSR. »Případ Chamonix«. Do dvou slov ztělesněná hanebná diskriminace sportovců NDR a oficiální nekonání mistrovství světa ve Francii je stále předmětem diskusí, jednání a úvah. Cas, který obvykle pomáhá uzavírat nedořešené problémy, zatím nezapůsobil.

Malá rekapitulace událostí. První krok. Předsednictvo FIS usneslo: nekonat mistrovství světa v Chamonix. To byl správný a jasný závěr.

Druhý krok — povolení udělovat prozatímní tituly a medaile — byl nečekaný zvrat a ukázal, že někteří funkcionáři mají strach rozházet si to s politickými představiteli reakčních kruhů na Západě.

Třetí krok — pokus o řešení celé záležitosti svoláním mimořádného kongresu do Vídně na podzim letošního roku byl nereálný. Na kalendářním kongresu FIS 1962 se ukázalo, že situace je stále neřešitelná, neboť někteří představitelé zejména USA a Anglie podporovali na předsednictvu FIS diskriminační opatření, a tak rozhodnutí bylo ponecháno až na řádný kongres FIS v roce 1963. To bude čtvrtý krok, který ukáže, zda FIS si nadále uchová pověst organizace, která nejen dodržuje své statuty, ale i rozvíjí olympijské myšlenky a respektuje zásady stanovené mezinárodním olympijským výborem.

Různí experti pokoušejí se již dnes opět dezorientovat veřejnost v některých dobrých olympijských tradicích, které vyznívají v posledních letech příznivě pro sportovce SSSR a socialistických zemí. V 10. čísle časopisu SKI — NSR pan H. Maegerlein si povzdychl: »Jaké by to bylo, kdyby při závodech nemusely být vztýčovány a hrány hymny? Přece nikdo nebojuje za Německo (asi dosud nepochopil, že existují dva německé státy), USA či SSSR — každý je přece tak sám nejen v životě, ale i při sportovním boji.« Chápeme, že na Západě se velmi silně pěstuje individualismus a že někteří lidé ztrácejí perspektivy. My jsme však přesvědčeni, že pro život je rozhodující kolektiv v úzkém i širokém slova smyslu a že teprve v dobrém kolektivu se plně může rozvíjet a růst talent a nadání člověka. Pro ty, kteří to sami prožili, je jistě nejkrásnější zážitek ve sportovním životě, když po dlouhých letech tréninku si vybojují tu čest, že mohou stát na stupních vítězů při olympijských hrách, mistrovství světa, Evropy a jiných závodech a vidí stoupat na stožáru svou státní vlajku a slyší hymnu. Je zajímavé, že když dříve vítězili sportovci USA, Anglie, a jiných kapitalistických zemí, vlajky a hymny nikomu nevadily.

Na druhé straně máme radost z toho, že řada představitelů mezinárodních federací a sportovních svazů aktivně bojuje proti diskriminaci. Mezi ně patří i předseda FIS dr. M. Holder. O tom svědčí jeho zásahy v »případu Chamonix« a v současné době jeho podpis rezoluce Organizací spojených národů a vládám pěti vel-

mocí, ve které se ostře protestuje proti tomu, že vlády některých států odmítají vstupní víza sportovním reprezentantům jiných zemí. Je samozřejmé, že takové jednání má plnou podporu naší sportovní veřejnosti. Československá delegace na kongresu FIS 1963 bude prosazovat, aby byly dány záruky a aby byla nekompromisně odsouzena jakákoliv diskriminace sportovců. Věříme, že i ostatní delegace v tomto smyslu pomohou při urovnání záležitostí týkajících se »případu Chamonix«.

Sjezdová komise FIS konala v druhé polovině září několik schůzí v Innsbrucku. Hlavním bodem diskuse byly sjezdové disciplíny, a to otázka rozdělení závodů a jejich kontingentování závodníků. Sjezdová a slalomová komise povolila alpským zemím omezovat účast na FIS závodech kategorie A. Systém stanovení »směrných čísel« s 2 až 10 závodníky pro stát (celková účast na závodech se bude pohybovat mezi 70—80 závodníky) byl schválen. Také pro B závody, jejichž mezinárodní charakter má být zachován a na kterých budou závodníci moci získávat body pro výkonnostní tabulky FIS, byly dohodnuty podrobnější předpisy.

Pokud jde o mistrovství světa, bylo rozhodnuto zvýšit sjezdařsky vyspělým státům účast ze 4 na 5 závodníků, státům se slabší sjezdařskou úrovní naproti tomu snížit účast ze 4 na 3 závodníky.

Robert Faure převezme v zastoupení Wolfganga Friedla, který je zaměstnán přípravami pro ZOH 1964 jako generální sekretář, vedení sjezdové a slalomové komise pro nejbližší 2 roky.

-OK-

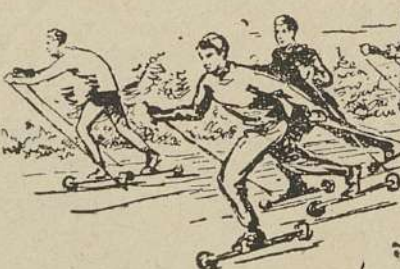
SSSR

Oblastní výbor Spartaku ve Sverdlovsku zavedl od letošního roku nový odznak (viz kresba) — Sněhovou vločku. Je určen pro všechny, kteří dobře zvládnou jízdu na lyžích, a zároveň bude udělován dobrovolným instruktorům, kteří naučí největší počet zájemců lyžovat.



Trénink lyžařů se široce rozvíjí a na podzim jsou především organizovány přesporní běhy, všestranná a napodobivá cvičení. V Kyjevě otevřeli další můstek s umělou hmotou a dynamovci v Talinu si vybudovali z rákosu umělou běžeckou dráhu

v parku. Velmi často jsou využívány kolečkové brusle a lyže, jako např. u lyžařů v Brjanských strojárnách, v Burevestnik v Kyjevě atd. V posledních letech jsou oblíbené i závody na těchto bruslích a lyžích, které se těší velké popularitě. V Murmanské oblasti již napadl sněh, a tak probíhají prvé tréninky na opravdových lyžích. Ale i tam lyžaři velmi často běhali na suchu s holemi.



POLSKO

Při společné výměně názorů o další spolupráci mezi PZN (Polski Związek Narciarski) a naší sekci bylo dohodnuto zkvalitnit naše vzájemné vztahy především zlepšením výměny závodníků, společnými aktivy trenérů, organizovat výměnu rozhodčích a vzájemně si zasílat materiály. Bylo také rozhodnuto konat každoročně mezistátní utkání pětičlenných družstev ve skoku na dvou můstcích v Polsku a na dvou v ČSSR. V příštím roce to bude na místech Szczyrk, Wisla, B. Bystrica a Spindlerův Mlýn. Každý závod bude hodnocen zvlášť a družstvo, které zvítězí ve všech 4 závodech, obdrží »Pohár přátelství«. Hodnotit se budou v každém závodě výsledky tří nejlepších skokanů. Tyto soutěže budou uspořádány v rámci normálních mezinárodních závodů i za účasti závodníků z jiných zemí. V současné době se také projednává možnost, aby do mezistátního utkání se zapojila kompletní družstva z NDR a SSSR.

V uplynulém období byla pozornost polských lyžařů obrácena k plenárnímu zasedání PZN, které se konalo 6. a 7. října 1962. Před tímto zasedáním probíhala široká diskuse o dosavadních výsledcích v závodním lyžování, o mistrovství světa v Zakopaném, o masovém rozvoji atd. Bylo řečeno dosti kritických slov na dosavadní práci. Vlastní plenární zasedání probíhало v duchu konstruktivní kritiky. Nejvíce připomínek a námětů bylo k masovému rozvoji a k lyžování na školách. Výsledky na mistrovství světa kromě skokanů byly podrobeny vážné kritice. Dále bylo řečeno, že je třeba vést boj proti kompromisnímu jednání, omladit reprezentační družstva a odstranit nedostatky z trenérské práce. Byla zdůrazněna nutnost zabezpečit širší rozvoj lyžování v krkonošské oblasti, Rzeszowszczyzně, Białostoczczyzně a v horách Swietokrzyských. Mistrovství světa bylo



nakonec kladně ohodnoceno. Do nového vedení (nowych władz PZN) byli zvoleni předseda: K. Malczewski, místopředseda Rajkowski, masové lyžování Klimaszewski, generální tajemník Pieleszek, předseda běžecké komise Fischer, skokanské — Brzuchanski, sjezdové — Bryś, sdružený závod — Walkosz, rozhodčí — Drożdż atd.

ŠVÉDSKO

V 8. čísle byla uveřejněna zpráva o velkém počtu soutěží, které absolvují švédští běžci. Na dotaz čtenáře kolik z nich bylo v zahraničí, odpovídáme: A. Rönnlund byl v uplynulé zimě vč. mistrovství světa 6krát v zahraničí, kde se zúčastnil 14 závodů. Mimo Polska startoval pouze na závodech ve Skandinávii. S. Jernberg byl 3krát v zahraničí (2krát ve Finsku, jednou v Polsku) a zúčastnil se zde sedmi závodů.

RAKOUSKO

Na zlomu letošního roku opět proběhne další ročník skokanského turnaje Rakousko—NSR. Bude významné především tím, že se bude skákat v Innsbrucku na můstku kde se budou pořádát také olympijské soutěže. Mimoto bude umožněno skokanům, aby si zatrénovali na nově přestavěném můstku v Seefeldu, kde bude při olympiádě skok do závodu sdruženého a druhá soutěž ve skoku. Prohlédneme-li výsledky dosavadních ročníků tohoto turnaje, jistě nás potěší, že mezi prvními deseti se umístili i naši skokani. 8. 1. 1956 Bischofshofen — 2. M. Stuchlík, 7. J. Bulín. 30. 12. 1956 Innsbruck — 9. Z. Remza. 29. 12. 1957 Oberdorf — 6. J. Bulín. 1. 1. 1958 Ga-Pa — 9. J. Bulín.

Po vzoru Japonců, kteří se rozhodli v r. 1963 provést tzv. generální zkoušku pro olympijské hry 1964, na kterou se do Tokia sjede na 300 nejlepších sportovců všech kontinentů, připravují i Rakušané provedení »bílé olympiády« v roce 1963 jako zkoušky pro ZOH 1964.

V lednu vyběhnou běžci v Seefeldu na olympijskou trať na 30 km. Následovat je budou ženy na trati 10 km. Ostatní běžecké závody, štafety a závod sdružený budou následovat v těsném sledu v dalších dnech.

Dne 3. února bude v Seefeldu provedeno mistrovství světa v biathlonu. Sjezdové olympijské tratě budou vyzkoušeny o 14 dnů později.

ITÁLIE

Předsednictvo italského lyžařského svazu potvrdilo volbu plk. Fabreho, býv. ředitele vojenské vysokohorské školy Aosta, za technického vedoucího pro sjezdové disciplíny. Jeho úkolem bude připravit národní družstva Itálie pro ZOH 1964 v Innsbrucku. Fabre ustaví v nejbližší době dva trenéry, kteří mu budou nápomocni ve splnění úkolu.

NSR

H. Marker, vynálezce bezpečnostního vázání, je známý tím, že pracoval řadu let jako cvičitel a je dodnes přívržencem jízdy v terénu. V uplynulé zimě přijel



NDR

Na obrázku vidíme trenéry H. Leonhardta (uprostřed) a G. Glasse (vlevo) vysvětlující svěřencům základy skoku na lyžích na můstku z umělé hmoty.

U nás velmi známému běžci Kuno Wernerovi byl udělen titul zasloužilý mistr sportu. Narodil se 10. 5. 1925 a již od mládí lyžoval. Líbil se mu především skok a v 16 letech byl již 2. ve skoku na přeboru Duryňska. Odborníci mu předpovídali velkou budoucnost. Přišla ale válka a všechny naděje byly zničeny. Po válce 1949 začal znovu závodit a stal se jedním z nejúspěšnějších reprezentantů NDR. V roce 1955 vstoupil do armády, kde mu byl umožněn hodnotný lyžařský výcvik. Zúčastnil se soutěží ve skoku, závodě sdruženém, biathlonu i v běhu. Zvítězil dosud v 29 mistrovských soutěžích.

Svůj postoj k současným událostem v NSR vyjádřil slovy: »Nejnebezpečnější nepřítel německého národa byla a je stále ona vládnoucí imperialistická vrstva národa, která si přivlastňuje plody práce a zneužívá talenty a píle národa k tomu, aby mohla vést války s druhými národy.«

Na mohutném vývoji skoku na lyžích se silně podílí Německá demokratická republika. Během několika málo let se zadala mezi přední skokanské velmoci. To má řadu důvodů. Hlavní z nich je okolnost, že socialistická tělovýchova v NDR dokázala v nebyvalé míře zpopularizovat skokanský sport v zemi. Mezi touto širokou základnou a vysokou sportovní výkonností předních skokanů je úzká spojitost. Mimořádné úspěchy, dosahované na mezinárodních závodech všeho druhu, přitahují mládež a každý by se nejraději stal Recknagem nebo Glassem.

V posledních 2 letech to je Peter Lesser,

k jednomu lyžařskému výtahu (Eckbauer). Pokladník si ho prohlédl a řekl: »Cože? To ještě existuje? Tady přichází „jeden“ s běžeckými lyžemi — tedy opravdový lyžař. Prosím. Můžete jet nahoru zdarma.«

V 10. čísle SKI 1962 uvádí J. C. jako důvod dobrých výsledků sovětských běžkyň jejich mimořádně vysokou frekvenci kroků 110 až 115 za minutu a chváli dokonalejší techniku běhu zvláště A. Kolči-

ser, který se krok za krokem přibližuje svým vzorům. Kdo je Peter Lesser? Původně se ani nechtěl stát skokanem, jeho velká láska byl běh. Tu a tam si skočil ze sněhového můstku, ale u skoku zůstat nechtěl. Pochází z Eisenbergu, tedy z rovinatého kraje; neměl ani předpoklady stát se skokanem, jak měli kupř. jeho dnešní soupeři z Oberhofu a Oberwiesenthalu. Jako mladý pionýr se v populárních školních skokanských závodech neumístil nikdy lépe než ve druhé polovině závodníků. Hans Renner, trenér národního družstva skokanů, však poznal Lesserův talent a přivedl jej do SG Motor Zella-Mehlis. Pod odborným vedením tohoto zkušeného trenéra postupoval Lesser rok od roku po stupních úspěchu. V roce 1960 startoval poprvé v zahraničí a již rok nato, jako 19letý, skočil v Oberstdorfu 130 m. Tímto skokem se v celkové klasifikaci umístil jako 5. Lesser má šťěstí na 5. místa. Po Oberstdorfu následovalo 5. místo na rak.-něm. turné. V roce 1962 skončil v Bischofshofenu na 5. místě a rovněž tak na MS 1962 byl 5. Toto krásné umístění v Zakopaném je dosud největším jeho úspěchem. Již před mistrovstvím světa při skocích na umělých můstcích bylo zřejmé, že Lesser patří k velké třídě skokanů. Když pak se ve vylučovacím závodě rozhodovalo o nominaci pro MS, skočil na velkém Aschberg-můstku 96 m a vytvořil tím nový rekord můstku. Po MS byly zrazy skokanů upřeny na Kulm. Na mamutím můstku v Mittendorfu dne 1. března 1962 se Lesserovi podařil vynikající let. Mistrně využil mírného protivětru a v nádherném »nalehnutí« bezpečně doskočil u značky 142 m. Hlasatel ohlásil nový světový rekord. I když konečné rozhodnutí rozhodčích znělo 141 m a v důsledku toho vyrovnání a nikoliv překonání světového rekordu Jugoslávce Joze Slibara z roku 1961, je nutno Lesserův výkon v Mittendorfu označit za jeden z nejlepších výkonů dosud dosažených.

Nejen ve sportu, ale i ve společenském životě kráčí Peter Lesser po správné cestě. Je členem okresního výboru FDJ v Suhlru a v roce 1961 požádal o přijetí do strany.

Podle něho technicky čistě jezdící Finky měly frekvenci 90—100 kroků za minutu, a to na vítězství nestačilo.

Olympijský vítěz ve sdruženém závodě Georg Thoma vyhrál závod ve skoku na můstku z umělé hmoty v Meinerzhagen. Získal 226,9 bodu s délkami 35 m a 36 m. Porazil přeborníka NSR Maxe Bolkarta z Oberstdorfu 220,5, (36,5 + 35,5) a Wolfganga Happleho z Neustadtu 209,6 (36,5 + 33,5).

Z ODDÍLŮ A SEKCI

Z ÚSTŘEDÍ

Hlavní pozornost předsednictva ústřední sekce a ústředních komisí v uplynulém období byla zaměřena na zpracování plánu činnosti na rok 1963, na sestavení rozpočtu, přípravu plánu školení, výcvikových táborech, jakož i vrcholných soutěží pro rok 1963.

Plán činnosti byl zpracován podle hlavních úkolů stanovených II. sjezdem ČSTV a usnesením jarního plenárního zasedání ústřední sekce lyžování.

U sportovních soutěží došlo během jednání ke změně termínu mistrovství CSSR ve sjezdových disciplínách. Původně navrhovaný termín byl přesunut na 11. až 17. 3. 1963. To znamená, že Velká cena Slovenska se bude konat společně s mistrovstvím CSSR v Tatranské Lomnici. Při této příležitosti byly projednávány též zásady lyžařské části I. československých sportovních her, jejichž finále se uskuteční ve dnech 13. až 17. 2. 1963; v Banské Bystrici — klasické disciplíny, v Jasné — sjezdové disciplíny.

Předsednictvo ústřední sekce dále projednalo otázku zajištění výstavby a zejména údržby lyžařských zařízení. Zatímco kladně hodnotilo nynější práci ústřední plánovací komise, vedené inž. Jindřichem, nebylo spokojeno s činností komisí v krajských lyžařských sekcích, které neppracují v plném rozsahu a nevyužívají všech dostupných možností k zajištění výstavby a údržby lyžařských zařízení v krajích. Zejména na Slovensku je tato činnost neuspokojivá.

Zvláštní pozornost byla věnována dostavbě a úpravě zařízení ve Spindlerově Mlýně, kde se uskutečnil v roce 1964 lyžařská část zimní světové universiády. Proto se přestavuje můstek P 70 m, upravuje slalomový svah a sjezdovky, i stavějí nové standardní běžecké tratě. I když úpravy probíhají vcelku uspokojivě, přesto si jejich zvládnutí ještě vyžádá mnoho intenzivní práce. Tady by měly přispět ze všech sil lyžařské oddíly, zejména

z oblasti Krkonoš, zajištěním brigád v tomto období. Při této příležitosti uložilo předsednictvo ústřední sekce ústřední plánovací komisi připravit výstavbu skokanského můstku P 90 m ve Svátém Petru.

Dále předsednictvo ústřední sekce projednalo přípravu a program podzimního zasedání pléna ústřední sekce.

Kromě dalších úkolů zhodnotila přípravu členů reprezentačních družstev na nastávající hlavní období. Podle zprávy ústřední trenérské rady, přednesené soudruhům Tvrzníkem, probíhá příprava vcelku uspokojivě. Zejména ve skokanských, sruženářských a běžeckých disciplínách se zlepšil styk trenérů s jednotlivými reprezentanty, pravidelně měsíční kontrola umožňuje sledování přípravy jednotlivých závodníků, ať již ve sportovních základech, či v jednotlivých oddílech. Ve sjezdových disciplínách nebyl již osobní styk trenérů se závodníky tak pravidelný. Přesto probíhala i u nich příprava podle individuálních tréninkových plánů. Předsednictvo ústřední sekce uložilo trenérské radě provést rozbor přípravy od počátku přípravného období s konkrétním vyjádřením růstu fyzické zdatnosti, a předložit jej v prosincové schůzi. Současně s touto zprávou předložit rozbor činnosti sportovních základen lyžování.

JINDŘICH HOCH

»ÚŘADOVÁNÍ« SE NĚKDY VYPLÁČÍ

V loňském roce se rozrostlo dorostenecké družstvo RH Brno o nové členy, kteří přišli ze žactva. Chtěli jsme, aby výcvik nového kolektivu byl hodnotný jak vlastní náplní, tak i organizačním zajištěním. Celá příprava byla zaměřena na postupné zvyšování výkonnosti v průběhu přípravného a hlavního období, s vyvrcholením na přeborech republiky. Při tomto intenzivním výcviku jsme zavedli pro každého závodníka denní cvičení souboru různých posilovacích cviků a potom pravidelné čtvrtletní kontrolní závody v některých atletických a gymnastických disciplínách. Počet opakovaných cviků souboru se zvyšoval každý měsíc až do prvního sněhu. O vlastním cvičení souboru si každý člen družstva vedl osobní záznam, kde si zaznamenával i ostatní sportovní činnost, zdravotní stav apod. Tyto záznamy byly trenéry evidovány a porovnávány s výsledky kontrolních závodů. Tímto všim jsme chtěli zachytit změny ve výkonnosti na-

šich závodníků v určitém dlouhodobém časovém úseku. Po šesti až osmi měsících od zahájení tohoto tréninku nebyly rozdíly dosažených výsledků nijak výrazné, i když trénovanost podle určitých cviků se nám zdála poměrně dobrá. Výsledky na sněhu, hlavně na přeborech republiky, však nevyšly tak, jak jsme si je plánovali. To však nás, trenéry ani závodníky, neodradilo od podobné přípravy na letošní sezónu. Po skončení závodního období na jaře dostali naši závodníci dvouměsíční sportovní volno, hlavně aby mohli úspěšně zvládnout závěr školního roku. Na začátku prázdnin jsme připravili čtrnáctidenní soustředění ve stanovém táboře na Českomoravské vysočině. V táborovém programu byly různé soutěže, kontrolní závody, hry, bojová cvičení, a hlavním cílem bylo upevnění celého kolektivu. S novým školním rokem jsme opět zavedli denní cviky a kontrolní závody. A hned ty první, v září, ukázaly dobré výsledky. Rozdíly mezi prvními kontrolními závody v loňském a letošním roce jsou takové, že je můžeme označit jako úspěšný výsledek celoročního výcviku. Tak u většiny (90 procent) se ukázalo zlepšení ve sprintech. Další zlepšení následuje u souboru skoků (přeskoky lavičky, pětiskok, dřepy), které se projevilo u 50 % závodníků. Nejmenší rozdíly se ukázaly u vrhu koulí, kliků a přespolního běhu (zlepšení jen u 20 % závodníků). Podle výsledků prvních kontrolních závodů byl sestaven rozvrh dalšího výcviku jednotlivců, který bude ještě nyní na podzim upravován.

Administrativa, která je spojena s evidencí našeho tréninku, přispívá sice k většímu úřadování, ale je nakonec příjemnou prací, když se vidět určitý dobrý výsledek. Chceme se však co nejlépe připravit na nastávající období, ve kterém nás čeká těžký úkol: obhájit druhé místo v celkové klasifikaci oddílů mládeže.

J. FUXA,
trenér mládeže RH Brno

NA SLUNCI JAKO NA SNĚHU

Liberečtí lyžaři jsou na nastávající sezónu dobře připraveni. Vždyť po celé letní období neztratili jedinou příležitost k zvýšení své tělesné připravenosti. Platí to hlavně o všech závodnících liberecké základny, kteří pod odborným dohledem zkušených trenérů vzorně plnili všechny podmínky svých tréninkových plánů. Vydatným pomocníkem jim byly disciplíny odznaku zdatnosti, doplněné lyžařskými »speciálními« — víceskoky a podobně. Všichni se zapojili do soutěže o nejzdatnějšího sportovce Libercea 1962, kterou právě dokončili. A nebudou bez vyhlídek na čestná umístění v okrese, někteří i v celostátní soutěži Československého sportu.

Uspořádali si také okresní mezioddílovou soutěž v pětiboji na městském stadionu v Liberci. Kategorii žáků vyhrála Lokomotiva Liberec s 1013 body před Sokolem Lázně Libverda, v jednotlivcích byl nejlepší Moulis z Liberce s 422 body. Mladší dorostenky vyhrál opět Liberec s 559 body, jednotlivce Kračmarová se 193 body. Mladší dorostence vyhrál Liberec s 974 body před Libverdou s 672 body, jednotlivce Vojtěch z Liberce s 341 bodem. Kategorie starších dorostenců měla nejlepší úroveň. Vyhrála jí opět Lokomotiva Liberec v sestavě Plch, Dvořák, J. Langhammer s 1099 body před Libverdou s 937 body. Pětiboj mužů vyhrála Slávia Liberec ve složení Maceček, Balatka, Ascherman s 983 body, v jednotlivcích byl nejlepší Fajstauer z Libverdy se 416 body. V závěrečném fotbalovém zápase porazili lyžaři Slávie VSS Liberec družstvo lyžařů ostatních oddílů 4:0.

■ V letním období je hra na pasáka dosud opomíjena a nedoceněna. Na letním táboře lyžařů RH Brno ji s oblibou hráli při každé příležitosti. Snímek J. Fuxa





Snímek, který dnes patří dávné minulosti. Doslova od základů začala před několika roky výstavba zimního střediska v Říčkách.

KDYŽ SI LYŽAŘI VĚDÍ RADY

A řekněme hned, že obě dvě východočeské jednoty, Lokomotiva Česká Třebová a Jiskra Ústí nad Orlicí, si dovedly poradit.

Troška z historie. V Třebové má lyžování dlouhou tradici, která byla pravidelně okořeněna řadou úspěšných startů na různých závodech a přeborech. V posledních letech se však objevil problém. Sněhu v nejbližším okolí města nebylo tolik a hlavně dlouho nevydržel, aby lyžaři mohli alespoň zčásti udržet krok s horskými oddíly. Padlo proto rozhodnutí vybudovat si vlastní středisko v nedalekých Orlických horách. Nu, a to je začátek střediska v Čenkovicích.

O něco později se obdobný nápad objevil v Ústí nad Orlicí. Ani odtud není do Orlických hor daleko, a tak o místě bylo rozhodnuto předem. Jenom Čenkovice nahradily Říčky.

Bylo by na místě hovořit o stovkách brigádnických hodin, o desítkách příkladů obětavosti, nadšení a zápalu pro věc. Platilo by to pro obě střediska. Psalo se o tom zčásti v minulých číslech, ale aspoň telegraficky.

Čtyřicet tisíc hodin brigád. Ano, tím bylo třeba začít. Podílil se na nich členové oddílů, školáci, občané Říček, vojáci. Tolik brigád musí být samozřejmě vidět. Také je. Zkrátka a dobře — středisko je, jak má být. Počítá se ještě s výstavbou můstku, ale už dnes je letní středisko pražských umělců zimním střediskem závodníků a mládeže ze širokého okolí.

A Čenkovice? Rostly rychle a rostou ještě teď. Každou sobotu a neděli, v zimě i v létě sem jezdí členové oddílu TJ Lokomotiva Česká Třebová a práce jim ubývá pod rukama. Kvalitní sjezdovka a vlek jsou toho důkazem. Představují tisíce brigádnických hodin Inž. Miroslava Kváče, obětavých brigádníků Karla Hájka, bratří Langů, Brusenbaucha a mnoha dalších. Nyní je rozestavěno i koupaliště. Sečteno dohromady: lyžaři myslí nejen na závody, ale hlavně na mládež, na výlety neregistrovaných příznivců lyžování, na bohatou činnost v letním období. A tak to má také být.

Lyžaři ústecké Jiskry a českořeberské Lokomotivy si úkol umožnit mládeži tělovýchovně a sportovní využít, dává do svého štítu. Soutěží mladých lyžařů bylo v obou střediscích hned několik. S úspěchem tam probíhaly Sportovní hry mláde-

že a volných chvil k pobytu na zdravém vzduchu i k užitečnému proběhnutí využili školáci. Střediska tedy nezhálehala...

Vydařily se také jednotlivé závody, ať již jde o přebornické či »O pohár MNV Říčky« nebo »O štít Bukové hory«. Těšit nás může také skutečnost, že vždy v neděli bylo v obou střediscích víc než živo. Zájezdy oddílů, autokarové výlety lyžařů-rekreatantů, mládeže.

Co závěrem? Těžko hledat něco jiného než poděkování všem, kteří se podílejí na dobré cestě obou lyžařských oddílů ústeckého okresu ve Východočeském kraji. Těžko se může podařit překlenout rozdíl v podmínkách krkonošských oddílů, a tak zvaných vnitrozemských. Ale příležitost k soustavné práci s mládeží, k organizování tělovýchovného života svého města a k výstavbě vlastních středisek, to přece má víc našich jednot a oddílů. Mnoho zdaru! Ať máme podobných Čenkovic a Říček co nejvíce!
IVAN WITZ

NOVÝ MŮSTEK V NOVÉM STŘEDISKU

Oddíl lyžařů Baníka Osek má téměř sedmnáctiletou tradici. Má za sebou již celou řadu úspěchů na sportovním poli v kraji i v republice. Oddíl se vždy opíral o výchovu mladých členů, kterým věnoval všemožnou péči, je znám pro svoji vzornou organizaci a vzornou úpravu běžeckých tratí ve svém středisku v Krušných horách. Velké pracovní úsilí a elán členů lyžařského oddílu bude letos znovu slavit další úspěch, tentokrát budovatelský. Ale abychom nepředbíhali. Začalo to vlastně i. částí druhého celostátní spartakiády. Její zimní část byla zahájena závodem na 50 km, Hančovým memoriálem v Novém Městě v Krušných horách, kde je lyžařské středisko Baníka Osek. Tento oddíl se podílel na organizaci a přípravě tratě, a to k spokojenosti všech závodníků i ostatních pracovníků. Členové oddílu povzbuzeni tímto úspěchem se pustili do stavby dosud největšího lyžařského můstku, který by doplnil výstavbu lyžařského stadiónu pro klasické závody na lyžích. Vznikne tím, spolu se sjezdovkou a slalomovým svahem na Bouřňáku, středisko, které je schopno uspořádání i vrcholných závodů. Plán můstku vypracoval a stavbu řídí člen oddílu V. Kleindek. Znamenalo to vykácet pruh lesa a za vydatné pomoci planterů a buldozerů upravit terén. Práce členů oddílu soudruhů Steklého, Sýkory, Stílera, Limberského, bratří Batzů, Steklého ml., Černého, Říjčka a dalších, kteří ve svém volném čase odpracovali již téměř pět tisíc brigádnických hodin, není marná. Její hodnota po dokončení bude 273 000 korun. V přepravě materiálu a zeminy vydatně pomohl řidič Tatry 111 z brigády socialistické práce n. p. Rudné doly ze Sobědruh. Přihlížejícímu často zamrazilo v zádech, když viděl plně naloženou taturu couvat po příkrém svahu budoucího můstku, vysypávat náklad hlíny a kamení a znovu se těžce ale jistě rozjet po příkrém terénu vzhůru. Konstrukce můstku je kovová a je již dokončena. V minulých dnech byla dopravena na místo. Kritický bod můstku bude 63 m a konec doskočiště 80 m. Sklon nájezdu 35 stupňů. Vedle můstku bude vlek. Můstek bude moderní, s automatickým signálním zařízením, které zajistí bezpečnost provozu. V kabině rozhodčích bude centrála, telefonické nebo dispečinkové spojení s nájezdem, stolem, dojezdem a podobně. Úplně dokončení můstku je plánováno na příští rok, ale ošetřít lyžaři jej chtějí vyzkoušet již v letošní sezóně. Práce je stále mnoho, zima se nezdáritelně blíží, ale i stavba spěje ke svému konci. Záleží však na mnoha

okolnostech — hlavně na počasí, na řemeslnických pracích a materiálu. Práce lidí a vůle však nakonec zvítězí, a tak i lyžaři z oddílu Baníka Osek jistě dokončí stavbu. Snad se potom i dočkají svého vytouženého cíle — uspořádání celostátní spartakiády nebo přeborů republiky ve svém lyžařském středisku v Novém Městě v Krušných horách.

LAD. SVOBODA

VŠESTRANNOST JE VÝBORNÝ POMOČNÍK

Závodníci všech sportovních úseků se stále více přesvědčují, že bez všestranné tělesné přípravy se nedostanou kupředu s výkonností, ani že dosažené výsledky nemají dlouhého trvání. To koenečně potvrzuje lyžařská trojice Šir, Seifert, Hájek. Všichni se už dostali do kategorie »starších« přes 35 let, ale přesto jsou stále v plné aktivní činnosti. Vždy loňského roku všichni společně vyhráli v hřídkách přebor ČSSR v DZBZ a letos skončili na krajském přeboru na 2. místě.

V. Seifert se plně zapojil do soutěže o nejzdatnějšího sportovce redakce Československého sportu a vede kategorii mužů 35—46 let se 723 body. Za jeho výkony by se nemusel stydět žádný mladík: 100 m — 12 vt.; 3000 m — 10:24 min.; délka — 546 cm; koule — 10,98 m; plavání 100 m — 1:43,4 min.; střelba malorážkou 49 zásahů z 50 možných a lehcce splnil i potřebných 21 shybů. To je krásný výsledek všestranné přípravy, který potvrzují i další dva z úspěšné trojice. Hájek ve stejné soutěži běžel 1500 metrů za 4:33 min. a 100 m za 12,8 vt. a soutěž dokončuje.

J. Šir, bývalý lyžařský reprezentant, byl mezi prvňáky, kteří soutěž o odznak zdatnosti zakončili. Získal 337 bodů, když za jeho silnou disciplínu běh 3000 m oddržel za čas 10:31 min. 134 bodů. Inu, nezapřel svoji dřívější výkonnost v bězích na lyžích.

Liberecký »trojlístek« má jistě hodně následovníků. Je si jen přát, aby jich bylo více a aby všichni naši sportovci zůstávali ve stále aktivně — sami pro sebe, pro celou naši společnost...

Na snímku Fr. Pilnaye: hřídká (zleva) Seifert, Hájek, Šir na letošním krajském přeboru v Dukelském závodě branné zdatnosti, kde skončila na druhém místě, a tak ztratila možnost obhajovat titul přeborníka ČSSR na celostátním finále.



SNÍH UŽ MŮŽE PADAT

Největší pozornost letošního podzimního plenárního zasedání ústřední sekce byla po zásluze upřena k mládeži. Slo o to, jak se připravit na letošní sezónu, aby pomoci SHM, prvních kol ČSSH, přeborů škol a závodů se dostala další mládež na start sáňkařských soutěží, a nejen to, aby se dále rozšířily řady členů-organizovaných sáňkařů. To bylo hlavní náplní ústředního referátu i valné části dobrých diskusních příspěvků. Proto také k problému práce s mládeží byla přijata tato usnesení:

1. Ústřední komise mládeže za pomoci ostatních komisí, krajských a okresních sekcí, jakož i oddílů zajistí ve spolupráci s příslušnými orgány školství účast sáňkařských instruktorů na všech praktických školeních pedagogických pracovníků. Dále ve spolupráci se ZTV, odborem turistiky, ROH a ČSM zajistí také účast našich instruktorů na školení těchto organizací.

2. Krajské a okresní sekce projednají s příslušnými orgány KV a OV ČSTV

účast zástupce bobů a saní v komisích SHM.

3. Všechny okresní sekce a oddíly ve spolupráci s ČSM a PO zajistí SHM v jízdě na saních v obvodu své působnosti.

4. V zájmu dalšího rozvoje sáňkařského sportu organizátoři a funkcionáři SHM v jízdě na saních zapojí co největší počet mládeže do sáňkařských oddílů.

5. Závěry referátu — úkoly pro další práci s mládeží — budou uveřejněny ve Zprávách sekce a v tisku.

V dalším průběhu se jednalo o otázkách lepší organizace soutěží o možných změnách v organizaci a počtech klasifikačních závodů, tak aby i při zvětšeném počtu závodů byli spravedlivě ohodnoceni ti, kteří se všech závodů neúčastní. Hovořilo se i o otázkách účinné propagace našich sportů, hlavně dobrým využíváním dostupných filmů. V neposlední řadě se diskutovalo i o předolympijské přípravě sáňkařů a o možnosti zařazení bobového sportu.

-vh-



JÍZDA NA SANÍCH A BOBECH

Tak se nazývá nová historicky první vyšší příručka pro školení trenérů III. třídy v obou našich sportech. I když vychází s více než dvouletým zpožděním od data odevzdání rukopisu — vítáme ji stejně radostně.

Pro Ústřední školu ČSTV ji vydalo STN v edici učebních textů pod číslem A/29, za 9,70 Kčs. K dostání je ve všech prodejnách sportovního tisku nebo přímo na dobírku od Sportovního a turistického nakladatelství Praha 1, Klimentská 1.

Doporučujeme ji všem našim metodikům, trenérům a organizačním pracovníkům SHM, rozhodčím a zvláště učitelům tělesné výchovy na školách, cvičitelům základní tělesné výchovy, instruktorům zimní rekreace ROH a organizátorům nebo pomocným cvičitelům ČSM a PO.

V obsahu příručky najdete souhrně zpracovány všechny odpovědi na nejzávažnější otázky z historie a organizace obou sportů; vzorové a tréninkové plány celoroční činnosti sáňkaře a bobisty, speciální trénink v tělocvičně a se saněmi »na suchu«, jako nářadím, trénink v hlavním období, sportovní techniku a metodiku závodní jízdy na saních a bobech, názvosloví a technické popisy saní i bobů, mazání skluznic, kapitola o výstroji a výzbroji, úpravu sáňkovišť, rekreačně sportovních a závodních drah, jednotnou sportovní klasifikaci, seznam literatury a propagačních pomůcek atd.

Tato brožura spolu s Instrukčním plakátem »Jízda na saních« jsou základní kameny v rozvoji našich sportů. Pomohou nám zajistit a zrychlit plánovitě zvyšování sportovní hodnoty živelného sáňkařství na nejširší základně.

Ústřední sekce bobů a saní — propagační komise — má ještě omezené množství barevných instrukčních plakátů »Jízda na saních«, které vám na požádání zašle.

OLYMPIONICI SE PŘIPRAVUJÍ

Pro zvýšení fyzické zdatnosti reprezentančních družstev bobistů a sáňkařů stanovila ústřední trenérská rada pro rok 1962—1963 zprůsňené limity lehkotletického pětiboje v těchto disciplínách: běh na 100 m, skok daleký, skok vysoký, vrh koulí, běh na 3 km pro muže a na 800 m pro ženy. Lehkotletický pětiboj byl doplněn shyby na kruzích pro muže a přednosy na ribstolech pro ženy. Letní příprava byla provedena na podzimním kontrolním srazu v tělovýchovném středisku v Nymburce. Na sraz byli ústřední školou ČSTV pozváni pouze reprezentanti-sáňkaři. Bobisté se srazu neúčastnili, protože bobový sport nebyl zařazen předsednictvem ÚV ČSTV do řízené olympijské přípravy.

Úroveň srazu prokázala větší uvědomělost a cílevědomost reprezentantů v celoroční přípravě. Byla také prováděna důsledněji a odpovědněji než v minulých letech. Srazu se zúčastnilo celkem 15 mužů a 9 žen. Omluvili se pouze 4 závodníci z vážných pracovních důvodů a pro nemocnění. Plánovaný program byl splněn v plné míře. Třídenní sraz, podle závěrečného hodnocení vedoucího kursu doc. dr. Dalibora Zdeňka, »umožnil nejen hladké provedení všech kontrolních cvičení, ale i soustředěnou a pozornou sledování přednášek i čilé diskuse, a hlavně pak i doplnění programu ukázkami s ná-

cvikem nových cvičení, vhodných pro doplňkovou přípravu olympioniků-sáňkařů. S plným úspěchem se setkalo nacvičení pákovačích her.«

Výsledky jednotlivých kontrolovaných disciplín byly ohodnoceny bodováním a vyhlášeno toto pořadí:

1. Roland Urban, 22 let, 451 b., 2. Jan Hamřík, 22 let, 440 b., 3. Horst Urban, 26 let, 430 b., 4. Rudolf Gerhardt, 29 let, 386 b., 5. Petr Klápště, 15 let, 332 b., 6. Herbert Feix, 25 let, 298 b., 7. Jan Štefanjuk, 17 let, 297 b., 8. Václav Hynek, 20 let, 282 b., 9. Ladislav Hujer, 17 let, 279 bodů, 10. Maník Novotný, 25 let, 255 b.,

1. Helena Deckerová, 17 let, 594 b., 2. Olina Tylová, 19 let, 408 b., 3. Zorka Tomášková, 19 let, 395 b., 4. Anelise Vateřová, 18 let, 302 b., 5. Hana Nesvadbová, 18 let, 258 b.

Požadovaný limit splnili první 4 závodníci a základní limit 10 závodníků v kategorii mužů. V ženách splnily požadovaný limit první 3 závodnice a základní limit 6 závodnic. Proti minulému roku se zlepšili junioři. Vytrvalost a houževnatost byly prokázány v uspokojivé míře všemi závodníky.

V další přípravě bude třeba věnovat zvláštní pozornost nácvičku rychlosti a technice vrhů. Ženy zaměří svou přípravu na nácvičku síly a obratnosti.

Nejllepších výkonů dosáhli:

Muži			Ženy	
100 m	Rudolf Gerhardt	12,1 vt.	Helena Deckerová	15,0 vt.
výška	Rudolf Gerhardt	162 cm	Helena Deckerová	134 cm
dálka	Rudolf Gerhardt	545 cm	Helena Deckerová	433 cm
koule	Horst Urban	9,94 m	Helena Deckerová	9,83 cm
3 km	Jan Hamřík	10:13,0	—	—
800 m	—	—	Helena Deckerová	2:44,0
shyby	Roland Urban	20X	—	—
přednosy	—	—	Helena Deckerová	30X

Podzimní kontrolní srazy reprezentantů, podle podmínek i bobistů, bude ústřední trenérská rada ve spolupráci s učeně metodickou komisí organizovat každoročně, protože zvyšují kolektivnost

špičkových závodníků, umožňují kontrolu jejich poctivosti v přípravě a zvyšují jejich odbornou i morální vyspělost.

BRONISLAV HANÁK

Slyžařství

ROČNÍK 48. ČÍS. 11.

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ÚV KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-18*22565

PRVNÍ VLAŠTOVKY?



- Autorem textů byl soudruh Zdeněk, který také provedl i výklad.
- Dvojice kategorií mužů na startu běhu na 7 km. Vítězem se stal člen Slávia VŠ Praha Müller se startovním číslem 79.

TITULNÍ STRANA: Trénink v tělocvičně je samozřejmostí i u takového sportu, jako je závodní sáňkování. Je nezbytnou součástí celoročního tréninku a jistě má velkou zásluhu na dosažených úspěších uplynulého závodního období. Na snímku J. Hejry členové sáňkařského oddílu TJ Slávia VŠ Praha při tréninku.

4. STRANA OBÁLKY: Nebude dlouho trvat a naše krásné hory se obléknou do slavnostního bílého hávu. Některé předpovědi říkají, že to bude dřív než čekáme. Proto pozor — máte již opravenou a připravenou výstroj a výzbroj? Na opravu před vánočními svátky bývá pozdě, zejména chcete-li je v klidu a pokoji prožít na horách. Na snímku K. Nováka chata ČSTV na Horních Mísečkách v Krkonoších.

- Bojovalo se o každý metr, o každou vteřinku. Bojovnost však nestačila tam, kde byla slabá letní příprava. M. Kopřivová, startovní číslo 178, z lyžařského oddílu Slávie Žižkov měla obojího dostatek. Proto zaslouženě zvítězila v kategorii starších dorostenek.

První vlašťovky vždycky neznamenají příchod jara. První přespolní běhy lyžařů však jistě a nezvratně dokazují, že zima je již za dveřmi. Je to už tradice, že s padajícím listím, dlouhými se stíny podzimního slunce a s ranními jinovatkami jsou lyžaři aktivnější, prostě — nemohou se dočkat.

Přespoláky mají své kouzlo nejen proto, že jsou příslibem zimních radovánek, ale proto, že každému z nás něco přinášejí, každému něco dávají. Výkonným závodníkům kontrolu letní přípravy a potřebný klid a chuť do lyžařských závodů, mládeži zdravou soutěživost a měření sil v kolektivu. I pro starší hodně znamenají. V družné společnosti oddílových přátel si mohou prověřit, že se stárnutím to není tak zlé.

Zádný přespolní běh se neobejde bez dramatického ovzduší závodů, tolik připomínající lyžařské prostředí. Tím je utěšujícím prostředkem těm, kteří nedočkavě sledují povětrnostní zprávy, oprašují prkýnka a jsou vděční za ukrácení doby, než napadne na horách první sníh. Ze na tom něco je, přesvědčivě ukázal i krajský přebor pražských lyžařů. Druhou říjnovou neděli se sešlo na startu tohoto přespolního běhu pořádaného lyžařským a vodáckým oddílem TJ Spartak Závodní 9. května na 150 závodníků. Je to velmi pěkná účast, která svědčí o velké popularitě přespolních běhů, a záleží jen na nás, aby v příštím podzimním období jich bylo ještě víc.





ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lýžařství - saněkařství a bobový sport



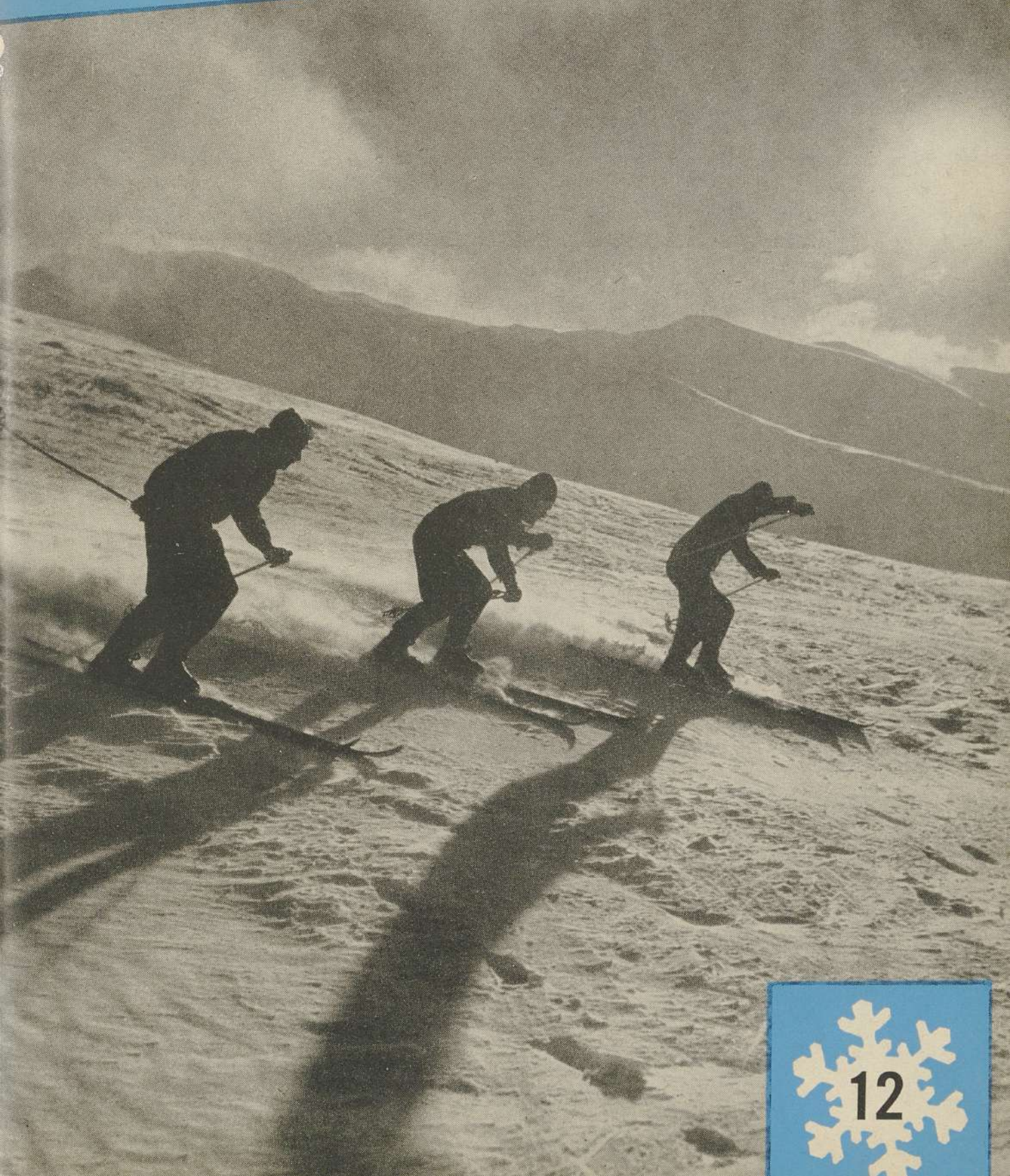
11

Slyžarství

Special

Sáňkařství a bobový sport

ROČNÍK 48
PROSINEC 1962



12

BÝT PRVNÍ I V POČTU ÚČASTNÍKŮ



My lyžaři zahajujeme významnou sportovní soutěž nastávajícího roku — I. československé sportovní hry. Záleží na nás, na naší iniciativě a organizačních schopnostech, na obětavosti, s jakou je budeme zajišťovat. Záleží na nás proto, že jsme se svými soutěžemi v I. ČSSH první, na které se soustředí pozornost nejen celé republiky, ale i zahraničí. Jistě nezklameme. Máme zkušenosti z minulého ročníku SHM, kterého se zúčastnilo na 180 tisíc chlapců a děvčat, i zkušenosti z četných a převážně dobře organizovaných soutěží. Máme i další předpoklady k úspěšnému zahájení I. kol ČSSH. Oblibu našeho sportu, dostatečnou masovou základnu i široký aktiv obětavých a zkušených funkcionářů. Jsme první jako pořadatelé, budme první i v kvalitě organizace soutěží, ale především získejme prvenství v počtech závodníků v základních kolech.





ZA ŠŤASTNOU BUDOUCNOST

XII. sjezd naší Komunistické strany Československa se stal historickým mezníkem na cestě naší socialistické společnosti ke komunismu. S vědomím vysoké odpovědnosti jednal sjezd o současných otázkách rozvoje socialistické společnosti, o další cestě vpřed. Jednání sjezdu vysoko ocenilo úspěchy dosažené v období od XI. sjezdu, konstatovalo, že strana vedla pracující lid naší země správnou cestou, majíc na zřeteli především upevňování a prohlubování svazku mezi dělnickou třídou a třídou družstevních rolníků, upevňování politické a ideové jednoty všeho lidu v duchu marxismu-leninismu, upevňování moci dělnické třídy a všestranné zabezpečení republiky. Jednání sjezdu však také jako by ostrým reflektorem osvětlilo příčiny současných problémů, stejně jako předsjezdová diskuse a stalo se všestrannou analýzou rozvoje národního hospodářství, problémů organizace a řídicích vztahů státního a hospodářského řízení. Sjezd zvážil a zevšeobecnil výsledky diskuse s cílem odstranit všechno, co se ukázalo v životě země nevhodné, nesprávné či špatné.

Jednání XII. sjezdu také vysoko vyzdvihlo úkoly společenských organizací. »Plnění našich nových úkolů není myslitelné bez významné úlohy společenských organizací, a to jak při prohlubování jejich socialistického uvědomování, tak i ve sjednocování

aktivity pracujících při řízení hospodářství a státu...« řekl na sjezdu soudruh A. Novotný a dále pak uvedl, že »i v budoucnu půjde o to, rozvíjet bohatou a svéráznou činnost jednotlivých organizací Národní fronty, která by vedla k dalšímu a účinnému plnění našich úkolů a sloužila posilování politickomorální jednoty lidu.«

V těchto slovech je také skryto neobyčejně významné poslání našeho tělovýchovného hnutí při plnění úkolů XII. sjezdu KSČ. Československý svaz tělesné výchovy je důležitou organizací Národní fronty. Jeho činnost napomáhá při výchově nového člověka, neboť člověk nové socialistické, komunistické společnosti musí být všestranně vzdělán, fyzicky zdatný, kulturně vyspělý.

Nelze samozřejmě tyto směrnice chápat pouze jednostranně, spatřovat podíl tělovýchovného hnutí na gigantických úkolech naší společnosti jen ve výchově fyzické zdatnosti anebo, jak dále říká zpráva ústředního výboru — v rozšíření a zkvalitnění sítě zařízení, která umožní stále účinněji a všestranněji využít volný čas obyvatelstva«. Jde o to, aby myšlenky sjezdu prostoupily každé konání našich tělovýchovných pracovníků, aby jejich činy byly naplněny vysokou komunistickou ideovostí, aby i tělesná výchova a sport účinně působily při výchově komunistického člověka, aktivního budovatele socialismu, hlubo-

ce chápajícího politiku strany i náš světový názor.

Jednání sjezdu přineslo neobyčejně bohatství myšlenek, podnětů a impulsů pro činnost tělovýchovných pracovníků. Předsjezdová diskuse zrodila výzvu předních pracovníků průmyslu a zemědělství, kteří se obrátili ke všem pracujícím, aby si byli vědomi cti, kterou za socialismu nabývá každá práce pro společnost, aby si každý uvědomoval svou odpovědnost za to, co se děje kolem něho, jak na jeho místě jsou respektovány společenské zájmy, a co je povinen pro ně udělat, jaký bude jeho vlastní přínos pro maximální rozvoj hmotných a duchovních sil naší společnosti. Sjezd například ukázal, jak malé a nicotné jsou často úzké lokálně patriotické zájmy, jež se leckde někteří naši funkcionáři snaží povyšovat nad zájmy celospolečenské. Jak přitom nevzpomenout na řadu příkladů právě z oblasti tělovýchovné práce, kde řada negativních zjevů má své příčiny právě v těchto lokálních zájmech, povyšujících momentální prospěch svého oddílu či své jednoty nad zájmy rozvoje celého tělovýchovného hnutí, jak nevzpomenout na gigantomanii některých činovníků při výstavbě tělovýchovných zařízení, na neodpovědné hospodaření s finančními prostředky, určenými na nejširší rozvoj činnosti, na apolitické a bezideové odborničení v trenérské práci či na řadu dalších momentů, které jednání XII. sjezdu pomohlo tak ostře vyhmátnout a osvětlit.

Jednání sjezdu naší strany musí se nyní stát předmětem důkladného studia a činnosti i tělovýchovných pracovníků. Tělovýchovné hnutí už mnohokrát osvědčilo svou aktivitu, iniciativu, skutečnost, že svůj podíl na rozvoji naší společnosti dovede do punktu splnit. I tentokrát půjdeme v první řadě...

ZA VYŠŠIU ŠPORTOVÚ VÝKONNOSŤ

Z PODZIMNÉHO PLENÁRNEHO ZASADANIA ÚSTREDNEJ SEKcie

Už II. sjazd ČSTV v svojej rezolúcii okrem sústavného rozvoja masovej základne vytýčil dôležitú úlohu: zabezpečiť rast športového majstrovstva a výkonov reprezentantov. Prvú časť úlohy sme splnili veľmi úspešne. V Športových hrách mládeže štartovalo vyše 180 000 chlapcov a dievčat, odznak Lyžiar ČSSR získalo 93 654 lyžiarov. Tak isto aj ďalšie úlohy, ktoré sme si vytýčili na úseku masového rozvoja nášho športu, boli úspešne splnené. S tým však veľmi kontrastuje nespĺnenie úlohy vo zvyšovaní športového majstrovstva.

O tom hovoril v hlavnom referáte na plenárnom zasadnutí podpredseda ústrednej sekcie P. Biedník. Zdôraznil celý rad objektívnych príčin, ktoré hamajú rýchlejšiu rast výkonnosti našich pretekárov. No to všetko nesmie zakrývať nedostatky v našej práci. Veď v priebehu niekoľkých minulých rokov — medzinárodne neúspešných — sme stratili prestíž v medzinárodnom meradle a do istej miery aj dôveru vo svoju vlastnú prácu. Preto úsek pretekového lyžovania — a z toho predovšetkým štátna reprezentácia — vyžaduje najväčšiu pomoc a starostlivosť vo všetkých našich zložkách, počnúc ústrednou sekciou a končiac lyžiarskym oddelom, a to aj za cenu prechodnej menšej starostlivosti o ostatné úseky. Súdruh Biedník tiež hovoril o niektorých dobrých výkonoch, ktoré dosiahli naši reprezentanti Hrubý, Doubek, Motejlek, Olekšák, Kutheil, A. Šoltys a dorastenci Petřík a Novotný. No ich vzostup je oproti ostatným zahraničným pretekárom oveľa pomalší.

Dôležitou zložkou celkovej prípravy reprezentantov je psychická a morálna príprava. Skúsenosti zo Zakopaného a z ostatných pretekov ukázali, že sa na tomto úseku objavil celý rad nedostatkov, ktoré zapríčiňujú slabšie výsledky našich pretekárov. S výchovou a s upevňovaním vysokej morálky a vôle pretekárov nemožno začať až vtedy, keď pretekára zaradíme do reprezentačného družstva. Otázkou výchovy treba vidieť komplexne, v súvisi s učebno-metodickou a športovou prácou už v našich oddieloch a v okresných a krajských sekciách. Aby sa však tieto otázky mohli uplatňovať, to predpokladá znalosť a organizačnú schopnosť lyžiarskych zložiek.

Taktiež na úseku riadenia učebno-metodickej práce veľmi zaoštvávame, a preto ani celkové výsledky nezodpovedajú podmienkam, aké máme. Všetky lyžiarske sekcie — najmä trénerské rady a učebno-metodické komisie — musia venovať týmto otázkam zvýšenú pozornosť. Hovoríme, že v prevažnej väčšine našich oddielov sa už dnes uplatňuje celoročná činnosť. Skutočnosť je však iná. Zásadne s ňou možno rátať vo všetkých lyžiarskych základniach, ktorých je 33, avšak iba v jednej tretine lyžiarskych oddielov možno hovoriť o celoročnej činnosti.

Rozhodné slovo patrí trénerom. Celý rad trénerov pracuje dobre a zodpovedne. Sú však aj takí — a niet ich málo — ktorí podliehajú nesprávnym tendenciám a požiadavkám pretekárov. Nie vždy takíto tréneri uplatňujú správny a usilovný tréning, disciplínu a podriadenie sa kolektívu. Tu musia zohrať rozhodujúcu úlohu predovšetkým tréneri v oddieloch a v lyžiarskych základniach. Tam pretekár žije, trénuje. A je na škodu vecí, že práve tam sa niekedy dopúšťame značných chýb pri výchove a uplatňovaní zásad tvrdého tréningu.

Je samozrejmé, že nedosahujeme úplnú jednotnosť metód výchovného procesu. Na tomto úseku treba hľadať cesty pre zlepšenie celého systému tréningovej práce podľa vzoru pretekárov Sovietskeho sväzu, Poľska a iných krajín. Citeľne nám chýba možnosť celoročného tréningu na jednom mieste pod vedením kvalitných trénerov. Toto sa týka predovšetkým reprezentačného družstva. Predpokladom je rozhodnutie pretekárov odísť do miest, kde by sme pre nich mohli zabezpečiť stále zamestnanie a oni by sa mohli spoločne venovať príprave. Dnes už takúto možnosť máme a treba ju aj využiť. Ak chce pretekár, ktorý má predpoklady, dosiahnuť vrcholné výsledky, potom musí ustúpiť od svojich súkromných požiadaviek a plne sa venovať príprave.

Hlavný referát sa zaoberal aj otázkou lyžiarskych súťaží, ich prípravou a priebehom, pri ktorom sa dopúšťame niektorých chýb (hoci máme značne vyspelý funkcionársky káder). O to väčšiu pozornosť treba venovať súťažiam v budúcom roku, kedy sa uskutočnia I. československé športové hry.

V závere svojho referátu súdruh Biedník zdôraznil zodpovednosť nielen pléna ústrednej sekcie, ale celého lyžiarskeho hnutia za úroveň nášho lyžovania. Preto treba dobre spolupracovať počnúc oddielmi a lyžiarskymi základňami a končiac najvyššími lyžiarskymi orgánmi. Rozvoj pretekového lyžovania nemožno nadekretovať. Záleží na nás všetkých, ako budeme spoločne bojovať za uznesenia II. sjazdu ČSTV, ako budeme pomáhať pri uskutočňovaní sjazdovej rezolúcie a pri odstraňovaní všetkých nedostatkov, ktoré hamujú úspešný rozvoj pretekového lyžovania.

Z DISKUSIE

V diskusii hovorilo 25 delegátov predovšetkým o týchto problémoch:

● **O činnosti cvičiteľov v oddieloch.** V súčasnej dobe je veľmi slabá. Odporúčajú poskytovať cvičiteľom plnú podporu v ich práci, umožniť im zadarmo pobyt na horách, keď idú so svojím oddielom na výchovkypracovať pre nich zvorový plán na zimné obdobie, aby mohli podľa neho riadiť a usmerňovať prácu:

Uznesenie, ktoré v závere zasadnutia schválili všetci prítomní členovia pléna, vtyčuje pred lyžiarske hnutie celý rad dôležitých úloh. Na prvom mieste je to úloha uplatniť v ďalšej činnosti závery XII. sjazdu KŠC a zabezpečiť, aby s jeho výsledkami boli oboznámení všetci členovia lyžiarskych oddielov. Meradlom trvalého plnenia tejto úlohy bude tvorivá aplikácia záverov sjazdu v každodennej práci všetkých lyžiarskych funkcionárov. Druhým závažným bodom uznesenia je zabezpečiť úspešný priebeh všetkých kôl I. ČSSH a ŠHM. Je to úloha, na ktorej sa musia podieľať všetci zodpovední pracovníci oddielov a sekcií, predovšetkým STK.

Uznesenie ďalej ukladá:

● zabezpečiť, aby plnenie podmienok odznaku zdatnosti bolo v budúci rokoch súčasťou tréningových plánov všetkých pretekárov, a opäť vyhlásiť ďalší ročník súťaže o najlepší výkon;

● predsedom všetkých sekcií: ďalej upevňovať zloženie i organizovanosť všetkých sekcií, predovšetkým na okresoch;

● predsedom trénerských rád ústrednej sekcie a krajských sekcií: preveriť činnosť lyžiarskych základní a z najlepších vytvoriť zvorové základne so zameraním na prípravu reprezentantov.

V ďalších bodoch sa ukladá:

● dôsledne dodržiavať a kontrolovať prípravu reprezentantov na ZOH 1964 a dokončiť ich užší výber; doporučiť zmenu uznesenia sekretariátu ÚV ČSTV o neúčasti zjazdárov na ZOH 1964 — ich účasť by mala byť zabezpečená, ak budú mať reálne vyhliadky na dobré umiestnenie; ústredne organizovať ďalšie semináre trénerov v širšom meradle ako dotiaľ; prerokovať a navrhnuť riešenie k vytvoreniu družstiev mladých.

Z ostatných bodov uznesenia vyberáme: treba pokračovať v rokovaniach s Ministerstvom školstva a kultúry o zriadení výberových škôl so zameraním na lyžiarsky šport, školy otvoril v roku 1963/64; prerokovať vyhlásenie súťaže o Spartakiádu vložku a zabezpečiť, aby táto súťaž bola zaradená do súťaží III. celoštátnej spartakiády.

● **O športových základniach.** Základne majú byť predovšetkým pre reprezentantov a pretekárov, ktorých výsledky sú príslubom, že dosiahnu v budúci rokoch väčšie úspechy. Počet základní neznižovať, lebo aj tie základne, ktoré nevedú tréneri z povolania, dosahujú dobré výsledky. Finančne prostriedky netriešťať. Reprezentantov sústrediť do jednej alebo dvoch základní a týmto základňami poskytnúť plnú starostlivosť a podporu;

● **O lyžiarskych súťažiach.** Z niektorých diskusných príspevkov vyplývalo, že je priveľa súťaží v pomerne krátkom čase. Od roku 1960 však počet súťaží v celoštátnom kalendári klesol o 30 %. Treba zamerať pozornosť na preteky miestneho významu, na ktorých sa zúčastňujú pretekári nižších výkonnostných tried. Kritizovali sa snahy niektorých usporiadateľov, ktorí sa snažia zo svojich pretekov »stvorití« tzv. významné súťaže s účasťou reprezentantov a najlepších pretekárov. Tito usporiadatelia zabúdajú, že ide predovšetkým o to, aby mohlo pretekať čím viac pretekárov a aby pritom nemuseli veľmi cestovať.

V ďalších diskusných príspevkoch sa hovorilo o opätovnom zavedení súťaže pre mládež — o Spartakiádu vložku, o tom, že treba zriadiť interné školy so zameraním na lyžiarsky pretekový výcvik podľa škôl v NDR, i o ťažkostiach pri výstavbe a údržbe lyžiarskych zariadení, o potrebe vyriešiť vlastnícke práva lyžiarskych zariadení vo Vysokých Tatrách a o zvýhodnení pretekárov, trénerov a cvičiteľov pri používaní lanoviek a výťahov. Hovorilo sa tiež o zabezpečení kvalitnej výbroje pre mladých nádejných pretekárov, o znížení cien niektorých lyžiarskych potrieb pre mládež, o tom, že by bolo vhodné vybudovať chatu vo Veľkej Zmrzlej doline vo Vysokých Tatrách, a kritizovala sa kvalita lyží, voskov a väzania.

V závere diskusie (nezvýšil už čas pre 9 prihlásených diskutérov) prítomní odporúčali zmenu smerníc, podľa ktorých sa nesmú poriaďať výchovné tábory pre krajských reprezentantov.

Diskusiu uzatvoril člen predsedníctva ÚV ČSTV súdruh Hradec, ktorý vysvetlil niektoré otázky z diskusie a kladne zhodnotil priebeh celého zasadnutia.

Zahájit společnou činnost

Dát mládeži hodinu tělovýchovy denně si vytyčila naše tělovýchovná organizace na svém II. sjezdu. Úkol je to skutečně veliký a s tím, co jsme až dosud vykonali, nersrovnatelný. Proto se nedá vyřešit dosavadní organizací ani dosavadními metodami práce. Jen sloučením a spojením všech sil můžeme dosáhnout uspokojivých výsledků. O tom jistě nikdo nepochybuje. Přestože tuto známou pravdu každý ví, ne každý ji také uznává a řídí se podle ní ve své činnosti. Pro příklady nemusíme chodit nijak daleko. Vidíme je kolem sebe v každodenním životě, tedy i v tělovýchově i u nás v lyžařských oddílech. Nemáme zde na mysli spolupráci naší organizace se složkami NF, kde také nemůžeme být spokojeni. Jde nám nyní o vzájemnou pomoc a spojení sil uvnitř tělovýchovné organizace, o spolupráci mezi sportovními oddíly, odborem základní tělesné výchovy i odborem turistiky. Čím dřív, tím lépe platí pro tuto spolupráci. Požádali jsme proto předsedu ústředního odboru ZTV soudruha J. Šterce a ústředního metodika s. Košáka, aby nám řekli svůj názor.

Jak si představujete spolupráci odborů ZTV s lyžařskými oddíly?

Jaroslav Šterc:

»Především v obsahovém sjednocení problému. Každý totiž na svém úseku může něčím přispět. Proto není nutný nějaký konkurenční nebo prestižní boj mezi námi — základní tělesnou výchovou a sporty či turistikou. Ani jeden z těchto partnerů nemůže vystačit vlastními silami. Využitím všeho toho, co nám nabízejí jednotné osnovy a četné materiály, musíme vhodně různé prostředky spojit a využívat. Ne všude stejně a ne vždycky stejně. Jsou přece u nás různé místní podmínky, jednotlivá období nejsou s sebou také sezónní zvláštnosti. Tak v této době se to týká všech zimních sportů a pro nás v ZTV nejvíc lyžování, u mládeže i sáňkování. To přímo nabízí řešení, aby došlo k úzké spolupráci našich odborů s lyžařskými oddíly. Z naší strany pomůžeme ve všestranné přípravě a ve využití tělocvičen a podobného zařízení, vy pomůžete při výuce našich cvičitelů, při organizaci našeho cvičení venku na lyžích. V menších jednotkách by měla vlastně pro zimní období vzniknout bezprostřední spolupráce. Učinit ve cvičitelských sborech, ve sjednocení cvičebních hodin (i když s vlastním programem lyžařů), v pravidelnosti lyžařského obsahu v učebně výchovné práci odborů ZTV, ve využití lyžování všude tam, kde musíme pro nedostatek zařízení přenášet těžiště do přírody i v získávání cvičenců ZTV do SHM v lyžování.«

Stanislav Košák:

»Spolupráce odborů ZTV s lyžařskými oddíly v mnohých jednotkách již řadu let existuje, například v TJ Slávia Žižkov. Ve většině jednotek však stojí pracovníci odborů ZTV a lyžařských oddílů vedle sebe a přece nespolupracují. Podle mého názoru by se spolupráce odborů ZTV a lyžařských oddílů měla projevat mezi cvičiteli ZTV a trenéry, ovšem ne pouze v zimním období, ale po celý rok. Získali by tím obě složky na kvalitě celoroční práce. Zcela konkrétní forma vzájemné spolupráce je při organizování soutěží (SHM, ČSSH, OZ, Lyžař ČSSR). Zde samozřejmě nejde pouze o cvičitele a trenéry, ale o všechny členy jednoty. I když se nemůžeme zaměřit pouze na zajištění akce, to by bylo skutečně málo.«

Nyní v zimě je vhodná doba k zahájení společné činnosti. Jaký postup byste doporučovali?

Jaroslav Šterc:

»Domnívám se, že postup by měl být následující:

1. Společná porada ZTV a lyžařského oddílu.
2. Sestavení plánu spolupráce — organizátorské i metodické.
3. Spolupráce ve cvičitelských hodinách.
4. Zavedení společného cvičení.
5. Příprava masového rozvoje lyžování [instruktáž, příprava materiálového vybavení, plán akcí].
6. Zvláštní doškolení cvičitelů a tzv. organizátorů v základních lyžařských vědomostech.
7. Realizace hesla (v příslušné oblasti) — každý cvičenec ZTV lyžařem!

Tam, kde by snad řešili otázku resortně, je třeba vysvětlovat, jaký je náš společný cíl. Pro něj musíme školit a znovu školit další pracovníky. I tělovýchovné organizátory. Aby se jim dostalo základů, které by jim dávaly možnost stát se nositeli naší myšlenky.

Jistěže existují dobré formy takové spolupráce. My chceme, aby to nebylo jen ojedinělé příklady, ale pravidelný zjev, protože mládež máme jen jednu a pro její dobro musíme skloubit své úsilí. Teď na počátku nového roku je příležitost vyzkoušet své organizátorské i metodické schopnosti. Je třeba najít k sobě cestu. A hlavně začít!«

Stanislav Košák:

»V naší tělovýchovné jednotě se ukázalo, že na pravidelných cvičitelských hodinách je mnoho možností si předávat vzájemně své zkušenosti z cvičitelské a trenérské činnosti. Také na stránkách časopisu Základní tělesná výchova v metodickém seriálu od listopadu do ledna 1963 (6 čísel) sdělil své zkušenosti a nejnovější poznatky trenér lyžování, čímž konkrétně poradil odborům ZTV, jak se připravovat na lyže, jestliže v jejich okruhu působnosti není oddíl lyžování.

Zahájení společné činnosti opravdu nepotřebuje mnoho — postačí trochu oboustranné iniciativy. Jakmile spojí své síly cvičitelé ZTV a trenéři lyžování, zcela určitě v krátké době zaznamenejí lepší výsledky v naší společné práci. A to vždycky stojí za to.«

Koncem října proběhly německým tiskem dvě zprávy. Představitelé Národního olympijského výboru NDR (NOV-NDR) Dr. Heinz Schübel a generální sekretář Helmut Behrendt nastoupili cestu do dějiště ZOH 64, do Innsbrucku a do Lausanne ke kacléři Mezinárodního olympijského výboru (MOV) Otto Mayerovi. Ve stejné době odeslal NOV-NSR do Lausanne Otto Mayerovi dlouhý dopis, ve kterém vyhlásil požadavek splnění »9 bezpodmínečných předpokladů« pro vytvoření celoněmeckého olympijského družstva.

Heinz Schübel a Helmut Behrendt ohlásili svoji návštěvu u Otto Mayera již před několika týdny. Účelem bylo informovat MOV o průběhu vzpomínkových oslav, které v NDR proběhnou ve dnech 1.—5. 1. 1964 u příležitosti 100. výročí narození Pierre de Coubertina, zakladatele moderních olympijských her. Oslavy budou okázalé, vzpomínková slavnost na Vysoké škole tělesné výchovy, odhalené sochy P. Coubertina, putovní výstava, vydání dvou poštovních známek apod. Pod vlivem dopisu NOV-NSR se původní téma rozhovorů mezi představiteli NOV-NDR a Otto Mayerem nepochybně rozšíří.

Ve stejnou dobu, kdy NDR koná přípravy oslavit velkého Coubertina, pokládá NOV-NSR za účelné napsat MOV dopis; »9 bezpodmínečných předpokladů«, kterými nesleduje nic víc a nic méně než vytvoření celoněmeckého olympijského družstva zmařit. Vedení sportovního svazu NSR nechce celoněmecké olympijské družstvo, toto družstvo není v jeho zájmu, není ani v zájmu Bonnu. Za vším tedy stojí opět Bonn, rušitel míru na všech úsecích společenského života, tedy i na úseku sportu.

Jednou z 9 podmínek je, že vylučovací závody mají být provedeny na tradiční olympijské půdě — v západním a východním Berlíně. MOV a sportovcům NDR má tedy být předepsáno, co se má a co se nemá dělat. Dokonce chce Bonn vydat příkazy, kde v NDR mají být organizovány sportovní podniky. Nesmyslný je tento požadavek z hlediska politického, nesmyslný je i z hlediska sportovního. První ze sportovců, kteří se budou měřit ve vylučovacích soutěžích, budou lyžaři. Má snad Recknagel za nájezdovou věž použít střechu schönebergské radnice a Bolkart věž berlínské radnice? Má Eberhard Reidel sjezdat na hrázi S-Bahn v Tempelhofu a Heidi Biebelová absolvovat svůj slalom ve Friedrichsheinu?

NOV-NSR klade MOV ultimativní požadavky s jasně politickým charakterem. Za neúspěch v otázce ustavení celoněmeckého družstva má být odpovědný MOV, případně NOV-NDR. Není obtížné prohlédnout tento diplomatický trik! Zástupci NOV-NDR však přesto prohlásili, že učiní ze své strany vše, co je v jejich možnostech, aby celoněmecká olympijská družstva pro rok 1964 se stala skutekem.

**NÁŠ
KOMENTÁŘ**

MŮŽEME SI TO DOPŘÁT

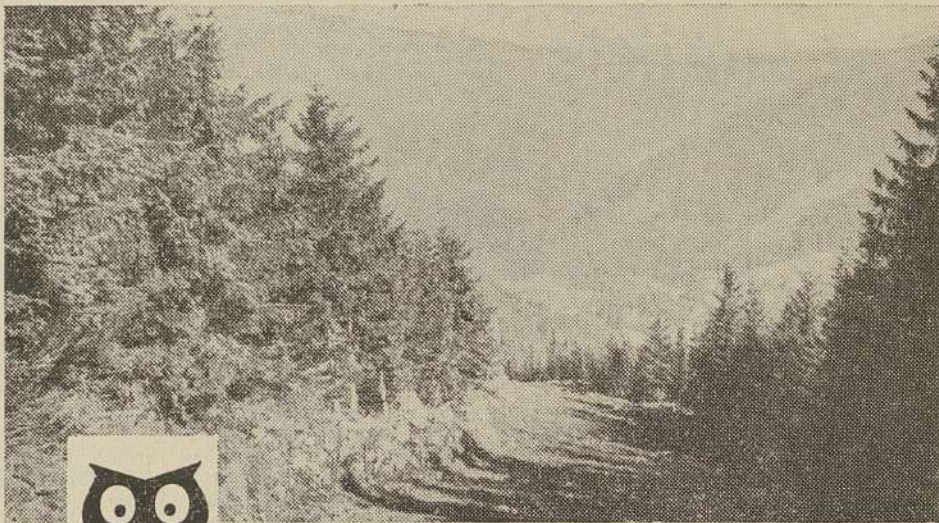
»O pololetkách se jede na hory,« oznamila nedávno dcera-školačka při večeri. Vzhledli jsme s manželkou od talířů. Naše pohledy se setkaly a souhlasně řekly: »Heleme, jede se na hory. A to ten žabec řekne jen tak na půl úst mezi kouskem řízku a opékaným bramborem.« Pro něho je to snad obyčejná, nevzrušující událost. Jedna z těch samozřejmostí dnešního života, která se dává jen »na vědomí«. Pro nás, v našem mládí, to byl nedostupný a neuskutečnitelný sen. Je možné, aby tohle někdy pochopila?

Tak se zcela neohlášeně a neočekávaně, třebaže byl ještě raný podzim, dostala do našeho bytu zima. Je třeba podotknout, že pojem »jede se na hory« znamená ve slovníku naší dcery (a jenom naší?) především, že se bude lyžovat. A bude se lyžovat, znamená zase pro rodinnou kasu pohromu. Proč? Jako byste to neznali. Co ještě loni bylo dobré a vyhovující, letos už nestačí. Skluznice potřebuje přelakovat, hrany přibrousit, pera ke kandaháru jsou také stará a mohla by prasknout... ne, vzdávám se ještě před prověrkou šponovek a další výbavy. Máte-li dítko třeba jen školou povinné, i na vás dojde.

»Ale táto, vždyť jí to můžeme dopřát,« přidávala se manželka, když jsem proti některým navrhovaným opatřením protestoval, »podívej se, Helena Nováková bude mít...« Vyslechl jsem, co bude mít nového Helena, Vlasta, Dáša a co já vím kdo ještě, a samozřejmě jsem — kapituloval. Začal jsem o tom přemýšlet, a tu mne čím dál víc a hlouběji prohrávalo zvláštní uspokojivé vědomí: »můžeme si to dopřát«. Jaká hrdost pro každého tátu! Ne, tohle jsem z úst svých rodičů nikdy neslyšel. V daleko životně důležitějších otázkách jsem byl nucen přijmout i pochopit, že »na to není, až snad někdy«. Byla to vina statistů dělnických tátu, jež neměli práci?

Podívejme se, kam se člověk až dostane z takové zdánlivě nenápadné poznámky: k nepoprátelným souvislostem mezi sportem a životem. V tom »můžeme si to dopřát« je něco víc než hrdost jednoho táty. Je v tom hrdost celého našeho současného života, celé naší socialistické společnosti, protože, kdo pracuje, může dopřát sobě a svým dětem mnohem a mnohem víc, než mohli naši ve mzdě pracující tátové a dědové. Což například kluk s hadrákem existuje u nás ještě někde jinde než v naší paměti a ve vyprávění o zaslých fotbalových plátcích.

Tím markantněji se to projevuje v našem lyžařském sportu. Nalhával bychom si do kapsy, že je to sport laciný. Slušné lyžařské vybavení stojí i dnes slušné peníze. A to ještě člověk nelyžuje, protože k tomu jsou třeba podmínky — sníh a hlavně hory. Dojíždění za touto zimní krásou také něco stojí, pobyt nevytímáje. A podívejte se na naše hory v zimě! Nejen o pololetních prázdninách či různých svátcích, ale každou zimní neděli. Na to lidské mravenišťe, které ztéká horské svahy! To je dost přesvědčující argument, že kdysi nedostupný sport se stal doslova sportem lidovým, že stoupla u nás životní úroveň, že si to tolik lidí »může dopřát«.



Ve znamení příprav

Kdo z milovníků bílého sportu by neznal lyžařský stadión ve Špindlerově Mlýně a zdejší sjezdové tratě, slalomový svah, červenou a turistickou sjezdovku. Takové boule, terénní nerovnosti a šikmé traversy vlastně neměly nikde jinde obdoby. Nejhorší na celé věci bylo, že sjezdové tratě byly sjízdné, jen když napadlo nejméně půl metru sněhu. Přesto však sedm vážných lyžařských úrazů za jedinou zimní neděli nebylo žádnou vzácností.

Při letošní universiádě ve Švýcarsku bylo svěreno uspořádání III. mezinárodní zimní universiády Československu. Lyžařská část soutěží bude uspořádána ve Špindlerově Mlýně na stadiónu ČSTV, zatímco soutěže v krasobruslení a ledním hokeji budou na Zimním stadiónu v Pardubicích nebo v Hradci Králové.

Světové soutěžení vysokoškolských studentů bude následovat po zimní části olympijských her pořádaných téhož roku v Innsbrucku s odstupem asi 14 dnů mezi oběma vrcholnými světovými akcemi. Návaznost obou akcí je úmyslná, aby se co největší počet účastníků olympijských soutěží mohl zúčastnit světové universiády u nás. Je jisté, že zahraniční závodníci budou porovnávat Špindlerův Mlýn s Innsbruckem, a to nejen pokud jde o organizační zajištění soutěží, ale i stav našich zařízení, jejich úroveň, služby našich podniků a samozřejmě také vspělost a kulturu našeho socialistického zřízení.

Stadión ČSTV ve Špindlerově Mlýně vypadá sice na první pohled jako světové středisko, ale při podrobném průzkumu zjistíme, že má značné závady, které se musí urychleně odstranit. Lyžařská zařízení stadiónu ČSTV

tvorí dvě sjezdovky se slalomovým svahem a lanovkou, čtyři skokanské můstky, běžecké tratě a doplňková zařízení včetně ubytovacího střediska ČSTV.

Slalomový svah je zhruba 1460 m dlouhý s výškovým rozdílem 422 m a s průměrnou šířkou od 25 do 80 m. Vznikl prokácením vysokého lesa a zůstala na něm spousta pařezů (asi 3000), značné nerovnosti, rigoly a místy dokonce strž. Svah byl zarostlý borůvkám, malinám a na četných místech i náletem nového lesního porostu. Letos na jaře byl vypracován postup prací pro úpravy a od července zde pracovalo několik set vysokoškolských studentů. Střelmistři vystříleli pařezy, dva buldozery vše urovnaly. Nyní je slalomový svah prakticky připraven pro nastávající závody, které prokáží, zda provedené práce jsou dostatečné, případně co bude ještě nutno upravit a zlepšit.

Obdobný stav byl i na závodní sjezdové dráze dlouhé 1900 m s výškovým rozdílem 430 m. Některé části sjezdovky byly pro neupravenost, pařezy a terénní vlny velmi nebezpečné a docházelo tu při větších rychlostech k nebezpečným úrazům. Vysokoškoláci, střelmistři i buldozery provedli takové rozsáhlé úpravy, že bude možno této sjezdovky používat při napadnutí již asi 15 cm sněhu. Trať bude podstatně rychlejší a techničtější. Zbývá dokončit ještě úpravy obou můstků a přemostění potoku. Závody v letošní sezóně budou měřítkem, zda značné částky vynaložené na úpravy byly použity efektivně.

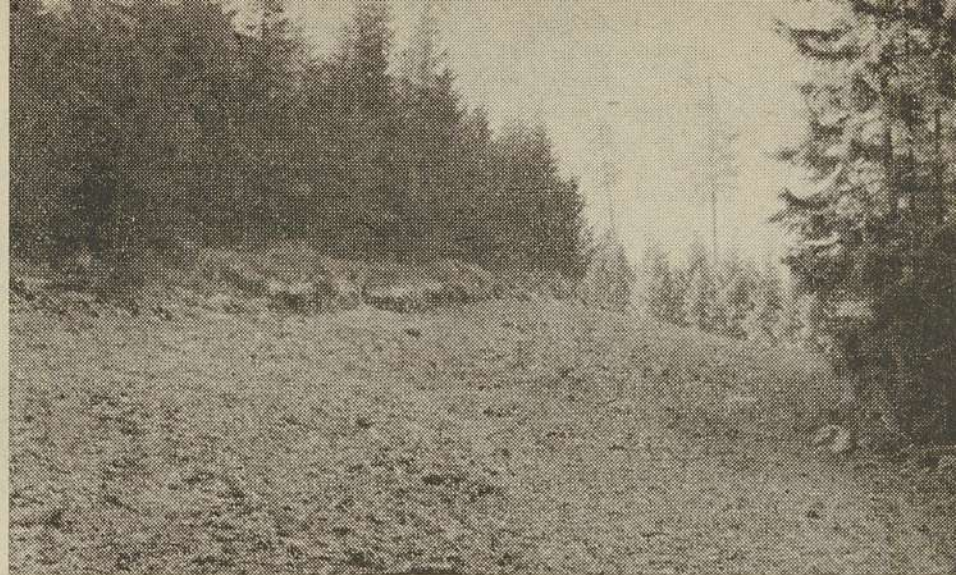
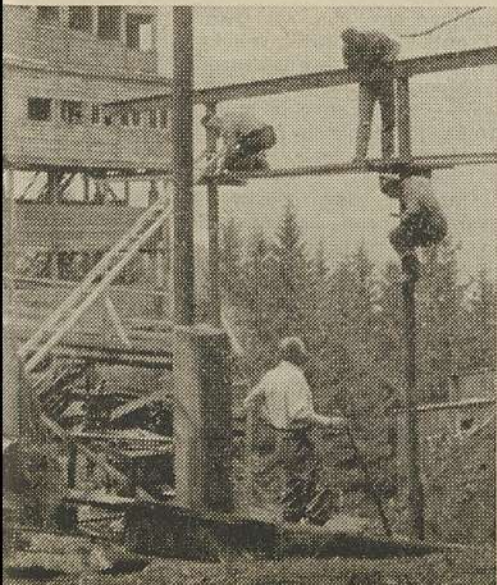
V říjnu se přikročilo k úpravě turistické sjezdovky (délka 2653 m, výškový rozdíl 430 m), a to zvláště na některých místech, které byly nepřehledné, neurovanané a měly značné terénní vlny nebo traversy. Úpravy této

dráhy budou rovněž skončeny ještě letos.

Plánuje se prodloužení lanovky, která zatím vede do poloviny svahu. Byly provedeny propočty kapacity přepravy, zaměření, překontrolovány dosavadní projekty a montáž zadána u n. p. Transporta Chrudim. Větší část konstrukcí a součástí je již na místě a na jaře příštího roku mají být zahájeny montážní práce, aby celá akce byla skončena do zahájení zimní sezóny 1963—1964. S prodloužením lanovky je spojena i výstavba nové horní stanice s místnostmi pro pracovníky lanovky, pro závodníky, bufet, místnost pro HS, lyžárna a nutná hygienická příslušenství. Projekční práce jsou zajištěny u Stavoprojektu Trutnov, výrobní kapacita u OSP Trutnov. Věříme, že soudruzi sportovci z obou uvedených podniků provedou vše, aby celá akce byla skončena do zimní sezóny 1963—1964. Současně s výstavbou nové horní stanice se bude muset odstranit nynější nevhodující a hygienicky závadná stavba. Proto se budou v příštím roce organizovat další svépomocné akce k odstranění horní stanice a bufetu.

Ve stadiónu ČSTV jsou 4 skokanské můstky, z nichž dva největší s kritickým bodem $P = 53$ m a $P = 70$ m se upravují, aby odpovídaly mezinárodním předpisům. U můstku $P = 53$ metrů jde o úpravu oblouku doskočiště R_2 vybagrováním. V příštím roce se u tohoto můstku bude stavět nová věž pro rozhodčí. Autorem projektu je arch. K. Jarolímek a podle jeho pokynů a dispozic bude přebudován i můstek s $P = 70$ m. Úpravy tohoto velkého můstku s prodloužením kritického bodu na $P = 72$ m se rovněž provádějí letos. Vedení prací bylo svěřeno O. Balcarovi, na kontrole se podíleli členové plánovací komise a především zasloužilý mistr sportu arch. K. Jarolímek, mistr sportu O. Bělonožník a inž. O. Jarolímek. Tito odborníci jsou zárukou, že skokanské můstky budou odpovídat směrnicím FIS a splňovat všechny podmínky pro uspořádání mezinárodních soutěží. Prodloužení kritického bodu pak umožní i skoky přes 80 m.

■ Lyžaři-brigádníci, kteří pracovali na úpravě lyžařského stadiónu ve Sv. Petru, udělali kus poctivé práce, za který jim patří naše poděkování.



Současně s přestavbou můstků bylo rozhodnuto i o výstavbě krátkého lyžařského vleku do dolní části slalomového svahu, který by sloužil nejen skokanům, ale i lyžařům trénujícím na spodní části slalomové tratě. Vlek bude umístěn u pravé strany slalomového svahu a půjde zhruba pod »hang«. Oba výrobní závody, n. p. Transporta i Sportovní a technické potřeby, však zatím nepotvrdily hospodářskou smlouvu. Věříme, že oba podniky najdou volnou výrobní kapacitu a potřebný vlek dodají. V záporném případě bude nutno demontovat vlek z Míseček a přenést jej pro důstojný průběh universiády pro uvedenou dobu do stadiónu ČSTV ve Spindlerově Mlýně.

Rozhodnutím o zvýšení kritického bodu u lyžařského můstku a postavením krátkého vleku na pravé straně slalomového svahu byl narušen prostor dojezdu ze slalomového svahu a průchod mezi ubytovnou ČSTV a vlastním areálem stadiónu. Proto se rozšíří spodní část slalomového svahu při levé straně a přemostí část potoka.

Ve stadiónu ČSTV je start i cíl všech běžeckých tratí. V přítomné době jsou běžecké tratě 4 km, 8 km a 12 km pro universiádu vytrasovány, některé části jsou již uvedeny do definitivního stavu a připravují se úpravy dalších částí, především několik provizorních i definitivních můstků.

Nezbytnou součástí prováděných úprav na stadiónu je i dokončení telefonického spojení, zlepšení rozhlasové služby, drobné úpravy šaten, WC, prostoru pro vyhlásování vítězů atd. Samostatnou částí je úprava hlediště mezi cestou a vlastním stadiónem, která bude velmi svízelná pro značné sesouvání půdy.

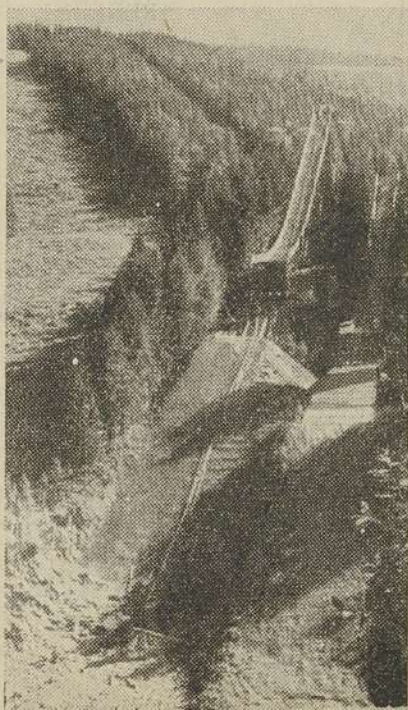
Význam III. mezinárodní zimní universiády je takový, že se nelze spokojit jen s úpravami na stadiónu ČSTV. Ve Spindlerově Mlýně se musí podstatně zlepšit celkové osvětlení, rozsah i kvalita poskytovaných služeb. Zároveň je nutné i přezkoušení úrovně ubytovacích podniků. Došlo již k jednání s radou MNV a soudruzi slíbili, že se vynasnaží zajistit důstojný vzhled obce.

INŽ. J. JINDRIŠEK

■ Stroje neudělaly všechno. Konečnou úpravu sjezdovým tratím daly lidské ruce. Výsledek jistě stojí za námahu. Svědčí o tom i snímek M. Hladíka.



■ Celkový pohled na oba můstky na lyžařském stadiónu ve Sv. Petru, které se upravují.





Velký podíl při usměrňování tělovýchovné činnosti — aktivního odpočinku pracujících, zejména v průběhu jejich dovolených, prožívání v zařízeních Revolučního odborového hnutí — může vykonat v zimním období rekreace ROH. V přípravě na letošní sezonu poučíme se ze zkušeností, které získali pracovníci správy zotavoven ROH v Peci pod Sněžkou.

V jednom turnusu je v celé oblasti celkem 1632 rekreatantů, kteří zde prožívají týdenní nebo čtrnáctidenní dovolenou. O tělovýchovnou náplň jejich rekreace pečují v zimním období celkem 15 tělovýchovných referentů z povolání a 4 lyžařští cvičitelé ČSTV, kteří se v jednotlivých turnusech střídají.

Před zahájením zimní akce 1961 až 1962 připravovali se tělovýchovní referenti rekreace ROH na celostátním soustředění v Nízkých Tatrách, kde jich 22 za dobrých sněhových podmínek složilo zkoušky lyžařských cvi-

čitelů a pomocných cvičitelů. Na tomto školení byl určen i směr lyžařského výcviku na rekreaci ROH. Je pro pokročilé lyžaře zaměřen na plnění podmínek odznaku Lyžař ČSSR a zábavné lyžařské hry pro výcvik začátečníků.

V týdenní zimní rekreaci za normálních sněhových a povětrnostních podmínek je možno věnovat lyžařskému výcviku, výletům a závěrečnému rekreačnímu lyžařskému závodu maximálně 8 až 9 půldnů. Z toho 3 až 4 půldny je prováděn výcvik v družstvech pokročilých a začátečníků, 3 až 4 půldny jsou věnovány výletům. V závěru turnusu je organizován v jednom půldni rekreační lyžařský závod. Toto rozdělení je navzájem různě kombinováno podle povětrnostních podmínek, podle předchozích a

následných programů, stupně lyžařské techniky i fyzické zdatnosti rekreatantů.

Vlastní výcvik je zaměřen na zvládnutí prvků jízdy v terénu. Metodicky se postupuje od obrátů, chůze a výstupu k brzdění pluhem a obloukům v pluhu, od změn směru odšlapováním nejvýše k přivrátnému oblouku. Tohoto výcviku se zúčastňují ponejvíce rekreatanti středního věku (25—40 let) a jen ve výjimečných případech se podaří naučit takového začátečníka srozumitelný smyk.

Velmi důležité k udržení zájmu rekreatantů jsou zábavné hry, které nenásilnou formou přitahují rekreatanty ke kolektivnímu lyžařskému výcviku a pomocí průpravných cviků s různými úkoly a motivy, soutěžemi mezi jednotlivci a družstvy pomáhají ke zvlád-

Aktivní odpočinek

JMENOVÁNÍ TRENÉRŮ I. A II. TŘÍDY

Ústřední lyžařská sekce na návrh trenérské rady jmenuje nové trenéry lyžování:

TRENÉŘI I. TŘÍDY

Batz Otto (Severočeský) běh, k 1. 7. 1962. — Bok Vladimír (Západočeský) sjezd, k 1. 7. 1962. — Gabera Jiří (Severomoravský) běh, k 1. 11. 1962. — Jirsa Jiří (Východočeský) sjezd, k 1. 7. 1962. — Jurečka Jan (Středočeský) běh, k 1. 7. 1962. — Lahr Vítězslav (Severočeský) závod sdružený, k 1. 11. 1962. — Lučka Jan (Severomoravský) sjezd, k 1. 7. 1962. — Maleňák Bohuslav (Severomoravský) závod sdružený, k 1. 11. 1962. — Potměšil Jaroslav (MV Praha) běh, k 1. 11. 1962. — Prokeš Josef (MV Praha) běh, k 1. 11. 1962. — Remsa Zdeněk (Severočeský) skok, k 1. 11. 1962. — Skřivánek Ivo (Středočeský) sjezd, k 1. 7. 1962. — Vokatý Zdeněk (Severočeský) sjezd, k 1. 11. 1962. — Weber Bohumil (Východočeský) běh, k 1. 11. 1962.

TRENÉŘI II. TŘÍDY — K 31. 7. 1962

BĚH

Hejnyš Miroslav (Východočeský), Horna Jaroslav (Severočeský), Jeřábková Helena (Středočeský), Kap-

cio Karel (Západočeský), Turek Štěpán (Jihočeský), Vitouš František (Západočeský).

ZÁVOD SDRUŽENÝ

Hanus Ján (Středoslovenský), Janoušek Milan (Východočeský), Kulík Ludvík (Jihomoravský), Nedomlel Jaroslav (Severočeský), Vališ Jiří (Jihomoravský), Zemanek Bohumil (Východočeský).

SKOK

Bradáč Josef (Severočeský), Mizera Vlastimil (Východočeský), Weber Roman (Západoslovenský),

SJEZD

Bágel Vlado (Středoslovenský), Bartsch Otto (Středoslovenský), Bizík František (Středoslovenský), Fér Zdeněk (Středočeský), Hanuš Jaroslav (Severočeský), Hlaváč Ladislav inž. (Západoslovenský), Horčíčka Jaromír inž. (Západočeský), Chrostková Jarmila (Severomoravský), Jon Jaromír (Středočeský), Kobr Vlastimil (Východočeský), Mlýnek Miroslav (Jihomoravský), Müller Karel (Středočeský), Prokůš Miroslav dr. (MV Praha), Štrunc Jaroslav (Severočeský), Rajnoha Luděk (Jihomoravský), Štrunc Ladislav (Severočeský), Vlček Jiří (Východočeský), Volf Miroslav (Severočeský), Vořechovský Oldřich (Východočeský), Berger Ladislav (Západoslovenský), Hurská Ludmila (Západoslovenský).

Nově jmenovaným trenérům přejeme hodně zdaru v jejich další záslužné práci.

nutí jednotlivých prvků. Velmi dobrou pomůckou se ukázala »Osnova základního lyžařského výcviku«, vydaná STN 1961, zejména bohatým rozvedením metodické řady jednotlivých prvků.

Počty rekreatantů — zájemců o lyžařský výcvik jsou na jednoho pracovníka mnohdy tak vysoké, že přímo ovlivňují organizaci lyžařského výcviku. Průměrně cvičí s jedním referentem 25 až 40 lyžařů, ale často v některých zotavovacích je třeba zvládnout i 50 až 60 rekreatantů. Je samozřejmé, že za těchto podmínek je obtížné provádět výcvik i pouze kolektivním způsobem s individuálním přístupem k jednotlivcům.

Vcelku možno říci, že zábavné a soutěživé formy výcviku na rekreaci

převezení lehkého břemene od mety k metě; jízda po jedné lyži ve vyznačeném úseku; jednoduchý výstup určeným způsobem; brzdění pluhem v určeném úseku až do zastavení u příčné překážky; překonání příčné překážky; jízda přímo svahelem přes terénní nerovnosti; podjetí nízké překážky a sebrání dvou štafetových kolíků připravených na trati většinou před cílem.

Terén pro rekreační závod vybíráme s přiměřeným sklonem svahu v okolí zotavoven, pro jednotlivé úseky je využito protisvahu a terénní nerovnosti. Zpestřením závodu jsme dosáhli nejen zvýšeného zájmu rekreatantů-lyžařů i diváků, ale rozmanité úkoly s různou obtížností dávají možnost i méně zdatným lyžařům dosáhnout úspěchu v konečném výsledku.

V letošní zimní akci se nám podařilo zapojit do nových zábavných forem lyžování na rekreaci ROH mnohem větší počet rekreatantů, než tomu bylo v minulých letech. Přispěla k tomu vydatnou měrou i přitažlivá soutěž o odznak Lyžař ČSSR, kterou jsme připravili tak, aby všechny podmínky mohli zájemci splnit přímo v zotavovně a na závěr rekreace jim odznaky mohly být slavnostně předány.

V celé oblasti Správy zotavoven ROH v Peci pod Sněžkou bylo vydáno od 24. 12. 1961 do 21. 4. 1962 celkem 2068 odznaků Lyžař ČSSR, což představuje 8,6 % všech rekreatantů v tomto období. Přítom do soutěže bylo přihlášeno celkem 2780 rekreatantů. Nejlepších výsledků v této soutěži dosahují zotavovny vysokohorské (Černá bouda, Lyžařská bouda, Žižkova bouda), jednak příznivými sněhovými podmínkami, ale i zaměřením zájmu rekreatantů, kteří sem přijíždějí většinou za lyžováním.

Ukázalo se, že výsledky soutěže na zotavovacích jsou velkou měrou závislé na osobní zainteresovanosti, organizační schopnosti a propagaci ze strany tělovýchovných referentů zotavoven. Například nejslabší výsledek zotavovny ROH Jitřenka v Janských Lázních — celkem vydáno 17 odznaků za celé období — je výsledkem našeho pokusu přenechat organizaci soutěže lyžařským cvičitelům ČSTV, kteří do zotavovny příjždějí na poukazy.

Soutěž měla mezi rekreatanty úspěch, pomohla nám při organizaci lyžařského výcviku v zotavovacích, který byl vhodně zaměřen a motivován odznakem Lyžař ČSSR. Ten přivedl do kolektivu i takové lyžaře, kteří v minulých letech většinou neprojevovali zájem o lyžařský výcvik a jezdili úplně samostatně.

Závěrem bych chtěl poukázat i na některé nedostatky, s kterými se velmi těžko v rekreaci ROH potýkáme. Především je to nedostatek kvalitních tělovýchovných referentů z povolání.

Bylo by jistě správné, kdyby si problémů přípravy, metodické práce i vybavení stálých lyžařských cvičitelů v zotavovacích ROH více všimaly příslušné orgány.

ŠKOLÍME MLADÉ KÁDRY

Otázka získávání nových — a zejména nových funkcionářských kádrů zůstává v našem tělovýchovném hnutí problémem č. 1. ve všech sportovních odvětvích — lyžování nevyjímaje.

Podle zkušeností ze školení nových lyžařských cvičitelů a pomocných lyžařských cvičitelů překročili jsme v tomto období na novou formu školení a to v takzvaném »Institutu veřejných funkcí«.

V rámci tohoto školení, které provádíme v úzké spolupráci s ČSM, školili jsme již na jaře t. r. pomocné cvičitele ZTV a turistické vedoucí. Výsledky byly mimořádně pěkné. Využili jsme toho také pro náš lyžařský sport a po předběžných přípravách je již v proudu školení pomocných cvičitelů lyžování. Školíme ve dvou střediscích a to v Přerově (36 účastníků) a v Hranicích (24 účastníků). Školení se zúčastňují žáci škol II. cyklu (celkem ze 12 škol) a ze 3 lyž. oddílů TJ, kteří se přihlásili dobrovolně. Podle toho je také patrný zájem — zatím nikdo nevynechal a docházka je 100procentní. Radost z tohoto zájmu mají především přednášející.

Školíme nejprve teorii a po zkouškách z teorie budou účastníci absolvovat druhou — praktickou část na sněhu; pro lepší zapamatování bude praktické části bezprostředně předcházet ještě část teoretická z metodiky a pedagogiky. Náklady spojené se školením jsou minimální a jen na praktickou část přispěje OV ČSTV a OV ČSM.

Po absolvování praktické části a zkoušek na sněhu, budou absolventi podle věku jmenováni pom. cvičiteli lyžování nebo čekateli.

Při výchově nových, mladých kádrů — nezapomínáme ani na ty nejmladší, na pionýry. I zde se projevují výsledky dobré cvičitelské práce s mládeží za uplynulá léta (masově prováděný lyžařský výcvik mládeže v Přerově, Lipníku n. B. a Hranicích). Připravujeme proto spolu s Okresním domem pionýrů a mládeže v Přerově školení podle zásady: Pionýr — instruktor lyžování. O toto školení je mezi pionýry rovněž velký zájem a budeme je provádět ve 3 střediscích.

Víme, že mnozí z těch, kteří školení absolvují, se z našeho okresu odstěhují. To však nevádí. Budou pracovat jinde! Bylo by však dobré, kdyby i ostatní komise základního lyžování se otázkou výchovy mladých kádrů zabývaly. Podtrhuji článek z čísla Lyžařství o důvěře a spolupráci s mladými. Mám k němu však jednu připomínku a sice tu, abychom školili mladé lidi ke konkrétním funkcím — jako v našem případě pomocné cvičitele lyžování. Proč vynalézat nové názvy, které mají navíc velmi široký rozsah, když přitom mají takřka stejnou náplň jako je činnost pomocného lyžařského cvičitele?

Náš dík při tomto školení patří především instruktorům dr. S. Svobodovi, R. Klesnílovi, L. Dvořáčkovi a dalším s přáním, aby jejich úsilí přineslo další úspěchy při výchově nových kádrů.

RAJMUND KREJČÍ,
instruktor lyžařských cvičitelů

pracujícím

byly rekreatanty oblíbeny a po letošních zkušenostech v naší oblasti je třeba i do budoucna zaměřit tímto směrem lyžařský výcvik začátečnicků v ROH. Znamená to, aby i cvičitelé ČSTV vysílání do zotavoven ROH se s tímto zaměřením na svůj úkol předem připravili. Ne všichni cvičitelé totiž takto svůj pobyt na rekreaci ROH chápou.

Vyzjižky do terénu jsou organizovány tak, aby výběrem, obtížností i délkou na sebe navazovaly a aby při nich rekreatanti použili prvků, které si osvojili v předchozím výcviku. Vyvrcholením jsou celodenní lyžařské výlety v celkové délce 15 až 20 km organizované pro zájemce soutěžící o odznak Lyžař ČSSR. V jednotlivých střediscích mají účastníci zotavoven společný sraz a pod vedením dvou zkušených referentů absolvují nejen určenou trasu, ale jsou seznamováni s terénem, kulturně poznávacími údaji, s praktickými poučeními o vedení výprav v horách a se základy orientace a čtení z mapy.

V závěru každé rekreační směny jsou v jednotlivých střediscích pořádány »Rekreační lyžařské závody«. V dřívějších letech měly tyto závody charakter jednoduchých obřích slalomů, které pro svůj zdánlivě příliš závodní charakter mnohdy odradily od startu starší nebo méně zdatnější lyžaře-rekreatanty.

Proto jsme v loňské zimní akci vyzkoušeli lyžařský závod s rozmanitými podmínkami, který nazýváme »Rekreačním lyžařským závodem«. Spojili jsme dohromady podmínku odznaku Lyžař ČSSR — 5 slalomových bran — s dalšími prvky lyžařského výcviku (výstup, brzdění pluhem, jízda přímo svahelem) s překonáváním překážek s dalšími úkoly. Většinou je trať od startu vedena 5 slalomovými brankami, otevřenými nebo více zavřenými podle obtížnosti terénu, stavu sněhu a lyžařské úrovně dané rekreační směny. Projetím těchto bran bez pádu splní účastníci další praktickou část odznaku Lyžař ČSSR. Dále navazují úseky s různými úkoly:

TRENÉRŮM MLÁDEŽE

Delegáti II. sjezdu ČSTV v závěru svého jednání učinili závažné rozhodnutí pro další rozvoj tělovýchovného hnutí: sjednotit se se všemi složkami NF a se státními výchovnými institucemi a vychovat člověka s harmonickým sepětím duševního bohatství, mravní čistoty a tělesné dokonalosti, vychovat mladé komunistické pokolení.

Rozhodujícím činitelem v tomto mnohostranném procesu je trenér, cvičitel a učitel, protože je nejbližší k srdci a k nejsilnějším myšlenkám dospívajícího člověka.

Proto důkladná znalost problematiky jak své specializace, tak i široký pohled na veškeré politické a kulturní dění u nás i v zahraničí, společně s rozhodným úsilím co nejdříve dosáhnout výtčených úkolů, jsou opornými pilíři v jeho tvůrčí, učebně výchovné, tělovýchovné činnosti.

Připomeňme si jen hlavní zásady v době, kdy máme přejít ze »suché« přípravy na speciální výcvik na sněhu. Hlavními úkoly tohoto období v tréninku mládeže jsou:

1. Zvýšení celkové práce schopnosti organismu — dočasným snížením zatížení.
2. Rozvoj speciálních vlastností — použitím speciálních prostředků.
3. Vlastní příprava k soutěžím — postupným zvyšováním zatížení a taktickou přípravou.

Abychom vytvořili nejlepší předpoklady pro zvládnutí techniky, snižujeme v zádatku intenzitu i rozsah zatížení. Tím zlepšujeme předpoklady pro rozvoj kinestetické citlivosti, která je rozhodující pro regulaci pohybu a pro vytvoření účelných vztahů u příslušných pohybových návyků.

Pokud nenapadne sníh, zařazujeme do tréninku stále ve větší míře umělá speciální cvičení. Cvičení všestranného cha-

rakteru užíváme hlavně jako aktivního odpočinku. Na prvním sněhu si zopakujeme všechny známé základní prvky běžecské, sjezdové i skokanské techniky. Pak můžeme přistoupit k jednotlivým specializacím, k odstraňování chyb v technickém provádění a k úpravě individuálního stylu.

Zde, při nízké intenzitě zatížení, dbáme hlavně na správnou koordinaci pohybu. Potom zaměříme pozornost na rozhodující, »uzlové fáze« techniky jízdy nebo skoků, na bezpečnou rovnováhu, na správný odraz a nakonec na dokonalé využití setrvačnosti vhodným usměrněním pohybu při letu vzduchem, při vedení lyží v obloucích a při zachování skluzu na běžkách.

Když získáme potřebnou uvolněnost a plynulost, můžeme pohyb postupně zrychlovat, vybrat náročnější terén a přistoupit k prvním pokusům o intervalové zatížení. Zásadně však musíme dbát na zachování uvolněnosti a plynulosti,

kteří se projevují v měkkém a švihovém pohybu. V případě ztráty uvolněnosti a plynulosti se opět vrátíme k nižší intenzitě zatížení.

Funkční a technická příprava tvoří vnější podstatu celkové připravenosti lyžaře k podání svého maximálního výkonu. Jádro přípravy spočívá v morálně volní a taktické připravenosti. Obě části přípravy jsou závislé jedna od druhé, tvoří jeden celek a pro celkovou úroveň práce schopnosti organismu nerozhoduje jenom rozvoj techniky či taktiky, ale hlavně harmonické sladění techniky, taktiky, funkčních a morálně volních vlastností.

Proto platí zásada: při tréninku techniky rozvíjíme současně morálně volní vlastnost a při rozvoji morálně volních vlastností nepřímo působíme na zkvalitnění techniky.

Psychická příprava (taktika a morálně volní vlastnosti) nabývá svého významu hlavně těsně před a v průběhu určité soutěže, je však nezbytné věnovat jí pozornost v průběhu celého výcvikového období.

Mírou psychické připravenosti je určitá úroveň rozvoje volních vlastností závodníka — cílevědomosti, samostatnosti a iniciativy, rozhodnosti a smělosti, houževnatosti, sebekázně a sebeovládání, zejména jejich vzájemný poměr a skloubení, které se projevují v průběhu soutěže i dlouho před ní a po ní, několik dní, měsíců i let. Proto jejich rozvoj vyžaduje dlouhodobou, systematickou a plánovitou činnost.

Cílevědomost lyžaře rozvíjíme v teoretické přípravě, při seznamování s plánováním tréninku, při práci s tréninkovými deníky, při osvětlování významu a zaměření veškeré praktické činnosti v rámci tréninku.

Samostatnost a iniciativu má možnost formovat každý tvůrčím uskutečňováním plánovaných a určených úkolů, např. při sestavování, úpravě týdenních tréninkových cyklů, výběru vhodných tréninkových prostředků i při regulaci zatížení.

Houževnatost — zlepšujeme jednak důsledným plněním všech plánovaných úkolů bez ohledu na zhoršení tréninkových podmínek, jednak všemi prostředky pro zachování si jasné představy o charakteru a významu konečného cíle, při snížení práce schopnosti organismu. Dobrým prostředkem je také každodenní ranní, nebo večerní individuální cvičení, jež nabývají významu od prvních dnů na sněhu.

Na sebekázeň a sebeovládání budeme dbát při dodržování určené intenzity ve dnech rozježdění, při pokračování v »suchém« tréninku, při plnění všech tréninkových, pracovních, učebních nebo rodinných povinností, při společných kulturních nebo brigádnických akcích a při přesunech nebo pohybu mimo místa bydliště.

Správné využití jednotlivých trénovacích fyzických i psychických vlastností s ohledem na určitou terénní a psychickou situaci, vhodnost mobilizace nebo uvolnění volního úsilí, použití správné techniky a vůbec celou taktiku sportovního boje zkusíme nejdříve v drobných soutěžích svého kolektivu, později v rámci jednotlivých stupňů soutěže SHM, CSSH a přebornických soutěží.

Nakonec, v rámci přípravy k prvním sněhu, zkontrolujeme úplnost a kvalitu lyžařské výstroje a výstroje, provedeme nutné opravy, doplníme chybějící součásti tak, abychom v průběhu celého hlavního období neztráceli čas opravami a měli jistotu během závodu.

ARKADIJ BIRJULIN,
metodik lyžování

SJEZDAŘSKÁ KOŠÍKOVÁ?

ALOIS BRÁZDA,
KTV — VUT BRNO

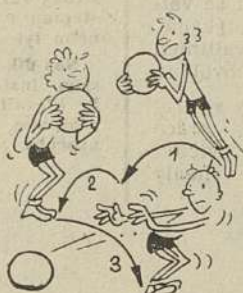
Jakým způsobem připravovat dolní končetiny na zvýšenou námahu v hlavním období? Posilovací cviky pro tento účel jsou různé a je jich mnoho, ale účinnost je zajištěna znásobeným opakováním cviku (kupř. dřepy se zátěží, několikaminutový nízký sjezdový postoj na plném míči, přeskoky lavičky, běhy s břemenem apod.), ovšem tento způsob je únavný po stránce duševní. Nedá se provádět zábavnou formou.

Daleko příjemnějším způsobem posilování nohou je košíková, upravená pro posílení nohou sjezdaře. Nazvali jsme ji sjezdařskou košíkovou. Formou hry jsou nejen vydatně posilovány nohy, ale je také získáván návyk držet nohy u sebe a zvyšována celková pohyblivost.

ZÁKLADNÍ PRAVIDLA HRY

Od normální košíkové se tato hra liší tím, že pohyb hráče se děje poskoky snožmo. Nohy jsou k sobě svázané buď švihadlem, nebo spojeny pro tento účel zhotoveným popruhem. Švihadlo nebo popruh dávejte kolem kotníků přes ponožky, abyste si neodřeli nohy (viz obr.). Pro rychlejší spád hry a možnosti úniků jsou dovoleny tři poskoky s míčem. Potom musí hráč pokračovat driblínkem nebo přihrát či vystřelit na koš. Pro namáhavost je doba hry maximálně 2×10 minut. Jinak jsou pravidla totožná s normální košíkovou.

Je možné praktikovat hru čtyř družstev současně. Vždy dvě družstva hrají proti sobě na jedné polovině hřiště. Může hrát také více hráčů proti sobě.



ROZCVIČENÍ PŘED LYŽOVÁNÍM

Kdybychom chtěli například na lehkém atletovi, aby začal běhat, skákat, házet, aniž se řádně rozcvičil, tak se nám vysměje a v žádném případě neuposlechne. Až příliš dobře ví, jak je to nebezpečné a o kolik to snižuje vlastní výkon. Jestli je tato skutečnost zcela jasná v jiných sportech, proč právě u lyžařů nevidíme přímou tělesnou přípravu rozcvičením před vlastním výkonem na sněhu?

Uvedme si o co nám při našem rozcvičení má jít. Především se musíme vypořádat s velkým tepelným rozdílem po vyjití z chaty do mrazivého počasí venku. I přes to, že dobré oblečení celkem chrání před prochlazením svalů a kloubů, stejně je třeba prokrvit, prohřát, uvolnit a protáhnout všechny svalové skupiny a klouby. Bez ohledu, jdeme-li ostrou chůzí ke svahu, kde budeme lyžovat, nebo ke spodní stanici lanovky, vyplatí se nám vždy po připevnění lyží krátký výstup s lyžemi na nohou s několika obraty během výstupu. Brzy ucítíme, jak nohy pomalu dostávají své teplo a pocit jistoty a uvolněnosti.

Cílem vlastního cvičení na lyžích před sjezdem je prokrvení a uvolnění svalů a kloubů tak, abychom mohli provádět všechny potřebné pohyby. Proto používáme všech protahovacích a uvolňovacích cviků.

Před sjížděním, ve kterém užijeme smyku, zkusíme nejprve několik mírných až maximálních podpěrů tak, jak nám dovolí naše boty. Ve stoje se snažíme protlačit boky do stran, totéž provedeme v základním postoji, tj. s pokrčenými koleny vpředu, s protažením ramen a vytlačením boku ke svahu, jak nejvíc můžeme.

Na místě procvičujeme zapichování holí, střídavě levou pravou rukou ke špičkám lyží s připojením práce kotníků, kolien a boků. A začneme-li sjíždět, opakujeme všechno nejdříve v malé rychlosti v jízdě šikmo svahem, přidáváme postupně vysunutí patek, girlandy, vždy s maximálním příkloněním kolien a boků ke svahu a zaseknutím hran. Girlandy končíme zahraněním, případně dalším odskokem do původního směru s použitím nižší hole nebo přeskokem do protisměru. Při všech těchto pohybech myslíme hlavně na jejich poslání: uvolnění a protažení. Nejúčinnější procvičení necháváme na konec.

Jedeme po spádnici dolů, po několika metrech prudkým snížením a vytlačením patek lyží a největším příkloněním kolien ke svahu zahraníme lyže kolmo na původní směr. Ihned ze zahranění provádíme odskok pomocí nižší hole do spádnice a znovu buď na stejnou stanou nebo na opačnou prudce strháváme paty lyží dolů.

Nestydme se sami před sebou a před ostatními lyžaři provádět na sněhu důkladné rozcvičení. Jistě ubude u nás zbytečně velké procento poranění a úrazů.

JIŘÍ PIŠL



ZE SRAZU POLSKÝCH SKOKANŮ V ROŽNOVĚ

V době od 24. 10. 1962 do 1. 11. 1962 proběhl v Rožnově pod Radhoštěm výcvikový sraz polských skokanů. Zúčastnilo se jej devět reprezentantů s trenérem Kozdruněm. Před tímto srazem měli Poláci soustředění ve Varšavě, kde skákali na můstku s umělou hmotou o kritickém bodu 42 m.

Při srazu v Rožnově jsme si vyměnili několik zkušeností z nových tréninkových metod. Jak polští reprezentanti, tak členové lyžařské základny při TJ Rožnov se shodli na tom, že závodníci I. výkonnostní třídy a reprezentanti by měli každou sezónu začít skákat na umělé hmotě ne dřív jak v září. Pro závodníky nižších výkonnostních tříd a pro mládež je dobré skákat na hmotě během celého roku (učit se základním prvkům skoku — doskok, nájezd, odraz, let vzduchem).

V atletické přípravě skokanů je třeba zaměřit se hlavně na rychlost. Vše podřídit náviku mohutného odrazu. Pro zajímavost uvádíme délku skoků odrazem snožno z místa u některých polských reprezentantů. Laciak a Bujok 2,92 m, Wala 2,80 m. Vůbec z atletické přípravy Laciaka a Waly je vidět, že ne náhodou se tak dobře umístili na posledním mistrovství světa v Zakopaném. Jak polští reprezentanti, tak i skokani z lyžařské základny v Radhošti věnují velkou pozornost náviku obratnosti spolu s návikem jednotlivých prvků skoku (nájezd, odraz, doskok) na suchu. Forma suchého tréninku je obzvláště nutná pro skokany začátečníky a potom pro ty, kteří z jakýchkoliv příčin předělávají a mění způsob nájezdu, odrazu nebo letu. V takovémto případě je výhodné naučit se novou věc důkladně na suchu, až do úplné automatizace, a pak teprve ji procvičovat na můstku.

S velkým úspěchem polští trenéři i trenéři lyžařské základny používají filmové kamery. Na zpomalených záběrech potom lehce najdou chyby skokanů, které jsou v normální rychlosti nepostřehnutelné. Polští trenéři používají 16mm snímáčky. Do Rožnova si ji však nepřivezli, ale právě tam si promítali záběry ze svého tréninku ve Varšavě a na rožnovském můstku se snažili odstraňovat nalezené chyby. Je jasné, že používání zpomalených záběrů při odstraňování chyb u náviku skoků na lyžích není nic nového, ale myslím si, že v poslední době využívá této pomůcky málo trenérů.

Nakonec výsledky skoků z posledního dne soustředění polských reprezentantů v Rožnově pod Radhoštěm. Skákalo se za dosti silného deště a větru. Neměli jsme k dispozici rozhodčího stylu, proto uvádíme u závodníků jenom délky skoků. (Pro zajímavost ze stejného nájezdu, z jakého skákali Poláci, skočil na posledních závodech M. Martiniák dvakrát 62 m.)

Výsledky: 1. Laciak 59 m, 57 m, 2. Kocián 56 m, 58 m, 3.—4. Bujok 55 m, 55 m, 3.—4. Fjodor 54 m, 56 m, 8.—9. Mikeska (LZ Rožnov) 54 m, 52, 8.—9. Raška (LZ Rožnov) 54 m, 52 m.

B. MALEŇÁK, Rožnov pod Radhoštěm



Rožnovští skokani se nespokojují se známým způsobem tréninku. Hledají nové formy tréninku a tato práce se jim daří. Na snímcích inž. Krejčího vidíte jejich náviku odrazu.

Taktika běžce pro závod

JOSEF PROKEŠ, ITVS Praha

Mazat, ale nepromazat

Mazání lyží má důležité místo v taktice lyžaře běžce. Má vliv na celkový výsledek v běhu a je vedle fyzické připravenosti a techniky jízdy třetím faktorem, který určuje výsledek závodu. Jeho podíl není stabilní a mění se kvalitou sněhu. Mnohdy význam mazání převažuje význam ostatních podmínek — např. při teplotách kolem 0° C, nebo při měnícím se sněhu během závodu.

Správné použití vosků a technika nanášení je výsledkem pečlivě nashromážděných zkušeností. Závodník získává tyto zkušenosti nejen každým závodem, ale hlavně každým tréninkem. Při přípravě lyží na trénink má možnost vosk důkladně vyzkoušet a zajišťovat vhodnost určitého vosku pro odpovídající kvalitu sněhu. Učít se zde mazat a vést si přesný záznam o mazání lyží a později tyto zkušenosti využije.

Protože na základě různých kvalit sněhu, různých teplot vzduchu, různých značek a druhů vosků, různé kvality lyží, individuální techniky nanášení vosku, individuální techniky kroku apod. vzniká nevyčísitelné množství variant, lze říci, že vrcholové mazání pro závod je záležitostí zkušenosti a praxe.

Než závodník či trenér rozhodne, jaký vosk pro závod použije, musí bezpodmínečně předcházet správná rozumová úvaha. Před úvahou je nutné:

- Přímo na závodní trati zjistit kvalitu sněhu ve stopě.** Nikdy nestačí zkoušet sněh mimo závodní stopu. Sněh ve stopě se jinak mění než v neporušeném terénu nejen vlivem povětrnostních podmínek, ale také tím, kolik lyžařů stopou projelo. Také pořadatelé mohou při posledních úpravách trati změnit sněh ve stopě, např. poházením ledové stopy spykým sněhem.
- Zjistit teplotu vzduchu.** Nejlépe a nejrychleji vlastním vyzkoušeným teploměrem.
- Sledovat vývoj počasí,** zda se neobjevují příznaky oteplování nebo ochlazení, zda bude sněžit apod.

NOVÉ VÝKONNOSTNÍ ŽEBŘIČKY BĚŽCŮ A BĚŽKYŇ

Již po několik let jsou u nás sestavovány žebříčky lyžařských závodníků. Jejich snahou je co nejobektivnější zhodnocení výkonnosti závodníků ve vybraných závodech. Podle výběru a počtu klasifikovaných závodů, podle účasti závodníků na těchto závodech a v neposlední řadě i podle způsobu, jakým byly výkony závodníků pro žebříček hodnoceny, plnily žebříčky svůj úkol se střídavým úspěchem.

Hlavním nedostatkem při sestavování žebříčku byl nejednotný způsob hodnocení výkonu a výběru závodů. Během posledních osmi let, kdy jsou žebříčky pravidelně sestavovány, se tento způsob několikrát změnil. Byly započítány tři závody ze čtyř, čtyři ze šesti nebo pět ze sedmi závodů. Do některých žebříčků byly povinně započítávány mistrovské závody. Byly také sestavovány žebříčky vytrvalců a žebříčky závodníků na 15 km nebo žebříčky společně. Především se však měnil způsob hodnocení výkonu závodníků.

Pro sestavování žebříčků v posledních letech bylo použito bodového hodnocení závodníků za dosažené umístění. První místo bylo hodnoceno buď třiceti, nebo padesáti body. Tento poslední způsob, který docela oprávněně nadhodnocoval umístění mezi prvními čtyřmi (50, 45, 41, 38, 36, 35, 34 bodů) a jehož výhodou bylo snadné přepočítávání výsledků, se však ukázal jako málo objektivní. Podívejme se jenom na dva příklady z letošních mistrovských závodů. Umístění 7, 8, 9 na 15 km a 9, 10, 11 na 50 km znamenala pro hodnocení do žebříčku ztrátu jednoho bodu vždy proti předešlému umístění. Tento 1 bod však reprezentoval mezi 7.—8. místem na 15 km zpoždění 4 vt., mezi 8.—9. místem na 15 km 48 vteřin; mezi 9.—10. místem na 50 km 8 vteřin a mezi 10.—11. místem na 50 km 5 minut 25 vteřin.

Mnohé nedostatky se vyskytly i ve výběru závodů pro žebříček. Ukázala se především nevhodnost zařazení závodů v první poloovině ledna nebo dokonce na začátku ledna, kdy většina závodníků kromě závodníků státních družstev a Dukly není ještě dostatečně rozježděna.

Tyto a další poznatky získané při sestavování žebříčků v průběhu několika let byly nám vodítkem pro výběr, počet závodů i způsob hodnocení výkonu závodníků pro nový žebříček. Brali

d) Určit pravděpodobnost kvality sněhu na všech úsecích tratě vzhledem k nadmořské výšce.

e) Udělat si pravděpodobný časový odhad trvání závodu a vzhledem k tomu také volit vosk a sílu vrstvy vosku.

Teprve potom závodník nebo trenér rozhodnou, jaký je pravděpodobně nejvhodnější vosk a jaká bude technika nanášení vosku.

Jestliže je to možné, připravuje si závodník pro start dvojelyže. Při jednoznačném mazání — ihned namaže oba páry, a to jen s malým rozdílem s tím, že po vyzkoušení použije lyže lépe namazané. V případě problematického mazání, je-li pravděpodobná změna počasí, ještě do startu namaže lyže jedny a druhé ponechá připraveny. Ty pak použije buď, když mazání po zkoušce nevyhovuje, nebo změnil-li se náhle počasí, např. na starý zledovatělý sněh začne padat sněh čerstvý. U nás není dosud běžná praxe nosit na start dvojelyže. Kdybychom však toho používali alespoň při větších závodech, zamezili bychom mnohdy náhlým předstartovním chaosům a vyhnuli se případně i zbytečným horším výsledkům.

Běžci připravují lyže pro závod obvykle v teplé místnosti. To je velmi výhodné při práci s tekutými vosky, ale tvrdé vosky se rozhodně vhodněji nanášejí i rozтираjí venku. Tvrdé vosky se v místnosti jednak špatně nanášejí i rozтираjí, jednak vosk se potom velmi pomalu prochlazuje, a to způsobuje, že lyže přenesené na sněh i po běžném vymrznutí dlouho podklouzávají.

Lyže je nutno nechat po namazání dostatečně dlouhou dobu venku »vymrznout«, nejméně asi 10 minut. Nejlépe položit je skluznici přímo na sněh — při použití tvrdých vosků, nebo položit na boky lyží — při mazání tekutými vosky.

Zkoušení namazaných lyží

Aby běžec mohl důvěřovat kvalitě namazaných lyží, musí je důkladně vyzkoušet. Zásadně zkouší mazání přímo v závodní stopě, a to jak na rovině, tak ve sjezdu i ve stoupání a v nejrůznějších rychlostech. Nikdy při zkoušení nezůstává stát, aby se na lyžích nevytvořily námrazky. Jestliže může srovnávat kvalitu namazání svých lyží s jinými závodníky, využije toho, porovnáva rychlost ve sjezdech apod. Různé vosky vyžadují také různou dobu rozježdění. Některé zkoušíme jen krátce, např. klistry na mokřem sněhu, neboť zde se počtem naježděných kilometrů zhoršuje kvalita. Naopak některé tvrdé vosky se stávají delším rozježděním rychlejší i přilnavější.

Když běžec při zkoušení mazání zjistí, že vosk nevyhovuje, musí mazání opravit. Někdy postačí přidat vrstvu stejného nebo jiného vosku, někdy je nutné vosk ze skluznice odstranit. Tvrdé vosky odstraňujeme nejlépe nožem, tekuté pomocí samodujné lampy. V poslední době se používají velmi pohotové plynové lampy. I přemazané lyže závodník znovu dobře vyzkouší.

jsme v úvahu i hospodářské podmínky závodníků a oddílů. Pro letošní sezónu jsme však zkoušeli respektovat především stávanou kontrolní závody a termíny kontrolních závodů. Proto počet závodů určených pro sestavení nového žebříčku bude podléhat v příštích letech ještě dalším úpravám.

Pro nový výkonnostní žebříček v roce 1962—1963 bylo vybráno 8 závodů pro muže a 7 pro ženy.

20. 1. 1963	15 km M	Bezroukov mem., Sliach
26. až 28. 1.	15, 50 km M, 5, 10 km Ž	Zl. lyže, N. Město na M.
24. 2.	50 km M	MR, Jilemnice
8. 3. až 10. 3.	15, 30 km M, 5, 10 km Ž	MR, Špindl. Mlýn
26. 2. až 3. 3.	15, 30 km M, 5, 10 km Ž	MZ, Harrachov

Do žebříčku pro muže se budou ze 7 vybraných závodů započítávat 4 závody, ve kterých musí být dva závody na 15 km a dva závody vytrvalostní. Ženám se budou do žebříčku započítávat 4 nejlepší výkony, z nichž opět dva musí být v závodech na 5 km a dva na 10 km. Při dostatečném počtu závodníků bude sestaven ještě žebříček běžců na 15 km, do kterého by se započítávaly nejlepší tři závody, a žebříček běžkyň na 50 km.

Pro hodnocení výkonu závodníků v jednotlivých závodech bude použito procentuálního přepočítávání k času vítěze. Tento způsob se ukázal prozatím jako nejobektivnější. Hodnotí skutečný výkon, dovoluje ohodnotit i mimořádný výkon vítěze a je nejméně ze všech způsobů hodnocení ovlivňován počtem startujících.

Vítěz závodu obdrží za dosažený čas 100 bodů (100 %). Zpoždění dalších závodníků 1 vt. = 100 bodů/čas vítěze se bude od bodů vítěze v procentuálním poměru odčítat. Nejvyšší možný zisk ze čtyř závodů bude 400 bodů. Zpoždění 1 minuty za vítězem na 15 km bude znamenat přibližně ztrátu 1,5 až 1,9 bodu.

Skutečná hodnota výkonnostních žebříčků není však zajištěna jenom vyhledáním nejvhodnějších způsobů pro zpracování žebříčků. Je předem dána účastí a výkony závodníků na všech výběrových závodech. Boj o zařazení a čestné umístění v žebříčku měl by být snahou všech našich závodníků.

ILJA MATOUŠ

HODNOCENÍ

II. ROČNÍKU SOUTĚŽE O »NEJVYŠŠÍ VÝKON V PLNĚNÍ PODMÍNEK ODZNAKU ZDATNOSTI«

Přistupujeme k vyhodnocení letošní soutěže o »nejvyšší výkon v plnění podmínek odznaku zdatnosti«. Ve srovnání s loňskými výsledky její celková úroveň klesla. Místo 240 loňských závodníků soutěžilo letos jenom 215, z patnácti lyžařských základen nebo oddílů.

V soutěži se setkáváme s loňskými účastníky, z nichž někteří přešli do vyšší kategorie, např. I. Paula, L. Pivnička, Z. Lajer, ve které se zatím ještě neprosadili. M. Erlebachová, jejíž síla síluje je skutečně vynikající, když hodila granátém 44,5 m, sice zvýšila svůj osobní výkon o 49 bodů, ale na »výškařské umění« C. Janoškové z Rožnova (141 m), jež se stává letošní přebornicí dorostenek, nestačila. V hodu granátém vyniká i sdruženář J. Zvonek (78 m), který obhájil svůj přebornický titul. Prvenství mužů získal i v letošním roce J. Erlebach a zlepšil osobní výkon o 37 bodů (110 m za 11,7 vt., výška 181 cm). V zájmu zlepšení výkonu na lyžích by mu neušlo ještě více rychlostní vytrvalosti (3000 m za 10:02 min.).

Velmi pěkné výkony podali v jednotlivých disciplínách také Nováčková (500 m za 1:28 min.), J. Šváb (plavání 100 m za 1:18), M. Vršecká (dálka 458 cm), P. Sklenář (1000 m za 2:41) a jiní. V dorostu R. Elnerové a A. Pohlovi schází více soustavnosti v přípravě, aby se dostali ze své letošní krize.

Jinak výkony v jednotlivých kategoriích, vyjma několika jednotlivců a kategorie dorostenců, byly v průměru stejné jako loni, dokonce i nižší.

S celkovou úrovní letošní soutěže nemůžeme být spokojeni. Stagnace výkonnosti a poměrně malá účast ukazují, že letní příprava celé, široké základny mládeže i dospělých, příslušníků všech lyžařských základen i oddílů, neodpovídá úkolům, které máme v lyžařském sportu splnit. Stále je podceňována všestranná příprava. Mnozí ještě nedoceňují morální hodnoty, které přináší houževnatý, každodenní zápas s nepříznivými podmínkami při plnění tréninkových úkolů.

Věříme, že v příštím období nebude v lyžařských základnách ani jednoho člena, který by se soutěže nezúčastnil.

ARKADIJ BIRJULIN, metodik lyžování

BOHUMIL TVRZŇÍK, ústřední trenér lyžování

TECHNICKÉ VÝSLEDKY A. Soutěž kolektivů

Poř. Jméno kolektivu	Počet získaných bodů	Celkový počet bodů počet závodníků v SZ
1. TJ Spartak Vsetín	417	6 678/16
2. TJ Lokomotiva Šumperk	289	9 545/35
3. TJ Lokomotiva Liberec	213	12 580/59
4. TJ Sp. Mladá Boleslav	212	3 392/16
5. TJ Sokol Rožnov p. R.	188	3 578/19
6. TJ Jiskra Harrachov	185	3 711/20
7. TJ Baník Ostrava	179	3 832/22
8. TJ Sp. Police nad Metují	113	2 028/18
9. TJ Baník Osek	97	3 008/31
10. TJ Baník Jáchymov	87	2 273/26

B. SOUTĚŽ JEDNOTLIVCŮ

Kategorie 13—15 let, chlapci		
1. Provazník Ladislav [Spartak Vrchlabí]	641	4. Braunerová J. [Lokomotiva Liberec] 589
2. Kvěch Josef [Baník Jáchymov]	596	5.—6. Formánková Al. [Baník Osek] 584
3. Rozkovec Jaroslav [Lokomotiva Liberec]	594	5.—6. Kračmerová Z. [Lokomotiva Liberec] 584
4. Opravil Lub. [Baník Ostrava]	579	7. Mejvaldová Jaroslava [Sp. Vrchlabí] 575, 8. Sařínová Eva [Sp. Vrchlabí] 557, 9. Pfeiferová Marie [Baník Osek] 540, 10. Lančová Irena [Lok. Šumperk] 529.

Kategorie 16—18 let, dorostenci			
1. Zvonek Josef [Sokol Rožnov p. R.]	785	2. Kremel Milan [Sokol Rožnov p. R.]	765
3. Dospěl Jaroslav [S. Borová u Poličky]	731	4. Peřina Václav [Spartak Vrchlabí]	707
5. Hampel Milan [TJ Klatovy]	639	6. Klazar Antonín [Sp. Vrchl-	

Dívky

1. Srbová Vladimíra [Sokol Hanušovice]	626	4. Peřina Václav [Spartak Vrchlabí]	707
2. Vršecká Marta [Baník Osek]	616	5. Hampel Milan [TJ Klatovy]	639
3. Hádková Marie [Sokol Hanušovice]	613	6. Klazar Antonín [Sp. Vrchl-	

bí] 635, 7. Pich Zdeněk [Lok. Liberec] 627, 8. Kalík Jiří [Lok. Liberec] 623, 9. Stehlík Josef [Lok. Liberec] 612, 10. Sklenář Petr [Lok. Šumperk] 609.	718
3. Gut Jiří [Sl. Liberec]	650
4. Semerák Jiří [Slávie Liberec]	640
5. Hampel Karel [TJ Klatovy]	640
6.—7. Kužel J. [Sn Jilemnice] 605, 8.—7. Matýs Jan [Lok. Šumperk] 605, 8. Jäger Jindřich [Sl. Liberec] 576, 9. Nevlud Jaroslav [Baník Ostrava] 569, 10. Škubal Radim [Sp. Vsetín] 563.	

Dorostenky

1. Janošková Cecilie [Sokol Rožnov p. R.]	676
2. Erlebachová Miroslava [Slovan Jilemnice]	641
3. Křivánková Jana [Spartak Vrchlabí]	575
4. Radoušková Vlad. [Lokomotiva Liberec]	543
5. Harcubová Eva [Jiskra Harrachov]	519
6. Zemanová Miroslava [Sp. Vrchlabí] 480, 7.—8. Elnerová Růžena [Lok. Šumperk] 471, 7.—8. Nováčková Stanislava [Lok. Šumperk] 471, 9. Bělo- nožníková Věra [Lok. Liberec] 467, 10. Wilanderová Liza [Baník Jáchymov] 436.	

Dospělí — muži

1. Erlebach Josef [Slovan Jilemnice]	822
2. Gabera Jiří [Sokol Rožnov p. R.]	748

Počet zúčastněných žáků a zákyň z přípravek jednotlivých kolektivů: Lok. Liberec — 20, B. Osek — 11, S. Police n. M. — 10, J. Harrachov — 7, B. Ostrava — 6, Sp. Mladá Boleslav — 6, Lok. Šumperk — 6, B. Jáchymov — 4, Sp. Vrchlabí — 3, S. Hanušovice — 3.

NASTOUPILI JSME CESTU TVRDÉHO TRÉNINKU

V těchto dnech členové obou běžeckých družstev — mužů i žen — přestávají počítat naběhané kilometry »na suchu« a začínají najíždět první desítky kilometrů na sněhu. Na sněhu vstupují závodníci s perspektivou úspěšnější účasti v mezinárodních závodech, než tomu bylo loni. Přestože jsme nešli na loňská mistrovství světa s velkými iluzemi, bylo pro trenéry hodnocení minulé zimy impulsem k přemýšlení o nových formách a metodách práce. Z diskusí vyplynula zásadní otázka: bylo velké zvýšení objemu i intenzity tréninkové práce u mužů i u žen správnou cestou?

Od jara 1961 jsme přistoupili k radikálnímu plánování tréninkových dávek, které byly pro většinu členů družstev neobvyklé a maximální. Vycházeli jsme z názoru, že podkladem pro příští úspěšnou práci a kvalitní trénink je velký objem tréninkové práce, tj. mnoho naběhaných kilometrů, mnoho tréninkových hodin, množství posilování. Tak např. v letním období při běžeckém tréninku čtyřikrát týdně plnily běžky 6 až 10 km naběhaných úseků a muži 12 až 18 km. Dále jsme vycházeli z poznatku, že bylo a je (doposud) nedostatečně prováděno cvičení na rozvoj síly (zvláště u žen, ale i u mužů) a začali jsme posilování ve větší míře zařazovat do tréninku. Také v uplynulé zimě byl objem tréninkové práce veliký — např. ženy naježdily za sezónu od 900 km do 1400 km v tréninku. Postupně jsme zvyšovali i nároky na kvalitu práce.

I když zvolená cesta nepřinesla — a ani nemohla zatím přinést — výraznější úspěchy v mezinárodních závodech, jsme přesvědčeni, že cesta tvrdého tréninku je jediná správná cesta a že výsledky přinese, tak jako se to podařilo závodníkům a trenérům např. v Polsku, Německu a hlavně v SSSR.

Největší přínos si přirozeně slibujeme od mladých, kteří velmi dobře zvládli postupnou náročnost tréninků, takže již nyní dosáhli objemové i kvalitativní hodnoty tréninku našich dosud nejlepších běžců a běžkyň, a jsou nyní dobře připraveni.

Během letošního podzimu proběhla i dvě náročná týdenní soustředění, jedno v září na Mísečkách v Krkonoších, druhé v říjnu ve Vysokých Tatrách. Jejich úkolem bylo vyvrcholení tréninku v přípravném období.

Důležitým momentem celé přípravy je přístup všech členů družstva k tréninku, jejich chuť do dřiny, která pramení z přesvědčení, že »velký trénink« musí přinést alespoň »malé úspěchy« v nejbližších letech. Tento aktivní a uvědomělý přístup závodníků k celému tréninku se projevuje velkou tréninkovou pílí (např. u mladých stoprocentním plněním tréninkových plánů apod.), ale i zodpovědnějším přístupem ke členství v reprezentačním družstvu, a tedy k otázce celé reprezentace. To je zvláště pro trenéry radostné zjištění, protože všechny nás spojuje opravdová snaha prospět našemu závodnímu běhu na lyžích a dostat ho na lepší pozice, než je dnes.

MILADA PROKEŠOVÁ, JAR. POTMĚŠIL, trenéři družstva



CVIČITELŮM LYŽOVÁNÍ

PŘÍVRAT JAKO POMOC PŘI PŘECHODU PŘES SPÁDNICI

JIRÍ KOPAL, KTV mat.-fys. fakulta UK

V dnešním čísle chceme cvičitele a čtenáře seznámit s metodickým postupem základního lyžařského výcviku při výuce změn směru jízdy, vhodným zvláště pro mládež, který je výsledkem dlouholetých zkušeností a výzkumu, o němž jsme psali v minulém čísle jako o novém pojetí metodiky přívratné a snožné techniky.

Hlavním znakem tohoto metodického pojetí je, že přívratná a snožná technika je postavena na stejný základ. Při výuce zatáčení postupujeme tedy jen jednou metodou, a to snožnou, přičemž přívrat zde hraje významnou roli jako pomoc při přechodu přes spádnici. Snažíme se tedy upustit od dosud platného tradičního pojetí, které vždy zásadně rozlišovalo přívratnou metodu od snožné.

To ovšem znamená odbourání dvou dosud používaných cviků z metodického postupu, tj. oblouku v pluhu a přívratného oblouku. Přívrat použijeme jen ve formě smyků s vhodnou kombinací smyků snožných.

ROVNOVÁHA V ZÁKLADNÍM LYŽAŘSKÉM VÝCVIKU.

Bylo by zásadní chybou, kdybychom tuto výuku zatáčení na lyžích odtrhovali od základního lyžařského výcviku jako celku. Naučit se dobře a bezpečně zatáčet neznamená jen použít dobrou a vhodnou metodu, ale hlavně nepodceňovat ty cviky, které zdánlivě se zatáčením nesouvisí, ale mají pro ně prvofadý význam.

Za jeden z nejdůležitějších těchto prvků pokládáme rovnováhu na lyžích. Získat dobrou rovnováhu na lyžích znamená nejméně polovinu úspěchu při výuce zatáčení. Na tuto zásadu velmi často zapomínají i cvičitelé, většinou pod vlivem samotných cvičenců, kteří se chtějí naučit rychle a snadno zatáčet tak, jak to vidí u vyspělých lyžařů.

Získat rovnováhu na lyžích můžeme mnoha formami. Jedna z nejpodstatnějších je běh na běžecké výzbroji. Ze sjezdových cviků, které můžeme provádět jak na běžkách, tak i na sjezdovkách, pokládáme za nejdůležitější:

jízdu přes terénní nerovnosti, odšlapování a skok.

Těmto cvikům musíme věnovat nejen patřičnou pozornost, ale musíme je také stále opakovat a zvyšovat jejich náročnost, nechceme-li, aby výcvik v zatáčení stál izolovaně v základním lyžařském výcviku začátečníka. Bude tedy jistě správné zopakovat si aspoň ty nejdůležitější zásady při výuce těchto cviků, a proto o nich píšeme na jiném místě.

METODICKÝ POSTUP PŘI VÝUCE ZATÁČENÍ

Teprve po důkladném procvičení a získání těchto důležitých vlastností, jako je rovnováha, odvaha, uvolněnost, můžeme zodpovědně přistoupit k nácvičení smyků.

V úvodu jsme si řekli, že hlavním znakem naší metody je společný základ přívratné a snožné techniky a že

tedy vypouštíme těžkopádné cviky: oblouky v pluhu i přívratné oblouky a vycházíme při tom z techniky snožné. Nejdůležitějším okamžikem je pochopitelně první přechod přes spádnici. Je proto nutné věnovat mu největší péči a snažit se, aby byl pro cvičence snadný a plynulý.

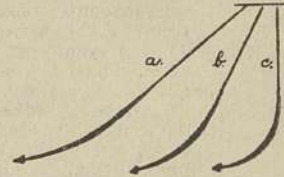
Proto po nácvičení snožného smyku ke svahu a ze spádnice — obr. 1 (přičemž z přívratné techniky jsme dosud používali pouze pluh a brzdění pluhem), zlehčíme tento cvik pomocí přívratu — přívratný smyk ze spádnice (obr. 2 a 3). Ještě před tím však provedeme nácvičení tohoto přívratného smyku na rovině, aby cvičenec měl možnost nacvičit přenášení váhy těla a odraz z hrany za nejlehčích podmínek (obr. 4).

Teprve potom provedeme první smyk přes spádnici za pomoci přívratu na-

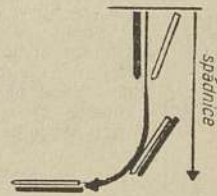
Obr. 3.



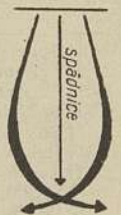
Obr. 4.



Obr. 1.



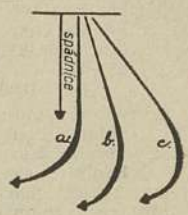
Obr. 2.



Obr. 5.



Obr. 6.



Obr. 7.

KALENDÁŘ LYŽAŘSKÝCH SOUTĚŽÍ 1963

Sportovně technická komise lyžařské sekce ÚV ČSTV předkládá vám kalendář lyžařských soutěží na rok 1963, které byly navrženy krajskými lyžařskými sekcemi. Tento kalendář byl schválen na podzimním aktivu předsedů STK KV ČSTV a je součástí plánu činnosti ČSTV na úseku lyžování.

V průběhu minulé zimy docházelo často k odvolávání řady závodů nebo k jejich přeložení. Upozorňujeme proto, že uspořádání lyžařských soutěží, které jejich pořadatelé zařadili do celostátního kalendáře, stejně jako údaje v kalendáři uvedené, jsou závazné pro všechny orgány tělovýchovného hnutí v příslušném obvodu i pro všechny sportovce a tělovýchovné pracovníky.

Případné změny či úpravy ve sportovním kalendáři lze provádět pouze se souhlasem příslušného orgánu a jen v nevyhnutelných a zdůvodněných případech (nedostatek sněhu).

Nedbání závaznosti sportovního kalendáře narušuje program zimních soutěží, vnáší zmatek do termínů, a proto se považuje za porušení vnitřní kázně v ČSTV. Vždyt do celo-

státního kalendáře lyžařských soutěží zařazujeme jen ty významné závody a soutěže, které jsou třeba v zájmu rozvoje lyžování i v zájmu zvyšování výkonnosti závodníků.

Důležitým informačním opatřením o konání závodů je zřízení dispečinků v jednotlivých krajích, jejichž úkolem je informovat závodníky o nevyhnutelných změnách v termínech.

Je na všech lyžařských pracovnících, aby všechny lyžařské závody pořádané v roce 1963 měly dobrou úroveň a byla zajištěna jejich regulérnost. Ovšem nejde jen o závody zařazené v celostátním kalendáři, ale i o celou řadu dalších místních závodů I. ČSSH, SHM, přeborů jednot, oddílů, okresů a řadu dalších.

Je na všech pořadatelích lyžařských soutěží, aby vytvářeli zdravé sportovní prostředí, aby lyžařských závodů se závodníci rádi a s chutí zúčastňovali, aby vytvářeli tak ty nejlepší podmínky k dalšímu rozvoji závodního lyžování.

F. TÁBORSKÝ,

předseda STK ústřední sekce lyžování

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel
VRCHOLNÉ SOUTĚŽE					
13.—17.	2. Celostátní finále I. ČSSH	klasické sjezdové	MŽDst	Banská Bystrica	KV ČSTV B. Bystrica
17.—23.	2. Československá universiáda	klas.+sj.	MŽ	Špindl. Mlýn	KV ČSTV B. Bystrica
18.—24.	2. Přebory ministerstva vnitra	klas.+sj.	MŽ	Harrachov	VŠE Praha
21.—24.	2. Přebor dorostu ČSSR	sjezdové	D	Janské Lázně	S. J. Lázně
24.	2. Mistrovství republiky — Hančův memoriál	50 km	M	Jilemnice	Sl. Jilemnice
24.—26.	2. Přebor dorostu ČSSR	klasické	D	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha
27. 2.—3.	3. Mistrovství republiky	klasické	MŽ	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha
2.—3.	3. Finále SZBZ	branný	MŽD	Janské Lázně	KV Svazarmu
11.—17.	3. Mistrovství republiky	sjezdové	MŽ	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice
MEZINÁRODNÍ SOUTĚŽE					
12.—13.	1. Štít Průboje	obř. sl.+sl.	MŽ	Bouřňák	OV ČSTV Teplice
19.—20.	1. Mírové slavnosti	sdruž.+běh	MŽ	Tanvald	J. Tanvald
30.	1. Týden skoků	skok	M	Banská Bystrica	
2.	2. Týden skoků	skok	M	Špindl. Mlýn	
3.	3. Týden skoků	skok	M	Vysoké n. Jiz.	
10.	2. VI. ročník Poháru bratrství	skok	M	Nýdek	Sokol Nýdek
23.—24.	2. Pohár přátelství	sdruž.	M	Jáchymov	B. Jáchymov
8.—10.	3. Mezinárodní závod	klas.	MŽ	Harrachov	J. Harrachov
15.—17.	3. Velká cena Slovenska	sjezdové	MŽ	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice
20.—21.	4. Závod osvobození	sjezdové	MŽ	Studniční hora	KV ČSTV Pardubice
KONTROLNÍ ZÁVODY					
Běh:					
20.	1. Bezroukov memoriál	beh	MŽ	Sliač	Lok. Zvolen
26.—28.	1. Zlatá lyže — Mem. J. Německého	běh	MŽ	N. Město n. M.	Sokol N. Město
24.	2. Mistrovství ČSSR — Hančův memoriál	50 km	M	Jilemnice	Sl. Jilemnice
27. 2. až 3.	3. Mistrovství ČSSR	běh	MŽ	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha
8.—10.	3. Mezinárodní závod	běh	MŽ	Harrachov	J. Harrachov
Sjezdové:					
31. 12. až 1.	1. Veřejný závod	sj.+sl.	MŽ	Skalnaté pleso	T. Tatr. Lomnice
12.—13.	1. Štít Průboje	obř. sl.+sl.	MŽ	Bouřňák	OV ČSTV Teplice
19.—20.	1. XXIV. ročník ceny Dem. jaskyň	sj.+sl.	MŽ	Jasná	Dyn. N. Tatr
11.—17.	3. Mistrovství ČSSR	sjezdové	MŽ	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice
23.—24.	3. Veřejný závod	obř. sl.+sl.	MŽ	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn
30.—31.	3. Jánošíkova valaška	sj.+sl.	MŽ	Vrátná	Dyn. Žilina
13.—14.	4. Velká noc	obř. sl.+sl.	MŽ	Tatr. Lomnica	T. Tatr. Lomnica
20.—21.	4. Závod osvobození	obř. sl.+sl.	MŽ	Studniční hora	KV ČSTV Pardubice
Skok:					
5.	1. Veřejný závod	skok	M	Mšeno	J. Mšeno
19.—20.	1. Mírové slavnosti	skok	M	Plavy	J. Tanvald
30.	1. Týden skoků	skok	M	Banská Bystrica	
2.	2. Týden skoků	skok	M	Špindl. Mlýn	
3.	3. Týden skoků	skok	M	Vysoké n. Jiz.	
27. 2. až 3.	3. Mistrovství ČSSR	skok	M	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha
8.—10.	3. Mezinárodní závod	skok	M	Harrachov	J. Harrachov
Sdružený:					
5.—6.	1. Čertova Pláň (skok Harrachov)		M	Rokytnice	Sl. Zdravotník
19.—20.	1. Mírové slavnosti		M	Tanvald	J. Tanvald
26.—28.	1. Zlatá lyže Českomoravské vysočiny		M	N. Město n. M.	S. N. Město n. Mor.
23.—24.	2. Pohár přátelství		M	Jáchymov	B. Jáchymov
27. 2. až 3.	3. Mistrovství ČSSR		M	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel
KONTROLNÍ ZÁVODY PRO DOROST					
Běh, skok:					
26.—28. 1.	Zlatá lyže		D	N. Město n. M.	S. Nové Město
24.—26. 2.	Přebor dorostu		D	Spindl. Mlýn	MV ČSTV Praha
8.—10. 3.	Mezinárodní závod		D	Harrachov	J. Harrachov
Sjezdové:					
19.—20. 1.	O horské květy Zd. Pelce	vše	D	Žalý	Sp. Vrchlabí
21.—24. 2.	Přebor dorostu	vše	D	Janské Lázně	S. Janské Lázně
2.—3. 3.	Kromp. vzbura	sj.+sl.	D	Plejsy	P. Krompachy
16.—17. 3.	Stříbrný kahanec	sj.+sl.	D	Pustevny	B. Ostrava

VŠECHNY ZÁVODY A SOUTĚŽE

1962					
25. 12.	Veřejný závod	skok	MD	Nová Huť	Sp. Dýšina
26. 12.	Veřejný závod	běh	vše	Boží Dar	B. Boží Dar
26. 12.	Veřejný závod	štafety	MZD	Červenoh. sedlo	Lok. Šumperk
30. 12.	Veřejný závod	klas.	DŽ	Prostř. Bečva	S. Kněžhyně
31. 12.	Pohár Harrachovských skláren	štaf.+skok	MD	Harrachov	J. Harrachov
31. 12.—1. 63	Veřejný závod	sj.+sl.	MŽ	T. Lomnica	T. Tatr. Lomnica kontrolní

LEDEN

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
5.—6. 1.	Čertova Pláň	sdr.+běh	MŽ	Rokytnice	Sl. Zdravotník	kontrol.
6. 1.	Křišťálový pohár VUD	skok	MD	Prkenný důl	B. Zacléf	
6. 1.	Pohár AZV	běh	MZD	Vrchlabí	Sp. Vrchlabí	klasif.
6. 1.	Štít pětiletky	běh	vše	Boží Dar	Sl. K. Vary	klasif.
6. 1.	Veřejný závod	sl.	vše	Žel. Ruda	OV ČSTV Klatovy	klasif.
6. 1.	Veřejný závod	běh	vše	Kubova Huť	Sp. Strakonice	
6. 1.	Verenovského memoriál	běh	vše	T. Lomnica	T. Tatr. Lomnica	klasif.
5.—6. 1.	Veřejný závod	skok	M	Mšeno	J. Mšeno, L. Liberec	kontrol.
6. 1.	Putovní štít Jizerských hor	běh	MZD	H. Polubný	S. Hor. Polubný	klasif.
6. 1.	Veřejný závod	běh	DŽ	Kovářské	J. Kovářské	
6. 1.	Memoriál M. Erbena	obř. sl.	MZD	Harrachov	LIAZ Rýnovice	klasif.
6. 1.	Pohár Valašska	skok	MD	D. Bečva	J. Dol. Bečva	klasif.
6. 1.	Memoriál J. Tomšů	běh	MZD	Vel. Karlovice	T. Vel. Karlovice	klasif.
6.—13. 1.	XII. ročník veř. závodu VAAZ — biathlon	štaf., skok	M	Pustevny	VAAZ Brno	klasif.
12.—13. 1.	Štít Průboje	obř.+sl.	MŽ	Bouřňák	OV ČSTV Teplice	kontrol.
13. 1.	15 km Sumavou	běh	vše	Špičák	Lok. Plzeň	klasif.
13. 1.	Veřejný závod	obř. sl.	vše	Pančf	OV ČSTV Klatovy	klasif.
13. 1.	Veřejný závod	štaf.	vše	Na Horách	Lok. Č. Třebová	
13. 1.	XIII. ročník Šachty	skok	M	Šachty	J. Vysoké	klasif.
13. 1.	Velká cena Manina	klas.	vše	Pov. Bystrica	Sp. Pov. Bystrica	klasif.
13. 1.	Stašská patnáctka	běh	vše	Zadov	S. Stachy	
12.—13. 1.	Přebor MV ČSTV Brno	sj.	MZD	Jeseníky		klasif.
13. 1.	VII. ročník mem. Jos. Dufka	běh	M	Bílá ch. Třeštík		
13. 1.	Pohár 24 padl. hrdinův	běh	vše	podle snehu	S. Gerlachov	
13. 1.	Veřejný závod	sl.	MZD	Levoča	Sl. Levoča	
13. 1.	Vehec. memoriál. Šar. poh.	sl.	MZD	Čerhov	L. Prešov	
13. 1.	Pohár Dargov. hrdinův	běh	vše	Borda	Sl. Levoča	
13. 1.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.	MZD	Pezinok	KV ČSTV Bratislava	
13. 1.	Cena Smrekovice	obř. sl.	MZD	Čeladná	TJ Čeladná	
13. 1.	Memoriál Stebla	běh	MZD	Javorový	TJ Rožnov	
13. 1.	Veřejný závod	sl.	ž.	Vsetín	Sp. Z. Vsetín	
13. 1.	Kořenovský běh	běh	MZD	Kořenov	SJ Kořenov	klasif.
13. 1.	Veřejný závod n. p. TOFA	skok	MD	Albrechtice	TJ Tofa Jiřetín	
16. 1.	Veřejný závod	běh	vše	Mšeno	J. Mšeno	
19.—20. 1.	Mírové slavnosti	běh+skok	MZD	Tanvald-Plavy	J. Tanvald	mez., kont.
19.—20. 1.	Krušnohorský pohár	běh+skok	MZD	N. Město v K. h.	B. Osek	klasif.
19. 1.	Večerní závod	skok	MD	Mšeno	J. Mšeno	
20. 1.	I. roč. Podmučovské patnáctky	běh	MZD	Velké Hamry	S. V. Hamry II.	
20. 1.	Běh Libverdou II. roč.	běh	MZD	Libverda	S. lázně Libverda	
20. 1.	Hornický slalom	sl.	MZD	Dol. Lomná	B. ČSA	
20. 1.	II. roč. Cena NHKG	obř. sl.	MZD	Pustevny	TJ NHKG	
20. 1.	Veřejný závod	běh+skok	MZD	Písařov	T. Písařov	klasif.
20. 1.	Štít města Vsetína	sl.	MZD	Vsetín	Sp. Vsetín	
20. 1.	Štít vesnice	skok	MD	Ostravice	S. Ostravice	
20. 1.	Veřejný závod	skok	MDŽ	Kraslice	T. Kraslice	klasif.
20. 1.	Krajské kolo I. ČSSH	sjazd	MZD	Bezovec	KV ČSTV Bratislava	
19.—20. 1.	O horské květy Zd. Pelce	sjezd	D	Žalý	Sp. Vrchlabí	kontrol.
20. 1.	Maternův memoriál	30+10 km	MŽ	Spindl. Mlýn	Sl. Spindl. Mlýn	
20. 1.	Blatenská stezka	běh	MŽDst.	Hor. Blatná	T. Hor. Blatná	klasif.
20. 1.	Veřejný závod	běh	vše	Ž. Ruda—Belvede	OV ČSTV Klatovy	klasif.
20. 1.	Veřejný závod	sj.+sl.	MŽDst.	Neklid	Ž. K. Vary	klasif.
20. 1.	Veřejný závod	sj.	vše	Můstek	OV ČSTV Klatovy	klasif.
20. 1.	Cena zotavenen ŮRO	obř. sl.	MZD	Spindl. Mlýn	Slávia ŮRO	klasif.
20. 1.	Bezroukov memoriál	beh	MŽ	Sliač	Lok. Zvolen	kontrol.
19.—20. 1.	XXIV. roč. Dem. jeskyň	zj.+sl.	MZD	Chopok-Jasná	Dyn. N. Tatry	kontrol.
20. 1.	Chodská třicítka	30 km	M	Výhledy	J. Domažlice	klasif.
21.—26. 1.	Přebor Karlovy university	klas.+sj.	MŽ	Spindl. Mlýn	ITVS Praha	
24.—27. 1.	VC Kremnice	klas.	vše	Kremnica	B. Kremnica	klasif.
27. 1.	Velká cena Vys. Tatier	sl.	MZD	Hrebienok	Sl. Smokovec	klasif.
27. 1.	Pohár Slov. Rudohoria	beh	vše	Mlynky	B. Mlynky	klasif.

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
27. 1.	Krajský přebor	obr. sl.	vše	Mal. Brdo	TJ Ružomberok	klasif.
26. 1.	Krajské kolo I. ČSSH	běh	MŽD	Mísečky	Sp. Vršovice	
27. 1.	Přes tři kopce	běh	MŽD	Mísečky	Sp. Vršovice	klasif.
27. 1.	Velká cena Jáchymova	skok	MD	Jáchymov	TJ Jáchymov	klasif.
26.—27. 1.	V. roč. sjezdové ceny	sj.+sl.	MŽD	Janské Lázně	S. Janské Lázně	klasif.
27. 1.	Krajský přebor	štaf.	MŽDst.	H. Branná	S. Hor. Branná	klasif.
27. 1.	Hornobranská I. lyže	vše		H. Branná	S. Hor. Branná	
27. 1.	Velká cena mládeže	sjezd.	Dml. ž.	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn	
27. 1.	Veřejný závod	skok	MD	Trutnov	Lok. Trutnov	
27. 1.	Velká cena Lomnice n. Pop.	skok	MD	Lomnice n. Pop.	J. Lomnice	
27. 1. až 3. 2.	Krajský přebor	klas.+sj.	ž.	Harrachov	OV Kolfn	
27. 1.	Krajský přebor	30+10 km	MŽ	Vimperk	J. Vimperk	klasif.
27. 1.	Krajské kolo I. ČSSH + veřejný závod	skok	MD	Zadov	S. Stachy	
27. 1.	Stít města Prešova	beh	vše	Prešov	Lok. Prešov	
27. 1.	Pohár Febr. vítazstva	sl.	vše	Niž. Medzev	B. Niž. Medzev	
27. 1.	Stít mesta Košic	sl.	vše		Lok. Košice	
27. 1.	Okolo Štrby	30 km	M	Štrba	Dr. Štrba	klasif.
27. 1.	Primát Považia	beh	MŽD	Trenčín-Soblahov	TJ Trenčín	klasif.
27. 1.	Veřejný závod	sj.+sl.	ž.	Machov	J. Machov	
27. 1.	Krajský přebor a Kraslická	30 km+10 km	MŽ	Kraslice	T. Kraslice	klasif.
27. 1.	Jizerská patnáctka vodáků	beh	MŽD	Mšeno	J. Mšeno	klasif.
24.—27. 1.	Krajský přebor	klas.	vše	Kremnica	B. Kremnica	klasif.
25.—27. 1.	Krajský přebor	sjezdové	MŽD	Pustevny	KV ČSTV Brno	klasif.
26.—28. 1.	Zlatá lyže a krajský přebor	klas.	MŽD	N. Město n. M.	S. Nové Město	kontrol.
28.—30. 1.	Oblastní přebor vys. škol	kl.+sj.	MŽ	Liberec	Sl. VVS Liberec	
31. 1. až 3. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	kl.+sj.	MŽD	Liberec	OV ČSTV Liberec, Jablonec	klasif.
30. 1.	Týden skoků	skok	MD	Banská Bystrica	RH B. Bystrica	mez.
2. 2.	Týden skoků	skok	MD	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn	mez.
3. 2.	Týden skoků	skok	MD	Vysoké n. Jiz.	Vysoké n. Jiz.	mez.
31. 1. až 3. 2.	Krajský přebor	zjazd.	vše	Vrátná	Sl. Žilina	klasif.
ÚNOR						
2. 2.	Noční slalom	sl.	MŽD	Hrebienok	Sl. Smokovec	
2.—3. 2.	Krajský přebor	klasif.	vše	Baba-Pezinok	KV ČSTV Bratislava	klasif.
3. 2.	Krajský přebor	30 km	M	Važec	Lok. Važec	klasif.
3. 2.	Pohár Javoriky	sl.	MŽD	Portáš	TJ Gottwaldov	klasif.
2.—3. 2.	Mem. J. Nováka	sl.	MŽD	Mart. Hole	Sp. Martin	klasif.
3. 2.	Beh oslob. mládeže	beh	D	Zav. Poruba	Lok. Záv. Poruba	
2.—3. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	klas.	MŽDž	Lípno	TJ Lípno	klasif.
3.—10. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.+sj.	MŽD	Harrachov	KV ČSTV Středočes.	
3. 2.	Krajský přebor	30+10 km	MŽ	Kunvald	S. Kunvald	klasif.
3. 2.	Memoriál arch. Krčl	30+10 km	MŽ	Kunvald	S. Kunvald	
3. 2.	Pohár osvobozených Krkonoš	skok	MD	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn	
3.—10. 2.	Krajský přebor+kr. kolo ČSSH	klas.+sj.	vše	Janské Lázně	S. Janské Lázně	klasif.
3. 2.	Veřejný závod	obr. sl.	MŽD	Bezovec	Sl. Pleštiny	klasif.
1.—3. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.+sj.	vše	Špičák	KV ČSTV Plzeň	
3. 2.	Banický kahanec	běh+skok	MŽ	Lad. Jaskyňa	B. Dobšiná	
3. 2.	Veřejný závod	skok	MDž	Hřebečná	J. Abertamy	klasif.
1.—3. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	sjezd.	vše	Harrachov	Sl. Orbis Praha	
3. 2.	Krajský přebor	30+10 km	MŽ	Špindl. Mlýn	Slávia VŠ	klasif.
3. 2.	O cenu lanovky	obr. sl.	ž.	Lopeník	Sp. Uher. Brod	
2.—3. 2.	Kromp. vzbůra — mem. Pežouta	sj.+sl.	vše	Plešty	P. Krompachy	klas.+kon
2.—3. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.+sj.	MŽD	Mlynky—Vys. Tatry	Mšeno	
2. 2.	Večerní závod	skok	MD	Mšeno	J. Mšeno	
1.—3. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	sjezdové	MŽD	Praděd	KV ČSTV Ostrava	klasif.
1.—3. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	běh	MŽD	Vrbno	KV ČSTV Ostrava	klasif.
1.—3. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	skok	MD	Červ. sedlo	KV ČSTV Ostrava	klasif.
3. 2.	Běh Ploštinami	běh	MŽD	Val. Klobouky	SP. V. Klobouky	klasif.
4.—8. 2.	Oblastní přebory vys. škol	klas.+sj.	MŽ	Praděd	Palackého univ.	klasif.
9.—10. 2.	Pohár Rožnova	beh+skok	MŽ	Rožnov p. Rad.	TJ Rožnov	klasif.
10. 2.	Veřejný závod	skok	MD	Písařov	T. Písařov	
6. 2.	Veřejný závod	skok	Dml. ž.	Mšeno	J. Mšeno	
9. 2.	Šátek Textilany	běh	MŽ	Bedřichov	J. Textilana	klasif.
9.—10. 2.	Pohár Jablonec. skláren	sl.	MŽD	Desná	TJ Desná	klasif.
10. 2.	Veřejný závod	běh+skok	MDž	N. Město v K. h.	B. Osek	
10. 2.	Putovní koberec, II. roč.	skok	MD	Vratislavice	J. Vratislavice	klasif.
10. 2.	Veřejný závod	běh	ž.	Kořenov	Sj. Kořenov	
10. 2.	Velká cena Bukové hory	obr. sl.	ž.	Jičetín	Sp. Smržovka	
10. 2.	Veřejný závod	skok	Dml. ž.	Plavy	J. Plavy	
8.—10. 2.	Krajský přebor	sjezd.	MŽ	Špindl. Mlýn	Slávia VŠ Praha	klasif.
8.—10. 2.	Krajský přebor	sjezd.	MŽDst.	Jáchymov	TJ Jáchymov	klasif.
9.—10. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽDst.	Hřebečná	J. Abertamy	klasif.
9.—10. 2.	Pohár Železné Rudy	běh+sl.	ž.	Žel. Ruda	Sj. P. P. Plzeň	
10. 2.	Veřejný závod	beh	MŽD	Dolany	S. Dolany	
10. 2.	Cena Mladých Buků	obr. sl.+sl.	ž.	Mladé Buky	J. Mladé Buky	
10. 2.	III. roč. Malé ceny Police n. M.	sduž.	ž.	Police n. Met.	Sp. Police n. Met.	
10. 2.	Veřejný závod	skok	MD	Malé Svatoňovice	B. M. Svatoňovice	
9.—10. 2.	Krajský přebor a krajské kolo I. ČSSH	sjezd.	MŽD	Kleť	TJ Poz. stav. ČB	klasif.
9.—10. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽD	Zadov	S. Stachy	klasif.
9.—10. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	sl.+obr.	MŽD	Mikulčín vrch	KV ČSTV Brno	klasif.
9.—10. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.	MŽD	N. Město n. M.	KV ČSTV Brno	klasif.

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
9.—10. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	zjazd	vše	Chopok	Dyn. N. Tatry	klasif.
9.—10. 2.	Krajské kolo I. ČSSH	klas.	vše	B. Bystrica	ČH B. Bystrica	klasif.
9.—10. 2.	Štít Február, víťazstva	skok	M	B. Bystrica	ČH B. Bystrica	klasif.
10. 2.	Krajský prebor a cena zotavoven ÚRO	běh	MŽ	Bobí Louky	Slávia ÚRO	klasif.
10. 2.	Veřejný závod	sdruž.	Dml.ž.	Vitkovice	J. Vitkovice	
8.—10. 2.	Krajský prebor	zjazd.	vše	Chopok	KV ČSTV Bratislava	klasif.
10. 2.	Pohár Ž B	sj.+sl.	vše	Smolník	B. Smolník	
9.—10. 2.	Krajský prebor	zjazd	MŽDž.	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice	klasif.
10. 2.	VI. roč. Poháru bratrství	skok	MD	Nýdek	S. Nýdek	klas., mez.
13.—17. 2.	Celostátní finále I. ČSSH	klas.	MŽDst.	B. Bystrica	KV ČSTV B. Bystrica	
13.—17. 2.	Celostátní finále I. ČSSH	sjezd.	MŽDst.	Jasná	KV ČSTV B. Bystrica	
16.—17. 2.	III. roč. pohára Kysúc	zj.+sl.	vše	Čadca		
16.—17. 2.	Krajský prebor	klas.	MŽD	Borda Trebišov	J. V. Hamry	klasif.
16. 2.	Veřejný závod Popelnice	obr. sl.	MŽD	Tanvald	Bezkyd Čadca	klasif.
17. 2.	Cena MNV Ploštín	běh	vše	Ploštín	Snaha Ploštín	klasif.
17. 2.	O bielu stuhu	štaf.	vše	B. Štiavnica	TJ Šitno	klasif.
17. 2.	Pohár SPP	sl.	MŽD	Mikulčín vrch	Sp. Uh. Hradiště	klasif.
17. 2.	Krajský prebor	štaf.	Dml.ž.	M. Svatoňovice	B. M. Svatoňovice	klasif.
17. 2.	Memoriál J. Schejbala	štaf.	vše	M. Svatoňovice	B. M. Svatoňovice	
17. 2.	Hornický kahanec VUD	obr.+sl.	MŽD	Prkenný Důl	B. Žacléř	
17. 2.	Zvičinský slalom	sl.	MŽD	Zvičina	J. Dvůr Král.	
17. 2.	Veřejný závod	skok	MD	Vrchlabí	Sp. Vrchlabí	
17. 2.	IV. roč. Krakonošův štít	běh	vše	H. Malá Úpa	RH Pardubice	klasif.
17. 2.	V. roč. Štít Chochoľky	sjezd.	MŽD	St. Paka	S. St. Paka	
17. 2.	Bílé Potoky	Obř. sl.	MŽD	Sp. V. Klobouky	Val. Klobouky	klasif.
17. 2.	Putovní štít Machova	skok	MD	Machov	J. Machov	
17. 2.	Krajský prebor	skok	MDž.	Kamzík	KV ČSTV Bratislava	klasif.
17. 2.	Kahanec bane Mlynky a krajský prebor	obr. sl.	MŽD	Mlynky	B. Mlynky	
17. 2.	Beh Slov. rajom kpt. Nálepku, krajský prebor	30 km	M	Čingov	Lok. Sp. N. Ves	klasif.
16.—17. 2.	Krajský prebor	klas.	ž.	Mšeno	J. Mšeno	
16.—17. 2.	Krajský prebor	sjezd	ž.	Telnice	TJ Chemička Ústí	
17.—22. 2.	Celostátní prebor hornické mládeže	sjezd	D	Bouřňák	Sport. komise SHM	
16.—17. 2.	Pohár hutníka	klasif.	D	N. Město v K. h.	Lok. Teplice	klasif.
17. 2.	Severomoravský pohár	sjezd	MŽD	Javorový	TŽ Třinec	klasif.
17. 2.	Veřejný závod	běh	MŽD	Hrabenov	S. Hrabenov	klasif.
17. 2.	Běh kolem Rýmařova	sjezd	MŽD	Červenoh. sedlo	Lok. Šumperk	
17. 2.	Memoriál L. Mítka	běh	MŽD	Rýmařov	TJ Rýmařov	
17. 2.	Veřejný závod	běh	MŽD	Vsetín	Sp. Vsetín	
17.—23. 2.	Čs. universiáda	běh	D	Pr. Bečva	TJ Kněhyně	
23. 2.	Velká cena Beskyd	kl.+sj.	MŽ	Špindl. Mlýn	VSE Praha	
24. 2.	Vsacký pohárek	skok	MD	Ostravice	S. Ostravice	
24. 2.	Polomská třičlůčka	sl.	ž.	Vsetín	Sp. MEZ Vsetín	
24. 2.	Pohár MNV Bruntál	30+10	MD	Velký Polom	B. Doubravka	
24. 2.	Pohár přátelství	15 km	M	Bruntál	Sl. Bruntál	
23.—24. 2.	Veřejný závod	sdruž.	MD	Jáchymov	KV ČSTV a B. Jách.	mez.
24. 2.	Veřejný závod	skok	MD	Jířetín	TJ Těfa Albrechtice	
24. 2.	Obří boule	sl.	MŽD	Jířetín	Sp. Smržovka	
18.—24. 2.	Přebory ministerstva vnitra	kl.+sj.	MŽ	Harrachov		
21.—24. 2.	Přebor dorostu ČSSR	sjezd.	D	J. Lázně	S. Janské Lázně	kontrol.
24. 2.	Mistrovství ČSSR — Hančův memoriál	50 km	M	Jilemnice	Sl. Jilemnice	kontrol.
24.—26. 2.	Přebor dorostu ČSSR	klas.	D	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha	kontrol.
24. 2.	II. roč. »Transporta«	klas.	vše	Medzilaborce		
23.—24. 2.	O pohár Febr. víťazstva	skok	MD	Čergov	Lok. Prešov	
23.—24. 2.	Krajský prebor	klas.+sj.	ž.	M. Lázně	Sl. M. Lázně	
23.—24. 2.	Veřejné závody	sj.+obr. sl.	ž.	Ričky	J. Ústí n. Orl.	
23.—24. 2.	Veřejný závod	sdruž.	Dž.	Lomnice n. Pop.	J. Lomnice n. Pop.	
24. 2.	Veřejný závod	skok	ž.	Suchý Důl	S. Suchý Důl	
24. 2.	Mem. Jak. Štěpána a kraj. prebor	obr. sl.	MŽD	Zalý	Sp. Avia Čakovice	klasif.
24. 2.	Krajský prebor	klas.	ž.	Nedvědice	KV ČSTV Brno	
24. 2.	Krajský prebor	sjezd.	ž.	Sekoř	KV ČSTV Brno	
24. 2.	XIV. roč. Strmej doliny	sl.	MŽD	Bukovica	TJ Porúbka	klasif.
24. 2.	Babil. memor. a kraj. prebor	skok	MD	Ružomberok	TJ Ružomberok	klasif.
24. 2.	Stříbrná vločka	obr. sl.+sl.	ž.	Javorníky	TJ Gottwaldov	
24. 2.	Veřejný závod	sj.	Dž.	Pec pod Sněž.	Sl. Pec	
24. 2.	Pohár Orlických hor	sj.+sl.	vše	Deštná	Sp. Dobruška	
24. 2.	Cena Machova	sj.+sl.	MŽD	Machov	J. Machov	
BŘEZEN						
27. 2. až 3. 3.	Mistrovství ČSSR	klas.	MŽ	Špindl. Mlýn	MV ČSTV Praha	kontrol.
3. 3.	Závody 3členných družstev	sl.	MŽD	Bouřňák	Lok. Teplice	
3. 3.	Veřejný závod	obr. sl.	Dž.	Velké Hamry	J. V. Hamry	
3. 3.	Jarní lyžařské závody	běh+obr. sl.	vše	Loučná K. h.	J. Loučná	
3. 3.	Seniorský závod	běh	M	Praděd	TJ Mor. Hlubočky	
3. 3.	Vsacký pohár	sl.	MŽD	Vsetín	Sp. MEZ Vsetín	klasif.
3. 3.	Memoriál hrdinův SNP	beh	M	Štrbské Pleso	ČH Poprad	klasif.
3. 3.	Štít mesta Sabinova	sj.+sl.	MŽD	Čergov	Lok. Prešov	
3. 3.	Verejné závody	zjazd	MŽD	Skalná pleso	Sl. Smokovec	klasif.
3. 3.	O pohár Orlických hor	běh	M	Olešnice	OV ČSTV Rychnov	
3. 3.	Verejné závody	sl.	vše	Zadov	S. Stachy+Sp. Č. B.	
2.—3. 3.	Veřejné závody	sj.+sl.	D	Krompachy	KV ČSTV Košice	kontrol.
3. 3.	Veřejné závody	skok	MD	Podkonice	TJ Podkonice	klasif.
2.—3. 3.	IV. roč. sjezdového dvojboje	obr.+sl.	vše	Ričky	J. Ústí n. Orl.	klasif.
3. 3.	Kolem pramenů	běh	MŽDst.	M. Lázně	Sl. Mar. Lázně	klasif.
2.—3. 3.	Finále SZBZ	branný	MŽD	Janské Lázně	ÚV Svazarmu	

Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
3. 3.	Velká cena Šumavy	obř. sl.	MŽDst.	Mústek	Slávie Plzeň VŠ	klasif.
8.—10. 3.	Krajský přebor	klas.	ž.	Kvatimoch	TJ Str. Pies	klasif.
8.—10. 3.	Krajský přebor	zjazd	ž.	Mal. Brdo	TJ Ružomberok	klasif.
8.—10. 3.	Mezinárodní závod	klas.	MŽD	Harrachov	J. Harrachov	kontrol.
10. 3.	Abertamské štafety míru a kraj. přebor	štaf.	MŽDst.	Abertamy	KV ČSTV Plzeň, J. Abertamy	
10. 3.	Velká cena Boubína	sj.+sl.	Dž.	Kubova Huť	Sp. Strakonice	
10. 3.	Perninský můstek	skok	MD	Pernink	S. Pernink	klasif.
10. 3.	Veřejný závod	obř. sl.	D	Čenkovice	Lok. Č. Třebová	klasif.
15.—10. 3.	Rýchorský IV. ročník	obř. sl.	MŽD	Rýchory	J. Ml. Buky	klasif.
10. 3.	Veřejný závod	obř. sl.	MŽD	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn	
10. 3.	Štít města Pardubic, I. část	obř. sl.	ž.	Javoří Důl	Dyn. Pardubice	
10. 3.	Veřejný závod	skok	vše	Zadov	S. Stachy	
10. 3.	Veřejný závod	sjezd	MŽD	Červenoh. sedlo	Lok. Šumperk	klasif.
9.—10. 3.	Ještědský pohár	obř. +sl.	MŽD	Ještěd	Lok. a Sl. Liberec	klasif.
10. 3.	Veřejné závody	štaf.+sk.	Dml.ž.	Zlatá Olešnice	S. Zl. Olešnice	
11.—17. 3.	Mistrovství ČSSR	sjezd	MŽ	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice	kontrol.
15.—17. 3.	Velká cena Slovenska	zjazd	MŽ	Vysoké Tatry	KV ČSTV Košice	mez.
16.—17. 3.	O stříbrný kahanec Baníku	sj.+sl.	D	Pustevny	B. Ostrava	kontrol.
14.—17. 3.	Krajský přebor	kl.+sj.	ž.	Praděd	KV ČSTV Ostrava	
17. 3.	O krále Jizerských hor	běh	MŽD	Smědava	S. lázně Libverda	
17. 3.	Veřejný závod	běh	MŽD	Nové Město K. H.	Lok. Teplice	
17. 3.	Veřejný závod	skok	MD	Plavy	J. Plavy	klasif.
17. 3.	III. roč. Josefovského poháru	skok	MD	Červenohor. sedlo	Lok. Šumperk	klasif.
17. 3.	Memoriál Tošenovského	obř. sl.	MŽD	Dol. Bečva	J. Dol. Bečva	
17. 3.	Jarní slalom	sl.	MŽD	Velký Poiom	B. Doubrava	
17. 3.	Verejny závod	skok	MD	Dol. Lehota	D. Lehota	
17. 3.	Beh okolo Vrbického plesa	běh	vše	Vrb. pleso	Dyn. Nizké Tatry	klasif.
17. 3.	Boubínské štafety a kraj. přebor	štaf.	vše	Kubova Huť	Sp. Strakonice	
17. 3.	Memoriál kpt. Jaroše	běh	MŽD	Dvoračky	Sp. AZNP Ml. Bolesl.	klasif.
17. 3.	Štít města Pardubic, II. část	obř. sl.	MŽD	Javoří Důl	Dyn. Pardubice	
17. 3.	Pohár Rudé hvězdy	běh	vše	Špičák	RH Plzeň	klasif.
17. 3.	Memoriál M. Konášové	běh	Ždky	Špičák	Sp. LZ Plzeň	klasif.
17. 3.	Jáchymovské slalomy	obř. sl.	MŽDst.	Jáchymov	TJ Jáchymov	klasif.
17. 3.	Memoriál V. Chaloupky	sl.	MŽD	Pec pod Sněž.	Dyn. Praha	
17. 3.	Tyršův štít	skok	MDst.	Janské Lázně	S. Jan. Lázně	
17. 3.	Cena Pece pod Sněžkou	sl.	Dml.ž.	Pec pod Sněž.	Sl. Pec	
24. 3.	Jarní patnáctka	běh	MŽD	Klínovka	Sp. ČKD Praha	
24. 3.	Božídarské jarní běhy	běh	vše	Boží Dar	B. Boží Dar	klasif.
24. 3.	VII. roč. jarního slalomu	sl.	MŽDst.	Pančič	OV ČSTV Klatovy	klasif.
24. 3.	O pohár n. p. Elektroporcelán	skok	MD	Prkenný Důl	B. Žacléř	
24. 3.	Memoriál Hanče a Vrbaty	štaf.	MŽD	Benecko	OV ČSTV Semily	
23.—24. 3.	Přebory n. p. Tesla	sl.	ž.	Špindl. Mlýn	Tesla Pardubice	
24. 3.	II. roč. Jarního slalomu	kl.+sj.	MŽD	Mart. Hole	Sp. Martin	
24. 3.	XXII. roč. Malé Fatry	obr. sl.	MŽD	Chleb	Sl. Žilina	klasif.
24. 3.	Jarní běh	běh	vše	Zadov	S. Stachy	
24. 3.	Slalom strýce z Gygule	sl.	MŽD	Vel. Karlovice	T. Vel. Karlovice	
24. 3.	II. roč. o Pohár TJ VŽKG	sl.	ž.	Bruntál	TJ VŽKG	
23.—24. 3.	Veřejný závod	obř. sl. +sl.	MŽD	Špindl. Mlýn	Sl. Špindl. Mlýn	kontrol.
24. 3.	Jizerský maratón	30 km	M	Severák-Janov	J. Mšeno	klasif.
24. 3.	Jablonecký pohár	obř. sl.	MŽD	Dvoračky	J. Jabl. +LIAZ	klasif.
29.—30. 3.	Jarní závod o putovní pohár	sj.+sl.	vše	Klínovec	J. Kovářské	
30.—31. 3.	Ondrášova cena	sjezd.	MŽD	Lysá hora	TJ VP Lískovec	klasif.
31. 3.	Verejny závod	běh	MŽD	Kurzovní chata	Sl. VŠ Olomouc	klasif.
31. 3.	Jarní slalom	sl.	Dž.	Jesenfky	OV ČSTV Opava	
30.—31. 3.	Jánošíkova valaška	zj.+sl.	MŽ	Vrátná	Sl. Žilina	kontrol.
31. 3.	Veřejný závod	obr. sl.	MŽD	Roháče	OV ČSTV Dol. Kubín	
31. 3.	Štít Klínovce	sl.	MŽDst.	Klínovec	Žižka K. Vary	klasif.
31. 3.	Štít Pragovky	30+10 km	MŽD	Friesovky	Sp. AZKG Praha	
31. 3.	Štafety Štrbského Plesa	beh	MŽD	Štrbské Pleso	Sl. Štrb. Pleso	
DUBEN						
7. 4.	XI. roč. Ceny Lipt. holf	obr. sl.	vše	Žlarská dol.	TJ Druž. Žiar	
13.—14. 4.	Velká noc	obr.+sl.	MŽ	Tatr. Lomnica	T. Tatr. Lomnica	kontrol.
14. 4.	Velikonoční závod	sl.	MŽD	Špindl. Mlýn	Slávia VŠ	klasif.
14. 4.	Veřejný »jarní slalom«	sl.	MŽD	Kurz. chata	OV ČSTV Olomouc	klasif.
21. 4.	Dračia branka	zjazd	MŽD	Popr. pleso	Sl. Štrb. Pleso	
20.—21. 4.	Velikonoční závody	běh+sj.	vše	Klínovec	J. Kovářské	
20.—21. 4.	Závod osvobození	obř.+sl.	MŽ	Studniční	KV ČSTV Pardubice	kontrol.
21. 4.	Velká cena Ďumbíera	sl.	MŽD	Ďumbier	TJ Brezno	klasif.
21. 4.	II. ročník Seniorského slalomu	sl.	MŽ	Praděd-Barborka	Sp. Mor. žel. Olom.	
28. 4.	Velká Studená dolina	obr. sl.	MŽD	Vel. Stud. dol.	Sl. Smokovec	
28. 4.	O goralský kloboúk	sl.	MŽD	Roháče	ČH D. Kubín	
KVĚTEN						
5. 5.	Štít Jastrabej veže	sl.	MŽD	Zelené pleso	T. Tatr. Lomnica	
5. 5.	Rozloučení se sněhem	sl.	Dml.ž.	Lví důl	Sl. Pec pod Sněž.	
12. 5.	Rozloučení se sněhem	štaf.+sl.	MŽD	Luční	Lok. Trutnov	
12. 5.	V. jarní slalom Dereše	sl.	vše	Chopok	Dyn. N. Tatry	
ČERVENEC						
14. 7.	Letný slalom	sl.	MŽD	V. Zmrzlá dol.	Jed. Kežmarok	
SRPEN						
	Mezinárodní exhibiční závod na umělé hmotě	skok	MD	Rožnov	TJ Rožnov	
8. 9.	Veřejný závod ve skoku na umělé hmotě	skok	MD	Bratisl. Kamzík	LS MV ČSTV Bratisl.	

KALENDÁŘ SOUTĚŽÍ BOBŮ A SANÍ 1963

JÍZDA NA SANÍCH

Datum	Název závodu	Místo závodu (dráha)	Pořadatel (technické provedení)	Startují
PROSINEC 1962				
16. 12.	Závod na zahájenou	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M1
16. 12.	Zahájení sezóny	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D, M1
23. 12.	Veřejný závod	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D, M1
25. 12.	Vánoční závod	Kláštelec n. O	Sp. Kláštelec	M, Ž, D, M1
26. 12.	Týden saní — 1. závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
26. 12.	Náborový veřejný závod	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M, Ž, D, M1
26. 12.	Náborový veřejný závod	Habří	Sokol Lipí	M, Ž, D, M1
27. 12.	Náborový veřejný závod	Sepetná	S. Ostravice	M, Ž, D, M1
28. 12.	SHM — 1. kolo	Smržovka	Sp. Smržovka	M1
28. 12.	Týden saní — 2. závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
30. 12.	Týden saní — 3. závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
30. 12.	Přebor jednoty	Habří	Sokol Lipí	M, Ž, D, M1
30. 12.	Silvestrovský závod	Lázně Jeseník (Tanvald)	Sl. Žabovřesky	M, Ž, D
31. 12.	Zahajovací závod	Dubí	OV ČSTV Teplice	M, Ž, D, M1
31. 12.	Propagační závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	M1
31. 12.	Silvestrovský závod	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M1
31. 12.	Silvestrovský maskarní pretek	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D
LEDEN 1963				
1. 1.	Novoroční náborový závod	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M, Ž, D, M1
1. 1.	Novoroční propagační závod	Lázně Jeseník (Tanvald)	Sl. Žabovřesky	M, Ž, D
1. 1.	Přebor jednoty	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D, M1
1. 1.	SHM — 1. kolo	Smržovka	Školy	M1, D
1. 1.	Modrá stuha	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M, Ž, D, M1
3. 1.	SHM — 1. kolo	Kovářská	J. Kovářská	M1, D
3. 1.	SHM — 1. kolo škol	Smržovka	Sp. Smržovka	M1, D
3. 1.	Závod při umělém osvětlení	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
4. 1.	Okresní přebor mládeže	Dubí	OV ČSTV Teplice	M1
5. 1.	Okresní přebor Teplice-Lázně	Dubí	OV ČSTV Teplice	M, Ž, D
5. 1.	SHM — 1. kolo	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M1, D
5. 1.	Přebor jednoty	Jablonec n. Nis.	Sp. Jabl. Paseky	M, Ž, D, M1
5. 1.	Přebor jednoty	Sepetná	S. Ostravice	M, Ž, D, M1
6. 1.	Přebor jednoty	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M, Ž, D, M1
6. 1.	Trojutkáň Ostrava—Kopřivnice—Ostravice	Sepetná	Bank Ostrava	M, Ž, D
6. 1.	Náborový závod	Črnelské údolí	Lok. Košice	M, Ž, D
6. 1.	Propagační pretek	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D
6. 1.	Okresní přebor Jablonec	Jablonec n. Nis.	Sp. Jabl. Paseky	M, Ž, D, M1
6. 1.	Okresní přebor Chomutov	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M, Ž, D, M1
6. 1.	Okresní přebor Liberec	Ještěd	Jiskra Liberec	M, Ž, D, M1
6. 1.	SHM — Pohár Rovnosti	Brno-Pisárky	Sl. Žabovřesky	M1, D
10. 1.	SHM — 1. kolo	Tanvald	Jiskra Tanvald	M1, D
10. 1.	SHM — 2. kolo	Kovářská	J. Kovářská	M1, D
10. 1.	SHM — závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	M1
10. 1.	Večerní závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
11. 1.	1. noční závod	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M, Ž, D
11. 1.	SHM — 1. kolo škol	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M1
12. 1.	SHM — 1. kolo	Mar. Lázně	Školy	M1, D
12. 1.	Kontrolní závod reprezentantů ČSSR	Jablonec n. Nis.	ÚV ČSTV	M, Ž, D
13. 1.	SHM — závody brněnských škol	Brno-Pisárky	Sp. I. brněnská	M1, D
13. 1.	Krajský přebor Severočeského kraje	Tanvald	Jiskra Tanvald	M, Ž, D
13. 1.	Závod o nejrychlejšího sánkaře	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M1, D
13. 1.	Propagační pretek	Snakov	Part. Bardejov	M, Ž, D
13. 1.	Přebor jednoty	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D, M1
13. 1.	Propagační pretek	Spiš. Hanušovce	Školy	M1
13. 1.	Propagační pretek	Pod Skalkou	OV ČSTV Humenné	M, D, M1
13. 1.	SHM — 1. kolo	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M1, D
13. 1.	SHM — 1. kolo	Sepetná	S. Ostravice	M1, D
13. 1.	Přebor jednoty	Kláštelec n. O.	Start Praha	M, Ž, D
13. 1.	Přebor jednoty	Kláštelec n. O.	Sl. VŠ Praha	M, Ž, D
13. 1.	Náborový závod	Český Krumlov	Sl. Č. Krumlov	M, Ž, D, M1
13. 1.	SHM — 1. kolo	Habří	Pionýrský dům	M1, D
13. 1.	Náborový závod	Zadov-Stachy	Sokol Stachy	M, Ž, D, M1
13. 1.	Přebor jednoty	Brno-Pisárky	Sl. Žabovřesky	M, Ž, D
16. 1.	Náborový závod mládeže	Sepetná	T. Kopřivnice	M1, D
17. 1.	Propagační závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	M1
17. 1.	Večerní závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
19. 1.	Malá cena Lokomotivy	Dubí	Lok. Teplice	M, Ž, D, M1
19. 1.	SHM — 2. kolo	Mar. Lázně	Školy	M1, D
20. 1.	SHM — 2. kolo	Smržovka	Sp. Smržovka	M1
20. 1.	Velká cena Jezerní vrch	Kláštelec n. O.	Sp. Kláštelec	M, Ž, D
20. 1.	SHM — závod mládeže	Ještěd	Jiskra Liberec	M1, D
20. 1.	Městský přebor hl. m. Prahy	Kláštelec n. O. (Jablonec n. N.)	MV Praha	M, Ž, D
20. 1.	Okresní přebor	Hrebienok	OV ČSTV Poprad	M, Ž, D, M1
20. 1.	Propagační pretek	Huty	OV ČSTV Sp. N. Ves	M, Ž, D, M1

Slovo trenérům

Sportovní přípravu mládeže usměrňujeme tak, abychom přiměřeným, soustavným cvičením upevňovali zdraví mladých sánkařů, rozvíjeli jejich tělesné i duševní vlastnosti a teprve na takovém pevném základe budovali vlastní speciální sánkařskou přípravu. Všeobecně se v sánkařství potvrzuje, že pohybově nadaní a všestranně připravení nováčci dosahují dříve vyšších výkonů. To znamená, že všestranná příprava umožňuje rozvíjet právě ty vlastnosti, které sánkaři potřebují při jízdě na saních. Z praxe víme, že čím je sánkař pohotovější, obratnější a vytrvalejší, tím lépe je schopen uplatnit přednosti techniky a taktiky.

Nesmí se také zapomínat, že sport je jen jednou částí života mládeže a že vedle tělesného vyžití musí dávat ještě radost, osvězení a společenské uplatnění. Trenéři musí též vést naše sportovce ke správnému plnění povinností ve škole a v zaměstnání, ke správnému poměru k rodičům, prostě k životu, kultuře, vlastní hygieně a ke společenosti. Trenér a cvičitel je nesporně velkou autoritou — musí být příkladem a umět rozumně a výchovně působit na své svěřence k prospěchu sportu i při utváření jejich charakteru. Morální výchova není samoúčelná, protože její výsledky se projeví i ve sportu.

V praxi často nesprávně dochází k úzkému zaměření tréninku jen na ježdění. Napomáhá to sice k získání jízdních návyků, někdy však nevhodných a téměř vždy ne těch nejekonomičtějších. Je tedy nutno cvičit v klidu podle metodického postupu základního výcviku v jízdě na sportovních saních.

Teprve když si cvičenci osvojí základní prvky ovládnání a řízení saní, přistupujeme k druhé fázi výcviku, kterou tvoří nácvik v podobných podmínkách jako při závodě v jízdě na saních. Protože výcvik sám o sobě by byl pro mládež únavný, zařazujeme do něho často i přípravné hry a soutěže, které napomáhají udržet potřebný zájem cvičenců ze současného procvičování přípravných prvků z výcvikové řady. Přípravné hry s proměnlivým zadáním učí sánkaře správně a rychle reagovat. Nakonec přistupujeme ke zdokonalování ztěžovaním podmínek výcviku.

Výchova morálních a volních vlastností podmiňuje a ovlivňuje sportovní vý-

chovu. Nic nejsou platní tělesně a technicky zdatní jezdci, když nejsou bojovní, houževnatí, ukázněni, iniciativní a jsou-li sobečtí a nedbají zájmů celého kolektivu. Jsou to volní vlastnosti, cílevědomost, samostatnost, smělost a pevná vůle, důslednost a přesnost, jež teprve zajistí dosažení plného výkonu, který v možnostech jedince skutečně je. Z morálních vlastností určujících vztah jednotlivce k celku, k celé naší společnosti jsou nejdůležitější nezištnost, smysl pro spolupráci a kolektivní odpovědnost.

Zkušenosti z jiných sportů ukazují, že ani v sáňkařství není účelné začínat s organizovanou přípravou u žáků dříve než v deseti letech, přestože právě v dětských letech je sáňkování nejvyhledávanější a nejpřístupnější zábavou. Organismus není ještě dostatečně připraven pro systematickou práci. I u mladších dětí však lze uplatňovat některé zásady správného ježdění. Je to např. držení saní jednou rukou vpředu a druhou vzadu, brzdění plochou chodidla. Sáňkování těch nejmenších je záhodno jaksí nepřímo organizačně podchytil a usměrnit na bezpečná a sportovně hodnotnější sáňkoviště. Sáňkování je v zimním období jedna z možností uplatnění hesla »mládež jednu hodinu tělesné výchovy denně«.



Životní úroveň pracujících

a jejich rodin při úrazu, ve stáří nebo při úmrtí živitele pomáhá zabezpečit pojištění osob.

Podrobnosti sdělí každý náš

inspektorát.

STATNÍ POJIŠŤOVNA

Datum	Název závodu	Místo závodu (dráha)	Pořadatel (technické provedení)	Startují
20. 1.	Propagačný pretek	Prakovce	TJ Prakovce	M, Ž, D, MI
20. 1.	Propagačný pretek	Mlynky	TJ Mlynky	M, Ž, D, MI
20. 1.	Přebor jednoty	Tatr. Lomníca	TJ Tat. Lomníca	M, Ž, D, MI
20. 1.	Krajský přebor Severomoravského kraje	Sepetná	KV ČSTV Ostrava	M, Ž, D
20. 1.	Okresní přebor Český Krumlov	Sj Č. Krumlov	Sj Č. Krumlov	M, Ž, D, MI
20. 1.	Okresní přebor Č. Budějovice	Habří	Sokol Lipí	M, Ž, D, MI
20. 1.	Okresní přebor Prachatice	Zadov-Stachy	Sokol Stachy	M, Ž, D, MI
20. 1.	Přebor jednoty	Brno-Pisárky	Sp. I. brněnská	M, Ž, D
23. 1.	SHM — 1. kolo	Kopřivnice	T. Kopřivnice	MI, D
24. 1.	Závod mládeže	Tanvald	Jiskra Tanvald	MI
24. 1.	Propagační závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	MI
24. 1.	Závod při umělém osvětlení	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
24. 1.	Propagačný pretek	Ždiar	TJ Ždiar	MI, D
24. 1.	Propagačný pretek	Nová Polianka	TJ Nová Polianka	M, Ž, MI
25. 1.	Olympiáda mládeže	Kláštec n. O.	Sp. Kláštec	MI, D
25. 1.	Propagačný pretek	Štrbské Pleso	TJ Štrbské Pleso	MI, D
25. 1.	Žiacký pretek	Hrebienok	ZDS St. Smokovec	MI
26. 1.	Velká cena Teplíc	Dubí	Lok. Teplice	M, Ž, D
27. 1.	Krajský přebor Východoslovenského kraje	Hrebienok	KV ČSTV Košice	M, Ž, D
27. 1.	Propagačný pretek	Vyšné Ružbachy	TJ Vyšné Ružbachy	M, D, MI
27. 1.	O nejrychlejšího sáňkaře II	Kláštec n. O.	Sp. Kláštec	MI, D
27. 1.	2. noční závod	Kláštec n. O.	Sp. Kláštec	M, Ž, D
27. 1.	Okresní přebor	Mar. Lázně	OV ČSTV M. Lázně	M, Ž, D
27. 1.	SHM — 2. kolo	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	MI, D
27. 1.	Krajský přebor Jihočeského kraje	Zadov-Stachy	KV ČSTV Č. Buděj.	M, Ž, D
27. 1.	Městský přebor Brna	Brno-Pisárky (Nedvědice)	MV ČSTV Brno	M, Ž, D
29. 1.	Přebor jednoty	Spíš. St. Ves	Tj Sp. Stará Ves	M, Ž, D, MI
31. 1.	SHM — závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	MI
31. 1.	Večerní závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
ÚNOR 1963				
1. 2.	3. noční závod	Kláštec n. O.	Sp. Kláštec	
3. 2.	Pohár Lázní Jeseníku (klasifikační závod)	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M, Ž, D X I., II. VTM
3. 2.	Štít Krušných hor	Dubí	Dynamo Teplice	M, Ž, D, MI
3. 2.	Veřejný závod	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, MI
3. 2.	Veřejný závod	Habří	Sokol Lipí	M, Ž, D, MI
3. 2.	Veřejný závod	Zadov-Stachy	Sokol Stachy	M, Ž, D, MI
3. 2.	Memoriál B. Kohouta	Nedvědice	Sl. Žabovřesky	M, Ž, D
3. 2.	Závod mládeže	Nedvědice	Sl. Žabovřesky	MI
5. 2.	SHM — 3. kolo	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	
6. 2.	SHM — 2. kolo	Hrebienok	ZDS St. Smokovec	MI, D
6. 2.	SHM — 2. kolo	Kopřivnice	T. Kopřivnice	MI, D
7. 2.	Propagační závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	MI
7. 2.	Veřejný závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
9. a 10. 2.	Mezinárodní závod	Lázně Jeseník	Jiskra Jeseník	M, Ž, D I., II., VTM
10. 2.	Pohár Ještědu	Ještěd	Jiskra Liberec	M, Ž, D
10. 2.	O nejrychlejšího sáňkaře III	Kláštec n. O.	Sp. Kláštec	MI, D
10. 2.	Veřejný závod	Dubí	Tj Trnovany	M, Ž, D, MI
10. 2.	Mezipunikový pretek	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D
10. 2.	Přebor jednoty	Dol. Smokovec	Tj Dolní Smokovec	M, Ž, D, MI
10. 2.	SHM — 3. kolo	Bumbálka	Bank Ostrava	
10. 2.	Mezioddílové závody dorostu	Sepetná	OV ČSTV Ostrava	MI, D
10. 2.	Veřejný závod	Č. Krumlov	S. Ostravná	D
13. 2.	SHM — 3. kolo	Kopřivnice	Sj Č. Krumlov	M, Ž, D, MI
14.—17. 2.	XIII. MISTROVSTVÍ ČSSR	TANVALD	T. Kopřivnice	D, MI
15. 2.	Přebor ZO ČSM Tatra	Kopřivnice	ÚV ČSTV—	M, Ž
14.—17. 2.	DOROSTENECKÝ PŘEBOR ČSSR	TANVALD	Jiskra Tanvald	I., II., VT M, Ž, D
17. 2.	SHM — 2. kolo	Habří	Jiskra Tanvald	D
17. 2.	Veřejný závod	Kovářská	Jiskra Tanvald	VTM
17. 2.	SHM — 3. kolo	Hrebienok	Jiskra Tanvald	D, MI
17. 2.	Propagačný pretek	Lendak	Sokol Lipí	M, Ž, D, MI
20. 2.	Náborový závod mládeže	Kopřivnice	J. Kovářská	M, Ž, D, MI
21. 2.	Závod mládeže	Tanvald	Hrebienok	MI, D
21. 2.	SHM — závod mládeže	Smržovka	OV ČSTV Poprad	MI, D
21. 2.	Večerní závod	Smržovka	kom SHM	MI, D
22. 2.	Veřejný noční závod	Kláštec n. O.	ZDS Lendak	MI, D
24. 2.	Krajský pretek pionierov	Hrebienok	T. Kopřivnice	MI, D
24. 2.	Pohár Jabloneckých sklářen	Smržovka	Jiskra Tanvald	MI, D
24. 2.	Veřejný závod	Kovářská	Sp. Smržovka	MI
24. 2.	SHM — 3. kolo	Bumbálka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
24. 2.	SHM — 2. kolo	Č. Krumlov	Sp. Smržovka	M, Ž, D, MI
24. 2.	Závod o Pohár brněnských veletrhů	Brno-Pisárky	Sp. Smržovka	M, Ž, D, MI
24. 2.	Pohár míru (klasifikační závod)	Mar. Lázně	Sp. Smržovka	M, Ž, D, MI
28. 2.	Závod mládeže	Tanvald	J. Kovářská	M, Ž, D, MI
			Bumbálka	D, MI
			Bank Ostrava	D, MI
			Sj Č. Krumlov	D, MI
			Sl. Žabovřesky	M, Ž, D, MI
			Sn M. Lázně	M, Ž, D X I., II., VTM
			Jiskra Tanvald	MI

Sportovní sáňkařství mládeži

Datum	Název závodu	Místo závodu (dráha)	Pořadatel (technické provedení)	Startují
BREZEN 1963				
2.—3. 3.	Štít Vysokých Tater (klas. pretek)	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D X I., II., VTM
3. 3.	O modrou stuhu města Dubí	Dubí	MěstNV Dubí	M, D
3. 3.	Olympiáda mládeže	Tanvald	Jiskra Tanvald	M, Ž, D, M
3. 3.	Veřejný závod	Kovářská	J. Kovářská	M
3. 3.	Propagačný pretek	Tatr. Lomnica	ZDŠ Tatr. Lomnica	M, Ž, D
3. 3.	Zlatý Pohár	Sepetná	S. Ostravice	M
7. 3.	Závod mládeže	Tanvald	Jiskra Tanvald	M
10. 3.	Krušnohorský pohár (klas. závod)	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D X I., II., VTM
10. 3.	SHM — 3. kolo	Dubí	OV ČSTV Teplice	D, M
10. 3.	Závěrečný závod	Dubí	OV ČSTV Teplice	M, Ž
10. 3.	Velká cena Tofy	Albrechtice	S. Albrechtice	M, Ž, D
10. 3.	Veřejný pretek	Hrebienok	Sn Smokovec	M, Ž, D, M
14. 3.	Závod mládeže	Tanvald	Jiskra Tanvald	M
17. 3.	Pretek funkcionářov	Hrebienok	OV ČSTV Poprad	M, Ž
17. 3.	II. ročník Jarního závodu (klasifikační závod)	Zadov-Stachy	Sokol Stachy	M, Ž, D X I., II., VTM
24. 3.	Memoriál E. Felixe	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D
24. 3.	Jarní závod	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M
31. 3.	Závěrečný závod mládeže	Smržovka	Sp. Smržovka	M
31. 3.	Veřejný závod	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M
31. 3.	Jarní závod	Smržovka	Sp. Smržovka	M, Ž, D

DUBEN 1963

7. 4.	Veřejný závod	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M
14. 4.	Závod na ukončení sezóny	Kovářská	J. Kovářská	M, Ž, D, M

* = z klasifikačních závodů se vypočítávají body pro sestavení výkonnostního žebříčku (M ČSSR + 2 klasifikační závody).

JÍZDA NA BOBECH

Datum	Název závodu	Místo závodu (dráha)	Pořadatel (technické provedení)	Startují
LEDEN 1963				
6. 1.	Okresní přebor Jablonce	Tanvald	Jiskra Tanvald	M
6. 1.	Okresní přebor Teplic	Dubí	OV ČSTV Teplice	M
12.—13. 1.	Krajský přebor Severočeského kraje	Dubí	KV ČSTV Ústí n. L.	M
13. 1.	Závod na zahájení sezóny (dvousedadlové boby)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M
19.—20. 1.	Městský přebor Brna	Tanvald	MV Brno	M
20. 1.	Veřejný závod (dvojky, čtyřky)	Mar. Lázně	Jiskra Tanvald	M
26.—27. 1.	Zimní mírové slavnosti (klasifikační závod)	Tanvald	Sn M. Lázně	M
23. 1.	Večerní závod (dvojky)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M
27. 1.	Přebor jednoty (dvojky, čtyřky)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M
27. 1.	Městský přebor hl. m. Prahy	Mar. Lázně	MV Praha (Sn M. Lázně)	M
30. 1.	Cena TJ Slovan (večerní záv.)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M
ÚNOR 1963				
2.—3. 2.	Pohár Mariánských Lázní (klasifikační závod)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M I., II. VT X
10. 2.	MISTROVSTVÍ ČSSR V JÍZDĚ NA DVOUSEDADLOVÝCH A ČTYŘSEDADLOVÝCH BOBECH	MAR. LÁZNĚ	ŮV ČSTV SN. M. LÁZNĚ	M I., II. VT X
17. 2.	Náhradní termín pro M ČSSR nebo Pohár Mariánských Lázní	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M I., II. VT
16.—17. 2.	Dubí—Liberec—Mariánské Lázně (meziměstské trojtukání)	Dubí	MěstNV Dubí	M
24. 2.	Rudá hvězda Vítězného února (klasifikační závod)	Dubí	OV ČSTV Teplice	M I., II. VT X

BREZEN 1963

3. 3.	Veřejný závod	Tanvald	Jiskra Tanvald	M
2.—3. 3.	Memoriál Adolfa Skuthana (klasifikační závod)	Mar. Lázně	Sn M. Lázně	M I., II. VT X

X = z klasifikačních závodů se vypočítávají body pro sestavení výkonnostního žebříčku (M ČSSR + 2 klasifikační závody).

Sportovní a turistické nakladatelství vydává v krátké době po přípravě pro trenéry III. třídy publikaci »Sportovní sáňkařství mládeže«, která bude jistě velmi platnou pomůckou při šíření sáňkařského sportu nejen mezi mládeží, ale mezi celou naší sportovní veřejností. Autor inž. Vladimír Kovanda, který stál u kolébky sáňkařství v Československu, podává přehledně bohaté organizační a teoretické zkušenosti, které získal při nepetržité činnosti v předsednictvu ústřední sekce i své praktické zkušenosti získané při mnohaleté závodní činnosti.

»Sportovní sáňkařství mládeže« je naše první první ucelená knížka, v níž každý zájemce najde vše pokud jde o výzbroj a výstroj, včetně popisu starých a nových druhů saní, ale i zhodnocení jejich vlastností pro rekreační i závodní sáňkování. Autor jako přední zkušený konstruktér saní podává i návod na údržbu a obšírně popisuje je mazání skluznic.

Inž. Kovanda věnuje samostatnou stať sportovní přípravě sáňkaře, včetně přípravy a nácviku v tělocvičně a zvláště níž stáť o přípravě mládeže. Upozorňuje na funkci trenérů, kteří musí být v první řadě vychovateli mládeže k poctivému plnění úkolu. Poprvé je knižně zpracována metodika výcviku jízdy na obyčejných saních z hlediska bezpečnosti i vyšší sportovní hodnoty. V základní výcvikové řadě techniky a metodiky jízdy na sportovních saních rozebírá všechny prvky jízdy od jednoduchých až po projížďání klopených zatáček a poukazuje i na chyby. Pro rekreační sáňkování dětí je v knize řada zábavných her. Publikace je bohatě doplněna kreslenými obrázky a fotografiemi. Dostanete ji za Kčs ve všech prodejnách sportovního tisku.

Inž. MIŇOVSKÝ

jetím těsně u spádnice, takže bude téměř totožný s předcházejícím cvikem (obr. 5). Rozdíl v provedení u jednotlivých cvičenců bude jen ve velikosti nasazení přivrátu a v době, trvající od provedení přivrátu až k nasazení smyku. Čím menší přivrát a kratší doba, tím je smyk dokonalejší. Důležité však je, že tento přechod je velmi pozvolný a nenásilný.

Pro všechny tyto cviky volíme vhodný terénní zlom s mírným nájezdem, aby počáteční rychlost při sjezdu po spádnicí nebyla příliš velká a začátečník měl dostatek času na provedení cviku (obr. 6).

Po důkladném procvičení volíme stopu stále šikmější (obr. 7). Je-li pak přivrát minimální a nasazení smyku je provedeno ještě před spádnicí, jedná se již o konečnou formu, tj. **smyk s naznačeným přivrátem**.

K procvičení správného rytmu, odrazu z hran a k upevnění pohybových návyků je v zásobě mnoho průpravných cviků, z nichž jedním z nejcennějších jsou opakované přivrátané smyky ke svahu z jízdy v pluhu po spádnicí.

Je samozřejmé, že co možno nejdříve,

podle daných podmínek, vkládáme nácvik snožného smyku, jehož postup je asi tento:

1. Opakované výskoky při sjezdu šikmo (špičky lyží zůstávají na sněhu).

2. Girlandy snožných smyků ke svahu.

3. Opakované smyky ke svahu po odrazu z hran výskokem s vysunutím pátek lyží.

4. Smyk snožným výskokem a postupným zmenšováním vertikálního pohybu.

5. Dlouhé a krátké snožné smyky.

Vhodnou kombinací obou uvedených metodických postupů podle daných podmínek při výcviku dojdeme co nejdříve k cíli.

Na závěr série tří článků, uveřejněných v č. 10. až 12. bychom chtěli zdůraznit, že jejich hlavním úkolem bylo prospět nejen základnímu, ale i závodnímu lyžování, neboť vypluly z praxe cvičitelské i trenérské.

Výběr témat byl zvolen z hlediska aktuálnosti pro výcvik zatáčení na lyžích

a nikoliv z hlediska celkové důležitosti pro základní výcvik. To bude úkolem dalších článků v dalším ročníku.

Na některé připomínky k obrázkům a fotografiím v č. 10 pro úplnost dodáváme a znovu zdůrazňujeme, že kreslená figurka na obr. č. 5 označená — »špatně« — jeví se ve fázi zakončení oblouku a nikoliv ve fázi vedení oblouku, neboť pak by tato figura byla ve správném postoji. Poloha lyží má se blížit více k vrstevnici, což není na obrázku zřejmé. Kromě toho je třeba přihlídnout ke sklonu svahu, který je zde velmi mírný.

Na obr. č. 6 je šestá a sedmá figura — v okamžiku zatáčení — nakreslena v přehnaném postoji, což neodpovídá popisu uvedenému v článku. U tohoto obrázku však jde o vyjádření osvědčené pomůcky mezi jednotlivými smyky — vertikálních na sebe navazujících pohybů »nahoru«, »dolů«, až do chvíle, než se lyžař rozhodne k nasazení nového smyku. Počet těchto pohybů mezi jednotlivými smyky neustále snižujeme, až dojdeme k plynulému a správnému navazování jen samotných oblouků.

Máme však za to, že to nejsou věci natolik podstatné, aby změnilly smysl článku v negativní výsledek. Věřme, že i tak přispějí k odstranění mnoha nedorozumění a chyb při jízdě a ke zkvalitnění práce cvičitelů.

BĚŽECKÉ TRATĚ V SEEFELDU

V posledním čísle byla uveřejněna stručná zmínka o tratích v Seefeldu. Přinášíme další stanoviska členů běžecké komise FIS.

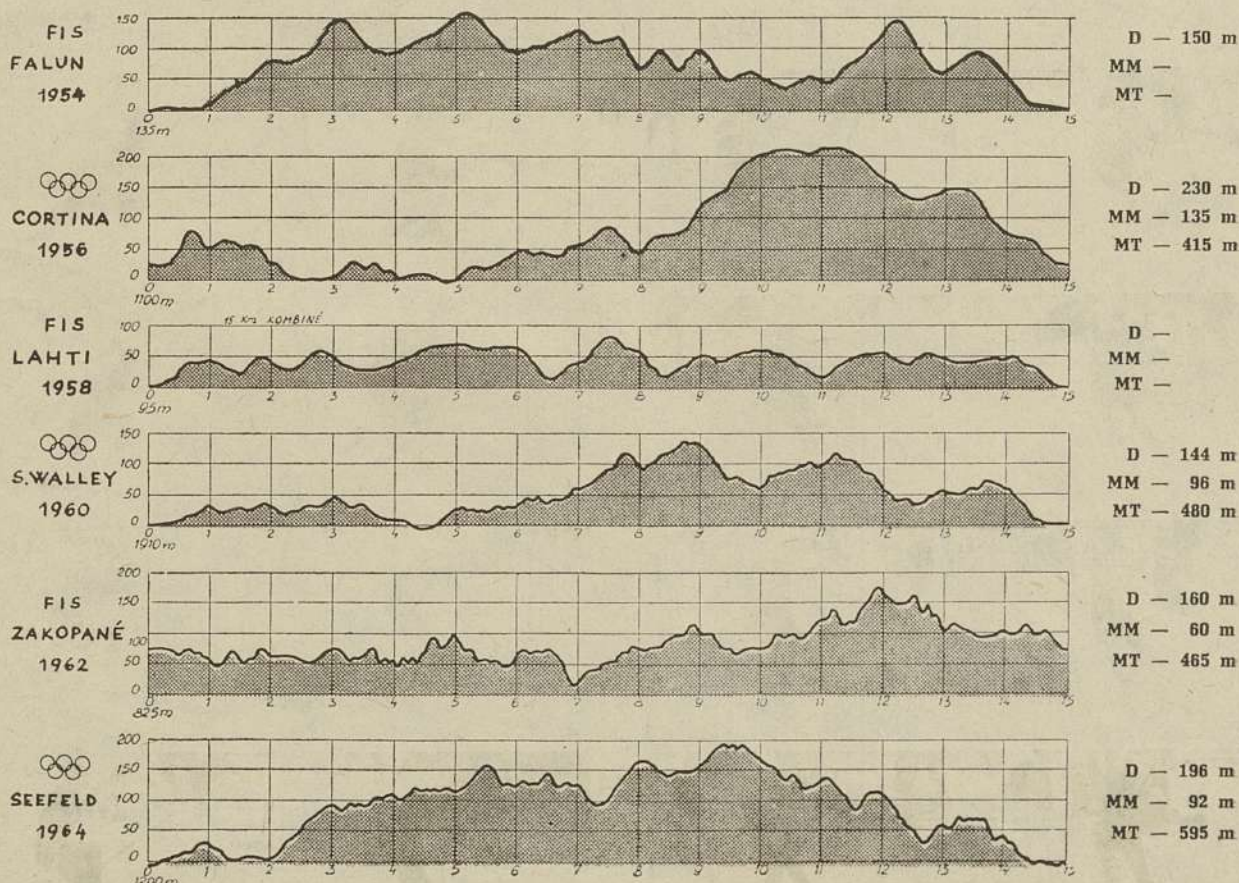
H. Brunner (Švýcarsko): Trať pro závod na 15 km se podle jeho názoru blíží k ideálu. Je těžká (olympijské hry!), ale dobrá, mimořádně členitá a velmi pěkně vedená terénem.

G. Klančnik (Jugoslávie): Při průjezdu Prahou koncem listopadu t. r. potvrdil znovu kvalitu běžeckých tratí a zdůraznil tu výhodu, že pro každou trať byla nalezena zvláštní stopa v jiném terénu.

S. Bergmann (generální tajemník FIS — Švédsko) řekl: »Věřím již dnes, že se podařilo vytýčit takové tratě, které Skandinávci odmění potleskem.«

Grafické zakreslení tratě na 15 km ukazuje profily od roku 1954 na mistrovství světa a olympijských hrách včetně návrhu pro Seefeld. Srovnání ukazuje vysokou náročnost tratí nejen ve výškovém rozdílu (D — 196 m), ale i v součtu výstupů (MT — 595). Členitost je nejen vertikální, ale i horizontální. Trať bude opravdovou prověrkou nejlepších z nejlepších. I ostatní tratě mají podobný charakter a odpovídají předpisům FIS.

V. PAČL



KRÁTKÝ A DLOUHÝ OBLOUK VE SLALOMU

Doc. dr. J. ČTVRTEČKA

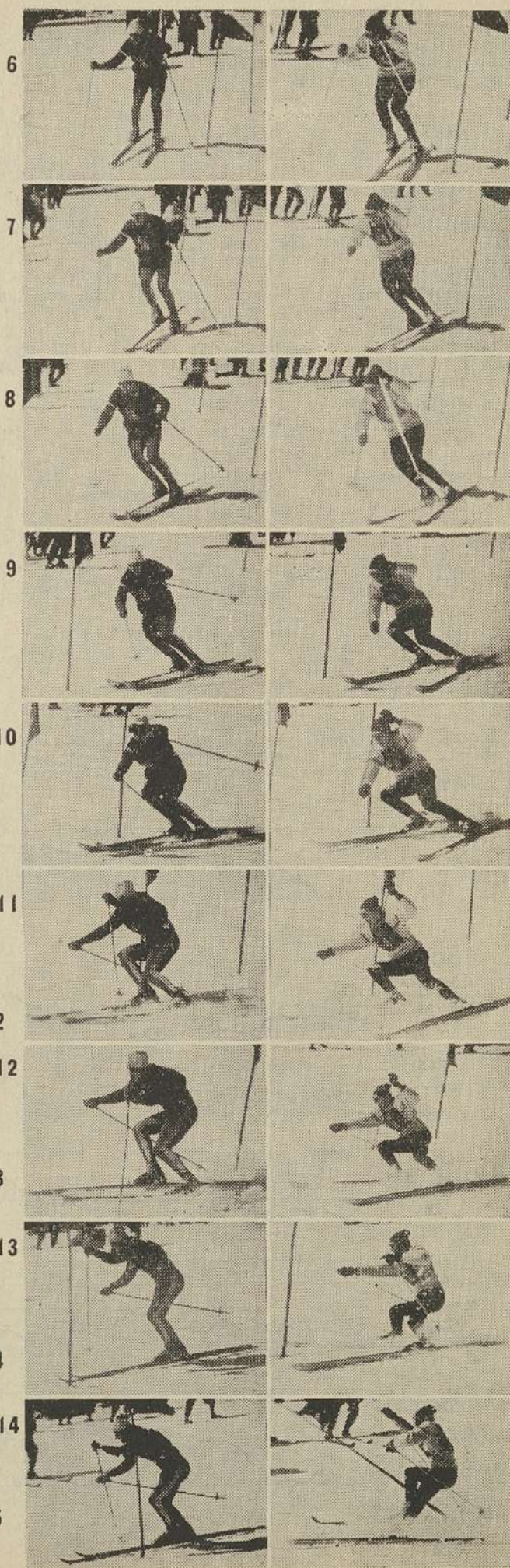
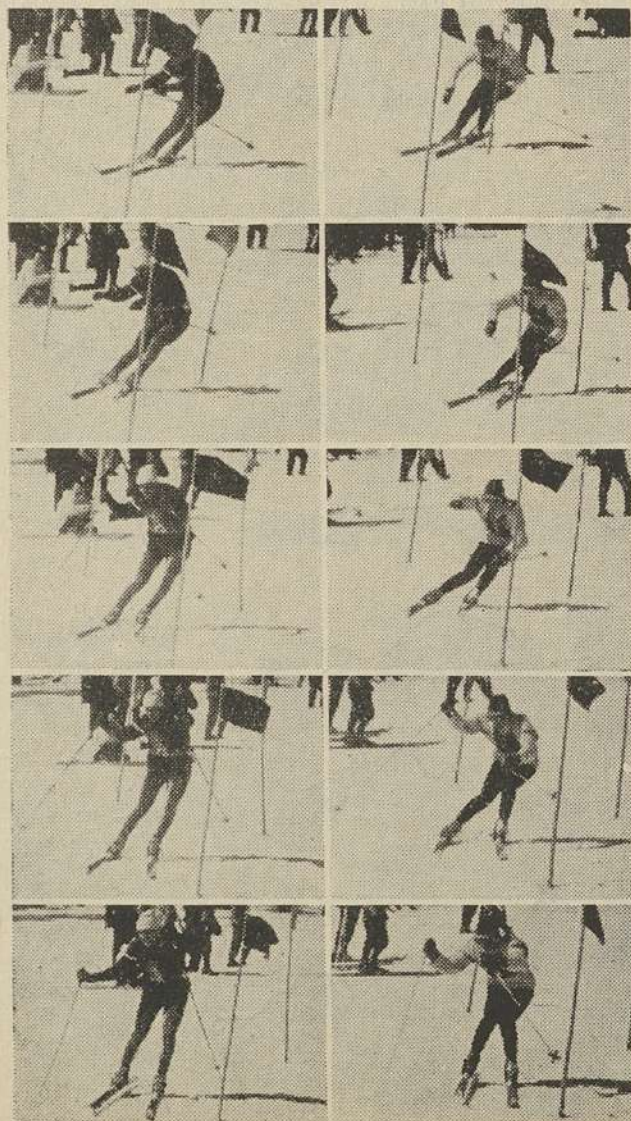
Úsek slalomové trati, který představuje dnešní kinogram, tvoří šikmá vlásenka s nájezdovou otevřenou brankou.

Toto šikmé »L« projíždí nejspěšnější sjezdař NDR Eberhard Riedel (mistr NDR, jedenáctý v Kitzbühelu) a náš Jaroslav Janda. Riedel zajel první kolo slalomu VCS, ze kterého je pořízen kinogram, v druhém nejlepší čas za 52,9. Janda po kolízi v zobrazené skupině za 62,4

V čem spočívala Jandova chyba? Na první pohled je zřejmé, že zařazení lyže (napřed levé, potom pravé, obr. 10 až 14) a záklon, byly způsobeny tím, že Janda zavadil vnější zatíženou lyži při zatáčení v první brance vlásenky o tyč (obr. 7). Ta dala jeho levé lyži nesprávný přímý směr (obr. 8), takže se mu už nepodařilo provést smyk ve vlásence v úzké stopě tak jako Riedlovi na obr. 7 až 10 a dostat se včas do druhé branky vlásenky (obr. 12 až 14).

Tento rozbor Jandovy jízdy by však byl příliš povrchní. Zdá se, a při srovnání jízdy Riedla a Jandy si to znovu ověřujeme, že styl Jandovy jízdy ve slalomu je spíše charakteru obřího slalomu. Vyznačuje se např. vzorným přenášením váhy těla, chybí jí však rychlost a pružnost jak práce nohou, tak i trupu a paží. Typické sjezdové »vyjždění« oblouku zachycuje např. obr. 1 až 3, kde ostře kontrastuje s razantní jízdou Riedlovou. Zatím Riedlovi aktivní protipohyb trupu podporovaný prací paží pomáhá urychlit přemístění lyží a umožňuje zkrácení oblouku a nejtěsnější projetí branky, je u Jandy celý pohyb omezen na nohy. Částečně se tato chyba znovu objevuje i na obr. 5 až 7. I když nechceme tvrdit, že právě tato chyba byla příčinou Jandova pádu, jistě měla na nesprávné najetí vlásenky podstatný vliv.

Bylo by dobře, kdyby si naši slalomáři uvědomili, že dlouhý oblouk lze aplikovat ve slalomu pouze v typických »sjezdových« obloucích, kde jízdu podstatně zrychluje. Charakteristickým a nejběžnějším použitelným obloukem pro slalom zůstává však krátký oblouk, který např. vzorně předvádí německý závodník Riedel.



JAK HODNOTIT VÝSLEDKY SDRUŽENÉHO ZÁVODU ŽACTVA

JIŘÍ ČEJKA, ústřední komise rozhodčích

Při hodnocení současného stavu sruženého závodu (články dr. Kulhánka v 9. čísle a inž. Šablatury a Moravce v 10. čísle Lyžařství) bylo jasně konstatováno, že závod sružený je jednou z mála disciplín, kde naši závodníci mají reálnou možnost se zařadit v krátké době mezi světovou elitu. Napomáhá tomu ta skutečnost, že v úrovni sruženého závodu došlo v poslední době k určité stagnaci a že ve světovém měřítku — až na malé výjimky — není toho času vynikajících sruženářů. Ovšem ani u nás není situace o nic lepší a každý, trochu nadanější závodník má cestu do předních řad otevřenu. Přitom právě pro sružený závod máme u nás ty nejhodnější podmínky — běžecké terény všude a poměrně značné množství středních můstek — což podstatně potvrzuje i dlouholetá tradice největších úspěchů čs. lyžařství právě v této disciplíně.

Jde nyní jen o to, získat mnohem větší počty závodníků, než tomu bylo dosud. Je třeba s tím začít hned u mladěže. Není to problém, vždyť mladší chlapci se ještě nijak zvlášť nespecializují. Běhají a skáčou všude, jen když jim k tomu dáme příležitost. Proto v mnohem větším měřítku než kdykoliv dříve, budeme v letošní sezóně vypisovat pro mládež závod sružený. A nejen pro mladší a starší dorostence, ale i pro starší a mladší žáky. Malý, dvacetimetrový lerenní můstek by měl být u každého lyžařského oddílu, na každé vesnici v horských a podhorských okresech. To je jediná cesta, jak zaplnit starověké listiny tohoto závodu.

Je však třeba pořadatele a především rozhodčí upozornit na rozdílný způsob vyhodnocení žákovských závodů. Výpočet podle nově platných tabulek by totiž výsledky značně zkreslil. Podle nových tabulek má závodník zhruba již při 50% zhoršení za vítězem 0 bod. Rozdíl 2 minut u mladších žáků, respektive 4 minut u starších žáků u běhu není žádnou zvláštností, zejména chceme-li pro tuto disciplínu získat chlapce, kteří inklinují jen ke skoku. Mohlo by se nám proto stát, že by řada závodníků byla z další soutěže vyřazena, anebo přinejmenším by podstatná část závodníků při velké progresivitě nynějších tabulek byla v běhu tak nízkou ohodnocena, že závod ve skoku by již nijak nemohl pořadí ovlivnit.

Zatímco u dospělých závodníků při hodnocení podle starých tabulek rozhodoval o celkovém umístění převážně výsledek ze skoku, u závodů žáků i při hodnocení podle starých tabulek byl rozhodujícím činitelem obyčejně běh. Ještě v mnohem větší míře a prakticky naprosto rozhodujícím by byl běh, kdyby se u žáků hodnotil podle nových tabulek.

Proto se komise rozhodčích usnesla učinit při hodnocení sruženého závodu žactva výjimku v tom smyslu, že běh do závodu sruženého se bude

i nadále hodnotit, jako tomu bylo dosud. Snižování bodů za horší časy nebude progresivní, ale lineární tak, že 0 bod bude až při 100% zhoršení za vítězem. Vznikne nám tím jednoduchá tabulka:

Hodnotu 1 bod bude mít časový rozdíl
1,00 vt. při čase vítěze od 4 min. do 4'59"
1,25 vt. při čase vítěze od 5 min. do 5'59"
1,50 vt. při čase vítěze od 6 min. do 6'59"
1,75 vt. při čase vítěze od 7 min. do 7'59"
2,00 vt. při čase vítěze od 8 min. do 8'59"
atd. až
4,00 vt. při čase vítěze od 18 min. do 18'59"

Počítání je zcela jednoduché: Zpoždění závodníka od času vítěze, vyjádřené ve vteřinách prodělíme příslušným časovým rozdílem za 1 bod (viz tabulka) a takto zjištěné body odečteme od 240 bodů vítěze.

Skok budeme i u žactva hodnotit podle nových tabulek. Protože bodové hodnoty jsou v nových tabulkách u skoku proti starým tabulkám rovněž poněkud zvýšeny — v průměru asi



■ Úspěch 1. kol ČSSR je závislý mezi jiným i na dostatečném množství funkcionářů a organizátorů. Je na nás, abychom dokázali využít zájmu rodičů zejména mladších dětí.

o 50% — odstraní se tím u žactva preference výsledků běhu, který byl dříve pro celkové umístění ve sruženém závodě žactva rozhodující.

Zavedeme hodnocení rozhodčích stylu?

Je několik sportů se společným problémem. Mezi ně patří např. sportovní gymnastika, krasobruslení, krasojízda a také skoky na lyžích. Ve všech těchto sportech je celkové hodnocení výkonu závislé na subjektivním úsudku rozhodčích. Plná míra objektivity je dána pouze v těch sportovních odvětvích, kde je výkon měřitelný mechanickým způsobem pomocí nějaké absolutní neměnné jednotky. Proto ve shora uvedených sportech je naprostá objektivita nemožná a tento nedostatek je vyvažován tím, že výkon je hodnocen větším počtem rozhodčích, což dává určitou záruku průměrné objektivity konečného zhodnocení výkonu. Nicméně však i tento způsob není zcela vyhovující, o čemž svědčí pokusy zavést hodnocení skoků na lyžích tzv. objektivní metodou pouze na základě dosažené délky, jakož i jiné drobnější navrhované reformy hodnocení stylu.

Letošní mistrovství světa v gymnastice, konané v červenci v Praze, bylo pro nás, lyžařské pracovníky, určitým poučením, jak problém objektivity rozhodčích řeší sportovní gymnastika, resp. Mezinárodní gymnastická federace. Na tomto mistrovství světa pracovala řada lyžařských pracovníků jako počtáři a někteří z nich byli pověřeni právě vyhodnocováním objektivity rozhodčích. Smyslem tohoto opatření bylo jednak v zárodku potlačovat sovětské tendence, kterým tu a tam někteří rozhodčí podléhají, jednak vytvořit předpoklady pro výběr nejlepších rozhodčích pro finálové soutěže na jednotlivých náradích. Lze říci, že toto opatření přineslo své výsledky a ukázalo zároveň, jak je možno systém posuzování objektivity rozhodčích ještě zlepšit. Pro rozhodčí samotné to přineslo i popud, aby nadále zlepšovali svou kvalifikaci a Mezinárodní gymnastická federace získala obraz o schopnostech a do jisté míry i mravních kvalitách jednotlivých rozhodčích.

Domnívám se, že zkušenosti získané na mistrovství světa v gymnastice by se daly využít i v našem lyžařském sportu. Dost často se setkáváme na závodech ve skoku s tím, že někteří závodníci mají připomínky jak k objektivitě rozhodčích, tak ke kvalitě jejich výkonu. Někdy je chybou to, že rozhodčí spíše hodnotí jméno a pověst závodníka než jeho okamžitý výkon, jindy zase některý rozhodčí dostatečně výrazně nerozlišuje skoky dobré od špatných, nebo dokonce — ale to je opravdu málokdy — drží palec »svěmu« závodníkovi. Povinné zavedení hodnocení objektivity by jednak předem tyto chyby potlačovalo, jednak by oddělilo plevu od zrna a jasně by ukázalo, kteří rozhodčí jsou dobří a kteří špatní. V každém případě to vedlo ke zvyšování kvalifikace rozhodčích stylu a k posilování důvěry závodníků v to, že jejich výkon byl posouzen spravedlivě.

V zásadě by posuzování objektivity rozhodčích mohlo spočívat na stejných principech jako hodnocení rozhodčích gymnastiky. Zjišťuje se, o kolik se odchýlil každý rozhodčí od průměrné známky a kolikrát byla jeho známka, jako nejvyšší nebo nejnižší, skrnuta. Bylo by pak možno za celý závod učinit zhodnocení každého rozhodčího. Pro jednotlivé druhy závodu by bylo možno stanovit určité normy úchylek, a podle nich pak posoudit, zda ten který rozhodčí v daném závodě rozhodoval velmi dobře, dobře, či špatně. Tento výsledek by se mu pak zaznamenal do jeho záznamu o činnosti. Průběhem doby by pak bylo možno zavést i separátní označení rozhodčích stylu třídou podle dosažených výsledků na jednotlivých závodech.

Nepochybuji o tom, že se můj návrh bude zdát některým lyžařským pracovníkům příliš revolučním. Myslím však, že všichni rozhodčí stylu, kteří jsou přesvědčeni o objektivitě svého rozhodování a o tom, že kvalita jejich výkonu je dobrá, budou můj návrh podporovat. Byl by to určitý krok vpřed, pokud jde o zvýšení objektivitu a posílení vzájemné důvěry mezi závodníky a rozhodčími.

Dr. M. KLINGER, předseda lyž. sekce MV ČSTV, Praha

I. ČSSH —

cesta k dalšímu rozvoji tělesné výchovy mládeže a pracujících

Lyžování je prvním sportem, ve kterém budou probíhat I. kola ČSSH v roce 1963. Pájde nám všem jistě o to, aby tento nástup byl zdařilý a odpovídal významu této nové soutěže, jejímž cílem je získat další desetitisíce mládeže i dospělých k aktivní závodní činnosti na lyžích a tím vytvářet předpoklady k dalšímu růstu mistrovství.

Vždyť jde o náročný úkol, který byl svěřen Československému svazu tělesné výchovy, společně s ČSM a ROH za aktivní pomoci a spoluúčasti Svazarmu, ministerstva školství a kultury, národní obrany, vnitra, národních výborů a dalších složek. Ze zkušenosti i my lyžaři víme, že vzájemná spolupráce přináší dobré výsledky, jako např. při zajišťování lyžařských soutěží u příležitosti II. CS.

Společnou prací při I. ČSSH je třeba vytvořit ty nejlepší předpoklady k tomu, aby sportovní hry se staly velkou národní sportovní slavností — přehlídkou masovosti s největší sportovní výkonností.

Československé sportovní hry mají především za úkol rozvinout rozsáhlé soutěžení škol, závodů, učilišť, tělovýchovných kroužků ČSM a jednot, jež vyvrcholí přes okresní a krajská kola v celostátní finále. Proto rozhodujícím činitelem pro úspěšný průběh her jsou základní kola. To musíme mít v prvé řadě na paměti a na ně se musí v prvé řadě soustředit pozornost všech organizátorů. Pájde o hospodářské zabezpečení místních a základních kol bez nároku na zvláštní rozpočet her, o organizační a propagační zajištění, využití levného ubytování v internátech, školách, tělovýchovných zařízeních i v domácnostech, využití závodní dopravy, zajištění levného stravování v závodních jídelnách apod.

A právě při zajišťování základních kol bude nejvíce zá-

ležet na tom, jak využijeme vzájemné spolupráce všech složek a organizací, které jsou za zajištění I. ČSSH spolu s námi zodpovědné.

I. základní kola, které jsou současně Sportovními hrami mládeže (SHM), zajišťují:

— na školách: organizace ČSM a PO ČSM v spolupráci s učiteli a ředitelstvem škol, se SRPŠ, s TJ ČSTV a se ZO Svazarmu;

— v závodech: TJ ČSTV, ZO Svazarmu, tělovýchovné kroužky ČSM, vesnická organizace ČSM v součinnosti se složkami NF na vesnici (v obci);

— v armádě: ve vojskách ministerstva vnitra: příslušné složky těchto ozbrojených sil podle bližších pokynů MNO a MV.

Tato organizační struktura I. ČSSH umožňuje, aby právě v základních kolech startoval co největší počet mladých i dospělých lyžařů. A lyžaři se mohou pochlubit vysokým počtem startujících v SHM v lyžování v roce 1962, kterých se zúčastnilo 180 000 mladých chlapců a děvčat. Zkušenosti z těchto závodů je třeba plně využít.

Ze široké základny I. kol, které mají hlavně náborový charakter, budou vybráni závodníci pro účast v okresním kole I. ČSSH. Po skončení okresních kol okresní sekce lyžování z nejlepších lyžařů-závodníků sestaví okresní družstvo, které se utká s družstvy ostatních okresů o prvenství v kraji. Lyžování je zařazeno mezi ty hlavní sporty, v nichž se budou vytvářet i krajská družstva pro celostátní finále, kde se utkají o titul nejlepšího kraje.

Všem lyžařským složkám byly rozeslány zásady organizace I. ČSSH a nyní jde o to, jak my lyžaři tuto novou soutěž zajistíme. Zvýšená náročnost na úroveň výkonnosti je však úzce spjata se zvýšenou náročností na organizační uspořádání všech lyžařských soutěží I. ČSSH. Lyžařské závody I. ČSSH nemohou být jen pouhou sportovně technickou záležitostí závodníků, ale musí se stát i významnou společenskou událostí v místě svého pořádání, a to ve všech kolech.

Je na nás, aby lyžařské soutěže I. ČSSH byly dobrým nástupem k soutěžím v dalších sportech, v kterých I. ČSSH budou v roce 1963 probíhat.

FRANT. TÁBORSKÝ,

předseda ústř. sportovně technické komise

PRACOVNÍCI ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ SNĚMOVALI

Ve dnech 20. a 21. října letošního roku sešli se předsedové krajských komisí základního lyžování s členy ústřední komise, aby zhodnotili svou práci a vytýčili si úkoly pro další období. Stoprocentní účast narušil jedině Severočeský kraj, jehož zástupce se nedostavil.

Program byl rozdělen do dvou částí. V první hovořil předseda ústřední komise o základním lyžování průběhem minulého roku. Konstatoval, že plánovaný počet odznaků Lyžař ČSSR byl vysoko překročen. Odznak splnil svůj úkol a dal náplň práce širokému členstvu v lyžařských oddílech a rekreativním ROH. Dále se zmínil o kursu instruktorů lyžařských cvičitelů, jehož úroveň byla slabá. Připomněl, že nedostatky na úseku nezávodního lyžování se projevují především v nedostatečné práci některých okresních komisí, které mnohde nepracují plánovitě nebo nejsou dokonce ustaveny. V podobných případech nemohou pracovníci komisí zajišťovat spolupráci s oddíly a řídit jejich činnost. Zůstává tedy i nadále hlavním organizačním úkolem do budoucna úkolem ústřední komise zajišťování spolupráci s oddíly a řídit jejich činnost. Zůstává tedy i nadále hlavním organizačním úkolem do budoucna úkolem ústřední komise zajišťování spolupráci s oddíly a řídit jejich činnost.

S touto otázkou úzce souvisí nedostatek organizačních pracovníků v nižších složkách. Odpověď na otázku, jak hledat nápravu, dal soudruh Leiss tím, že podal krátkou zprávu o společném aktivu představitelů ÚV ČSTV, Revolučního odborového hnutí a ÚV ČSM za přítomnosti zástupců ministerstva školství a Svazarmu, na kterém bylo v polovině října t. r. pro-

jednávalo pořádání I. ČSSH a vzájemná spolupráce.

V praxi to znamená, že je nyní třeba mobilizovat pracovníky oddílů a vést je k tomu, aby se spojili se školami, skupinami ČSM a pionýrskou organizací na školách a vytvořili společně co nejlepší podmínky pro nejmasovější účast na I. ČSSH. Již nyní získávat rodiče, učitele, starší žáky — členy ČSM i pracovníky ROH na závodech. Zvýšením počtu aktivních pracovníků je možno s úspěchem plnit všechny úkoly. Ze zpráv, které dostáváme, je zřejmé, že tam, kde tato spolupráce se složkami je dobrá, jsou dobré i výsledky.

Nesmíme ovšem zůstat jen při uspořádání I. ČSSH a tím spolupráci ukončit. V další části úvodního referátu předsedy komise byla hodnocena dobrá spolupráce se správou zotavoven ROH. Zde jsme v některých případech zůstali dlužni tím, že na některé turnusy byli vysíláni nekvalitní cvičitelé. V tomto směru musíme zjednat nápravu.

Přítomní byli informováni o soutěži o Spartakiádní vložku, která pro letošní zimu nepřichází v úvahu, a byly vysvětleny současné problémy kolem odznaku Lyžař ČSSR. Zástupci krajů byli požádáni i o pomoc při řešení nadstavby odznaku Lyžař ČSSR, po kterém se z některých krajů volá a který je zpracováván ústřední komisí.

Závěrem úvodního referátu upozornil soudruh Leiss zástupce krajů na nutnost pečovat i o plánování výstavby nových

objektů, které by sloužily základnímu lyžování. Návrhy na výstavbu objektů, zejména v opomíjených oblastech, je třeba projednat v krajských sekcích a předložit co nejdříve ústřední sekci, komisí pro plánování a výstavbu.

Na aktivu bylo s předsedy krajských komisí základního lyžování projednáno i rozdělení směrných čísel stanovených plánem rozvoje na rok 1962/63.

	Výuka cvičitelů	Získání odznaku Lyžař ČSSR
MV Praha	10	4 000
Středočeský kraj	10	5 000
Jihočeský kraj	15	5 000
Severočeský kraj	20	10 000
Západočeský kraj	15	6 000
Východočeský kraj	20	9 000
Severomoravský kraj	20	9 000
Jihomoravský kraj	10	6 000
Západoslovenský kraj	10	4 000
Středoslovenský kraj	15	7 000
Východoslovenský kraj	15	5 000
Celkem	160	70 000
Správa zotavoven ROH		20 000
		90 000

Druhý den byla na programu diskuse k referátu a zprávy z krajů. Jelikož byla přednesena řada podnětných a zajímavých připomínek, vrátíme se k nim v příštích číslech.

NOVINKY SPORTOVNÍCH PRODEJEN



■ Snímky J. Hejry jsou z Domu sportu v Praze na Národní třídě.

V novém roce se konečně lyžaři dočkají nových pojistných čelistí zabezpečujících jejich nohy před úrazem. Prototypy nových čelistí, jejichž autorem je inž. Bažant z Prahy, byly s úspěchem vyzkoušeny na sněhu v minulé sezóně a doporučeny ústřední lyžařskou sekci k výrobě. Zkoušky ukázaly, že toto vázání předčí mnohé zahraniční výrobky a je ve srovnání s nejrozšířenějším, podobným vázáním značky Marker, funkčně dokonalejší a tím i bezpečnější. Celkový vzhled i upevnění čelistí je

Ženy mají štěstí. Letošní sezónu mohou přivítat v nových šponovkách vkusného a praktického střihu. Šponovky jsou z balónového hedvábí v pastelových barvách. Na snímku vlevo dole vidíte v nich oblečenou dívku. Vhodným doplněním je praktická silonová větrovka.



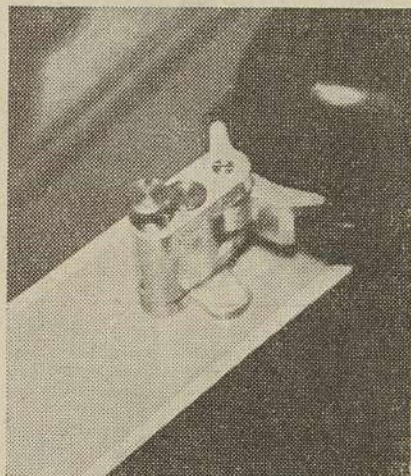
patrný z obrázku vpravo nahoře. Správné seřízení pojistky je velmi jednoduché a pohodlné. Podle váhy jezdce se utáhne nebo povolí regulační šroub pojistky.

Pojisté čelisti ZPB (tak se mají jmenovat) se mohou montovat jak ve spojení s lankovými péry přes patu, tak s řemenovým vázáním nebo s vázáním s otočnou patou. Inž. Bažant nám dal další podrobnější informace. „... Hlavní funkční výhodou proti „markerovi“ je, že volný kloub vázání je umístěn těsně před špičkou boty a kloub uzavíraný kuličkovou pojistkou leží až před ním. To způsobuje, že úhel spojnice krajní opěrné hrany boty a volného kloubu s podélnou osou lyže je u vázání ZPB asi třikrát větší. Volný kloub je třikrát blíže k botě. Tímto seřízením kloubů je proto vyloučena možnost, že by vázání ZPB vypnulo bez rozzevření kuličkové pojistky, jako se to stává u vázání Marker. Spojnice kloubů vázání ZPB se nemůže postavit šikmo k podélné ose lyže, což naopak u druhého vázání nastává při nepřesném nasazení boty nebo při její deformaci. U vázání ZPB je v takovém případě pootočená opěrná část, což nemá na funkci žádný vliv, neboť tlak pára přes patu nemá ani u kuličkové pojistky příčnou složku napomáhající otevření v jednom směru a bránící ve druhém. Toto vázání splňuje proto podmínku, že síla při otevření vázání musí být předem kontrolovatelná a nezávislá na vedlejších vlivech. Síla potřebná k přitlačení boty k vázání, aby z něho bota nevypadla, je zde menší, což je výhodné u starších bot. U vázání ZPB je možno vyvinout delší pružinku pojistky a tím umožnit její správnější funkci. Regulační šroub, který je umístěn shora, umožňuje pohodlné seřízení pojistky, a to i na připnuté lyži.“

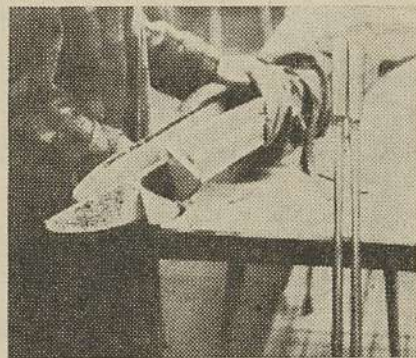
Pomocí tohoto vázání změnil inž. Bažant skutečnou sílu, která za jízdy působí mezi botou a lyží. Změnil nejmenší příčnou sílu ve špičce boty, na niž musí být nastavena pojistka, aby se vázání za jízdy neotvíralo. U lyžaře váhy 75 kg je při cvičné jízdě pouze 12 až 14 kg, na sjezdovce a při závodě 20 až 30 kg. Podle těchto sil bylo voleno rozpětí regulace pojistky vázání.

Tento nový typ čelistí je jistě příspěvkem k omezení častých úrazů na lyžích. Není však nejhodnějším typem k turistickým cestám. Dozvěděli jsme se, že i pro lyžaře turisty se podobně vázání připravuje.

V lyžích jsme se letošního roku dočkali dalšího zlepšení. Sjezdaře potěší, že naše nejlepší sjezdové lyže Artist Special mají vylepšenou skluznici. Běžcům jsou určeny nové speciální běžecké lyže (přijdou do prodeje v příštím roce), které se kvalitou vyrovnají i těm nejlepším zahraničním. Také lyže určené dětem jsou podstatně kvalitnější, a co je nejdůležitější, je jich dostatek a za přijatelnou cenu. Ani letošního roku však nebudou uspokojeni ti zájemci, kteří se dožadují nového typu lyží a vázání. Dosaďované typy jsou určeny buď sjezdařům, nebo běžcům a potřebám turistické činnosti plně nevyhovují. Běžky jsou příliš labilní a snadno se lámou, sjezdovky příliš těžké a lankové vázání přes patu nedovoluje jejich plné uplatnění v turistické činnosti. Věříme, že i zde se dočkáme zlepšení, které uvítá většina lyžařů-rekreatů.



Tulení pásy nejsou pro zkušené lyžaře novinkou. Jsou neocenitelné zejména na těch horách, kde je málo vleků nebo výtahů. Umožňují snadnější výstupy s překonáním velkých výškových rozdílů. Pro vysokohorskou turistiku jsou takřka nepostradatelné. Ve sportovních prodejnách je jich zatím dostatek. Jsou z umělé hmoty, trvanlivé a při správném zacházení jsou platným pomocníkem při výstupech a výletech po několik let. V batohu nezaberou mnoho místa, také váha je nepatrná. Stojí 77 Kčs.



Doporučujeme vám celťový obal na dopravu lyží. Je velmi praktický. Zabráňuje poškození lyží při přepravě, pošpinění oděvu od vosků a umožňuje snadnější přenášení a dopravu více párů. Dostanete jej v prodejnách sportovních potřeb za 68 Kčs.



TEĎ JE JIŽ POZDĚ

PŘEMÝŠLET O VÝHODÁCH

POJIŠTĚNÍ PROTI ŠKODÁM NA MOTOROVÝCH VOZIDLECH

KTERÉ POSKYTUJÍ NÁHRADY ZA ŠKODY VZNIKLE ROZBITÍM NEBO POŠKOZENÍM, POŽÁREM, VÝBUchem, ODCIZENÍM CELÉHO VOZIDLA NEBO JEHO ČÁSTI. POJIŠTĚNÍ SE PLATÍ PODLE OBSAHU VÁLČŮ

STATNÍ POJIŠTOVNA



SSSR

V časopise Sovětský sport proběhla diskuse o práci sportovních sekcí a federací. Několik myšlenek a zkušeností předsedy moskevské sekce lyžování A. Gatliča:

Sportovní sekce a oddíly v posledních letech dosáhly velmi dobrých výsledků a jejich práce se zkvalitnila. Hlavní úkol a směr činnosti je masovost. V Moskvě je přes 100 000 aktivních lyžařů. Rozvíjet masovost není možné bez širokého aktivu dobrovolných pracovníků. Na tento úkol se zaměřila činnost předsednictva moskevské sekce lyžování, která má 17 členů. Důraz klade na aktivní práci a ne na pasivní účast při zasedání sekce. Předsednictvo se opírá ve své práci o členy pléna, kterých je přes 50. Oni jsou představiteli městské sekce v obvodních sekcích a lyžařských oddílech. Dobrá práce obvodních sekcí a zvláště jejich trenérských rad a sborů rozhodčích je v popředí péče. Za pomoci členů pléna mohla městská sekce projednat metody práce řady obvodních sekcí a lyžařských oddílů a přispět tak ke zevšeobecnění zkušeností a ke zlepšení činnosti.

Osvědčilo se zapojení starších sportovců, kteří pomáhají přenášet úkoly do hnutí a aktivně přispívají ke zlepšení práce nižších složek. Velký význam má i spolupráce s reprezentanty. Do předsednictva městské sekce byli zvoleni P. Kolčín, Anikin, E. Jerošinová, kteří s úspěchem plní úkol na úseku propagace lyžování a při předávání zkušeností atd. Lyž-

Podzimní čísla časopisu Sovětský sport jsou naplněna obrázky a zprávami o vystupovaném tréninku sovětských lyžařů. At jde o skokany, běžce či sjezdáře, všichni se na nastávající sezónu připravují velmi odpovědně. »Hvězdy«, jako Cakadze a Kamenskij v čele skokanů trénují v Kavgolovu, běžci se připravují na lesních trasách, sjezdáři dokonce už »ochutnávají« první sniž na Sachalinu a na Kavkaze. Moskevští lyžaři ožívají lesní cesty v Sokolnickém parku stejně intenzivně jako sportovci z oblastí SSSR, ležících za polárním kruhem. Vedoucí místo z těchto na sniž bohatých míst zaujímá Murmanská oblast, která je do movem kolektivu sportovců, jimž byl právě odevzdán projev uznání Vše ruského svazu sportovních organizací za úspěšné splnění všech závazků směřujících k dalšímu rozvoji tělesné výchovy a sportu. St-

V předminulém Lyžařství jsme psali o vyhlídkách sjezdáři na Elbrusu. Dnes uvádíme několik zajímavostí kolem prvních objevitelských sjezdů z této legendární hory.

V létě 1937 vystoupil na vrchol Elbrusu sovětský alpinista a mistr SSSR ve slalomu Vadim Gippenreicher. Byl tedy

prvním, kdo na lyžích sjel — až do »Útluku jedenácti« — celou nebezpečnou trasu. Teprve po dvou letech, v roce 1939, došlo k dalšímu pionýrskému činu: sovětská sjezdářka Galina Taježnaja opakovala výkon Gippenreicherův. Hned po ní — jako třetí mezi přemožiteli Elbrusu — projel těmito bílými svahy mistr SSSR ve sjezdu Rostislav Beljakov.

Po delší přestávce, zaviněné druhou světovou válkou — v roce 1957 — obnovil mistr sportu Viktor Kurbesov boj o sježdění Elbrusu. K prvnímu hromadnému sjezdu však došlo před třemi roky, kdy reprezentační družstvo SSSR zdolalo Elbrus již v rekordně nízkých časech: pouhých dvanáct minut potřebovali Alexander Filatov, Genadij Čertiščev a Vjačeslav Melnikov k tomuto vpravdě bohatýrskému sjezdu. -St-

POLSKO

Sportovní deníky Sport a Przegląd Sportowy přinesly řadu zpráv o navázané spolupráci mezi našimi a polskými lyžaři, trenéry a ostatními pracovníky. Vesměs komentují velký přínos této zvýšené spolupráce. Nadcházející zima má být prou zkouškou navázaných styků. Nové srdečné kontakty, jak píší v novinách, jistě pomohou k tomu, aby byla zvýšená výměna zkušeností, závodníků atd. Bude jistě potřebné tuto úzkou spolupráci postupně rozšířit i na lyžaře NDR, SSSR, Bulharska, Rumunska a Maďarska. Výměna zkušeností a společná práce by měla přispět ke zvýšení úrovně závodního lyžování tak, aby naši závodníci byli rovnocennými soupeři ve více disciplínách jak závodníkům skandinávských, tak i alpských zemí.

Slezští skokani dosáhli mimořádně dobrých výsledků a převzali tradice, které byly dříve především v Zakopaném. Mezi kandidáty na olympijské hry do Innsbrucku jsou především příslušníci tohoto polského kraje. Jsou to Laciak, J. Pezda, W. Tajner, G. Bujok, P. Wala a A. Kocjan. Přesto mají ve Slezsku problémy s místkem s umělou hmotou, jehož dokončení se stále oddaluje a tak musejí reprezentanti Polska trénovat především ve Varšavě a v našem Rožnově.

V Poronině u Zakopaného se konal koncem října tradiční lyžařský závod desetičlenných družstev v běhu terénem na 18 km s výškovým rozdílem 618 m. Zvítězilo družstvo WKS za 52:31 min. a druhý byl Start Zakopané za 54:04 min.

RUMUNSKO

V posledním čísle oficiálního časopisu Rumunského olympijského výboru »Bulletin Olympique Roumain« píše generální tajemník rumunské lyžařské sekce Petre Fossaneanu o významu zimních sportů. Ako lyžiar pochopiteľne najviac pozornosti venuje lyžiarstvu — a právom, pretože lyžiarstvo je v Rumunsku najrozšírenejším zimným športom. Lyže alebo lyžiam podobné dosky boli už nepostrádateľným »dopravným prostriedkom« obyvateľstva usídleného v povodí Dunaja ešte pred príchodom Rumunov.

História lyžiarskeho a sánkarskeho športu začína v Kluži a Brašove, ktoré sú okrem Bukurešti centrom odnes.

Treba však povedať, že v Rumunsku bol lyžiarsky šport pred 23. augustom 1944 (deň oslobodenia Rumunska So-

vietskou armádou) výsadou niekoľkých majetných jednotlivcov. Až po oslobodení nastáva v Rumunskej ľudovej republike veľký rozmach športu vôbec a lyžiarstva zvlášť. Hory sa zaplnili mládežou, robotníkmi i úradníkmi, ktorí sa začínajú venovať lyžiarstvu na rekreačných. Z taktu lyžujúcej masy za podpory štátu začali vyrastať špičkoví pretekári, a to hlavne v zjazdových disciplínach. Dnes sa rumunskí zjazdári dostali už na dobrú medzinárodnú úroveň a nie je prekvapením dobré umiestnenie rumunských pretekárov na popredných miestach. Medzi úspechmi, ktorými sa rumunskí lyžári môžu skutočne pochváliť, je víťazstvo Ilony Miklosovej na Etne v roku 1960, víťazstvo Gheorghe Balana v obrovskom slalome na medzinárodných pretekoch v Poiane v roku 1961, kde nechal za sebou veľmi dobrých Francúzov Lacroixa, Duvillarda a Stamosa, alebo napokon druhé miesto v kombinácii Cornela Tabarasa za Lacroixom, ale pred Duvillardom a Stamosom.

Za medzinárodný úspech rumunského lyžiarstva si Rumuni považujú aj okolnosť, že FIS schválila tiež zjazdové trate v Pirtia Lupului ako medzinárodné trate.

Niet pochybností, že rumunské lyžiarstvo má všetky predpoklady, aby nielen v masovosti, ale aj vo výkonnosti stále napredovalo. -Mr-

NDR

Zpráva ústředního výboru Sjedenocené socialistické strany Německa k VI. sjezdu našla silný ohlas i mezi sportovci. Deutsches Sportecho uveřejňuje stanovisko generálního sekretáře německého lyžařského svazu Ludwiga Schrödera pod názvem VI. sjezdem strany začíná nová etapa tělovýchovy. Ludwig Schröder říká:

»Lyžaři Německé demokratické republiky stále pocítují péči a pomoc strany a vlády. Touto pomocí, prací našich dělníků, pilným tréninkem našich sportovců a vědeckou prací našich trenérů bylo dosaženo toho, že naši skokani spoluurčují světovou špičkovou výkonnost a v některých dalších disciplínách se podstatně výkonnost zvyšuje. Také ve sportu VI. sjezdem strany začíná nová důležitá etapa na cestě k vítězství socialistické tělovýchovy. Je třeba si uvědomit, že našim příspěvkem pro vítězství socialismu je úkol cílevědomou prací a prosazením pokrokových vědeckometodických forem dosáhnout nejlepších světových výkonů ve všech lyžařských disciplínách. Je nezbytné, aby se tělovýchova a sport staly životním návykem všech našich pracujících, a tak vzniká pro německý lyžařský svaz milý úkol, rozšířit tento krásný, bílý sport na všechny naše občany, neboť přináší zdraví a radost ze života. Všechny orgány lyžařského svazu a především cvičitelé by měli důkladně prověřit dosavadní formy práce a připravit se na blížící se zimní měsíce tak, aby bylo postaráno o široký rozvoj našeho sportu v celém národě. Základním předpokladem pro cílevědomou a obsahově bohatou činnost na všech úsecích našeho sportu je však důkladné studium zprávy a všech ostatních dokumentů vydaných ústředním výborem k přípravě VI. sjezdu strany, neboť se správně říká: co není v hlavě jasné, ruce nemohou udělat.«

Lyžařský svaz NDR obdržel pozvání na německo-rakouské turné skokanů, které se koná od 8. XII. 1962 do 6. I. 1963 v Oberstdorfu — NSR, Innsbrucku —

Rakousko, Garmisch-Partenkirchenu — NSR a Bischofshofenu — Rakousko. Na podkladě tohoto pozvání přihlásil německý svaz tyto skokany: Helmut Recknagel, Peter Lesser, Dieter Bokeloh, Dietmar Klemm, Veit Kührt, Kurt Schramm a Johannes Riedel.

Na 8. zasedání předsednictva Německého tělovýchovného a sportovního svazu v listopadu 1962 byl vyhlášen plán na sportovní rok 1962/1963 (od 1. X. 1962 do 30. IX. 1963). Na tomto zasedání známý lyžařský pracovník Adolf Gesell převzal z rukou předsedy DTSB Manfreda Ewalda vlajku za vítězství v soutěži krajin. Adolf Gesell je předsedou krajského výboru Suhl. Tento kraj zvítězil v soutěži především vynikajícími úspěchy v rozvoji masového sportu. MB

MAĎARSKO

Maďarský lyžařský svaz oslaví v roku 1963 padesáté výročí organizovaného lyžiarstva v Maďarsku.

Při tejto príležitosti pripravuje usporiadanie veľkých medzinárodných lyžařských pretekov za účasti pretekárov z SSSR, Poľska, Bulharska, Rumunska a niektorých ďalších štátov.

JUGOSLÁVIE

Zástupci z Kulmu, Oberstdorfu a Planice, měst s »mamutími« mŕstky, se sešli koncem října v Lublani a založili lyžařský klub KOP (začáteční písmena jmenovaných měst), jehož cílem je: podpora vývoje letů vzduchem, výměna zkušeností z dosud provedených závodů, vytvoření podpůrného fondu pro závodníky, kteří při mezinárodních závodech v letech vzduchem utrpěli úraz apod.

SKOTSKO

Škóti sú na tom lepšie so snehom ako Angličania, ktorí za ním musia cestovať buď do Švajčiarska alebo do Rakúska. Majú tri hlavné lyžiarske strediská v Cairngorms, Glencoe a Glenshee, kde je niekoľko výťahov a ďalšie budujú. V týchto strediskách majú aj lyžiarske školy, ktoré vedú lyžiarski inštruktori zo škandinávskych krajín. Počas sobotňajšieho weekendu vraj v týchto strediskách lyžuje 5—6 tisíc nadšencov bieleho športu.

ŠVÝCARSKO

Švýcarští trenéři razí heslo »trénovat denně po celý rok«, se kterým mají velké obtíže u závodníků. Za vzor dávají sruženáfe Aloise Kälina. Citují úryvky z jeho tréninkového zápisníku, z něhož vyplývá, že i velmi zaměstnaný závodník může absolvovat velké dávky tréninku, pokud výcvik provádí se záněním a láskou. Kälin, jak známo, vyhrál v Zakopaném běh do závodu sruženého a po Holmenkollenu zůstal v Norsku, kde naběhal na sněhu ještě 500 km. Od velikonoce pracuje zase doma, ve Švýcarsku v tiskárně 12 km vzdálené od jeho bydliště. Absolvuje tuto cestu čtyřikrát až pětkrát týdně pěšky. Do konce září naběhal tímto způsobem přes 1000 kilometrů. Má v úmyslu do vánoc naběhat dalších 1000 km, a to již na sněhu. Jeho kondice je prvotřídní.

FRANCIE

Francouzský lyžařský svaz nově upravil podmínky pro účast na mistrovství Francie ve sjezdových disciplínách, které se koná ve dnech 4. až 10. II. 1963. V pondělí a v úterý budou provedeny vylučovací závody ve sjezdu a slalomu, ke kterým mohou regionální svazy vylsat maximálně 100 závodníků. Směrná čísla byla stanovena s ohledem na výkonnost závodníků v jednotlivých svazech, kupříkladu horské svazy v Mont Blanc, Dauphine, Savojsku dostaly po 8 místech, zatímco městským svazům byla přiznána směrná čísla nižší. K vlastním mistrovským závodům ve sjezdu, slalomu a obřím slalomu, které započnou ve čtvrtek, bude připuštěno 20 nejlepších závodníků z vylučovacích závodů, členové národního družstva a družstva juniorů. Počet startujících v jednotlivé disciplíně nebude větší než 70 závodníků.

Nový prezident sportovní komise Francouzského lyžařského svazu Jean Vincent ohlásil začátkem října tréninkový program národních družstev Francie, který vypadá takto:

Sjezdaři — muži: 1. až 20. X. kondiční trénink v Institutu sportu v Joinville u Paříže; 24. až 31. X. trénink kondice a slalomu v ChamoniX příp. ve Vallée Blanche; 12. až 21. XI. trénink na sněhu (slalom, sjezd) ve Val d'Isère; 28. XII. až 4. I. 1963 závodní trénink v ChamoniX. Složení družstva — Michel Arpin, Alain Blanchard, François Bonlieu, Charles Bozon, Louis Folliguet, Albert Gacon, Jean Paul Jaillier, Jean-Claude Killy, Léo Lacroix, Georges Manduit, Jules Melquiond, Philippe Mollard, Guy Périllat, Gaston Perrot, Pierre Stamos, Emile Viollet a Bob Wolleck.

Sjezdařky — ženy: 15. až 28. X. kondiční trénink v Aix-en-Provence; 5. až 17. XI. trénink slalomu ve Val d'Isère; 16. až 21. XII. trénink sjezdu ve Val d'Isère; 28. XII. až 4. I. 1963 závodní trénink v ChamoniX. Složení družstva — Madeleine Bachatayová, Cathérine Cochauová, Annie Fomoseová, Christine a Marielle Goitschelovy, Pascale Judetová, Marie B. Moirandová a Christine Terrailonová

Běžci: 17. až 29. IX. kondiční trénink v Aix-en-Provence; 8. až 27. X. kondiční trénink v Châtel-Guyon; trénink na sněhu 12. XI. až 1. XII. a 6. až 22. XII. ve Val d'Isère resp. v Lamoura. Další trénink na sněhu je plánován v La Cure v době od 9. do 20. I. 1963.

Složení družstva — Victor Arbez, Jean-Marie Arnould, Philippe Baradel, Luc Collin, Camille Gamond, Claude a Serge Legrand, Felix Matlieu, René Mercier, Jean Mermet, Roger Pires a René Secrétan. Skokani: bylo vytvořeno juniorské družstvo, které postoupilo kondiční trénink v Institutu sportu v Paříži ve dnech 17. až 29. IX.

SKANDINAVIE

Na sjezdu zástupců lyžařských svazů Finska, Norska a Švédska, konaném ve Stockholmu, bylo rozhodnuto, že Skandinávci obešlou všechna důležitá mezinárodní střetnutí v klasických disciplínách, pořádaná v sezóně 1962—1963 v Rakousku a ve Švýcarsku špičkovými závodníky. Finové, Norové a Švédové již přijali pozvání do Le Brassus (10.—13. I. 1963) a stejné družstvo, složené z příslušníků A družstva, se zúčastní olympijské zkoušky v Seefeldu (30. I.—3. II. 1963). Seveřané budou startovat také na skokanských závodech rakousko-německého turné a na Týdnu skoků ve Švýcarsku.

ANGLIE

Hovori sa iný kraj iný mrav. Hoci Angličania nemajú prírodné predpoklady pre pestovanie lyžiarstva preda je tam pomerne hodne milovníkov lyžovania. Týmto ho nepestujú pochopiteľne doma, ale prevážna väčšina ich smeruje do Švajčiarska a čiastočne tiež do Rakúska. Tam majú jednak vlastné chaty — klubové a jednak sú vítanými návštevníkmi švajčiarskych a rakúskych penzionátov.

A tak ak sa dnes dostane nášmu čitateľovi do rúk anglický lyžiarsky časopis, najde tam prevážne inzeráty a popisy švajčiarskych a rakúskych lyžiarskych stredísk, ktoré volajú anglických lyžiarov k stráveniu dovoleniek u nich.

ŠPANIELSKO

Prvé medzinárodné preteky v klasických disciplínach usporiadal vo februári 1962 španielsky Club Alpino Guadarrama v Puerto de Navacerrada. Preteky na ktorých sa zúčastnili pretekári zo Švédska, NSR, Rakúska, Francie, Talianska, Švajčiarska a samozrejme aj domáci pretekári, vyhrali s prevahou pretekári Švédska. Preteky mali veľký úspech pred značným počtom divákov.

MEZINÁRODNÍ ZÁVODY

KLASICKÉ DISCIPLÍNY

28. 12.— 6. 1. Skokanské turné Rakousko — NSR
- 6.— 9. 1. Mezinárodní závod v Kavgolovo (Leningrad)
- 9.—13. 1. Skoky v SSSR — Kavgolovo, Moskva, Gorkij
- 12.—13. 1. Le Brassus
- 19.—20. 1. Mezinárodní závody ve skoku v NDR
- Běžecké závody žen v Nassau NDR
- Závody ve skoku Szczyrk—Wisla
30. 1.— 3. 2. Předolympijské závody v Seefeldu
31. 1.— 3. 2. Týden skoků ČSSR
- 8.—10. 2. Itálie—Asiago—Coupe Kurikkala
- 9.—10. 2. Švédsko—Falun
- 23.—24. 2. Poiana — Rumunsko
- 2.— 3. 3. Lahti — Finsko
- 7.—10. 3. X. mezinárodní závody v Harrachově — ČSSR
- 9.—10. 3. Memoriál v Zakopaném
- 14.—17. 3. Holmenkollen — Norsko
- 22.—24. 3. Planica — Jugoslávia — lety vzduchem
- 20.—23. 3. Bulharsko — Cena olympijského výboru

SJEZDOVÉ SOUTĚŽE

- 11.—13. 1. Morzine — Francie
- 19.—20. 1. Kitzbühel — Rakousko
- 19.—20. 1. Cortina d'Amp. — Itálie
- 25.—27. 1. Saalbach, Zell am See; Saalfelden — Rakousko
- 15.—17. 2. Innsbruck — předolympijské závody
- 23.—24. 2. Mezinárodní závody v Rumunsku
- 23.—24. 2. Szczyrk — Polsko
1. 3. Oberwiesenthal — NDR
- 8.—10. 3. 28. Kandahar — ChamoniX — Francie
- 9.—10. 3. Zakopané — Polsko
- 15.—17. 3. Zermatt — Švýcarsko
- 13.—16. 3. VCS — Vysoké Tatry

Z ODDÍLŮ A SEKCI

NAPSALI NÁM POPRVÉ Z HANUŠOVIC

Soudruzi v redakci!

Do redakce Vám píšeme poprvé, a to ještě z oddílu, který nijak nezasáhl do bojů o přední místa vrcholných závodů v ČSSR. Lyžařský oddíl při TJ Sokol Hanušovice byl založen asi před rokem a jeho první zakládající členové byla mládež, která chodila do lyžařského kroužku při ZDS v Hanušovicích. Tento kroužek pracoval již od roku 1959. Výstroj a výzbroj (hlavně běžeckou) jsme dostali od SRPS. Je to velká pomoc, která umožňuje účast na mnoha akcích ve větších skupinách.

Závody konáme, jak jen je to možné. Loni jsme uspořádali dva běžecké závody s účastí asi 453 dětí jako I. kolo SHM. Nejlepší postoupili do II. a III. kola a my jsme byli vyhodnoceni jako nejlepší škola a oddíl na šumperském okrese. Výsledek finále — 3 prvá místa, 3 druhá a řada dalších pěkných umístění. Méně se nám dařilo na okresních přeborech, ale i odtud dvě členky našeho oddílu postupovaly do krajských přeborů, kde získaly čtvrté, sedmé a třetí místo ve štafetě. V předloňské sezóně jsme byli lepší, odvezli jsme si jeden titul z krajského přeboru.

Lyžování je našim hlavním sportem, mimo něj děláme i gymnastiku (vítězové jednotlivci i družstva SHM) a lehkou atletiku, kde máme velmi pěkné výsledky. Lančová, která má I. výkonnostní třídu mládeže, získala bronzovou medaili v Opavě na celostátním přeboru v přespolním běhu. Na krajském přespoláku jsme se umístili na prvním, třetím a dvou pátých místech. Naše členka oddílu VI. Srbová hodila koulí již 11,26 m, ačkoliv je prvním rokem starší žačkou, další závodnice Sládková bojovala o prvenství kraje na 300 m, které zaběhla za 45 vt. I ostatní členové běhali, skákali, hráli kopanou apod. Hlavní přípravu jsme však viděli v plnění odznaku zdatnosti BPPOV.

Velmi se těšíme na letošní sezónu. Zahájili jsme jí v listopadu přespolním během v Šumperku, v prosinci připravujeme pětidenní soustředění na horách (asi na Švýcarsku). Leden i únor je závody již plně obsazen. Jedna neděle nebude volná. Letos uspořádáme SHM, přidáme skok a chceme získat co nejvíce odznaků Lyžař ČSSR (dosud jich máme na škole asi 120) a vzorně zajistit novou akci — Sparta-kiádní vložku.

Výbor lyžařského oddílu
TJ Sokol Hanušovice

VE SLÁVĚ ŽIŽKOV PŘIPRAVUJÍ I. KOLA ČSSH

Vstupujeme do hlavního období, a tak jako v ostatních lyžařských oddílech, připravujeme se i my, abychom uspořádali I. a II. kola I. ČSSH jako masovou akci. Prověříme tak fyzickou a technickou zdatnost všech našich členů od nejmladších až po nejstarší. Otázkou zůstává, zda bude dostatek sněhu v okolí Prahy. V případě, že sněhu nebude dost, uspořádáme závody mimo Prahu. Naši členové však musí mít pochopení v otázce dopravného.

Uspořádáním III. kola byla pověřena naše TJ. Obří slalom se pojede 20. ledna 1983 ve Spindlerově Mlýně a běžecké disciplíny 10. února 1983 na Bobích loukách v Peči. Obě disciplíny budou součástí »Ceny zotavoven ROH«.

Účast na ostatních závodech bude přisvěť výběrová podle plánu trenérů. Ze zástupců pěti lyžařských oddílů byla ustavena komise, která bude koordinovat využívání dopravních a ubytovacích prostředků při lyžařských závodech. Dispečink komise bude vždy ve středu na sekci MV ČSTV Praha.

V současné době probíhá kurs rozhodčích III. třídy a většinu účastníků tvoří příslušníci naší TJ. V praxi budou získávat zkušenosti právě v I. a II. kole I. ČSSH, kdy jim bude ve spolupráci se zkušenými funkcionáři svěřena organizace.

Konečně bude mít oddíl k dispozici lyžařský vlek u chaty ve Volském dole, který buduje již 2 roky vlastními silami. Členové oddílu odpracovali již téměř 2000 brigádnických hodin. Vlek bude 280 m dlouhý a překonává výškový rozdíl 107 metrů.

I. ČSSH V JIŽNÍCH ČECHÁCH

Krajská sekce lyžování při KV ČSTV v Českých Budějovicích organizací a zajištění I. ročníku ČSSH v lyžování věnovala zvýšenou péči a pozornost. Organizační výbor, který je složen z osvědčených pracovníků zahájil svou práci již v září a během dalšího období bude pamáhat při organizování a propagaci v SHM. Chce, aby na start v rámci celého kraje přišel nejen co největší počet závodníků, ale i sportovní výsledky aby byly co nejlepší.

Krajská sekce lyžování rozhodla, že závody I. ročníku ČSSH se budou konat současně s přeborem jihočeské mládeže, aby tak mladé lyžařské naděje mohly vidět boje nejlepších závodníků přeboru. Přípravou I. kol I. ročníku ČSSH v lyžování jihočeského kraje budou pověřeni členové TJ Lipno, kteří své výběrní organizační schopnosti prokázali již letos při krajském přeboru v lyžování dospělých.

Krajská sekce lyžování v Českých Budějovicích vynakládá všechno úsilí k tomu, aby vlastní přípravou i dobrou propagací zapojila do prvních kol SHM co nejvíce mládeže, aby letošní první ročník ČSSH byl co nejmohutnější.



Za pouhý desetihaléř jezdí pro děti tento lyžařský vlek v Mladých Bukách, které leží na úpatí Krkonoš. Postavila jej především pro mládež skupina obětavých členů lyžařského oddílu Jiskry Mladé Buky. Soudruh Ivan Hrabě po návštěvě v Rakousku, navrhl podle tamních vleků velmi jednoduchou konstrukci, která je však naprosto spolehlivá a zdá se, že by mohla být vzorem i pro ostatní lyžařské oddíly. Výhodou tohoto vleku je, že stojí uprostřed obce, 5 minut cesty od školy. Svěpomocí si v Bukách postavili dílo, které má hodnotu více než 25 tisíc korun. A takové lyžařské vleky by mohla mít každá odborářská zotavovna i jiná rekreační zařízení v horách.

NA VALAŠSKU SE PŘIPRAVUJÍ NA ZIMU

Místa, jako Rožnov pod Radhoštěm, Valašské Meziříčí, Vsetín a Velké Karlovice jsou již lyžařům známá jako lyžařská střediska. Všechna patří do vsetínského okresu s dostatkem lyžařského zařízení. Neméně známé jsou tradiční lyžařské závody pořádané v tomto okrese, ať už je to rožnovský sdruženářský Pohár Jiskry, či vsetínský běžecký Memoriál L. Mítka, slalomový Vsačský pohár a Vsačský pohárek, nebo velkokarlovičský Memoriál Tomšů v běhu. Všechny jsou navštěvovány stovkami závodníků. Vsačský pohár měl kupříkladu v VI. ročníku rekordní účast — 320 startujících.

Pracují tam dobře dvě lyžařské základny, které mají svůj podíl na výstavbě lyžařských zařízení. Tak se základna při TJ Rožnov v minulých dvou letech nemalou měrou zasloužila o znovuvybudování skokanského můstku s umělou hmotou, základna při Spartaku MEZ Vsetín zase o stavbu malého lyžařského můstku a výtahu. V přítomné době členové vsetínských základny vydatně pomáhají při stavbě lyžařského střediska »Kyčerka« ve Velkých Karlovicích, kde buduje lyžařský oddíl Spartaku MEZ výtah dlouhý 550 m a staví dvě montované chaty. Tak již letos budou mít účastníci Vsačského poháru možnost využití výtahu a mládež celého okresu výhodu v tréninku na náročném svahu.

Jelikož okres Vsetín byl neúspěšnějším okresem Severomoravského kraje v klasických disciplínách, pamatuje také na další růst závodníků v tomto odvětví. Ke 4 skokanským můstkům přibudou další, sněhové, pro výcvik mládeže připravují se také standardní běžecké tratě. Označeny budou také tratě pro soutěže SHM, aby co do délky i profilu odpovídaly kategoriím žactva.

Generační problém, který se nyní vyskytuje, je řešen dobrou prací se žactvem. Postupně jsou při lyžařských od-



Závody mládeže v Hanušovicích mají, jako všechny závody mládeže, dramatický průběh. Tento závodník na trati nevdal a proběhl cílem, i když jen s jednou lyží.

dílech zřizovány žakovské skupiny. Rádostný je také růst počtu lyžařských oddílů a poměrný dostatek ochotných a obětavých pracovníků, at rozhodčích, či organizátorů.

Termínová listina okresu je bohatá, prvními podniky jsou přespolní lyžařské běhy ve Vsetíně, ve Valašském Mezíříčí a Rožnově. Bude-li zima tak příznivá jako minulá, udělá se opět kus dobré práce pro rozvoj lyžařského sportu.

ALOIS HOLAN, předseda LS OV ČSTV Vsetín

V KARLOVEJ VSI SA BEŽALO PO TRETÍ RAZ

Za neustáleho dažďa usporiadali v prímestskej dedine — Karlovej Vsi pri Bratislave — 3. ročník jesenného cezpoľného behu »Cez karloveské vinohrady«. Pretek ojaz patrili mladým. Lyžiari i atletiči bežali svorne vedľa seba. Bolo ich vyše jednej stovky. Docílené výsledky sú svedkom toho, že mládež — najmä ak sa jej venuje pozornosť hlavne v školách — vie sa dobre na preteky pripraví. Rádostným zjavom bola skutočnosť, že s mladými pretekármi z viacerých škôl prišli učitelia. Mladý dobre padli posledné povzbudivé slová ich učiteľov. Bojovali potom s väčšou vervou. Je to dobrým príslubom pre blížiacu sa ČSČH, ktoré budú mať v obci zaiste veľa účastníkov. Teraz sa čaká už len na sneh. Pochopiteľne, že čakaním sa tu nerozumie len hľavenie, ale sústavne vedená príprava na suchu. Ziačstvo TJ Karlova Ves má — vďaka porozumeniu riaditeľstva ZDŠ — k dispozícii pekné telovýchovné objekty. Preto príprava sa koná v rámci ZTV v novej telocvični školy.

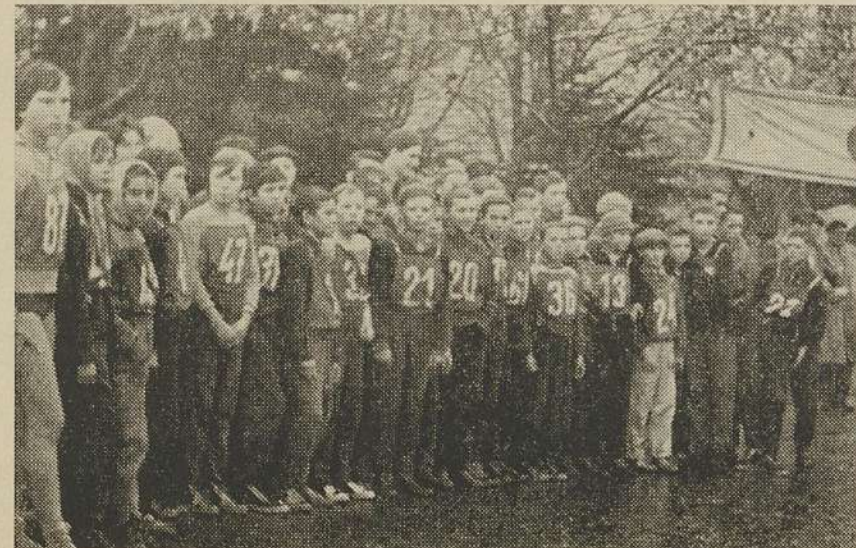
Keďže už po dva roky nebolo možná uskutočniť v prenájatých objektoch lyžiarske zájazdy, chystá sa tejto zimy zájazd do vyššie položených chaty neďaleko Rozsutca. Tam sa zocelia tí najlepši žiaci — členovia lyžiarskeho krúžku. Potom — ak pri Dunaji bude snehu — budú môcť úspešne súťažiť s najmladšími pretekármi z iných bratislavských jednôt.

-vs-

LYŽIARSKY ODDIEL VAŽECKEJ LOKOMOTÍVY

V krásnom podtatranskom prostredí Važca darmo by ste hľadali sídlo tohto lyžiarskeho oddielu, ktorý najmä v radoch mladých pretekárov za posledné roky zaznamenal veľké pretekárske úspechy. To už tak na dedinách býva. Ráno sa všetko rozpčne do práce — vlakmi na východ i na západ.

Na snímke J. Hlavského nastupujú pretekári, ktorí sa zúčastnili 3. ročníku jesenného cezpoľného behu Cez karloveské vinohrady.



Nuž a prakticky sa mládež stretáva len večerami — a vo vlaku. To by snáď boli príležitosti na teoretické či organizačné práce ako stvorené. No pretekárom treba i tréning! Ten sa však musí uskutočňovať — s výnimkou tých, ktorí chodia do miestnej základnej deväťročnej školy — prevažne individuálne. Nedele sú však na to, aby sa chlapci stretli, spoločne si pobehali či už na tréningu alebo i na pretekoch. Áno, i cestovať môžu, keďže ich telovýchovná jednota, hoci chudobná, dáva im s porozumením príslušných zložiek aspoň aké-také možnosti.

Za uplynulý rok je radosná bilancia lyžovania mládeže. Miestna TJ Lokomotiva sa opäť čestne umiestnila v celoslovenskej mládežníckej súťaži v lyžovaní. Z toho má radosť nielen cvičiteľský a učiteľský kolektív, ale celá dedina. No dobre si vedli i starší pretekári, hoci ich výsledky neboli také, na aké boli zvyknutí. Badať tu generačný problém.

Celkove však je vo Važci stále o lyžiarske pretekanie veľký záujem. Žiadalo by sa však, aby si príslušné krajské i vyššie zložky častejšie všimli potreby tejto lyžiarskej bunky. Ved' pokiaľ ide o rôzne ťažkosti, tých mala viac ako dosť! Škoda, že na nich zabudla krajská lyžiarska sekcia — totiž v celoštátnom kalendári lyžiarskych pretekov niet zmienky o tradičných bežeckých pretekoch. Chceme veriť, že sa tak stalo neodopatením — a že vo štvrtej desiatke usporiadaných pretekov vo Važci prbodne ďalší a iste úspešný lyžiarsky pretek z r. 1982.

-a-

PRO ZÁJEM MLÁDEŽE

Veľký zájem mládeže, probuzený pri loňských SHM, podchytili v novém mesiačku na úpatí Krušných hor, v Meziboří u Litvínova, a založili lyžařský oddíl.

Již letos, na počátku závodní činnosti, budou mít zdejší lyžaři výborné podmínky k přípravě. Kousek za Mezibořím jsou dobré lyžařské terény a na jednom z blízkých svahů začali Mezibořtí již letos na jaře budovat sjezdovou trať.

Největší iniciativu při výstavbě projevil mladí havří — učňové z Dolu Vítězný únor, kteří žijí v Meziboří v internátě. Odpracovali tu přes 800 brigádnických hodin.

Lyžařská dráha, vedoucí v horní části vykáceným lesním průsekem, bude 550 m dlouhá a její lepší využití zajistí výtahový vlek. V budoucnu se počítá i s osvětlením svahu a s úpravou sáňkařské dráhy.

ZB

HODINU TĚLOVÝCHOVY DENNĚ

Uznání si zaslужují lyžaři TJ CHZ Litvínov, kteří se od počátku školního roku snaží, aby litvínovští školáci měli opravdu brzy hodinu tělovýchovy denně. Zkušení lyžařští trenéři Vaic, Fiala, Eisner a Hennrich vedou lyžařský kroužek školáků. Již od září se scházejí s dětmi dvakrát týdně ke cvičení, během v terénu a různým hrám v přírodě.

ZB

O PUTOVNÍ POHÁR ÚV SČSP V LIBERCI

Tímto závodem byla zahájena významná spolupráce lyžařů Liberecka s okresním výborem SČSP. Každoročně tak budou nejlepší skokani v Měsíci Československo-sovětského přátelství měřit své síly na můstku s umělou hmotou ve Vratislavicích.

Letošní první ročník byl tím významnější, že se jej v doprovodu delegace okresního výboru NF zúčastnili členové sovětské vládní delegace. Zahajovací projev vedoucího tajemníka OV SČSP soudruha Machačky byl povzbuzením jak ke sportovní, tak i politické aktivitě.

Čtyřicet dva startujících závodníků z 15 oddílů z celé republiky je dokladem toho, že se ve skoku na lyžích i u nás blíží k lepší časy. Pořádající oddíl Lokomotiva Liberec vyslal do závodu největší počet závodníků (10), ale i všechny skokansky silné oddíly, při nichž jsou zřízeny lyžařské základny. Přijaly pozvání a vyslaly početná družstva. Postrádali jsme jedině zastoupení Slovenska. Soudruzi z Banské Bystrice se omluvili, protože termín kolidoval s jejich závodem, a přislíbili účast v dalších ročnících. Rovněž i ta okolnost, že mezi prvními 15 závodníky v celkové klasifikaci se umístilo 5 dorostenců, nás může těšit a potvrzuje správné rozhodnutí ústřední sekce, že na mistrovství republiky ve skoku na lyžích mohou být vysláni i dorostenci.

V závodě zaslouženě zvítězil Motejlek z Dukly Liberec. Největšími soupeři mu byli Jiří Raška a Miroslav Martiňák. V kategorii staršího dorostu svedli pěkný boj Metelka a Divila, kteří v celkovém hodnocení obsadili 6. a 8. místo. V téže kategorii byl boj i o 3. a 4. místo mezi Peřichem z TJ Rožnov a domácím Dvořákem. Rozhodnutí padlo až v posledním kole, kdy Peřich předvedl pěkný stylový skok. V kategorii mladšího dorostu zvítězil František Rydval z Lok. Liberec tentokrát s velkou převahou a jako jediný mladší dorostenec se zařadil mezi prvních 15 v celkovém hodnocení.

VÝSLEDKY

Muži

1. Libor Motejlek (Dukla Liberec) 53 m, 55 m, 219,5 b., 2. Jiří Raška (Sp. Frenštát I) 51 m, 52,5 m, 214,9 b., 3. Miroslav Martiňák (Dukla Liberec) 50 m, 52,5 m, 213,7 b.

Dorostenci mladší

1. František Rydval (Lok. Liberec) 45 m, 48 m, 184,9 b., 2. Karel Zahradník (Lok. Trutnov) 43 m, 41 m, 167,7 b., 3. Václav Vrátník (Lok. Liberec) 39,5 m, 41,5 m, 160,4 b.

Dorostenci starší

1. Josef Metelka (Sp. Rokytnice) 51 m, 51,5 m, 204,7 b., 2. Ladislav Divila (Jiskra Vítkovice) 50 m, 49,5 m, 202,8 b., 3. Miloš Peřich (TJ Rožnov) 46 m, 45,5 m, 187,1 b.

Mistr sportu M. BĚLONOŽNÍK

Saně

ZOH 1964

Inž. J. MIŇOVSKÝ

Již v minulém čísle jsme přinesli informační článek o tom, jak v rakouském Innsbrucku připravují zimní olympijské hry. Dnes přicházíme s dalšími podrobnými informacemi, které budou především zajímavat milovníky sáňkařského a bobového sportu.

Hned na začátku můžeme předeslat, že péče, věnovaná výstavbě zařízení potřebných k olympijským soutěžím v jízdě na saních a na bobech, je veliká, a tak se naši olympionici mají nač těšit.

Bobová a sáňkařská dráha jsou budovány v Igls, jihovýchodně od Innsbrucku, se kterým je spojeno tramvají a pozemní kolejovou lanovkou. V Igls je i náhradní kluziště.

Jelikož na bobových drahách v Gapa, Cortinně a St. Moritzu bylo provedeno několik rekonstrukcí, aby vyhovovaly současným podmínkám, byly nově získané zkušenosti také využity při projektování bobové dráhy v Igls. Projekt byl vypracován podle starého projektu, ale na základě teoretických

předpokladů, tj. čistě fyzikálně matematických výpočtů. Teprve praxe ukáže, zdali tento postup je správný, neboť i při nejpřesnějším výpočtu nelze vyjádřit řadu faktorů plynoucích z rychlé jízdy bobů. Byla vypočtena rychlost 85,5 km/hod. Všechny výpočty, včetně rychlosti a času, byly provedeny na elektronkových počítačích strojích vzhledem k jejich mimořádně velké složitosti. Dráha je na severním, lučním a stíněném svahu, jen spodní čtvrtina je vystavena slunci. Délka dráhy měří s výškovým rozdílem 138 m a průměrným spádem 9,2 % — 1500 m. Nejmenší spád je 4,76 %, největší 14 %. Má celkem 13 zatáček, minimální poloměr je 20 m, maximální 100 m. Projekt byl na místě přezkoušen a schválen technickou komisí FIBT. Obtížná byla otázka odvodnění četných pramenů. U velkých zatáček byly navrženy kruhové oblouky s přechodnicemi na začátku i konci z klotoid, u ostatních zatáček byly navrženy klotoidy. Pro příčný profil v zatáčkách byla navržena čtvrtina elipsy s převislým vrchem. Stoupání a klesání mantinelů zatáček bylo odvozeno matematicky jako sinusoidy.

Geologické poměry si vynutily, že

stěny zatáček se budují ze železobetonových skořepinových prefabrikátů 1,5 až 2 m dlouhých nebo z tvárnice. Patky a dno koryta je kladeno na železobetonové prahy vzdálené od sebe 4 až 6 m. Zatáčka č. 9 je 9,60 m nad územím, jinak celá trasa je na terénu. V přechodnicích jsou stěny mantinelů budovány z betonových kostek na sucho, aby bylo možno provést snadno případné rekonstrukce po vyzkoušení dráhy.

U startu i u cíle bobové i sáňkařské dráhy se budují společné tribuny pro oficiální zástupce, tisk a rozhlas, jakož i objekty pro startéra, časoměřiče, útulek a ohřívárny pro závodníky s dílnou pro opravy bobů a saní.

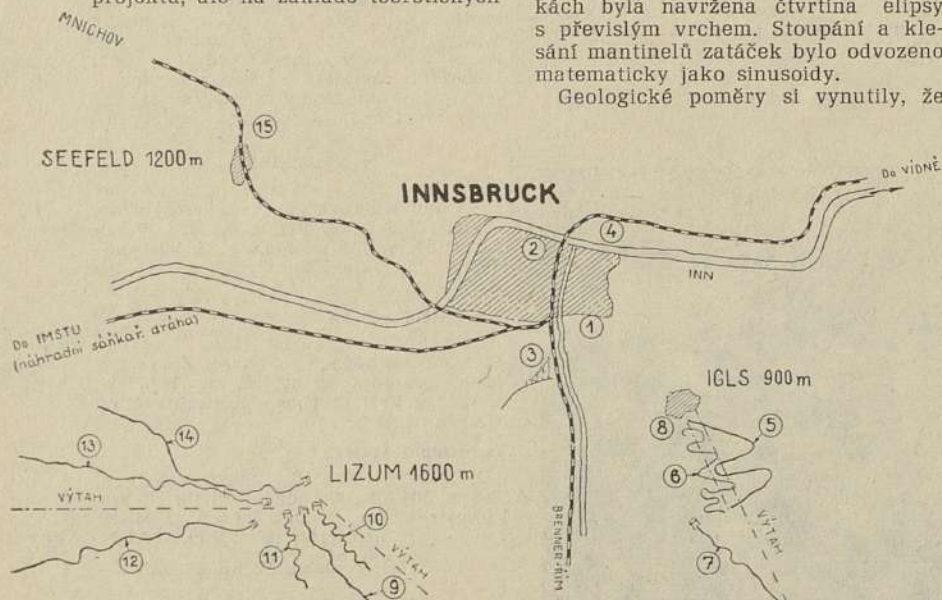
Je také pamatováno na cestu pro diváky a dovoz sněhu a ledu. Vodovod má vodojem obsahu 60 m³, při čemž je zajištěna dodávka vody v množství 300 m³ za 24 hodiny. Na vodovodním řadu jsou po 60 metrech hydranty zajištěné proti zamrznutí.

Ledové kostky budou získány jednak na blízkých jezerech nebo budou uměle vyrobeny v množství 4000 kusů za den.

Přeprava bobů a mužstev bude prováděna nákladními auty po silnici. Měření času je zajištěno elektrickým systémem Longines-Omega. Podél dráhy bude instalován místní rozhlas s přenosnými amplióny, které budou



■ Pohled na hlavní innsbruckou třídu. V pozadí hory, které obklopují Innsbruck.



ORIENTAČNÍ NÁČRT

1. Stadión
2. Messehalle — umělé kluziště
3. Skokanský můstek
4. Olympijská vesnice
5. Bobová dráha
6. Sáňkařská dráha
7. Sjezd mužů
8. Náhradní kluziště
9. Obří slalom mužů
10. Slalom mužů
11. Slalom žen
12. Sjezd žen
13. Obří slalom žen
14. Náhradní sjezd mužů
15. Běžecské tratě



používány i pro rozhlas na sánkařské dráze. Stavba má být dokončena 1. prosince 1962, aby mohla být dráha vyzkoušena v nastávajícím zimním období 1962–63. Stavební náklad byl rozpočten částkou 8,3 miliónu šilinků.

Sánkařská olympijská dráha je na stejném svahu v Iglis, jako bobová dráha. Území je sice poněkud více členěné, hlavně v horní třetině, kde je také více zatáček, tím je také tato část dráhy nejtěžší. Asi v polovině dráhy je Labyrint. Spodní třetina je opět těžší, ale je přehledná. Obdobně jako u bobové dráhy jsou ve velkých zatáčkách voleny kruhové oblouky s přechodnicemi z klotoid a malé zatáčky jsou klotoidy. U sánkařské dráhy se nebudou budovat žádné tribuny pro diváky, jelikož se diváci přemisťují z místa na místo. Zimní úprava bude provedena jen ze sněhové kaše a ledový povrch bude docílen postříkáním. Ledové kostky použity nebudou. Vodovod má společný vodojem s vodovodem bobové dráhy, hydranty jsou navrženy po 80 metrech. Doprava saní a závodníků bude buď pěšky po cestách, nebo sedačkovým výtahem. Objekty u startu a u cíle jsou společ-

né jak pro sánkařskou, tak i pro bobovou dráhu. Termín dokončení je opět 1. prosince 1962 z téhož důvodu jako u bobové dráhy. Stavební náklad byl rozpočten částkou 4,9 miliónu šilinků.

V Imstu se rekonstruuje dosavadní sánkařská dráha, která má sloužit jako náhradní olympijská dráha. Tato dráha je 1007 m dlouhá, se startem ve výšce 974,9 m. n. m. a cílem na kótě 850,1 m. n. m., tudíž s výškovým rozdílem 124,8 m. Průměrný spád je 12,48 %. Maximální spád 37,5 % je ihned po startu na délku 15 m, jinak je 21 %, minimální spád 5 %. Dráha má celkem 17 zatáček, minimální poloměr 7,5 m, přechodnice z klotoid. V příčném řezu je mantinel v zatáčce opět vytvořen čtvrtinou elipsy s kruhovou převislou částí. Dráha má vodovod a noční osvětlení.

Těšíme se jistě všichni na IX. ZOH v Innsbrucku a věříme, že i naši závodníci prokáží svoji zdatnost nejméně tak jako letos na mistrovství světa v Krynici.

OLYMPIJSKÉ DRÁHY

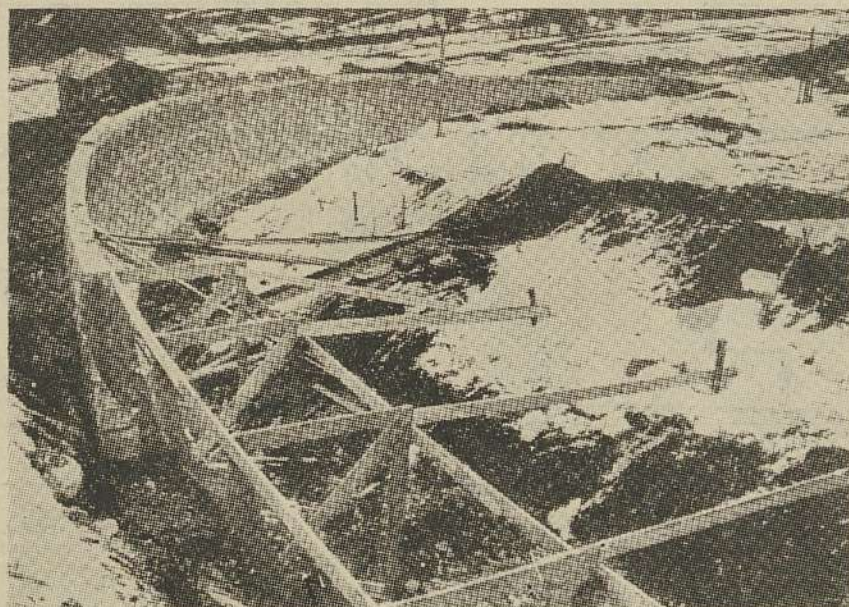
Bobová

Délka	1500 m
Kóta startu	1133 m n. m.
Kóta cíle	995 m n. m.
Průměrný spád	9,20 %
Minimální spád	4,76 %
Maximální spád	14 % u startu
Minimál. poloměr	14 a 20 m
Maximál. poloměr	100 m
Počet zatáček	13

Sánkařská

Délka	1261 m
Kóta startu	1133 m n. m.
Kóta cíle	995 m n. m.
Průměrný spád	11,0 %
Minimální spád	8,3 %
Maximální spád	18 % u startu
Minimál. poloměr	9 m
Maximál. poloměr	30 m
Počet zatáček	21

■ Jedna ze zatáček dráhy.



Nezapomeňte,

že základní podmínkou dobře připravené sánkařské dráhy je soustavná péče.

Ještě než začnou první mrazy a napadne sníh, je nutné upravit koryto dráhy do roviny. Tam, kde byly odvodňovací stružky pečlivě čistěny po celý rok, nebude koryto příliš vymléte přivalovými dešti, a tak postačí jen malé vyrovnání. Nezapomínáme na posekání trávy jak v rovinkách, tak hlavně v zatáčkách. Při tenké vrstvě ledu způsobí totiž rostliny předčasné měknutí stěn v zatáčkách.

VLASTNÍ ÚPRAVA

Začínáme nejprve spodem, a to již při holomrazech, kdy dráhu stříkáme, aby zmrzlá zem dostala povlak z ledu. Pokud dráha nebyla takto připravena a napadne silná vrstva sněhu, je nutno ji před zahájením prací z koryta odstranit až na zem proto, aby půda řádně promrzla. Na vlastní úpravu rovinek si připravíme hranoly 10×10 cm, dlouhé 3–5 metrů. Přímé úseky upravujeme tak, že hranoly dáme rovnoběžně v připravované šíři koryta 130–140 cm. Mezi ně na očištěný spodek dráhy nahazujeme dobře promíchanou sněhovou kaši, kterou udupeme, utlučeme, zhutníme. Rovný a hladký povrch dosáhneme stáhnutím přebytečné kaše hranou rovného prkna přes obvodové hranoly. Hranoly před zamrznutím posuneme na další úsek. V zatáčkách upravíme sklon mírným převýšením té strany, na níž je stěna zatáčky. Na rovinkách je nutno pamatovat na prosekání odvodňovacích stružek ve vzdálenosti každých 20–30 m šikmo přes koryto, kterými se bude odvádět přebytečná voda ze stříkání mantinelů a stěn zatáček. Kdybychom totiž tuto vodu nechali volně téci po dráze, narůstaly by na ní zbytečné hrbole. Před závodem se stružky zaházejí sněhovou kaší a polijí.

ÚPRAVA ZATÁČEK ZE SNĚHOVÉ KAŠE

Tak jako na rovinkách, musí být stěny očištěny od sněhu a dobře promrzlé. Nejprve zatáčku postříkáme, aby nahazovaná sněhová kaše dobře chytla. Pracujeme při mrazu -5°C . Sněhovou kaši zpracováváme několikerým prohazováním, aby začala houstnout — pomalu mrznout — a začneme ji nahazovat na stěnu od spodu nahoru a celkově zatáčku začínáme shora dolů po směru jízdy. Lopatou naplácáme kaši a vyhladíme natolik, abychom dostali stěnu hladkou, bez hrbolů.

Do stěn napicháme šikmé díry, abychom je mohli dobře prostříkat vodou. Síla ledové stěny nesmí přesahovat 15 centimetrů. Stříkání stěn zatáček, za mrazu aspoň -3°C , se provádí do té doby, pokud šikmé díry nejsou zalité a dokud stěna nedostane tmavou barvu celistvého ledu.

U bobových drah upravujeme v přímých oboustranně svislé mantinely, vysoké 60–80 cm. Provádějí se nahazováním sněhové kaše kolem připravené formy. Mantinely se postaví ještě 30–50 m za cílovou rovinku. U sánkařských drah pouštíme od svislých mantinelů.

Inž. VLADIMÍR HORÁK

Boby

Doporučujeme

Emil a Dana Zátzkovi vypravují

Nejpopulárnější čs. sportovci vyprávějí vtipným a poutavým způsobem o své sportovní dráze, o dojmech z cest a příhodách z osobního a rodinného života. Druhé vydání publikace je doplněno zážitky ze XVII. olympijských her v Římě. Závěrečná kapitola přináší přehled československých, evropských, světových a olympijských rekordů, které Zátzkovi vytvořili. — 260 stran textu, 136 stran obrazových příloh, mnoho ilustrací O. Maška, cena váz. výtisku 38 Kčs.

Eiselin: Úspěch na Dhaulágiri

Vůdce švýcarské horolezecké expedice vypráví o zdolání předposledního osmitisícového vrcholu Himálaje. Ve zkratce seznamuje s historií sedmi neúspěšných pokusů, které předcházely švýcarské expedici, poutavě líčí okamžiky prožité v boji s divokou přírodou, houževnatost a odvahu horolezců na skalních a ledových stěnách, i život pro nás málo známého Nepálu. — 208 stran, 24 stran přílohy, cena váz. 18,80 Kčs.

Jakovlev - Korobkov - Jananis:

Fyziologické a biochemické základy sportovního tréninku

Dílo určené trenérům, studentům vysokých tělovýchovných škol, učitelům a lékařům, vědeckým pracovníkům ukazuje, že pro úspěšný rozvoj teorie a tudíž i praxe tělesné výchovy a sportu je nezbytné využívat nejen údajů fyziologie tělesných cvičení, ale i výsledků funkční biochemie. — 278 stran, cena váz. 20,60 koruny.

Felix Chovanec: Technika a metodika běhu na lyžích. Skripta STN, Praha

Jedním z nedostatků, který brzdil rychlejší růst výkonnosti v běžeckých disciplínách, byla nejednotnost ve výkladu techniky a metodiky běhu na lyžích. Tento problém sice částečně řešily některé práce v naší lyžařské literatuře v minulých letech, ale pro svůj poměrně malý rozsah i rychlý vývoj v technice a metodice běhu na lyžích nemohly plně uspokojit požadavky spojené se současným rozvojem lyžování.

F. Chovanec ve své práci »Technika a metodika běhu na lyžích« zpracovává v potřebném rozsahu otázky techniky a metodiky běhu s přihlédnutím k nejnovějším poznatkům v tomto oboru. V několika přehledných kapitolách se zabývá jednotlivými způsoby běhu, podmínkami a rozdělením výcviku, běžeckou přípravou, nácvikem běžeckých způsobů a zdokonalováním běžecké techniky.

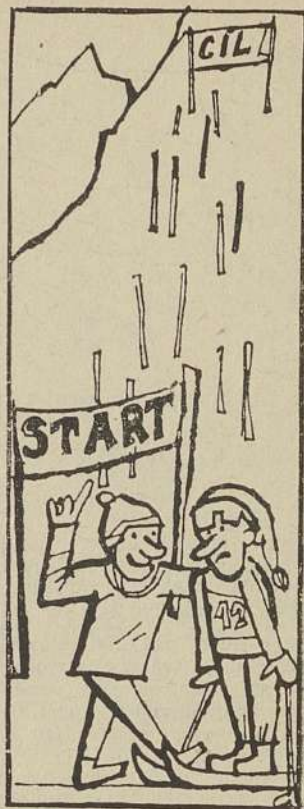
Upozorňujeme naše čtenáře, že na skladě STN jsou dosud k dostání některé lyžařské příručky, jejichž seznam přinášíme. Příručky si můžete objednat poštou na dobírku. Adresa: STN, odbyt, Praha 1, Klimentská 1. Lyžařské výpočtové tabulky 6 Kčs, Lyžování — rozh. všech tříd 5 Kčs, Měření času na lyžařských závodech 2,55 Kčs, Obecná část pro školení trenérů III. třídy a rozhodčích všech tříd 4,85 Kčs, Závodní lyžování I. 4,70 Kčs, Závodní lyžování II. 8,80 Kčs, Závodní lyžování III. 9,90 Kčs, Závodní lyžování IV. 8,65 Kčs, Závodní lyžování V. 3 Kčs, Závodní lyžování — trenéři III. tř. 15,50 Kčs.

DO NOVÉHO ROKU S HUMOREM

KRESLIL ILJA MATOUŠ



Novoroční skok



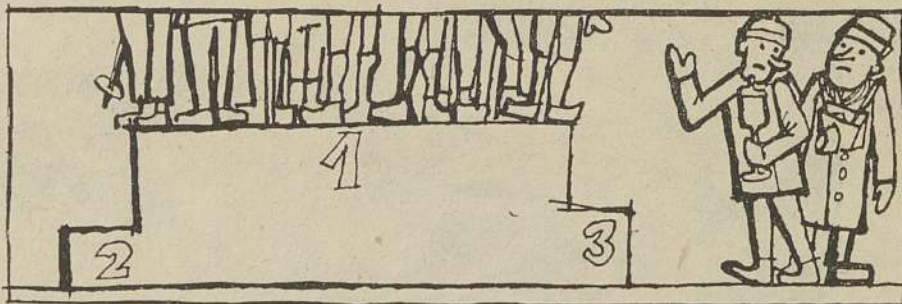
A tím jsme zcela vyřešili nedostatek výtahů



Sebekritika lyžaře



Boufvlivý rozvoj alpských disciplín u nás



Nedivte se, nikdo nepromazal

Lyžařství

ROČNÍK 48. ČÍS. 12

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Šéfredaktor tělovýchovných časopisů Josef Laštůvka. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Zouzal. Telefon 248-115. Redakce: Praha 1-Staré Město, Národní třída 33, telefon 234-265. Redakční uzávěrka: K 15. dni předchozího měsíce. Vychází měsíčně. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ÚV KSČ. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel.

A-13*22680

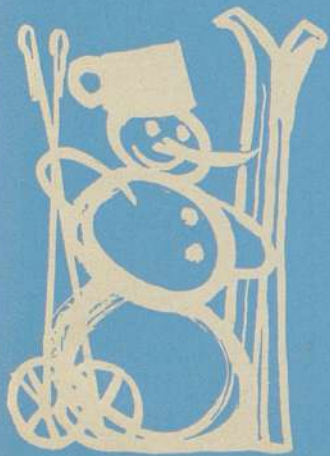
Titulní strana: Na svazích Nízkých Tater. Snímek L. Sitenský.

4. strana obálky: Za zimní krásou našich hor. Snímek V. Heckel.



Kouzlo zasněžených hor opět přiláká na desítky tisíc rekreantů, školní mládeže i těch nejmenších lyžařů s rodiči. Přijedou si pro radost, zasloužený odpočinek i pro zdraví do našich krásných hor. Má-li být splněno jejich očekávání, nezáleží jen na kvalitě ubytování a jídla, ale také na nich samotných. Jen oni si mohou vytvořit srdečné a přátelské prostředí, jen oni se mohou přinutit k aktivnímu sportovnímu pohybu v co největší míře. My, zkušení a skalní lyžaři, bychom jim měli být zářným příkladem. Nejen prováděním bravurního stylu jízdy na lyžích, ale především ochotou pomoci, poradit i ukázat, a tak v praxi přesvědčovat a těm novým dokazovat, že na horách mají lidé k sobě blíže. Péči o kolektivní, přátelské vztahy mezi lidmi zůstáváme na horách v posledních letech hodně dlužní. — Snímky A. Kaucký a J. Hejra.

ZA VLÁDY KRÁLOVNY ZIMY



Do nového roku 1963

přejeme všem našim čtenářům hodně radostné pohody, úspěchu v práci i ve sportovním zápolení.

REDAKČNÍ RADA



ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Lyžařství - sánkařství a bobový sport

12