

# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 1

PNS 208

LEDEN 1955



Členky lyžařského oddílu Baníka Vitkovice VŽKG při nábívu prostných na 1. celostátní spartakiádu

# DO ROKU SPARTAKIÁDY

Vstoupili jsme do roku 1955, v němž my, příslušníci tělovýchovného hnutí učíme vše pro zdar I. celostátní spartakiády, největší události v dějinách naší tělovýchovy a sportu. I když nácvik na spartakiádu je v celé republice v plném proudu, přece jen nemůžeme být dosud spokojeni s jeho výsledky. Je proto třeba, aby nyní, na začátku roku, byl nasazen rozhodný finish v náboru, který by přivedl k nácviku další tisíce cvičenců.

K 1. prosinci 1954 nacyčovalo v celé republice na 700.000 lidí, mužů, žen i mládeže, vyjma příslušníky Rudé hvězdy a armády. Devět DSO, sdružených v ROH, má 102.103 cvičenců, jejichž počet v prosinci 1954 stoupl. V pracovních zálohách nacyčuje 22.821 mladých lidí, což je na 60 procent členstva. V DSO Sokol nacyčuje zatím jen asi sedmina členstva, přes 40.000 mužů, žen a dorostu. Svazarmovců nacyčuje asi 25.000, ve školách, které jsou největší složkou, se připravuje téměř 500.000 cvičenců. Velkou masu cvičenců řídí více než 18.000 cvičitelů.

Termín hlavních dnů spartakiády se blíží a ještě více se blíží termíny spartakiád nižších složek, což budou vlastně prověrky před hlavní tělovýchovnou slavností. Je proto nutno hned nyní, od začátku roku, ještě více zintenzivnět nábor cvičících a nácvik, aby nebylo nutno na poslední chvíli něco dohánět, aby I. celostátní spartakiáda byla připravena tak, jak si to svým významem, který přesahuje hranice naší republiky, vyžaduje.

## Pohlížíme zpět na lyžařský rok 1954

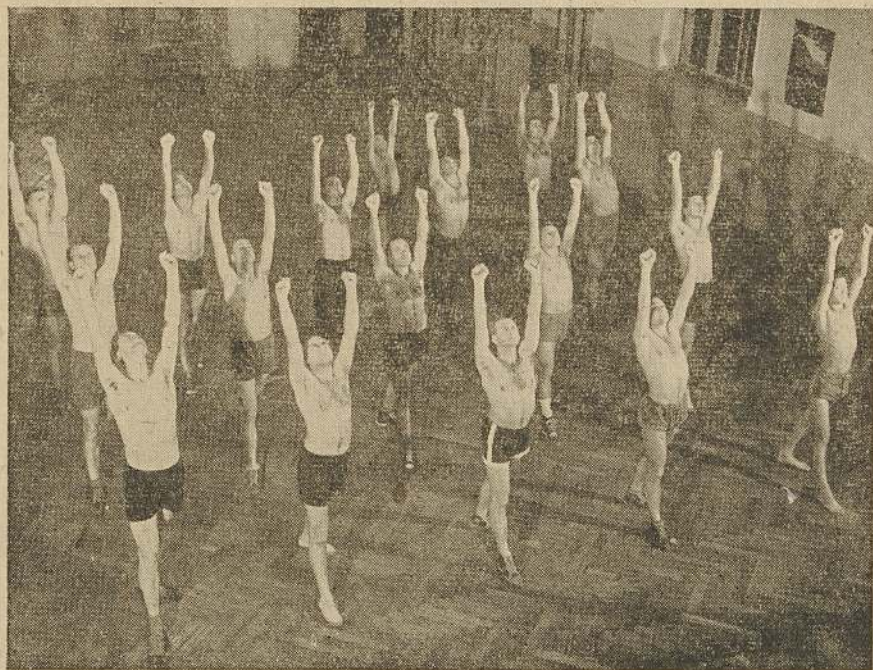
Závěrem každého roku a na začátku roku nového bilancujeme činnost i ve sportu a děláme uzávěry z dosavadní práce pro další činnost. My, lyžaři, musíme konstatovat, že v roce 1954 rozšířil náš sport svou masovou základnu a že se také — proti předcházejícím rokům, zvýšila úroveň výkonů našich reprezentantů a závodníků všech výkonnostních tříd.

Bylo to vidět zejména na prvních kolech přebornických soutěží všech druhů. V SHM startovalo přes 50.000 chlapců a děvčat, v soutěžích dospělých pak téměř 60.000 účastníků a Sokolovského závodu branné zdatnosti se pak účastnilo téměř 300.000 sportovců, z nichž většina byli členové lyžařských oddílů. V rámci zimní rekreace ROH a ministerstva školství se pak učily lyžovat další desetitisíce občanů naší republiky, dospělí i mládež.

Zlepšení výkonnosti v závodním lyžařství potvrzují výkony našich reprezentantů, dosažené na mistrovství světa a dalších mezinárodních podnicích doma i za hranicemi. Na mistrovství světa ve Švédsku se umístilo reprezentační družstvo ČSR na šestém místě z 24 účastněných národů, doma jsme překonali rekordní časy skoro na všech sjezdových tratích. Rozdíl mezi prvními deseti, dvaceti a padesáti závodníky na přeboru republiky se proti roku 1953 podstatně snížily. Zlepšila se i práce organizační, práce lyžařských sekcí krajů a DSO hlavně na úseku plánování a systému práce. Ve výsledcích této práce vidíme i dobrou činnost nově vyškolených cvičitelů, rozhodčích a trenérů.

Dosud však musíme vidět i nesplněné úkoly a vážné nedostatky. Je to hlavně sezónnost v práci jednotlivých složek i v činnosti závodníků, nedostatečná péče o mládež a nedostatky v propagačně výchovné práci.

Naši trenéři, cvičitelé, rozhodčí a ostatní organizační pracovníci bojují dosud nedostatečně za zavedení systematické činnosti celoročních plánů práce. Oddíly existují prakticky jen v zimě, na sněhu, a v létě často volí špatné formy práce. Život oddílů není zajímavý a přitažlivý, a tak zájem členů o kolektivní práci i mimo zimu odpadá.



*Ani vítkovičtí lyžaři, příslušníci Baníka Vítkovice VŽKG, o nichž jsme psali ve článku v prosincovém čísle, nezapomínají na nácvik na sportakrádu a zúčastňují se jej pravidelně ve velkém počtu*

Závodníci nevyužívají dostatečně treningových zkušeností sovětských závodníků — mistrů světa. A je to právě jejich špatná činnost v létě a na podzim, která jim zabraňuje v dosažení lepších výsledků v zimě. Nelze hrát v přechodném a přípravném období jen kopanou nebo odbíjenou a domnívat se, že to stačí k dobré přípravě. Je třeba vypěstovat hlavně v reprezentantech a pak i ve všech závodnících bojovnost, silnou vůli, zdravou tížádostivost, a hlavně odpovědnost ke kolektivu, k vlasti, jejíž barvy reprezentují. Nikdo nemá své místo v reprezentačním družstvu zaručeno ani na doživotí a každé pokusy o jeho zajištění jiným způsobem než dobrým výkonem, by měly být závodníkům cizí. Zde je třeba velké práce trenérů, kteří by měli závodníky vést a usměrňovat.

Je třeba věnovat daleko větší péči mládeži než dosud. Ani v ústřední sekci nepracovala komise mládeže dobře a nedostatečně řídila práci v nižších složkách. Je i nedostatek pracovníků, kteří by se zabývali otázkami mládeže a práce s ní. Zde mají velkou působnost cvičitelé a trenéři, a hlavně došud aktivní závodníci, kteří svým dobrým příkladem mohou hodně zapůsobit.

Význam propagačně výchovné práce v lyžařském sportu je zatím špatně chápán a podceňován. Tak, jak konstatoval celostátní aktiv předsedů propagačně výchovných komisí, který proběhl celkem úspěšně začátkem prosince v Praze, propagačně výchovní pracovníci, pokud existují, přistupují ke své práci formálně, úkoly řeší povrchně a omezují se pouze na odpřednášení určitých politických úvah, která bývá převážně reprodukcí novinového článku doplněného

o pár frází, které se za své činnosti naučili. Je třeba naše závodníky a členy oddílů vychovávat systematicky, vypěstovat u nich poměr a odpovědnost ke kolektivu, lásku k vlasti, která jim umožňuje v klidu a za velké podpory provozovat lyžařský sport. Na aktivu bylo dále konstatováno, že naši propagačně výchovní pracovníci nedostatečně čelí buržoasním přežitkům, které se v činnosti lyžařských oddílů velmi často projevují. Lyžování se provozuje velmi často samoúčelně, jen pro sport, a lyžařské oddíly se jako celky nedostatečně zapojují do celého života v továrně, v závodech a v podnikcích. Nemobilisují své členy v plnění a překračování pracovních závazků. Na jedné straně dovedou plně využívat všech výhod, které jim podnik poskytuje, ať je to již levná doprava na hory nebo laciný pobyt v závodní chatě, a na druhé straně zůstávají lhostejní k práci v kolektivu v závodech a na pracovištích. Špatný poměr ke kolektivu projevuje se i na horách a při lyžařských závodech. Ještě dnes je dost takových »chytráků«, kteří mažou lyže potajmu, aby nikdo jejich umění neokoukal a také nepoužil.

K odstranění těchto nedostatků musí v první řadě pomoci všichni trenéři, cvičitelé, rozhodčí a ostatní techničtí a organizační pracovníci, kteří zatím neviděli propagačně výchovnou práci jako nejdůležitější součást své každodenní činnosti.

Je třeba, aby si všichni lyžařští pracovníci a s nimi i závodníci uvědomili, že jsou to právě sezónnost a buržoasní přežitky, které jsou tou největší brzdou rychlejšího rozvoje lyžařského sportu a dosažení pronikavějších výsledků ve světovém měřítku.

## LYŽAŘSTÍ CVIČITELÉ A PODZIMNÍ SRAZY

Podzimní srazy lyžařských cvičitelů měly být uskutečněny do konce roku 1954. S určitostí měla být provedena I. část těchto srazů, t. j. na suchu, a tam, kde již byla možnost, měla být uskutečněna i II. část na sněhu. O tom, jak důležitou náplň jak theoretickou, tak i praktickou měly tyto srazy, nechci se zde zmiňovat, neboť o náplni podzimních srazů bylo již mnoho napsáno. Chtěl bych se zde zabývat otázkou skutečného uspořádání těchto srazů.

V září 1954 byl za účelem zajištění zdárného průběhu těchto srazů uskutečněn seminář pro krajské instruktory podzimních srazů lyžařských cvičitelů ve státním tělovýchovném středisku v Klánovicích. Tento aktiv byl ukončen usnesením, které bylo jednohlasně schváleno všemi přítomnými, jehož hlavním bodem bylo zajištění řádného uspořádání srazů a dalším bodem bylo stanovení, že o každém srazu bude vedoucím srazu podána zpráva na LS KVTVS, při čemž tato sestaví celkovou zprávu za kraj a spolu se zprávami z okresů postoupí jí UMK LS SVTVS, která má za úkol provést celkové zhodnocení srazů a současně v poznatků čerpatí potřebný materiál pro další srazy.

Bohužel však musím konstatovat, že do konce roku 1954 jsme na UMK LS

SVTVS nedostali (s výjimkou jednoho kraje) žádnou zprávu o průběhu a účasti na cvičitelských srazech. Domnívám se, že tato skutečnost je doopravdy tak závažná, abychom se nad ní pozastavili. Je skutečně těžké udělat si názor na UMK LS KVTVS a jejich práci, když se neustále přesvědčujeme o tom, že všechna společná usnesení nejsou takřka zásadně plněna. Nechci tvrdit, že toto svědčí o neschopnosti předsedů a celých UMK, avšak skutečně nevidím důvodu, co by mohlo způsobit tento stav. Jsem však přesvědčen, že je dostatek poctivých lyžařských cvičitelů, kteří se snaží o rozvoj našeho krásného sportu, avšak je nutno si uvědomit, že ve svých poznatcích a dalších novinkách můžeme se zdokonalit a s nimi seznámit jen

právě na podkladě té trošky administrativní agendy.

A zde nutno již jednou energicky skončit s tím zastaralým nešvarem, že v mnoha případech v UMK krajů byl zájem jenom o pořádání kursů a podobně, ale o ostatní agendu se nikdo převážně nezajímal. Nechci prosím toto psát jako vyhrůžku, ale žádám vás všechny, t. j. jak předsedy, tak i členy UMK, vytáhněte ze zásuvek usnesení z minulých aktiv a seminářů a splňte ty úkoly, které jsou v nich obsaženy a které jste v mnohých případech osobně odhlasovali. Tim, myslím, že do budoucna splníte plně svou povinnost.

Zamyslete se všichni proto nad touto skutečností, a ti, kteří nemáte zájem spolupracovat, uvolněte svá místa jiným poctivým pracovníkům, kteří své úkoly budou plnit tak, jak je toho třeba.

A nyní o uspořádání samotných cvičitelských srazů. Zde musím konstatovat, že jsme byli svědky velmi dobře uspořádaných srazů, ale také naopak některé srazy neměly žádanou úroveň. A co bylo v podstatě příčinou této nedokonalosti? Byl to právě ve většině případů nedostatek odpovědnosti vedoucích těchto srazů, kteří namísto aby si pro sraz zajistili včas řádně instruktory, improvisovali až na srazu samém, což se přirozeně projeвило v celkové úrovni. A je nyní třeba, aby podobné případy byly podrobně prozkoumány a byly učiněny z nich závěry, aby se podobné zjevy v budoucnu již nevyskytovaly. Musíme si uvědomovat neustále tu skutečnost, že cvičitelské srazy jsou formou doškolování a že cvičitelé mají si odtud přinést poznatky pro další svou činnost v oddílech i jinde, a tudíž úroveň cvičitelských srazů musí napříště skutečně odpovídat svému účelu. Špatně uspořádaný sraz má horší výsledek než nekonalý sraz, neboť cvičitelé odcházejí odtud roztrpčení, neboť je to pro ně zbytečná ztráta času a současně též do budoucna odnesou s j určitou nedůvěrou k podobným podnikům.

A nakonec se zmíním ještě o účasti na těchto srazech. Pokud jsme se sami přesvědčili, byla účast na sra-

zech poměrně dobrá, ale nemůžeme říci uspokojivá. Zjišťovali jsme příčinu neúčasti některých cvičitelů na srazech, při čemž jsme zjistili dvě hlavní příčiny. Prvá příčina byl nepořádek v kartotéce cvičitelů na příslušném VTVS, v důsledku čehož se stalo, že někteří cvičitelé nebyli na sraz pozváni, a druhá příčina tkví v nezájmu určitých »cvičitelů« o tyto srazy. Prvá příčina je skutečně závažná, neboť podobným nepořádkem byli určití řádní cvičitelé připraveni o možnost doškolování. Z tohoto zjištění vyplývá pro takové VTVS ten úkol, aby zjistily možnosti uspořádání ještě jednoho srazu pro ty cvičitele, kteří nebyli buď včas nebo vůbec pozváni. Pokud se týká odstranění zjevů druhé příčiny, je to velmi jednoduché. K řešení podobných případů dáváme KVTVS (MVTVS) tyto směrnice: »Vzhledem k tomu, že srazy cvičitelů jsou doškolováním těchto dobrovolných pracovníků, musí se každý cvičitel těchto srazů zúčastnit nebo v případě pádného důvodu se řádně a včas písemně omluvit. Těm cvičitelům, kteří byli na sraz řádně pozváni a srazu se neúčastnili bez omluvy nebo se dostavili pouze zapsatí do listiny přítomných (i takových bylo mnoho), a potom ihned odešli, zastavte činnost až do doby příštího srazu. Toto dočasné zastavení cvičitelské činnosti proveďte tím způsobem, že nevydáte cvičitelský průkaz, a v tom případě, že byl vydán před konáním srazu, tak jej odeberte. Tyto buď nevydané nebo odebrané cvičitelské průkazy uložte na UMK LS KVTVS.«

Tímto opatřením zavedeme pořádek do řad našich lyžařských cvičitelů, neboť je lépe mít menší počet skutečně odborně školených a řádných cvičitelů, než velké množství neodpovědných pracovníků. Věříme, že toto opatření uvítají nejen UMK LS VTVS, ale i všichni řádní a poctiví lyžařští cvičitelé.

MIREK VALDHANS,  
člen UMK LS SVTVS

Tři finští skokani — Aulis Kallakorpi, Eino Kirjonen a Hemmo Silvennoinen — se zúčastnili ve dnech 30. 12. až 9. 1. závodů v Rakousku a v Německu. Startovali v Oberstdorfu, v Garmisch-Partenkirchen, v Innsbrucku a v Bischofshofen.

\*

„Mezinárodní lyžařská elita má stejné právo bojovat každoročně o mistrovské tituly jako závodníci jiných sportovních odvětví“ — prohlásil bývalý francouzský mistr a trenér národního družstva Couttet v interview v pařížském sportovním časopise „L'Equipe“. Couttet doporučuje Mezinárodní lyžařské federaci (FIS), aby se mistrovství světa konalo každoročně.

\*

Západoněmečtí lyžaři se připravují pečlivě na zimní olympiáde v roce 1956 v Cortině d'Ampezzo. V letošní zimě mají být při nejdůležitějších závodech hodnoceni všichni přední závodníci, kteří přicházejí v úvahu pro reprezentační celky. Na konci sezóny určí lyžařský svaz západního Německa reprezentační družstvo, jehož členové budou povinni provádět v létě a na podzim intenzivní kondiční přípravu. Je tomu tak proto, že na začátku ledna 1956 musí být podány již jmenovitě přihlášky olympijských družstev, takže nelze provést jmenování reprezentantů až v olympijské zimě.

Stanoveny byly již také první kurzy olympijské přípravy. Od 12. do 19. prosince se připravovalo 20 skokanů v prostých i sdružených pod vedením Nora Gundersena a Heini Klopfera treningovými skoky na několika nových můstcích v Oberstdorfu. Sjezdářky měly první přípravu od 11. prosince na

Metodický postup lyžařského výcviku mládeže je velmi odlišný od příliš strohého výcviku dospělých. Mládež je především netrpělivá, a tudíž nedovede přilnout k stálému a jednoduchému procvičování základních prvků. Proto lyžařský výcvik mládeže musí odpovídat její povaze. Zde záleží hodně na cvičiteli, jak dovede metodickou řadu upravit a přizpůsobit mentalitě mládeže. Proto lyžařský cvičitel mládeže má mnohem větší odpovědnost než cvičitel dospělých.

Stává-li se lyžařství masovým sportem, musí být tím více prováděno organisovaně již od mládeže. Velkou pomocí jsou výchovně výcvikové lyžařské zájezdy zactva do hor, kterážto akce je každoročně rozšiřována a zdokonalována. Některé školy ale nemají možnost této akce se zúčastnit. Proto nezbývá, než sáhnout i po té trošce napadlého sněhu doma, který vydrží několik dní za městem, za humny. Tu je příležitost přenést pohotově cvičení ŠTJ ze školních tělocvičen ven na sněh. K tomu je třeba vedoucího, který musí mít k mládeži dobrý poměr a musí se s ní umět sžít.

I když postup při výcviku je vázán metodickou řadou, musí cvičitel ji přizpůsobit věkovým stupňům mládeže. Ale hlavně musí veskeren výcvik se díť hravým a zábavným způsobem. Cvičitel si musí uvědomit, že mládež se chce bavit i v zaměstnání, jinak není trpělivá. Proto veselá nálada a hra musí být červenou nití celého výcviku. Mládež musí mít výcvik hravý a zábavný, aby se nenučila, aby se při něm hodně nasmála.

Velké oblíbenosti se těší zvláště závodivé hry, ať už dvojic, nebo celých družstev. Návuk některého prvku se stane zajímavějším, provede-li se vhodně o závod ve způsobu soutěže. Na soutěžení nesmíme zapomínat, je zpestřením celého výcviku. I známé hry tělocvičné, ze cvičiště a tábornické dají se provést s menší úpravou na lyžích, na sněhu, a provedou-li se v obměně, mají zdání nové hry.

Dobře vedenými hrami je mládež vedena k uvědomělé kázi a podřízování se zásadám celku. To je již cílevědomá příprava k obraně vlasti. A tak dostává hra brannou hodnotu. Vždyť má dostatek branných prvků, je prováděna v těžkém zimním terénu, zdolávají se překážky atd. Pochopitelně, že cvičitel vybírá hry s jednoduchými a přístupnými brannými prvky, přiměřenými věku, schopnostem, terénu, stupni lyžařského výcviku, jakosti sněhu.

Velmi krásné a vhodné hry pro mládež obsahuje sovětská příručka M. A. Čerevkova »Branné hry na lyžích«. Tyto hry jsou otištěny v příručce »Lyžování — Celoroční práce oddílů«, vydané sokol-

ským nakladatelstvím. Uvádím zde některé zábavné prvky, které jsou návodem pro další nové, s obměnami. Záleží na iniciativě cvičitele, na jeho tvůrčivosti, jak dovede s příslušnými obměnami zábavných prvků zmnohosobnit.

### Na místě, na rovině.

Závod družstev v připínání a odpínání lyží; se startem vzdáleným 10 m od lyží,

s úkoly — po připnutí oběhnout na lyžích metu, vzdálenou 10 m,

závod družstev v provádění obrátů.

### Chůze, skluz, na rovině.

Kdo nejméně skluzů k určené metě bez holi, s holemi?

Skluzem k určené metě v zástupu, řadu, dvojřadu, průstupy, průplety.

### Běh, na rovině.

Honičky různého druhu v omezeném prostoru. Černý Petr, Rybáři atd.

Kdo dříve na metě s holemi, bez holi.

Člunkové štafety družstev s předáváním předmětů (hole, čepice, rukavice).

### Sjezd, zakončený rovinou.

Kdo nejdále v sjezdovém postoji, ve dřepu, v hlubokém dřepu, na jedné lyži.

Překračování překážek — čepice, rukavice — přeskakování hole.

Zvedání předmětů za jízdy, jeden, dva, kdo nejvíce.

Srážení předmětu pověšeného na zapíchnuté holi.

Dosahování vysoko umístěných předmětů.

Projíždění a podjíždění branek s holí různých výšek.

Sjezd dvojic, trojic, celé řady.

Se sněhovou koulí, hroudou na hlavě.

Za sjezdu házení sněhových koulí na cíl.

Projít deštěm koulí.

Sjíždění lehkých terénních vln.

Přirozený skok s nízké meze.

Sjezd zakončený smykem, švihem, s překročením překážky.

Po sjezdu zařazovat se do družstva švihem.

Stihačka — provádění švihů za prvním jezdcem.

### Branné hry.

»Pochod terénem« — Vedoucí postupuje zvolna členitým terénem k určenému cíli. Je sledován rozčleněným družstvem, jehož jedinci využívají krytů, aby je vedoucí při zastavení a ohlédnutí se spatřením ze hry nevyřadil (přiskoky, plížení).

»Partyzán« — Projít řetězem hlídek k vytyčenému cíli.

Zugspitze, sjezdaři pak absolvovali přípravu od 19. prosince pod vedením trenéra Haidera v Garmisch-Partenkirchen. Pro trvale špatné větrné počasí v okolí Zugspitze konala se tato příprava sjezdařů na Kochelbergu. Běžci měli týdenní přípravu od 19. prosince 1954 pod vedením Bertela Burke v Unterjoch.

Další training byl připraven pro běžce a sruženáře od 8. do 17. ledna opět v Unterjoch. Účastníci tohoto kursu se zúčastnili m. j. zimního sportovního týdne v Garmisch-Partenkirchen a na mezinárodním týdnu FIS v Megeve ve Francii. Také sjezdaři a sjezdařky mají naplánovaní další kurs od 9. do 16. ledna.

\*

Ve Valadalen nedaleko švédského střediska zimních sportů Aare v provincii Jaemtland je již několik týdnů živý sportovní provoz. Ve Valadalen se nalézá totiž v posledních letech nejen ve Švédsku, ale i v ostatní Evropě známé treningové středisko Gösta Olandera. Vzdálen ruhu velkých měst v nádherné krajině připravuje Gösta Olander svým viastním způsobem již několik let přední závodníky různých druhů sportu.

Mezi Olanderovými hosty je v této době také 10 Švýcarů, 8 Němců ze Schwarzwaldu a tři Francouzi, kteří zde absolvují důkladný základní training na nastávající sezónu. Někteří ze zúčastněných lyžařů se od loňska hodně zlepšili a bude nutno s nimi počítat již v letošní zimě. Je to zejména mladý německý závodník Herrman Möchel.

Sněhové podmínky a počasí jsou treningu příznivé. Všichni zúčastnění lyžaři trenují podle pokynů Gösta Olandera, přihlíží se však k potřebám každého jednotlivce. Základem je kondiční

## Stručně z ciziny

příprava každodenními běhy na lyžích, důležitý je však také training pružnosti svalů a v neposlední řadě training techniky a stylu běhu. Gösta Olander má úspěchy svým trainingovým způsobem nejen u běžců na lyžích, ale také u lehkých atletů, rohovníků, fotbalistů a j. Tento training byl plánován do 20. prosince. Někteří závodníci zůstali ve Valadalenu i přes vánoce.

\*

Mezinárodní týden skoků na lyžích ve Švýcarsku má 30. ledna na pořadu závody v Unterwasser, 1. února v St. Moritz, 3. února v Arose a 6. února v Le Locle.

\*

Podle zprávy z Rakouska nejlepší rakouský sjezdař Christl Prawda z Kitzbühenu — mistr světa ve sjezdu a druhý v alpské kombinaci na posledním mistrovství světa — byl rakouským lyžařským svazem diskvalifikován na dobu jednoho roku. V odůvodnění se uvádí, že amatérské komisi Mezinárodní lyžařské federace (FIS) byla dána možnost rozhodnout o amatérské příslušnosti Ch. Prawdy. Christl Prawda odjel mezitím do USA, aby tam v této zimě působil jako učitel v nejznámějším americkém zimním sportovním středisku Sun Valley. Obvinění proti Prawdovi bylo vzneseno proto, že jedna francouzská firma použila jeho jména na reklamou svých výrobků.

Kromě Prawdy odjel na tuto zimu do USA také Martin Strolz. Další dva přední rakouští lyžaři, Othmar Schneider a Anderl Molterer, chtějí rovněž odjet do USA, aby tam vyučovali jízdě na lyžích. Nyní však chtějí oba od tohoto úmyslu upustit, aby nebyli vyřazeni z rakouského olympijského družstva. Vedoucí rakouského olympijského družstva prof. Fred Rössner totiž na pod-

»Přeprava raněného« — Na určitou vzdálenost. Nešení na holích, vedení na improvizovaném smyku z lyží.

»Orientace« — Postup družstva podle náčrtu k neznámému cíli. Kontrola na mapě a zakreslení. Sledování stopy, udržování spojení, odhady vzdálenosti, dorozumívání.

»Usilovný pochod« — Pochodem družstva dosáhnout určeného prostoru u cíle. Výstavba jednoduchého přístřešku a založení ohně.

Z větších a velmi krásných her z Čerevkovy příručky »Branné hry na lyžích« jsou: »Podle cizích orientačních značek — Neviditelní — Přes cestu — Úkryt — Tajnou cestou k cíli — Styk s partyzány.

Dobry cvičitel sleduje literaturu, omlazuje si své vědomosti a poučuje se o nových poznacích. Cvičitel musí stále přemýšlet, aby přistupoval k svým svěřencům náležitě připraven. Dobrym pomocníkem jsou mu právě hry, jejichž vlastním úkolem je přispět k výchově uvědomělých, tělesně a mravně vyspělých budovatelů naší vlasti. Tak zvládneme hlavní úkol lyžařství, podchytíme co nejširší masy mládeže nejen pro lyžařství, ale i pro pravidelné pěstování tělesné výchovy a ke zvýšení její branné zdatnosti.

B. Urbančík

zim prohlásil, že všichni, kdož odjedou do Ameriky, budou z olympijského družstva vyřazeni.

\*

K německo-rakouskému turné skokanů, které bylo zahájeno 30. prosince mezinárodními závody ve skoku v Oberstdorfu a trvalo až do 9. ledna, jmenoval norský lyžařský svaz tyto závodníky: Kjella Knarvika, Nilsa Rykkena a Asbjørna Moland.

Kjell Knarvik je jedním z nejlepších norských skokanů. Na mistrovství světa 1954 byl nejlepším reprezentantem Norska a skončil na 4. místě. Moland, jemuž je 17 let, je zástupcem norského skokanského dorostu.

Na sjezdových závodech v Grindelwald a Kitzbühl určil norský lyžařský svaz 5 závodníků a 3 závodnice, jimiž jsou: Sigurd Rökne, Asle Sjaastad, Trygve Berge, Svein Bye a Eddy Larsen, Margit Hvammenová,

Borghild Niskinová a Astrid Sandviková. Borghild Niskinová a Margit Hvammenová obsadily na posledním mistrovství světa 3. resp. 11. místo. Tento zájezd potrvá od 3. do 19. ledna.

\*

Finští novináři hlasovali o nejlepších sportovcích letošního roku. Zvítězil lyžař Hakulinen — mistr světa v běhu na 15 km — před mistrem Evropy v běhu marathonském v Bernu Karvonenenem a dalším lyžařem — mistrem světa ve skoku — Pietikainenem.

\*

Jeden z nejlepších polských sjezdařů Dziedzic, který utrpěl loni v Rakousku zlomeninu nohy, není ještě zcela „pohromadě“. Nezahálí však a je v letošní zimě trenérem reprezentačního družstva sjezdařek.



# POZNÁMKY K TECHNICE BĚHU NA LYŽÍCH

Jeden z hlavních poznatků, který jsme si přivezli z mezinárodních závodů ve Sverdlovsku (SSSR) a z mistrovství světa ve Švédsku, byl ten, že je třeba věnovat zvláštní pozornost dalšímu zdokonalování techniky. Tyto moje poznámky jsou příspěvkem do diskuse (která by měla být doprovázena obrázky) o otázkách techniky a pokusem o objasnění některých věcí souvisejících s technikou.

Všeobecně je třeba připomenout, že *technika sama o sobě bez spojení s vysokou fyzickou přípravou nemůže vést k vynikajícím sportovním výsledkům*, stejně tak vysoká fyzická připravenost bez dobré techniky nepovede k nejvyšším metám. Musíme se také oprostít od šablonovitosti v návěku a při používání jednotlivých technických prvků. Nesmíme zapomínat na to, že technika závisí na fyzické zdatnosti sportovce, individuálních zvláštnostech a na předchozím výcviku. Často vidíme, že pojem techniky je zaměňován s pojmem styl. Technika je souhrn všech prvků běhu na lyžích, z nichž každý má svoje určité provedení (na příklad běh střídavý dvoudobý: přenesení váhy na vedoucí lyži, mohutný odraz nohy, energické zakončení práce paží atd.). Naproti tomu pod pojmem »styl«<sup>2</sup> rozumíme osobitý způsob, jak se závodník naučil a zvládl jednotlivé způsoby běhu na lyžích — prvky techniky vzhledem ke svým tělesným schopnostem a vlastnostem (výška postavy, příprava atd.). Bohužel dochází u nás často ke kopírování stylů nejlepších závodníků, což je následkem mylného ztotožňování techniky se stylem a nevědeckého přistupování při přenášení zkušeností. Každý lyžař-běžec představuje jiný nervový typ, vyrůstá z jiného prostředí (dělníci, příslušníci ÚDA, rolníci, studenti, úředníci atd.), má jiné tělesné předpoklady a toto se musí respektovat i při osvojování si techniky. Proto musíme přijímat a uplatňovat základní pravidla a prvky techniky v jejich podstatě a nekopírovat slepě individuální styl některých vynikajících závodníků (Kuzin, Hakulinen, Kozyreva, Cardal, Patočková atd.). Že mohou být i mezi nejlepšími závodníky podstatné rozdíly ve stylu, je vidět z obrázku v »Lyžařství«<sup>2</sup> č. 9/1954, strana 251.

Nedostatky v technice, které u nás

vidíme, vyplývají často z nedostatečné přípravy v přípravném období, kdy je třeba, abychom daleko více než dosud zařazovali do trainingu speciální cvičení (cvičení napodobující pohyby, které děláme při běhu na lyžích, chůzi a běh s lyžařskými holemi atd.), a tak se již před zimou technicky připravovali.

Nyní několik poznámek k vlastní technice se zaměřením na střídavý běh dvoudobý. Protože jsou všeobecné věci, týkající se provedení tohoto způsobu běhu, dobře známy, zaměřuji na některé důležité fáze a detaily. Na obrázcích 1—4 vidíme pěkné technické provádění kroku a (5—7) některé základní chyby. Dnešní technika se vyznačuje lehkostí, ekonomičností a švihovou prací paží i nohou a střídáním maximálního zatížení při zátahu a odrazu a odpočinkových (uvolnění) fází pohybu.

Základní prvky střídavého běhu dvojdobého jsou:

- a) přenášení váhy těla s nohy na nohu;
- b) energické zakončení odrazu nohy (závisí na dostatečném podřepu — základním běžeckém postoji — a švihová práce nohy — pohyb vychází z pánve) při pohybu vpřed;
- c) účinný zátah holí s energicky zakončeným odpichem;
- d) využití skluzu vzniklého odrazem nohy, zátahem hole a přenesení váhy na vedoucí (přední) lyži v koordinaci se správnou frekvencí kroku. Pro rychlou jízdu musí být dlouhý krok (krok + skluz) a rychlá frekvence.

Přenášení váhy těla s lyže na lyži není dosud u většiny našich běžců důsledně prováděno. Při plném zatížení přední nohy může druhá noha (zadní) pracovat uvolněně (to je odpočinek) a můžeme provést energicky (švihem) přenesení zadní lyže vpřed. Přenesení váhy dosáhneme především tím, že do pohybu zapojíme těžiště, t. zn. pánve,



1. Sovětský závodník — mistr sportu P. Kolčín v závodě na 15 km z mistrovství světa, kde se umístil jako 14. Záběr je z druhého kilometru — mírné stoupání.



2. Finský závodník A. Viitanen v závodě štafet 4×10 km na mistrovství světa. Záběr je z 6. km — přechod z mírného do středního stoupání. Na mistrovství světa byl 2. na 15 km a 3. na 50 km.



3. V poslední době naše nejúspěšnější běžkyně E. Vašicová-Lauermanová. Záběr z tréninku.

4. Harrachovský závodník Janout — záběr ze štafet na Labské louce.



5. Levá strana (5a) znázorňuje vcelku dobré přenášení váhy na vedoucí lyži. Pravá část obrázku (5 b) ukazuje nesprávný úklon trupu i hlavy.



6. Křečovitá práce přední paže a hlava mezi rameny.



7. Tak zvané „pochodování“. Váha není přenesena, odraz pravé ruky byl předčasně ukončen.

kteřá se musí dostat nad vedoucí (přední lyží), dále napomáháme vykynutím paže a vysunutím ramene vpřed dovnitř. Často vidíme, že závodníci se snaží přenášet váhu úklonem bez zapojení pánve (viz obr. č. 5b), to je nesprávné, nebo nepřenáší váhu vůbec (viz obr. č. 7).

Při nácvičku správné práce nohou nesmíme zapomínat, že pohyb vychází z pánve. Chceme-li dosáhnout dlouhého kroku, musíme především vysunout kupředu pánev. Odraz nohy se snažíme provést až do natažení nohy (viz hlavně obr. č. 1 a 2). Pak následuje odpočinková fáze nohy, kdy kloužeme na druhé noze (viz obr. č. 1—4) a pak následuje švihová práce nohy vpřed, kdy na ni přenášíme váhu těla. Tento detail běžeckého kroku u mnohých našich běžců nevidíme. Obvykle po odrazu přiloží lyži znovu do stopy a vysunou ji kupředu bez švihů. To je málo účinné (viz obr. č. 6 a 7).

K práci paží je třeba připomenout, že zátah musí být zvláště energický, vystupňován od okamžiku, kdy paže prochází kolem boku až do odpichu (správně provedené odrazy vidíme na obr. č. 1). Vykynutí paže vpřed musí být zcela uvolněné a není důležité zda paže jde do mírného natažení (obr. č. 1) nebo je pokrčena (obr. č. 2 a 3). Křčovitě natažení (obr. č. 6) není správné.

Důležitou roli při běhu hraje také poloha hlavy. Hlava má být v prodloužení trupu (obr. č. 1—4) tak, že se díváme 10—15 m kupředu na stopu. Často vidíme běžce s hlavou mezi ra-

meny (obr. č. 6) a tato poloha je způsobena nesprávnou prací trupu a ramen a nesprávným zvykem jezdit se skloněnou hlavou.

Těchto několik poznámek si nečiní nárok na úplnost a jistě v další diskusi budou osvětleny a vyjasněny jiné detaily. Naším úkolem je co nejrychleji, ještě přesněji a podrobněji popsat jednotlivé způsoby běhu a na lyžích zdůvodnit pohyb anatomicky, fyziologicky a s hlediska nauky o skládání pohybu. Také přesná názvosloví všech detailů techniky je třeba vyřešit a zpracovat. Pro trenéry je velmi důležité, aby neustále sledovali a učili se techniku ovládat nejen prakticky, ale musí sledovat i filmy (podívat se třeba 10krát na jeden film), fotografie, kinogramy, kresby tak, aby měli správný způsob jízdy v «očích» a dovedli posoudit jednotlivé prvky techniky a poznat hlavní chyby.

Závěrem je třeba znovu zdůraznit, že dokonale naučit techniku je velmi důležitý úkol pro všechny naše trenéry. Tam, kde jsou závodníci stejně fyzicky připraveni, rozhoduje technika. Všeobecně můžeme říci, že technika v průměru u závodníků není nejlepší. Úkol — naučit co nejvíce závodníků dokonale technicky běhat, je před námi. S učením a nácvikem techniky musíme začít daleko dříve, ne v 16—17 letech, jak se dnes často stává, ale základy techniky musíme učit ve 12—13 letech, samozřejmě s přihlédnutím ke všem směrnicím pro výcvik a závodění mládeže. Foto i text V. P.

## JAK POMÁHAJÍ BĚŽECKÉ SWIXY

Ve svém článku »Jak používat běžecké Swixy« se obrátil soudruh Šimůnek na všechny, kteří mají určité zkušenosti v používání běžeckých vosků Swixů se slovy: »... byl bych velice rád, kdyby někdo z lyžařů doplnil můj článek ... atd.«

Uvítala jsem jeho slova vyzývající k diskusi a chtěla bych k tomu úvodem něco poznamenat. Domnívám se totiž, že diskuse je jeden dobrý prostředek pro vyměňování zkušeností, který zatím ponekud přehlízíme. I když na slovo »diskuse« vzniklo už mnoho satir a přidalo se mu mnoho přívlastků,

jako na příklad »činnorodá diskuse«, přesto tvrdím, že je to jeden z prostředků, kterým lze zvýšit úroveň a odbornost našeho časopisu.

Je mnoho nevysslovených dobrých nápadů týkajících se lyžování po stránce materiální. A je také více dohadů a nejasností i v odvětví techniky lyžař-

ské. Víme, že názory na lyžařskou techniku skutečně nejsou mezi všemi závodníky a trenéry stejné a bylo by velkým přispěvkem, kdyby na příklad dva státní trenéři nebo trenéři státních družstev se v »Lyžařství« rozdiskutovali o technice nebo tréninku. Jak bychom se z toho mohli všichni poučit a jak by to jistě přimělo mnohého z dobrovolných trenérů nebo závodníků k tomu, aby se do diskuse nesměle připojili.

Správně předpokládám, že se ozvou hlasy námitek, že by se tak z toho mohla »dělat věda«. Odpověď na to: při dnešním stupni sportovní techniky je nutné o ní přemýšlet, a každý závodník, který jde za určitým cílem, skutečně o ní přemýšlí a hovoří.

Proto jsem uvítala slova soudr. Šimůnka. Konečně někdo vyzval k diskusi! A ani o mazání není zbytečně si vyměnit názory, zvláště pak o Swixech, jejichž správné používání není všem známo, i když jsou dostupné všem závodníkům a jsou pokládány za nejlepší vosky (s výjimkou červeného tekutého klistru), jaké u nás máme.

K článku soudr. Šimůnka mám několik poznatků, které uvedu ve formě otázek.

1. Jak nejlépe namazat Swixem na přemrzlý sníh?

Jde-li o sůl, je ideální kombinace Swix modrý tekutý + Swix tuhý modrý. To bylo řečeno. Jde-li ale o přemrzlý prašan, na který je podle návodu Swix zelený, zdá se mi, že i tento vosk je poměrně tupý. Je dobré ho namazat v několika vrstvách stejně po celé lyži a každou vrstvu dobře rozetřít. Zkusili jsme také mezi to přidat stříbro Swix, které skutečně zlepšilo skluz. Dobře se také jezdí na zeleném, již několik dní rozježděném Swixu. Zajímalo by mne, co a jak namazat na takový přemrzlý prašan.

2. Jak mažeme při padajícím sněhu? Nejvíce se osvědčil Swix zelený (podle návodu) v silné vrstvě. Abychom zlepšili skluz, vrstvu jsme zažehlili. Za těchto sněhových podmínek (když padají velké vločky, ne krupice) je výhodné Swix zažehlovat. Jindy se to zvláště neosvědčilo.

3. Může se Swixu použít v kombinaci s voskem jiné značky?

Když je teplota kolem 0°, podle návodu lze použít Swixu fialového až červeného. Myslím, že s nimi málokdo dobře namaže. Pravidelně lepí, a když se nánosy sněhu utrhnou, silně podklouzává. Za těchto podmínek je lepší dát slabou vrstvu našeho »R« klistru — případně jen pod středu lyží — »proswixovat« to fialovým tuhým Swixem. Místo našeho klistru jsme zkusili použít červeného klistru Swix, ale vždy to bylo mnohem horší.

Ještě jindy můžeme Swix kombinovat s jiným voskem. Na příklad při čerstvém sněhu použijeme v tenoučké blance skare různých značek jako základního vosku a na ztuhlý nanášíme zelený Swix, chceme-li, aby nám mazání vydrželo na delší trať.

Jiné vosky, které má dnes většina závodníků, které přišly do Československa, jsou vosky značky Bratlie. Tyto vosky, u starší závodní generace velmi oblíbené, jsou dnes téměř vytlačeny vosky Swix. Je to tím, že jsou Swixy skutečně lepší, nebo neumíme Bratlie správně používat? Mám na mysli hlavně vosky tuhé, protože tekuté Bratlie skare a klistr jsou velmi dobré vosky. Z tuhých Bratlie je »zajímavý« č. 3 klistrovosk pro tu nešťastnou teplotu kolem 0°. Ale musí se s ním pracovat velmi jemně — jen příčné čáry přes skluznici nebo velmi dobře rozetřít. Zajímalo by mne, kdy je výhodné použít Bratlie č. 1 a 2 a na jakém sněhu jedou lépe než Swixy.

A na konec ještě jedna otázka: Čím mazali naši závodníci na FIS ve Švédsku? Jsou vosky Vauthi opravdu tak skvělé?

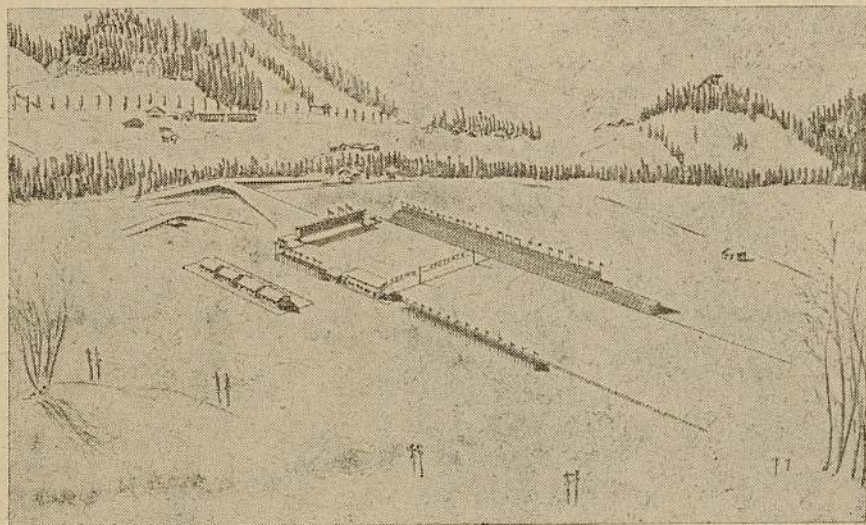
Uvedla jsem všechny své poznatky týkající se Swixů. Je jasné, že jsou psány s mého hlediska, na které může každý odpovědět svým osobním názorem. Jen se chci ještě pozastavit u jedné věci týkající se článku soudr. Šimůnka. Psal, že vosky rozotíráme výhodně korkem, nikdy ne rukou, ruka že je teplá. Proč nemůžeme vosk rozotírat teplou rukou, když ho často rozotíráme v teplé místnosti? Stejně před

jízdou dáváme lyže vymrznout ven. Mnozí z nás často roztírají Swix rukou a nepozorují žádný rozdíl. Dříve se říkalo, že vadí vosku pot z ruky, ale to snad také není hlavní důvod? Jinak je ovšem jasné, že roztírat vosky rukou je nejméně pohodlné a nejde to tak dobře jako korkem.

Tak to je moje odpověď na výzvu

soudr. Šimůnka. Uvítáme všichni radostně, když se v příštích číslech »Lyžařství« objeví příspěvky další, týkající se nejen mazání, ale i jiných problémů, které nám jistě rádi pomohou řešit naši státní trenéři. A doufám, že dobrý podnět soudr. Šimůnka vyzývající k diskusi nezůstane přehlédnut.

MILADA MEČÍROVÁ



*K našemu článku o přípravách zimních olympijských her 1956 v Cortině d'Ampezzo přinášíme dnes plánek startu a cíle běžeckých tratí. Je na něm pěkně vidět stadiónek s tribunami a dvěma branami pro start a cíl a před stadiónek plánované nadjezdy a podjezdy cest, aby se závodníci při odjezdu a vjezdu na stadion nekřížovali.*

## Soutěž o vzorné plnění trenérských povinností

I v letošním roce bude pokračovat soutěž o nejlepšího lyžařského trenéra. Tato soutěž, která v loňském roce již měla své úspěchy, měla by se stát v letošním roce účinným pomocníkem při zlepšování výkonnosti čs. lyžařství.

Vyzýváme všechny dobrovolné trenéry lyžování, absolventy školy pro dobrovolné trenéry i absolventy trenérské školy, aby se této soutěže zúčastnili. Ti, kteří splnili svými trenérskými výsledky předpoklady pro účast na této soutěži v minulém roce a do soutěže podklady nezaslali, žádáme, aby tak učinili urychleně.

Informace o soutěži podá ústřední trenérská rada Praha II, Na poříčí 12, SVTVS — lyžařská sekce.

B. SÝKORA, člen ÚTR lyžování

# První kontrolní závody polských lyžařů

Lyžaři celého světa se připravují letos nejen na nastávající sezónu, ale také současně na zimní olympijské hry 1956 v Cortině d'Ampezzo, ke kterým musí být podány jmenovité přihlášky již na začátku ledna 1956, takže nelze provést jmenování reprezentantů na základě výkonů v olympijské zimě.

Svědomitě se připravují Poláci, jimž letošní sníh, který napadl dříve než loni, umožnil uspořádat již 11. prosince první kontrolní závody. Byly to závody běžecké, ve kterých prokázali startující na těžkém sněhu hodně snahy a bojovnosti. Závody se konaly v Tatranské Bukovině.

V běhu žen na 4 km startovalo 15 závodnic. Zvítězila Bukowa (Kolejarz) v čase 17:07 min. Další pořadí: Krzeptowska Zofia (Gwardia) 17:15 min., Peksa (Gwardia) 18:06 min., Marusarzówna (Kolejarz) 18:18 min., Reichel (AZS) 19:01 min., Gasienica Daniel (Gwardia) 19:02 min.

V běhu mužů na 8 km startovalo 58 závodníků. Byli to polští reprezentanti, čelní závodníci jednotlivých sportovních organizací a nejlepší junioři. — Výsledky: 1. Nukowski (Gwardia) 28:55 min., 2. Styrzcula (CWKS) 29:28 min., 3. Kwapień (Gwardia) 29:30 min., 4. Rubiś (Gwardia) 29:32 min., 5. Krzeptowski Józef (CWKS) 29:38 min., 6. Dabrowski (Start) 29:58 min., 7. Karpień (CWKS) 30:06 min., 8. Groń (Gwardia) 30:39 min., 9. Kowalski (Gwardia) 31:03 min., 10. Zieba (CWKS) 31:12 min.

Na Kasprowym Wierchu v Zakopaném měli první letošní vylučovací závody ve slalomu. Muži i ženy startovali na společné trati a byli společně i losováni. Účelem je, aby si závodnice zvykly na těžší terénní podmínky.

Na trati slalomu bylo 41 branek, slalom byl dlouhý asi 300 metrů. Startovalo 29 mužů a pět žen. Nejlepší byli Jan Ciaptak, vítěz závodu, a Andrzej Roj, který jel velmi dobře II. kolo. — Výsledky: 1. Jan Ciaptak (CWKS) 1:19,9 min. (39,2, 40,7), 2. Andrzej Roj (AZS) 1:23,7 (42, 41,7), 3. Pekala (Kolejarz) 1:27,3 min., 4. Józef Marusarz 1:28,2 min., 5. Popieluch (Start) 1:28,3 min., 6. Wawrytko (CWKS) 1:30,2 min., 7. Gogulski (CWKS) 1:31,1 min., 8. Czarniak (Kolejarz) 1:33,6 min., 9. Kowalovská (Gwardia) 1:34,1 min., 10. Dobrzyński (ASZ) 1:34,1 min. — 17. Kubicówna (AZS) 1:43,0 min., 25. Anna Bujak (AZS) 2:08,8 min., 27. Cwiekala (AZS)

2:13,1 min., 29. Grochołska (CWKS) 2:16,6 min.

V době, kdy na Kasprowym Wierchu bojovali slalomáři, konaly se na Bukovině závody ve skoku, rovněž za účasti nejlepších polských skokanů. Na pořadu byly dva závody, které přinesly pěkné boje. Zejména pěkné výkony podali Wiczorek, Władysław Tajner, Kula, J. Daniel Gasienica Węgrzynkiewicz a Huczek. Pozornost zaslouží také Forteckí, který po dvouletém obnovování formy po těžké zlomenině se zafazuje znovu mezi přední skokany. — Výsledky:

I. závod: 1. Wiczorek (LZS) skoky 37,5, 37,0, 36,5, 331 bodů, 2. Węgrzynkiewicz (Sp.) 37,0, 37,0, 36,0 — 326,5, 3. Daniel Gasienica (CWKS) 36,0, 35,0, 36,0 — 323,3, 4. Tajner (Bud.) 36,5, 35,0, 36,5 — 320,8, 5. Huczek (LZS) 35,5, 36,0, 36,0 — 320,3, 6. Kula (CWKS) 35,5, 34,0, 35,5 — 316,3, 7. Raszka (Start) 35,5, 36,0, 35,5 — 312,5, 8. Forteckí (AZS) 36,0, 33,0, 35,0 — 308,1, 9. Roj (AZS) 35,0, 33,0, 34,0 — 301,6, 10. Karpień (CWKS) 35,0, 34,0, 34,5 — 296,5 b.

II. závod: 1. Tajner (Bud.) 39,0, 36,5 — 219,0 b., 2. Węgrzynkiewicz 37,5, 37,0 — 214,5, 3. A. Daniel Gasienica 39,0, 36,5 — 213,4, 4. Kula 36,0, 34,0 — 209,7, 5. Raszka 35,5, 34,5 — 204,7, 6. Kowalski (Gw.) 36,0, 35,0 — 203,1, 7. Roj (AZS) 34,0, 34,5 — 201,4, 8. Krzeptowski 34,0, 32,0 — 199,6, 9. Wiczorek (LZS) 39,0, 37,5 — 196,3, 10. Wawrytko (Gw.) 35,0, 34,0 — 195,3 b.

Ve druhém kontrolním závodě polských sjezdařů a sjezdařek zvítězil v soutěži mužů na trati dlouhé asi 300 m mající 43 branek Gogulski v čase 1:06,4 min. Další pořadí: 2. Ciaptak Gasienica 1:07,0 min., 3. Zarycki 1:07,3 min., 4. Józef Marusarz 1:08,2 min., 5. Andrzej Roj 1:08,3 min., 6. Popieluch 1:10,7 min., 7. Andrzej Bachleđa 1:12,8 min., 8. Miranowski 1:13,1 min., 9. Czarniak 1:13,4 min., 10. Warczygłowa 1:17,5 min.

Ženy: 1. Kowalska 1:16,6 min., 2. Grochołska 1:18,7 min., 3. Cwiekałówna 1:32,6 min. — Bujakówna a Kubicówna ve druhém kole upadly a závod nedokončily.

SPARTAKIÁDA ZÁLEŽITOSTÍ KAŽDÉHO LYŽAŘE!

# VÝBĚROVÉ ZÁVODY SJEZDAŘŮ

Základním ukazatelem pro výběr závodníků pro st. družstva reprezentantů a mladých jsou výsledky ze závodů. Pro spravedlivé ohodnocení jednotlivců však nestačí pouze jeden absolvovaný závod na př. přebor ČSR, ale je třeba více závodů za účasti všech předních závodníků.

Z toho důvodu stanovila trenérská rada pro příští hlavní období celkem 5 výběrových závodů, kterých se povinně zúčastní všichni členové letošního st. družstva a družstva mladých sjezdařů a sjezdařek a pak ve vlastním zájmu ti naši přední závodníci a závodnice, kteří aspirují na postup do st. družstva a družstva mladých.

## Přehled výběrových závodů:

- 8.—9. 1. Tat. Lomnice — sjezd, slalom.  
6.—13. 2. Spartakiáda, Tatry, sjezd, slalom, obří slalom.

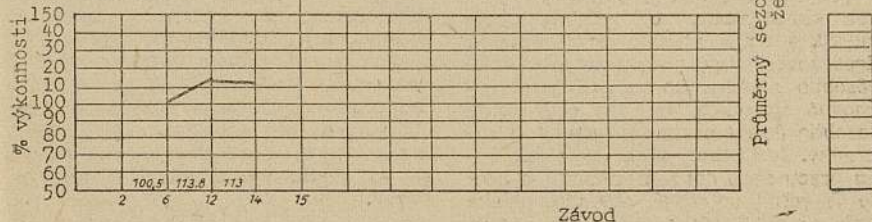
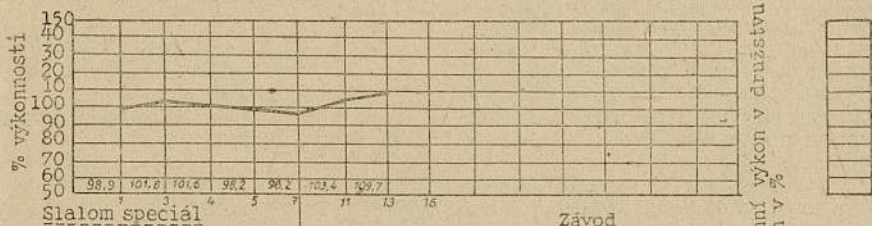
- 19.—20. 2. Pustevny — sjezd, slalom.  
28. 3.—3. 4. Velká cena Slovenska.  
10.—11. 4. Luční bouda — Závod Osvobození — slalom, obří slalom.

Závodníci a závodnice, kteří se ne-zúčastní všech nebo nejméně čtyř výběrových závodů (t. j. 80%), nebudou hodnoceni a tudíž nemohou ani počítat se zařazením do repres. družstev i v tom případě, kdyby výsledky ze zbývajících třech závodů je k tomu opravňovaly. Ten, kdo se nemůže některého závodu z vážných důvodů zúčastnit, omluví se písemně s uvedením důvodu nejpozději do týdne po závodě st. trenérovi soudruhu Bogdálkovi, SVTVS, lyž. sekce, Na poríčí 12, Praha II.

A nyní stručně o tom, jak se hodnocení provádí. Po každém závodě se sečtou časy 5 nejlepších závodníků, vypočte se aritm. průměr (součet se dělí číslem 5), a dostaneme čas, který

Diagramy výkonnosti v hl. období 1953/54  
dle závodů treningových, postup, a jiných veřejných

## Sjezd, obří slalom



Průměrný sezonní výkon v družstvu žen v %

je považován za 100%. Vzhľadom k tomu času sa provede hodnotení ostatných závodníkov, t. j. vypočítate se počet získaných % (bodů). Získaná % zanášime do diagramu (viz. obr.), nebo znamenáme do tabulek pro každého jednotlivce zvlášť.

Po uplynutí hlavného obdobia si vypočítame podľa provedených záznamů průměrný výkon závodníka za celé období tím způsobem, že sečteme výsledky z 80% nejlepších výběrových závodů a dělíme počtem klasifikovaných závodů. Na základě tohoto výsledku získává závodník určité místo v celostátním žebříčku a ti nejlepší jsou zařazeni do

státního družstva, nejlepší mladí do družstva mladých.

Vzhľadom k tomu, že se 20% závodů s nehoršími výsledky vylučují z hodnotení, má každý možnost, aby jel všechny závody naplno. Závodníci, kteří se zúčastní jen 80% výběrových závodů, jsou v nevýhodě, protože se jim započítávají všechny závody. Podobně je postupováno i u ostatních disciplín.

Uvedený způsob doporučuji i pro stanovení žebříčku v krajích a jednotlivých DSO, aby i tam měli předsedové přesný přehled o svých reprezentantech a dorůstajících závodníchích.

Ing. Z. PARMA.

## Úprava a príprava lyžiarskych mostíkov

Tak ako dobrý hospodár pečuje o svoje náradie, tak aj my lyžiari povinní sme venovať našu pozornosť predzimnej príprave okolo našich lyžiarskych mostíkov. Podľa toho, ako sa budeme starostlivo zaoberať touto otázkou, také budú potom aj výsledky v samom zimnom období.

Veľmi málo lyžiarskych oddielov si uvedomuje túto okolnosť, ktorá je tak rada prehliadnutá a zanedbávaná a podľa toho potom jednako naše lyžiarske mostíky nespĺnia svoje poslanie v prostriedku zimnej sezóny, ba čo je horšie, nespĺnia ani svoje poslanie na poli zmasovenia lyžiarskeho skokanského športu. Často len v rámci ostatných priprav pred pretekami sa stará hŕstka pracovníkov o jeho prípravu a úpravu, čoho dôsledok je rýchla, často zbytočne namáhavá práca a výsledok je neuspokojivý.

Tu mali by sme si vziať príklad od severanov, ktorí vedú priniesť nielen v predzimnom čase, ale cez celý rok každú obeť, aby svoj lyžiarsky mostík a s ním aj jeho okolie upravili dost' zavčasu tak, aby toto prostredie pôsobilo nielen ako ozaštné telovýchovné stredisko, ale aby celé okolie pôsobilo dojomom zimnej lyžiarskej záhradky. Jednotlivci však tak zodpovednú prácu sami dobre nezvládnu, a preto je veľmi potrebné, aby táto otázka stala sa ozaž otázkou všetkých našich

členov lyžiarskych oddielov a tiež samých našich skokanov, ktorí pri úpravách iste môžu do celej prípravnej práce vniešť hodne praktických a odborných skúseností.

Bolo by preto veľkým prečinom, keby sme zbývajúce dni našej jesene nevenovali v rámci celoročného plánu oddielu zdolaniu prípravných prác. Uvážme, že prevedenie týchto tak prepotrebných prác sa dnes ešte omnoho ľahšie zdoľ ako v treskúcom zimnom počasí, pričom hrá významnú úlohu aj okolnosť bezpečnosti pracujúcich.

Uvážme aj tú okolnosť, že mnohé naše lyžiarske mostíky boli vybudované zo štátnych prostriedkov, investície vynaložené na tieto stavby pri podrobnom prieskume by iste ukázali, že tu často išlo o niekoľko stotisícové investície, nerátajúc často úmornú a obetavú prácu mnohých našich dobrovoľných spolupracovníkov. Takto sa nám ukazuje aj povinnosť starať sa o tento majetok jednôt a našej veľkej telovýchovnej rodiny. Podpory poskytované na tieto stavby boli a sú z väčšej čiastky výsledkom húževnatej budovateľskej práce našich pracujúcich, a preto je potrebné tieto otázky vidieť aj vo svetle výstavby našej telovýchovy.

Našu pozornosť venujme niekoľkým



hlavným smerným bodom predzimnej prípravy:

1. Prehliadnime konštrukciu stavby mostíka, zabezpečme istotu jeho stability, premerajme jeho profil a porovnajme ho s pôvodným plánom, podľa ktorého bol stavany. O spozorovaných chybách prevedme si záznam a vytvoríme si plán postupu na odstránenie chýb. Zaistíme si dost zavčasu potrebné pracovné brigády.

2. Venujme našu pozornosť aj úprave terénu doskočišťa a výbehovej roviny, upravme príchodné schodište a chodníky okolo mostíka, aby sme tak zabezpečili bezchybný jeho prístup v samej sezóne, pozornosť zasluhuje si aj úprava závetria pre pretekárov na nájazdovej veži, prevedme opravy na rozhodcovských tribúnach a tribúnach pre obecenstvo. Upravme vhodne už teraz miesta pre po-

stávanie obecenstva a pomocného personálu počas pretekov.

3. Pozornou prehliadkou inventára a jej zabezpečením vylúčime neskoršie neprijemnosti s nedostatočnou výzbrojou, ako sú potrebné laná, lopaty, hrabličky, laty a dosky potrebné k úprave odskočišťa. Pri podrobnom prieskume a opravdivej snahe o zabezpečenie zistíme ešte mnoho iných, snáď naoko len drobných, v praxi však dôležitých inventárnych pomôcok.

Riadne a svedomite pripravený mostík pre zimnú sezónu nielen nám v našej práci bude slúžiť pre radosť a zabezpečovanie dobrých výkonov našich pretekárov a našej mládeže, ale stane sa miestom, na ktorom nájde aj naša široká verejnosť svoje okriatie a bude sa sem znova a znova vracat ako do jednej z krásnych zimných záhrad našej vlasti.

Ladislav Króner

## ZÁVOD SDRUŽENÝ NA FIS

Závodem, ktorého jsme se na letošním FIS nezúčastnili, byl závod sružený. (Závodníci SSSR se také nezúčastnili.) V této jediné soutěži dokázali zvítězit Norové a umístili se na prvých pěti místech, šestý byl Fin, sedmý a osmý Nor a devátý a desátý Fin. Vítěz závodu sruženého Nor Stenersen zaběhl trať 15 km v čase 59,58 (t. j. o 25 vteřin lépe než Melich, který běžel prostých 15 km v čase 1:00,23) a umístil se v běhu jako 4. sružený, celkově čtyřicátý.

Nejllepší běh měl Fin Korhonen 58,57, skončil v běhu celkově 23. a v závodě sruženém 12. Druhý v kombinaci Nor Gundersen byl v běhu celkově 28. 59,12, třetí v kombinaci Nor Mardalen byl v běhu 8., celkově 51. časem 1:01,01. Čtvrtý v kombinaci Nor Gjeltén byl v běhu šestý, celkově 48., čas 1:00,47, pátý v kombinaci Nor Slattvik byl v běhu 13., celkově 59., čas 1:02,21, šestý v kombinaci Fin Nieminen byl v běhu 11., celkově 55., čas 1:01,24.

Na připojených obrázcích jsou zachyceni někteří sružení na letošním FIS. S porovnáním výsledků v obou soutěžích v běhu a skoku je vidět, jak důležitou součástí závodu je skok. Jak vypadaly výsledky prvních závodníků v obou závodech i konečném výsledku, ukazuje připojená tabulka:

Jméno	Skok	Body	Běh	Čas	Umístění celkem	Body celkem
Nor Stenersen	1.	225,0	4.	59,58	1.	461,1
Nor Gundersen	4.—5.	221,5	2.	59,12	2.	460,1
Nor Mardalen	7.	218,5	8.	1:01,01	3.	450,5
Nor Gjelten	8.	217,5	6.	1:00,47	4.	450,4
Nor Slattvik	3.	221,5	13.	1:02,21	5.	448,4
Fin Nieminen	9.	217,0	11.	1:01,24	6.	447,5
Nor Vanvik	4.—5.	221,0	17.	1:03,36	7.	443,0
Nor Barhaugen	6.	220,0	16.	1:03,28	8.	442,5



Fin Kempainen, druhý ve skoku, 19. v běhu, celkově desátý.



Nejlepší Fin Nieminen skončil na šestém místě ve sdruženém závodě.



Fin Suhonen, 11. ve skoku, 27 v běhu, celkově šestnáctý.



Nor Gundersen byl celkově druhý, ve skoku 4.—5. a v běhu druhý.



Prvý skok vítěze celé soutěže, norského závodníka Stenersena.



Druhý skok vítěze celé soutěže, norského závodníka Stenersena.

Prvých osm závodníků v celkovém závodě se umístilo ve skoku do kombinace nejhůře na devátém místě. Těchže prvních osm závodníků v celkovém závodě se umístilo v běhu do kombinace nejhůře na 17. místě. Z těchto několika vybraných srovnání vyplývá, jak důležitou roli hraje v sdruženém závodě skok, současně však, že vrcholných výsledků ve světové soutěži dosáhne jen ten závodník, který i v běžeckých soutěžích má světové výkony.

BOHUSLAV SÝKORA

# Metodika techniky závodního běhu na lyžích

Běžecská komise při ÚTR pracuje na metodice závodního lyžařského běhu. Má seznámit trenéry a závodníky s celou širokou technikou, výcvikovými postupy a tím sjednotit a usměrnit běžecský výcvik.

Aby nebyla práce vyčerpávající a byla srozumitelná, předkládá níže k připomínkám nebo doplnění její osnovu. Je rozdělena na část A, která obsahuje výčet všech běžecských prvků, jak jsou dále uvedeny, s technickým jejich popisem a směrnicemi pro použití, dále na část B, obsahující vlastní metodiku.

## A. Technika :

### I. Běhy

1. střídavý dvoudobý
2. střídavý čtyřdobý
3. s odpichem soupaž jedno- a více-dobý
4. jízda se soupažným odpichem

### II. Výstupy

5. během střídavým dvoudobým
6. stoupacím krokem
7. odvratem
8. stranou
9. stranou vpřed a vzad

## III. Sjezdy

10. vzpřímený odpočinkový
11. ohnutý odpočinkový
12. v podřepu pohotovostní
13. v dřepu
14. pluhem
15. sesouváním

## IV. Změny směru

16. přešlapem
17. odšlapem
18. přívratným obloukem
19. kristianii
20. přeskokem

## V. Ostatní techniky

21. vlny na rovině
22. vlny ve sjezdu
23. muldy — protisvahy
24. terénní skoky

## B. Metodika :

- I. Výcvikové postupy jednotlivých prvků u dospělých,
- II. Výcvikové postupy jednotlivých prvků u mládeže
- III. Metodika opakování
- IV. Metodika použití techniky v trati.

## Jak přiblížit divákům závody

Lyžařství je u nás masovým sportem. A z toho vzrostl samozřejmě i ohromný a v historii našeho lyžařství nevidaný zájem i o závody. A to nejen o skokanské, ale i běžecské i sjezdářské.

Při tom je nutno si připomenout velkou nevýhodu, se kterou se musíme vypořádat. Kromě disciplin skokanských nemá divák možnost sledovat celý závod, ale jenom je-

ho část. Nemůže dobře sledovat boj na trati a všechny změny, které se zde dějí.

Chceme-li si zájem diváků udržet, musíme tento nedostatek alespoň částečně odstranit. A je to opravdu možné. Pracoval jsem loňského roku při přeborech republiky jako hlasatel a mám trochu zkušeností, o kterých se chci zmínit. Řekl bych, že dobrý hlasatel, reportér

může divákovi plastičtěji přiblížit celý závod. Může mu přiblížit i ty úseky, na které nevidí.

Je samozřejmě, že zde je třeba dosti značného technického vybavení. Především dobré rozhlasové aparatury. A potom spojovací prostředky. Přímé spojení se startem a s nejzajímavějšími či nejnebezpečnějšími úseky. A to buď pomocí telefonů, nebo krátkovlnných vysílaček. Nyní se podívejme trochu na vlastní vybavení hlasatele. Je myslím bez

Doplňky nebo připomínky zašlete ještě během ledna lyžařské sekci SVTVS Praha II, Na poříčí 12. — Pro úplnost informací ještě podotýkáme, že celá metodika předpokládá u žáků

určitou lyžařskou všestrannost a zdatnost, představovanou nejméně základním lyžařským výcvikem.

BOH. TVRZNIK,  
státní trenér

## ORGANISAČNÍ KOMISE A JEJÍ ÚKOLY

Jednou z nově utvořených komisí LS-SVTVS je komise organizační. Byla založena dne 25. srpna 1954 a složena z pěti členů, vesměs nových a mladých lyžařských pracovníků. Hned na ustavující schůzi byli všichni členové seznámeni s náplní práce a s úkoly, které tuto komisi čekají... Zde však nutno říci, že od prvního počátku se nám pracovalo velmi těžce, protože pro tuto práci byly jen hrubé směrnice, které jsme museli přizpůsobit sami podle našich úkolů a potřeb. Hned na ustavující schůzi vypracovala si komise některé body práce, které později byly rozšířeny a podrobněji propracovány. Tyto úkoly týkaly se především činnosti nejen samotné komise, ale i sekce v roce 1954. Nemá proto význam dnes se o těchto zmiňovat. Budeme o nich více hovořit, až učiníme uzávěrku naší práce za rok 1954 a budeme moci též provést hodnocení.

Dnes bude snad důležitější říci něco více o úkolech, které nás čekají v roce 1955. Tyto byly již komisí projedná-

ny a na základě toho byl sestaven plán práce, o kterém ani dnes ještě nechci říci, že by byl konečný. Proto o něm řeknu jen zhruba. Naším úkolem a stěžejním bodem v naší práci bude jednak plán práce a rozvoje a s tím spojená samozřejmě i kontrola plnění. Bude vypracován i program přehled všech dobrovolných pracovníků na jednotlivých LSKVTVS a ÚV DSO. Dalším naším úkolem bude vypracování přehledu o rozvoji lyžařství v ČSR. Tím ovšem nejsou naše úkoly skončeny. My chceme, aby naše organizační komise LS na krajích při své práci měly nějaké vodítko, a proto po ukončení hlavního období vypracujeme přehled organizace administrativy LS a sestavíme pokyny pro práci organizačních pracovníků. Dalo by se ještě mnoho hovořit o úkolech, které nás čekají v roce 1955. Budeme mít ještě dost příležitosti o nich obšírněji hovořit. Já bych se právě zde a na prahu nového roku chtěl zmínit o tom nejhlavnějším úkolu, který jsem si nechal až

diskuse, aby sportu rozuměl a aby byl pokud možno aktivním lyžařem. Jeho předností je, že sám na vlastní oči viděl závodní tratě, jejich záležitosti a požadavky na závodníka. Potom je samozřejmě zapotřebí, aby znal závodníky samé. Aby znal i jejich růst, jejich výkony. Aby si opatřil zajímavé údaje o trati i nejlepší výkony, které zde byly vytvořeny. K tomuto vybavení přidáme ještě startovací listiny, stopky, zápisník, tužku, případně dale-

kohled. Je toho snad trochu mnoho. Ovšem vyplatí se to.

Dnes na příklad na vrcholná utkání přijde tisíce diváků. Mnoho z nich je třeba na horách nebo na lyžařských závodech po prvě. Je tedy naprosto nutné podat těmto divákům pomocnou ruku. Hlasatel musí divákům říci mnoho toho, co jemu se zdá naprosto samozřejmě. Seznámit je s podmínkami závodu. Popsat celou trať, upozornit na nebezpečná místa a zároveň provést

jakousi instruktáž, jak se mají diváci při závodech chovat. Že nesmějí přebíhat dráhu atd. Neškodí ještě před závodem předčíst celou startovací listinu a upozornit na přední závodníky.

Hlasatel je povinen hlásit přesně start závodníků, aby si diváci mohli kontrolovat jízdu podle vlastních stopek. Dobrým mravem hlasatele je dát k dispozici ostatním nejlepší čas, dosažený na trati, případně nejlepší čas tohoto období i nejlepší čas, dosa-

na konec. Tímto hlavním a stěžejním úkolem bude nácvik a příprava na I. celostátní spartakiádu. My, organizační pracovníci, musíme učinit vše, co bude v našich silách, aby tato měla zdárný průběh a aby lyžaři stáli v prvních řadách při nácviku.

Když jsem se zmínil o našich budoucích úkolech, bylo by dobře, kdybych se podíval ještě před hodnocením naší práce tak trochu do minulosti. Jak jsem se již na začátku zmínil, měla naše komise hned od samého začátku mnoho úkolů. Jsme si všichni vědomi toho, že naše dosavadní práce, i když na jedné poradě předsedů org. komisí SVTVS jsme byli hodnoceni jako nejlépe pracující komise, měla velké nedostatky. Jsme si jich již dnes plně vědomi a tyto chceme v novém roce odstranit. Jedním z našich úkolů v ro-

ce 1954 byly instruktáže na krajích a osobní styk. Přes to, že nám v této práci pomáhali i jiní členové LSSVTVS, přece jen jsme nemohli být všude. Na základě instruktáží, které byly provedeny v té krátké době našeho trvání, chtěli jsme provést vyhodnocení LSKVTVS.

Toto vyhodnocení nebylo však možno provést pro nedostatek materiálu, který by mohl sloužit jako podklad pro hodnocení. Zde však chci upozornit všechny lyžařské sekce KVTVS (MVTVS), že toto hodnocení bude provedeno později. Tímto hodnocením jednotlivých sekcí chceme zvýšit nejen aktivitu všech sekcí, ale i dobře pracující LS povzbudit k další práci na poli rozvoje lyžařského sportu.

MIREK KNOBLOCH,

člen org. komise LSSVTVS.

## Celoslovenská konference trenérů lyžování

Ve dnech 4.—5. XII. uspořádala lyžařská sekce při Slovenském výboru pro tělesnou výchovu a sport celoslovenskou konferenci lyžařských trenérů. Na programu konference bylo:

»Zhodnocení dosavadní činnosti a perspektivy do budoucnosti« — přednesl předseda lyžařské sekce SVTVS soudruh Mráz.

Koreferáty:

Metody práce při získávání mládeže pro lyžování — soudruh Hubka.

Lékařsko-pedagogický dozor a sebekontrola sportovce — soudruh Dr. Minaroviech.

Trening sjezdaře — státní trenér soudruh Bogdálek.

Speciální training skokana — soudruh Terežčák.

Speciální training běžce — soudruh Gajer.

žený jezdcem, který právě startuje. Jelikož je bezpodmínečně nutné hlásit po projetí cílem čas závodníka, má divák — i laik — možnost dobře se orientovat.

Při slalomu je třeba vysvětlit »sestavu« branek, různé kombinace, jejich namáhavost atd. A opět pak při startu každého závodníka, pokud je to vhodné, upozornit na jeho dosavadní úspěchy, na jeho stylové zajímavosti atd. To záleží už na iniciativě a schopnostech hlasatele a

na tom, kolik toho chce divákům opravdu dát.

Tímto jenom stručným náčrtem není samozřejmě možno vyčerpat všechny možnosti při dobře prováděné propagaci lyžářství. Forem je opravdu mnoho. Záleží jenom na tom, chtít je uplatnit. A podle svých vlastních zkušeností jsme až do loňského roku tuto významnou a nedílnou složku při zajišťování našich závodů — přehlíželi. A to je jistě velká chyba. Chtěl jsem proto svými několika řád-

ky upozornit a získat zájem těch, kteří budou letos mít odpovědný úkol — přípravu lyžařských závodů.

Je totiž třeba nejen závčas zajišťovat technické prostředky, ale vyhledat vhodně hlasatele, kterých máme stále veliký nedostatek a dát jim samozřejmě také čas na přípravu.

Rozhlas, dobře využitý rozhlas nám velmi pomůže v dalším rozvoji lyžářství a v šíření nových pokrokových myšlenek naší tělovýchovy a sportu.

FRANTIŠEK VALACH

Tato konference je významným mezníkem pro další rozvoj závodního lyžování na Slovensku. Konference se zúčastnili přední slovenští trenéři jako soudruzi Babilonský, Kovalčík, Slivka, závodníci jako mistr sportu J. Krasula a i osvědčení staří lyžařští pracovníci jako soudruh Kocum a celá řada dalších trenérů a cvičitelů. K jednotlivým referátům probíhala velmi hodnotná diskuse, která se hlavně zabývala situací v jednotlivých disciplínách, práci ve sportovních školách mládeže a některými nedostatky v trenérské práci. Velmi výstižný a pěkný byl referát soudruha Hubky o práci s mládeží, který dal mnoho námětů pro zlepšení situace na tomto úseku. Také další závěry z diskuse o nedostacích v práci na úseku skoku na lyžích, o nutnosti zlepšení péče o závodnice a další získávání žen pro závodění, zvýšení péče o trenérské raýy v krajích a jejich organizační výstavba budou jistě mobilisací k další práci, pro rozvoj závodního lyžování na Slovensku.

Poznámka redakce:

V příštím čísle Lyžařství budou uveřejněny některé materiály z této konference.

## CELOSTÁTNÍ AKTIV ZÁVODNÍKŮ DSO SLAVIA

Lyžařští závodníci DSO Slavia, kteří v uplynulém roce dosáhli tolika pěkných výsledků, chtějí být dobře připraveni i na letošní bohatou sezónu, kdy mimo jiné závody proběhnou i Světové zimní akademické hry. Za tím účelem uskutečnila trenérská rada DSO Slavia v sobotu a v neděli 6. a 7. listopadu 1954 celostátní aktiv lyžařů I. výkonostní třídy DSO Slavia v Praze.

V sobotním programu, kterého se zúčastnil za trenérskou radu SVTVS státní trenér soudruh Jaroslav Bogdálék, se závodníci seznámili s činností lyžařské sekce, která do doby svého jednoročního trvání se vypracovala na jednu z nečinnějších sekcí ÚV DSO Slavia. Zástupce ÚV soudruh Smeti-prach se ve svém referátu rovněž zmínil o činnosti a iniciativním vedení lyžařské sekce, která dokázala vytvořit podmínky pro dobrou práci na všech úsecích své činnosti a slíbil pomoc při všech podnicích lyžařské sekce.

Předseda trenérské rady soudruh Felix Chovanec podal zprávu o činnosti trenérské rady a jejím plánu na příští rok, zároveň také zhodnotil výsledky její dosavadní práce. Z mnoha dobrých výsledků, kterých dosáhli závodníci DSO Slavia loňské sezóny, je nejvýraznější úspěch soudruha Slovoje Nejdla, který získal titul přeborníka ČSR ve čtyřkombinaci a soudruha Kurta Hennricha, který svými četnými úspěchy

se zařadil na druhé místo v žebříčku našich nejlepších sjezdařů. 18 dalších příslušníků DSO Slavia se stalo příslušníky státních družstev. O růstu závodního lyžařství v DSO Slavia svědčí i tato čísla:

1953 — 18 I. výkonostních tříd.

1954 — 32 I. výkonostních tříd.

Na přeborech ČSR v soutěži DSO Slavia se umístil na třetím místě za ÚDA Spartak. Proti pěkným výsledkům sjezdařů je třeba se zmínit o klasických disciplínách, zvláště skoku a o závodu sdruženém, ve kterých závodníci nedosáhli dosud úrovně závodníků ve sjezdových disciplínách.

V práci trenérské rady lyžařské sekce byly nedostatky. Na příklad naprosto nedostatečný byl styk s KV Slavia, což vedlo ke slabé péči jak o závodníky, tak i o celé jednoty. V Bratislavě byla ustavena lyžařské sekce při Slovenském výboru DSO Slavia, ale od počátku se nepovedlo bratislavským funkcionářům řádně práci sekce provádět. Ani po letní přestávce lyžařská sekce Slavia v Bratislavě neprojevila zájem o prvotřídní lyžařské závodníky, kteří studují na bratislavských vysokých školách.

V jiných krajích je situace lepší. Na příklad v Ostravě KV organizuje společné treningy, brigády a jiné podniky, které upevňují kolektiv a zlepšují individuální přípravu každého závodní-

ka. Rovněž v Praze trenují závodníci I. výkonnostní třídy společně. V Brně se výborní závodníci zapojili do práce lyžařského oddílu na lékařské fakultě, kde pomáhají při vedení a cvičení oddílu. Všem závodníkům I. výkonnostní třídy bylo uloženo, aby navázali styk se svými KV a spolupracovali zejména s trenérskými radami krajských výbojů DSO Slavia.

Sněmování mladých závodníků se zúčastnil soudruh Dr. Jiří Jelínek, který ve svém referátu poukázal na důležité změny v závodním řádu, zejména na ty, které zpřísnují závodní podmínky — hlavně u sjezdových disciplín. Jeden z nejzdařilejších bodů aktivu byly referáty ať již státního trenéra soudruha J. Bogdálka a Michala Šoltyse (ÚDA), kteří byli mezi sjezdáři, nebo trenéra ÚDA a státního družstva sdruženářů Václava Mečírě, který svou návštěvu věnoval běžcům.

Sjezdáři měli hlavní zájem o zkušenosti z mistrovství světa v Are, zejména potom o nový způsob slalomového švihu. Je zcela přirozené, že soudruzi nezapomněli ani na tréninové plány a nové způsoby přípravy. Soudruh Bogdálek přinesl též s sebou ukázkou nového druhu sjezdových bot, které podle rakouského vzoru se budou vyrábět i u nás.

Těžištěm vypravování soudruha Mečírě byl Falun — dějiště klasických disciplín letošního mistrovství světa v lyžování. Nejprve hovořil o způsobech tréningu, o výzbroji běžců a zejména potom o zkušenostech z mistrovství světa. Každého účastníka zajímala jiná věc — příprava nejlepších, jejich výzbroj, technika a taktika běhu, užívání délka holí, tak často u nás přeháněná. Všechny běžce potěšil potvrzením zprávy, že i u nás se v nejbližší době zahájí výroba nového druhu jakostních

běžeckých bot, které tak dlouho všem chyběly.

Večer byly v plovárně SVTVS provedeny kontrolní závody na 50 a 200 m, sjezdáři ještě navíc prováděli různé skoky do vody. Již tyto závody dokázaly připravenost všech účastníků na přicházející hlavní sezónu. Zvláště soudruh Josef Kuchel, který je nejen dobrým běžcem na lyžích, ale také reprezentantem Slavia Bratislava v lehké atletice (střední tratě), dokázal, že i v plavání patří mezi nejlepší.

V neděli dopoledne se závodníci sešli v tělocvičně MARATHONU, kde pokračovala prověrka jejich příprav. Sjezdáři měli na programu hlavní cviky obratnosti a výbušnosti — přemet, salta, skoky sounož, běh na krátkou vzdálenost, švihadla. Běžci šplhali bez přírazu 24 m, cvičili na hrazdě a přišla na řadu i švihadla a přeskoky přes koně na děl.

Vesmět všichni dokázali svou dobrou připravenost a dokázali tak splnit požadavky sestaveném soudr. Bogdálkem.

Potom pokračoval aktiv promítáním filmu z mistrovství světa a diskusí o všech novinkách, které tyto vrcholné závody přinesly. Zpestření aktivu znamenal barevný film natočený soudruhem Majetovským na mezinárodních závodech na rakouských řekách letos v létě, kde autor snímku patřil mezi nejúspěšnější závodníky.

V závěru aktivu byly provedeny rozhovory s každým závodníkem o jeho tréninovém plánu, potřebách a přáních. V závěrečné diskusí všichni závodníci hodnotili kladně přínos aktivu, který tak bude znamenat další krok vpřed a v jejich poctivé přípravě na hlavní závodní období, a projevíli svou vděčnost jak trenérské radě, tak i ÚV za péči, která je jim věnována.

Eduard Hlaváč a Felix Chovanec

## Lyžařství v Pracovních zálohách

Poměrně málo úspěchů docílila dosud DSO Pracovní zálohy v lyžování. Pro základní lyžování máme u nás velké možnosti při výchovně výcvikových lyžařských zájezdech zactva, máme u nás i řadu závodníků mezi žáky i dospělými. Myslím, že jak rekreační, tak

závodní lyžování u nás nebylo plně využito.

Ústřední lyžařská sekce a trenérská rada učilily proto několik opatření která mají naši práci zlepšit.

Po dohodě s oddělením tělovýchovy na ministerstvu pracovních sil bylo

dohodnuto, že oblastní sekce zajistí odborný metodický výcvik ve všech výchovně výchovných zájezdech začít. Tato dohoda se plní a bude mít dobré výsledky. I pro jiné dvou nebo jednotýdenní rekreační zájezdy budou určování schopní cvičitelé se souhlasem oblastní sekce.

Pro závodníky Pracovních záloh byli zajištěni trenéři, dobrá výzbroj i výstroj a hlavně v horských učilišních bude práce lyžařských oddílů řízena tak, aby nám rostli dobří reprezentanti. Připravili jsme pro ně 3krát týdně sou-

středění pro spartakiádu. O vánocích pro Čechy ve Špindlerově Mlýně, pro Moravu na Pústevnách a týdně soustředění ve Vysokých Tatrách před zimní spartakiádou.

Chceme a musíme lyžování využít politicky výchovně a našim cílem je vychovávat závodníky nejen technicky vyspěle, ale i socialisticky smýšlející.

Jedině tak se odvděčíme lidu, který v dělnické mládeži vidí novou směnu a věnuje jí veškerou péči

MILOŠ ŠTEFEK,  
lyžařský trenér PZ.

## TEPLIČTÍ BOBISTÉ A SÁŇKAŘI PŘIPRAVENI NA LETOŠNÍ ZIMU

Při hodnocení loňské sezóny zabývali se tepličtí závodníci a funkcionáři hlavně nedostatky ve svých vlastních řadách. Byl to malý počet nositelů odznaku zdatnosti PPOV a problém závodních drah. Krajská komise bobů a saní vypracovala plán, podle kterého postupovala po celý rok, a úspěch se dostavil, i když úkol nebyl splněn na 100%.

Mezi oddíly rozpoutal se živý souboj v plnění PPOV. Často v Zámecké zahradě či na Letné setkali jsme se s bobisty či sáňkaři, jak plní disciplíny PPOV, aby ukázali, že odznak zdatnosti není pro ně pouhou formalitou, ale náplní přechodného a přípravného období.

Ze všech druhů sportu teplického okresu jsou nejlepší v plnění PPOV, neboť získali dosud 23 PPOV I, stupně a 9 PPOV II, stupně. Znamená to, že 70% závodníků je nositeli odznaku zdatnosti a řada jich splní ještě v tomto roce zbývající disciplíny.

Další kontrolní zkouškou tělesné připravenosti byl Dukelský závod branné zdatnosti, kdy na okresním kole byli to bobisté TJ Dynamo Teplice a TJ Slovan Teplice, kteří obsadili první místa ve svých kategoriích a odnesli si tituly okresních přeborníků DZBZ. I v krajském přeboru čestně hájili barvy okresu Teplice.

Závodníci TJ Spartak Teplice Somet závodně využívali se v kuželkách a sou-

druh Václav Hejný získal titul krajského přeborníka DSO Spartak.

V létě nezapomínalo se na problém nových drah, neboť staré pořekadlo říká, že zima se tě optá, co jsi dělal v létě. Sáňkařská dráha byla vytyčena a přikročilo se ihned k úpravám. Všechny oddíly se zapojily podle svých možností, a tak tepličtí sáňkaři nyní již čekají jen na sněh, aby vyzkoušeli tuto novou dráhu, na které se v letošní sezóně uskuteční řada závodů v čele s kvalifikačním závodem o Velkou cenu města Teplice.

Bobisté si také vytyčili novou dráhu a začali hledat cestu financování stavby. Slíbená podpora ÚV Spartak však nepřišla a podpora byla zařazena na rok 1955. Nic jiného nezbývalo, než chopit se lopat, krumpáčů a pustit se do úpravy staré bobové dráhy. Upravily se zatáčky, zlepšil se povrch dráhy, a tak z určeného plánu nespínil se sen teplických bobistů — nová dráha.

Bobisté a sáňkaři byli jedni z prvních sportovců teplického okresu, kteří zaslali ze svého srazu resoluci, v níž žádají všechny bobisty a sáňkaře Francie, Itálie, západního Německa a Rakouska, aby společně s námi stáli v předních řadách bojovníků za mír a také protestovali proti remilitarisaci západního Německa.

Tepličtí bobisté i přes plnění hlavních bodů plánu nezapomínali na své spolučinitele — boby. Někteří závod-



níci své boby renovují a Dynamo se Slovanem stavějí nové boby, z nichž hlavně dvousedadlový bob Stadlera má být svým řešením novinkou ve stavbě bobů. Jak bude nový typ úspěšný, ukáží závody.

I přestože nová bobistická dráha nestojí, mohou být teplotičtí bobisté a sánkaři spokojeni se svou letní prací.

A nyní již netrpělivě čekají na sněž, aby vyzkoušeli, zda jejich příprava byla dobrá.

Všichni již nyní těší se na závody a přáním každého sánkaře a bobisty je účast na zimní spartakiádě v Tatrách, kde chtějí dobře reprezentovat kraj horníků — Ústecko.

VÁCLAV LOMOZ

## UČIT PADAT?

V červencovém 7. čísle Lyžařství jsem přečetl se zájmem článku, že poslední stránce o zábraně lyžařským úrazům. Tuto otázku pokládám za velmi důležitou. Musíme se snažit, aby lyžařství přinášelo co nejvíce užítku a abychom co nejvíce přispívali k snižování všeho neužitečného, škodlivého a hlavně nebezpečného, co s lyžařstvím přichází. V první řadě tedy se snažíme předcházet úrazům.

V této snaze jistě také byl psán článek v 7. čísle. Nejcennější je v něm zdůraznění, že nejlepší zábranou proti úrazům na lyžích je celoroční příprava, a to vydatná a všestranná. Ta je nejdůležitější, protože zaručuje zdatnost tělesnou a ta je pak nejlepší ochranou proti úrazům, neboť k úrazům dochází v naprosté převážné většině případů tehdy, když je organismus unaven a zeslaben. Myslím však, že se autor článku mylí, domnívá-li se, že pád na lyžích sám o sobě je už tím největším nebezpečím úrazů. Je přece všeobecnou zkušeností a zcela typické, že tehdy, když lyžař vyletí do vzduchu a při tom udělá třeba i salto, nedochází ke zranění, pokud pádem nenarazí na kámen, na strom, nebo na jinou věc o kterou se zraní, nebo pokud nezapíchně lyži do sněhu tak, že mu to páčí nohu. Je také všeobecně známo, že mnoho zdánlivě nicotných pádů i v nejmenší rychlosti provedených končíva ošklivými úrazy, je-li tělo zeslabené únavou, či vyčerpáním. Je samozřejmé že nešika a neotuzilý, nezdatný, padá nebezpečněji než lyžař, který je všestranným sportovcem a který umí padat na zápasnické zíněnce nebo při

hrách. V tomto smyslu jistě můžeme s autorem článku souhlasit. Ale není řešením nebezpečí úrazu na lyžích to že bychom učili lyžaře padat. Vždyť sám autor si v tom odporuje, když v článku požaduje zařazení návčiku pádů do lyžařského výcviku, ale končí článek: »...naopak, cílem každého lyžaře je udržet kdykoliv rovnováhu a nepadnout.«

Padnout může každý lyžař, ale to nás neopravňuje k tomu, abychom s padáním počítali jako s pravidelnou nutností a abychom proto padání nacvičovali. Nacvičování pádů by vedlo k tomu, že by lyžař po takovém návčiku padal zbytečně často a ze zvyku, ač nechtěně, přece však proto, že si vytvořil pohybový stereotyp pádu a tak by při každém překvapení nebo při okamžité ztrátě rovnováhy na to reagoval tím, že by padl. Ale to přece ani vy nechcete! A přitom by takový lyžař vůbec nebyl pojištěn proti těm bezmocným pádům, kdy ho to prostě porazí, že už nemůže pád usměrnit, nebo kdy vyletí do vzduchu a neví, co s ním děje, nebo kdy jeho unavené tělo nesnese nápor při pádu, byť i lehkém, a i když »dovede padat«.

Dokud jsme schopni své tělo ovládat, dotud většinou nelze mluvit o nezbytném pádu. A při pádu, kdy už neovládám rovnováhu, nebývá v naprosté většině případů čas nebo pohybová schopnost dopadnout podle receptu. Nebylo by dost odpovědné tvrdit, že všelijaká ta přisednutí jsou nezbytnými pády. Nám nejde o to, když padáme, tak dopadnout podle receptu, ale když padáme, získat znovu rovnováhu a

jsme-li ve vzduchu, dopadnout na nohy, pokračovat v jízdě a nepadnout.

I ti nejzdatnější a nejcvičenější sjezdoví závodníci se ve většině případů marně pokoušejí o to, aby ovládli své tělo, když jim to podrazí nohy. Trenér našich sjezdařských reprezentantů, Milan Špaček, vyprávěl, jak nejlepší světoví sjezdaři trenují vydatně akrobatiku, takže jsou pružní a mrštní jako kočky. Dovedou se i z pádů, kdy mají nohy téměř nad hlavou, stočit, dopadnout na nohy a pokračovat v jízdě. Když to sledoval se sovětským trenérem Rostovcovem, Milan se ho zeptal: »A co teď, soudruhu?« Rostovcov se posmál a odpověděl: »Řeknu svým svěřencům, aby se dobře dívali. Vyhodím do vzduchu kočku, aby se zatočila, kočka sebou mrskne a dopadne na všechny čtyři. A já řeknu: „Viděli jsme, molodci? To se naučíte!“«

Úplně nešťastná by byla myšlenka že je třeba jako v jiných sportech (asi judo, odbíjená, hokej a pod.), naučit lyžaře pády, které by s sebou nenesly škody na zdraví. Pády na lyžích nechceme, asi tak jako je nechceme na bradlech, na kole, na koni na tenise a i jinde. Proto je ani nemůžeme chtít učit.

Učením pádů vytváříme u začátečníka nejen návyk pádů, ale zbytečně ho nutíme k pádům, o nichž sám tvrdí soudruhu autore, že jsou nejčastější příčinou úrazů. Také neberete v úvahu že začátečnickovy pády, i kdyby šlo o všestranně zdatného cvičence a sportovce, jsou horší o to, že má nohy nezvykle připoutány k lyžím. Dokud tedy by se mohl při pádu ovládat, pak by to byl vyloženě zbytečný pád, který musíme chtít odvracet odvahou a šikovností. Kdyby začátečník jel rovnou na nebezpečnou překážku a všestranně tělesně připravovat na hlavní lyžařské období, protože jízda na lyžích je jedním z nejnámáhavějších sportů. Dále je třeba předcházet úrazům na lyžích soustavným výcvikem v ovládnutí lyží, neboť nejlepší ovládnutí lyží zajišťuje nejmenší pravděpodobnost pádů. Do

základního lyžařského výcviku ovšem patří vstávání na pádech, ale ten nácvik pádů tam při největší shovívavosti přidat nemůžeme. Dále patří k zábraně lyžařských úrazů výchova lyžařů k správnému chápání poslání sportu v socialistické společnosti, výchova ke kázi, k odpovědnosti, k ohleduplnosti vůči jiným, k odhadu svých sil, k rozlišování odvahy od nerozváženosti, k pohrdání frajerstvím, výchova pevné vůle k pilnému a tuhému treningu, výchova k úctě k práci a oceňování lidského zdraví.

Dr JIŘÍ JELÍNEK

**Poznámka redakce:** Článek pracovníka zdravotního oddělení SVTVS soudruha Šimka přinesl první diskusi a kritický příspěvek. Jistě by čtenáře zajímaly i připomínky z řad závodníků, jež tímto nepřímou vyzýváme k odpovědi.

## Složení trenérské rady

Předsednictvo lyžařské sekce SVTVS projednalo a schválilo doplnění ústřední trenérské rady.

### Vedení TR:

Soudruzi Pácl Vladimír, Bělonožník Miroslav, Tvrzník Bohuslav, Bogdálék Jaroslav, Mečír Václav, Špaček Milan, Pittl Jaroslav, Sýkora Bohumil, Stržimová Sylva, Oplt Oldřich, Budárek Oldřich, Vrána Rudolf, Mudr Mach František, Terežčák Jan.

### Plenum TR:

tvorí vedení a další soudruzi: Lene-mayer Antonín, Weissshautel Václav, Pelc Zdeněk, Kovalčík Štefan, Gajer Cyril, Bruk Karol, Skrbek Josef, Kumpošt Miroslav, Beran Miroslav, Brchel Luboš, Parma Zdeněk, Krajňák Otto, Charvát Dušan, Dvořák Karel.

Representanti, kteří byli členy TR, byli uvolněni z funkce, a by se mohli plně věnovat treningu. Z funkce byli uvolněni soudruzi: Šimůnek Vladimír, Šlachta Daniel, Pitucha František, Lelková Květa.

# BOBOVÝ SPORT V ČESKOSLOVENSKU

BRONISLAV HANÁK

Nejstarší bobovou dráhou v ČSR je dráha v Tatranské Lomnici, postavená v roce 1896, dlouhá 1900 m s průměrným spádem 9,5%. Dráha byla vybavena vodovodem, výtahem pro boby a 12 zatáček bylo opatřeno vysokými mantinely, které umožňovaly dosáhnout tehdy největší rychlosti 80 km v hodině. Na svou dobu to byla jedna z nejmodernějších drah ve střední Evropě. Tato dráha dokumentuje historii bobového sportu v ČSR, i když nemáme zpráv o sportovních výkonech na ní dosažených. Je to snad také tím, že dráha byla postavena pro bohaté návštěvníky Vysokých Tater majiteli lomnických hotelů, a pochopitelně tito lidé, bažící po sensacích a rozptýlení, používali dráhy spíše k rekreačním jízdám a zábavám nežli k soustavnému provádění tohoto rychlého zimního sportu. Neměli jsme však začátkem století jen tuto dráhu. Také v českých krajích byly budovány bobové dráhy, které mají starou a skutečně sportovní tradici. Je to dráha v Mar. Lázních, dlouhá 1500 m, s výškovým rozdílem 118 m a se 6 zatáčkami, dále dráha v Teplicích-Dubí, dlouhá 900 m, bobová dráha v Jablonci n. N. o délce 1060 m s výškovým rozdílem 113 m a s průměrným spádem 10,7%, konečně dráha v Aši, která patřila k našim nejlepším drahám, dnes ovšem nepoužitelná.

Skutečně správně postavenou bobovou dráhu, na které bychom mohli pořádat mezinárodní závody, v ČSR nemáme a bude naším úkolem, abychom takovou dráhu, na příklad podle vzoru bobové dráhy Wadeberg v Oberhofu, vybudovali.

Až do roku 1939 jezdili na bobech většinou příslušníci německé národnosti, z nichž mnozí patřili mezi nadprůměrné evropské bobové závodníky.

Po druhé světové válce, během které nebyly udržovány ani dráhy, ani boby, bylo nutno začít úplně od začátku. Byly provedeny nejnutnější rekonstrukce bobových drah v Mariánských

Lázních, Tatrách a v Teplicích. Byly opraveny dřevěné boby staré konstrukce a teprve v roce 1952 po návratu našich reprezentantů z NDR bylo započato v Teplicích a Liberci se stavbou moderních ocelových bobů. V současné době jezdíme na bobech vlastní konstrukce a na bobech typu Feierabend.

Do roku 1951 byly pořádány místní závody v Mariánských Lázních a některé větší závody, jako na př. Mistrovství Vysokých Tater v roce 1948 a pod. Od roku 1951 jsou pravidelně pořádány přebory ČSR v jízdě na bobech, Přebory v roce 1951 a 1952 byly provedeny na bobové dráze v Teplicích-Dubí, v roce 1953 v Tatranské Lomnici a v roce 1954 v Mariánských Lázních.

Přebor ČSR v jízdě na bobech v roce 1953 byl uspořádán za účasti 11 čtyřsedadlových a 12 dvousedadlových bobů z 5 krajů.

Ve dnech 12.—14. února 1954 byla uspořádána v Mariánských Lázních celostátní soutěž v jízdě dvou- a čtyřsedadlových bobů za dosud největší účasti 6 krajů. Startovalo 16 dvousedadlových a 15 čtyřsedadlových bobů. Přebornický titul udělen nebyl, protože většina závodníků nebyla nositeli odznaku výkonnostní třídy. Pro příští rok se všichni účastníci zavázali získat odznak zdatnosti PPOV a všechna sportovní činnost v oddělech v přechodném a přípravném období je zaměřena na splnění tohoto úkolu.

Díky podpoře SVTVS zaznamenává také bobový sport další rozvoj, vzrůstá počet závodníků a tvoří se nové oddíly při DSO. K 1. lednu 1954 jsme měli přes 200 aktivních závodníků organizovaných v 17 oddělech a vybavených asi 60 závodními boby. V zimním období byly založeny nové oddíly v Brněnském kraji (2), Mariánských Lázních (2), v Pasekách u Jablonce (1), v Praze (1) a na Slovensku (2), dále v Liberci (1), v Ústí (2).

Podle termínové listiny bylo v roce 1954 uspořádáno 14 větších závodů a

soutěží i přes poměrně nepříznivé podmínky povětrnostní a opožděnou zimu.

Pokud se týče mezinárodních zkušeností našich předních závodníků, zúčastnili jsme se v roce 1952 zájezdu do Oberhofu bohužel jenom jako pozorovatelé, poněvadž s boby tehdejší konstrukce nebyli naši závodníci, až na několik treningových jízd, připuštěni k závodům.

Na zimních akademických hrách v Poianě v roce 1951 startovalo improvizovaně složené družstvo ve čtyřsedadlových bobech a umístilo se na 2. místě ze 7 startujících bobů Anglie, Rumunska a ČSR.

Cenné zkušenosti a materiál nám přivezl soudruh Mráz z mistrovství světa 1954 z Cortiny. Letošního mistrovství světa v jízdě na bobech v Itálii by-

chom se byli velmi rádi zúčastnili, poněvadž v našem sportu můžeme zvýšit svou výkonnost zvláště účastí na mezinárodních závodech na dobré dráze.

Celostátní soutěž v Mariánských Lázních potvrdila, že naše boby jsou schopny konkurence a že i výkony jezdců jsou uspokojující. Chceme v celoročně prováděném treningu dosáhnout takové fyzické přípravy, která by se kladně projevila i ve speciálním výcviku, abychom se již v roce 1955 mohli zúčastnit mezinárodních závodů.

Naším cílem bude, abychom dosáhli takové sportovní úrovně a závodní techniky, která by byla zárukou čestného zastoupení československého bobového sportu na příštích Olympijských hrách 1956.

## Ještědská sáňkařská dráha a její historie

Při letošním zasedání FIET (mezinárodní federace pro bobový a sáňkařský sport) v italském městě Cortině d'Ampezzo byl mimo jiné podán návrh, aby se mistrovství Evropy v jízdě na saních v roce 1958 nebo 1959 konalo v Československu. Jestliže se tento návrh uskuteční, bude to velký úspěch našeho sáňkařského sportu. Je pochopitelné, že mistrovství Evropy vyžaduje nejen dobrou organizaci, ale hlavně závodní dráhu, která vyhovuje mezinárodním předpisům. V Československu máme jedinou takovou dráhu, a to z Ještědu do Liberce. I když je známo, že od roku 1945 se na této dráze žádné sáňkařské závody nepořádaly, je možno společným úsilím SVTVS v Praze a krajské komise bobů a saní v Liberci tuto dráhu v krátké době opravit a dát do provozu. Jelikož Ještědská dráha má velmi dobrý zvuk v cizině, všimněme si trochu historie této závodní sáňkařské dráhy.

Na popud horského spolku v Liberci podnikl člen tohoto spolku pan Adolf Hoffmann v roce 1908 mnoho cest do ciziny a navštívil všechny známé sáňkařské dráhy v Norsku, Švýcarsku (Mořic a Davos), Rakousku a Německu, kde provedl důkladné studie těchto drah, aby zajistil Ještědské dráze ty nejlepší podmínky po stránce technické i sportovní. V jeho projektu, který výborně vyřešil zvládnutí ne právě snadného ještědského terénu, se ukázaly dobré výsledky z jeho cest do ciziny. Proto také v roce 1908 bylo započato se stavbou sáňkařské dráhy. Hlavním ve-

dením byl pověřen Adolf Hoffmann a stavbu prováděl stavitel Zeutztyzki. Během roku 1909 byla sáňkařská dráha postavena v délce 1980 m. Jelikož celá trasa dráhy je umístěna na severní straně Ještědu, má velmi dobré sněhové podmínky. Samotná dráha je 8 m široká, z toho připadá 6 m na hlavní sjezdovku. Z uvedených 6 m jsou 4 metry na vlastní jízdni dráhu a 2 m podél dráhy je určeno pro chodce k výstupu a sestupu. Spád dráhy je rozmanitý, přízřusobený terénu a zatáčkám a kolísá mezi 10—20%. Má 6 velkých a 12 malých zatáček, jejichž poloměr měří 10 až 15 m. Přejezd silnice Liberec—Křížany těsně před cílem je vyřešen betonovým podjezdem, takže dráha nevaří nikterak dopravnímu ruchu na této silnici. K slavnostnímu otevření této skutečně prvotřídní závodní sáňkařské dráhy došlo 12. prosince 1909. Již 2. ledna a 13. února 1910 byly zde pořádány velké sportovní přebory se značnou účastí zahraničních jezdců. Těmito závody vlastně začala závodní éra Ještědské dráhy, která byla a je dosud považována za jednu z nejlepších ve střední Evropě. Důkazem výborné kvality této dráhy byla skutečnost, že I. mistrovství Evropy v roce 1914 bylo uspořádáno právě na Ještědské dráze a přineslo první významný úspěch českým sáňkařům. Mistrem Evropy se stal Rudolf Kauška z Liberce. Po vzoru Ještědské dráhy postavil zakladatel polského svazu zimních sportů kapitán Lotescka známou sáňkařskou závodní dráhu v Krynici v Pol-

sku. Po mnoha mistrovstvích Československa, která se jezdila převážně na Ještědské dráze, bylo v roce 1939 provedeno další mistrovství Evropy na dráze z Ještědu, ve kterém zvítězil opět Čechoslovák Fritz Preusser z Liberce. Toto mistrovství Evropy bylo vlastně neoficiálním závěrem závodní sezóny na Ještědské dráze, jelikož během okupace bylo provedeno pouze několik menších závodů místního významu.

Po osvobození naší vlasti v roce 1945 nebyl u tehdejších úředních činitelů v Liberci zájem o obnovení Ještědské dráhy. Věřím proto, že nyní v době skutečné masového rozmachu závodního sánkařství se podaří pomoci všech tělovýchovných složek uvést tuto dráhu do původního stavu a pokračovat ve slavné tradici československého sánkařství.

MILOSLAV BELDA, Smržovka

## SÁNKAŘI, VÍTE, ŽE . . . ?

. . . v uplynulé zimě sánkovalo v rekreačních střediscích a zotavovných ROH 14.046 rekreatů, a sánkařských závodů ROH se zúčastnilo 2341 závodníků a závodnic?

. . . největší účast pracujících byla znamenána ve Spindlerově Mlýně, kde bylo uspořádáno 10 velkých sánkařských závodů mezi zotavovnými za účasti 1673 závodníků a 384 dalších sánkařských akcí, ve kterých se zúčastnilo sánkování 6886 rekreatů?

. . . největší počet sánkařů a sánkařek se sešel na začátku března u startu sánkařského závodu z Mědvědí boudy k Dívčím Lávkám ve Spindlerově Mlýně, kterého se zúčastnilo 174 rekreatů?

. . . vítězem tohoto závodu se stal sánkařský pracovník a závodník soudruh Oldřich Hrdlička ze Sokola Libverdy, který předjel druhého soutěžícího o celou jednu minutu?

. . . na mezinárodní sánkařské dráze z Ještědu do Horního Hanychova byly zahájeny vyměřovací práce a že tato umělá sánkařská dráha má být v letech 1955 a 1956 rekonstruována?

. . . vyměrování dráhy provádí ve svém volném čase brigádnicky soudruzi Rudolf Preussler a Ing. Technik z Liberce?

. . . bude třeba, aby i ostatní členové

sánkařských oddílů z okolí přiložili ruku k dílu, aby dráha mohla být alespoň částečně uvedena do provozu již v nastávající zimě?

. . . prvními sánkaři, kteří se objeví po 12leté přestávce na Ještědské dráze, bude školní mládež libereckých škol, pro kterou krajská komise bobů a saní při KVTVS v Liberci uspořádá v dolním úseku tratí několik propagačních sánkařských závodů?

. . . n. p. Start pracuje na novém prototypu závodních saní, vhodných i pro nováčky a zimní rekreační střediska ROH?

. . . i sánkaři, chtějí-li být všestrannými sportovci, musí plnit podmínky odznaku zdatnosti PPOV a že pouze nositelé tohoto odznaku, kteří se kvalifikují na krajských přeborech, mohou startovat na přeboru ČSR v jízdě na sáních ve dnech 17.—20. února 1955 ve Starém Smokovci?

. . . nejlepším krajem v plnění podmínek odznaku zdatnosti PPOV je kraj liberecký, který získal mezi sánkaři k I. října 45 nových nositelů PPOV I. stupně?

. . . nejúspěšnějším oddílem v celostátním průměru je sánkařský oddíl Jiskry Železnobrodské sklo ve Smržovce, kde mají 20 nových nositelů PPOV I? Následujte jejich příkladu!

-hh-

## Statistika jako pomocník v tělovýchově

Na všech orgánech tělovýchovných organizací se hodnotí v každém čtvrtletí statistické výkazy o tělesné výchově a sportu, které ve všech ukazatelích hodnotí plnění plánu rozvoje tělesné výchovy a sportu. Navíc obsahuje statistika mnoho základních údajů o činnosti všech jednot a sportovních oddílů. Je třeba kriticky říci, že zdaleka není ještě statistika v oddílech, jednotách i vyšších složkách vypracována s plnou odpovědností, že její údaje nejsou plně prověřeny a na druhé straně není dostatečně využita jako pomocník v práci — ukazatel i kompas, který nám má osvětlovat úspěchy i nedostatky.

Ke konci září (III. čtvrtletí 1954) bylo částečné zlepšení na úseku statistických údajů o sportovních oddílech. Příčinou je určení přesné definice sportovního od-

dílu, uveřejněné v č. 8 Směrnic a pokynů SVTVS ze září 1954. Upřesnění znamenalo pokles. V tomto případě je ovšem pokles kladným zjevem, protože jeho příčinou je prověrka nepřesných údajů. Již několikrát se stalo, že pracovníci krajských sekcí různých sportů nesouhlasili s výsledky statistiky v jejich sportu za jejich kraj. Přitom však nebyla využita prvá a základní cesta k nápravě těchto nedostatků. Kdo jiný než právě oni mají prověřit a zajistit správná čísla o svém sportu přímo ve statistice kraje dříve, než je odeslána vyšším orgánům. Takováto kontrola má totiž velký význam nejen pro správné hodnocení uplynulé práce, ale i pro pochopení úkolů statistiky a její využití již v základních složkách, jednotách a oddílech.

Pracuje špatně a naslepo ta jednotka, která nemá přehled o počtu členů v jednotlivých oddílech, jejich aktivitě, účasti v soutěžích, o plnění podmínek odznaku PPOV a počtu nositelů výkonnostních tříd. Stejně nahodilým činovníkem by byl vedoucí oddílu či trenér nebo cvičitel, který by nevedl zápisník o návštěvě cvičení a jiných údajích svého oddílu i jeho jednotlivých členů.

Není těžké udělat ihned základní nápravu nedostatků, které tělovýchovnou statistiku tíží. Rozpory a rozdíly je třeba opravit podle dokladů, které přesvědčivě hovoří o skutečnosti. Jen tak budou statistická čísla pomocníkem v naší tělovýchovné práci.

## LÉKAŘ O JÍZDĚ NA BOBECH

Tento pohovor byl napsán ze dvou důvodů. Jednak má před letošním hlavním obdobím seznámit aktivní bobové závodníky se základy tělovýchovné zdravotní péče zaměřené na toto sportovní odvětví; za druhé — a tento úkol je stejně důležitý — je myšlen i názor, že jízda na obranu bobového sportu. V ostatních druzích tělesné výchovy dnes již nikdo nevidí nic zvlášť nebezpečného; naproti tomu však je stále dosti rozšířeno přehnané mínění o nebezpečí bobového sportu a někdy se — zvláště mezi nedosti informovanou veřejností — vyskytne i názor, že jízda na bobech je jakási úžasně nebezpečná a divoká zábava, kde co jízda, to riziko těžkého zranění, když ne smrti. Jistě jste se s tímto názorem nejednou setkali — ale pravda je, že za posledních p a d e s á t let si u nás tento sport vyžádal jedinou obět, což rozhodně nesvědčí o jeho nebezpečnosti. A riziko úrazu není o nic větší než na příklad v dráhové cyklistice, ve skoku či sjezdu na lyžích nebo v rohování. Je však možno je ještě dále snížit, jestliže se budete vy, aktivní boboví závodníci, o to pocti-

vě snažit; tyto řádky vám chtějí ukázat cestu.

Jistě většina z vás slyšela nebo četla, že medicína dnes přechází stále více z terapie na prevenci, t. j. z léčení nemoci na předcházení jim a zabránění jejich vzniku. Ve sportovním lékařství je toto hledisko obzvláště patrné. Je sice velmi dobré umět sportovní úrazy a nemoci bezvadně vyléčit, ale nesporně ještě lepší a výhodnější je jim prostě předejít. Tato snaha, předcházet vzniku sportovních úrazů, nemocí a jiných nepříjemností, musí vycházet hlavně ze dvou míst. Především ze závodníka samého, za druhé se musí opírat o činitele technické.

Dnes si všimneme hlavně vlastní osoby závodníkovy. Nejlepším projevem zdravotního uvědomění sportovce a celého jeho postoje k treningu a ke snaze o maximální výkony je — vedle osobní hygieny — správně prováděná s e b e k o n t r o l a. Obsah tohoto pojmu je starý, tak starý jako sám sport, ale název je nový, a proto tuto otázku podrobněji vysvětlím. Kromě toho správná sebekontrola je věc, proti které se ve sportu nejvíce hřeší a která se nej-

měně dodržuje. Především krátká definice: sebekontrola je soustavné sledování svého zdravotního stavu a jeho výkyvů a přizpůsobení tréninku zdravotnímu stavu. To ovšem nesmí znamenat, že se ze sportovce stane hypochondr, který se léká každého píchnutí v zádech; a také to nesmí vésti ke vzniku přecitlivělosti, kdy si sportovec myslí, že při každém drobném nachlazení nebo odřenině musí training na kdovíjak dlouhou dobu přerušit. U dorostu je to ovšem otázka jiná a příliš speciální, než abych ji zde mohl rozbírat. Každý dospělý člověk ale nakonec ví, co snese a jakou námahu si může nebo nemůže při nějakém onemocnění ještě bez nebezpečí dovolit. Správně prováděná sebekontrola znamená tolik, že nikdy nesmí být závod nebo dokonce training přednější než zdraví. Jistě se tu setkám s námitkou, že jsou vrcholoví sportovci, kteří trenují nebo závodí, i když mají třeba hnisavou anginu. Ano, jsou takové případy; ovšem musíme mít na mysli, že to jsou sportovci trenovaní většinou od nejranějšího mládí, to znamená, že jsou třeba 10 i více let v ostrém trainingu a pak pochopitelně snesou mnohem více než lidé průměrně trenovaní, mezi něž asi patří většina z nás. A druhá věc je, že nezáleží přece jen na zdravotním stavu v mládí, ale také ve stáří, dávno po skončení závodní činnosti, kariéry, kdy se teprve může naplno vymstít hazardování se zdravím v mládí.

Možná, že se mnohému zdá, že pro jízdu na bobech nemusí být kladeny tak příné požadavky, že ty dvě minuty jízdy už nemohou na špatném zdravotním stavu nic změnit. Uvědomte si však, že nejde jen o ty dvě minuty, ale o celou, mnohdy značně dlouhou dobu, kdy jsou jezdcí venku, v mrazu, větru a někdy velmi sychravém počasí. A to už má na zdravotní stav podstatný vliv. Víte sami, že jste-li nachlazení, stačí se nadýchat studeného vzduchu, trochu uhrátý zůstat na mrazu a nemoc se značně zhorší. Za druhé — a vlastně bych ji měl

uvést na prvním místě — je to především otázka odpovědnosti k ostatním poněvadž každé silnější zhoršení zdravotního stavu, na příklad silná angina, větší bolest hlavy, žaludeční nevolnost, horečka a pod. otupuje postřeh a snižuje reaktivní schopnost, takže se značně zvyšuje možnost havarie. Platí to nejen o nemocích, nýbrž i o úrazech. Je celkem jasné, že rozumný člověk si nesedne na bob s klíční kostí v sádře nebo podobně handicapován, protože je snížena jednak jeho pohyblivost, takže se stává závodnický méněcenným, jednak jeho mrštnost, takže při eventuální havarii může dojít k těžkým zraněním. Je vždy věcí zdravotníka výpravy a kapitána, aby nemocnému nebo zraněnému, pokud je k dispozici náhradník, start nepovolili. Není-li náhradník a jde-li při tom o vrcholný závod, je nutno pečlivě rozmyslet, zda je dotyčný schopen závod dokončit a nezvýšit podstatně risiko havarie ani nezhoršit svůj zdravotní stav. Sebekontrola značně pomáhá soustavné vedení deníku. Do tohoto deníku se zaznamenává: den trainingu nebo závodu, počasí, stav dráhy, zdravotní stav, události, ať už osobní nebo všeobecné, které mohly výkon ovlivnit. Přirozeně tak nesmějí chybět ani docílené výkony. Při studiu deníku vidí pak sportovec své chyby. S užitkem použije svých záznamů z minulých let, aby upravil svůj training pro novou sezónu.

Celou otázku sebekontroly bych uzavřel takto: při onemocnění nebo úrazu je nejlépe poradit se se sportovním lékařem a uposlechnout všech jeho rad.

Správná sebekontrola je jednou z nejdůležitějších možností, jak předejít úrazům; k dalším problémům, tkvícím přímo v osobě závodníka, se pravděpodobně vrátím v některém čísle Lyžařství. Příště si povíme něco o technických činitelích (dráhy, výstroj a pod.) s lékařského hlediska.

PAVEL BEDRNÍČEK

# ZPRÁVY Z KRAJŮ, OKRESŮ A JEDNOT

Podzimní lyžařský běh Chříbskými lesy v Otrokovcích byl uspořádán v neděli 14. listopadu. Vítězové jednotlivých kategorií: Dorostenky mladší, 1940—1939, trať 1000 m: 1. Matoušková Eva (Jiskra Otrokovice) 4:40,7, 2. Kuráňová Lída (Jiskra Otrokovice) 4:41,7, 3. Kuráňová Jarka (Jiskra Otrokovice) 4:42,0. — Dorostenky mladší, 1940—1939, 2000 m: 1. Vašát Zdeněk (Jiskra Otrokovice) 7:19,2, 2. Smetka Jar. (Jedenáctiletka Vizovice) 7:21,8, 3. Čermák Jirí (Jiskra Gottwaldov) 7:23,5. — Dorostenky starší, 1938—1937, 2000 m: 1. Kovaříková Jarm. 11:29,0, 2. Polášková Míla (obě Jiskra Otrokovice) 11:31,0. — Dorostenky starší, 1938—1937, 3000 m: 1. Vilím Karel (Spartak Jablunka) 10:38,6, 2. Vojtá Karel (Jiskra Otrokovice) 10:38,6, 3. Kopal Arnold (Jiskra Gottwaldov) 11:26,3. — Ženy, 1927 a starší, 2000 m: Martin: Lola (Jiskra Otrokovice) 10:55,0. — Muži A, 1936—1925, 10.000 m: 1. Macků Vladimír (Jiskra Gottwaldov) 32:37,0, 2. Podešva Ludvík (Spartak Vsetín) 32:55,0, 3. Pospíšil Josef (Jiskra Otrokovice) 33:27,4. — Muži B, 1924—1915, 10.000 m: 1. Bělský Gustav (Jiskra Gottwaldov) 35:51,0, 2. Vítek Václav (Spartak Bojkovice) 38:18,0, 3. Hromada Zdeněk (Spartak Vsetín) 38:52,0, 4. Buček Eman (Jiskra Otrokovice) 39:00,0. — Muži C, 1914 a starší, 10.000 m: Svojanovský Fr. (Jiskra Otrokovice) 42:01,0. — V chodeckém závodě na 10 km na trati Lipník—Hranice zvítězil lyžař-běžec Josef Maniš (Jiskra Otrokovice) v čase 54:05. J. VITÁSEK

XXXI. přespolní běh lyžařů v Krči, 8 km muži: 1. Batěk (Spartak) 27:53, 2. Novák Jirí (Slovan) 28:44, 3. Buchar Josef (Spartak) 28:57, 4. Materna V. (Lokomotiva) 29:02, 5. Sochor Jirí (Slavoj) 29:10, 5.—6. Jelen M. (Slavia) 29:10. — 3 km ženy: 1. Krasilová (ÚDA) 12:42, 2. Střížová (ÚDA) 14:25, 3. Bidlová (Spartak) 15:33, 4. Houdková (Slovan) 17:02, 5. Kotková (Jiskra) 17:48. — 3 km muži sjezdaři: 1. Kupka (Dynamo) 11:08, 2. Michalík (Spartak) 12:06, 3. Střílka (OÚSDZ) 12:08. — 3 km dorostenky starší: 1. Tryna (PZ) 13:44, 2.—3. Květ (PZ) 13:46, 2.—3. Reipert (PZ) 13:46. — 1,5 km dorostenky ml.: 1. Inek (Spartak) 6:01, 2.—3. Kalfiřt (Spartak) 6:16, 2.—3. Kryčka (SSD) 6:16. — 1 km dorostenky ml.: 1. Bernerová (Spartak) 4:10, 2. Spilková (Spartak) 4:12. — 1 km hoši: 1. Kalina (ŠTJ Spořilov) 3:40, 2. Hírka (Školy) 3:50, 3. Jiřík (školy) 4:05, 4. Reichert (školy) 4:07, 5. Hírka (školy) 4:12. — 500 m dívky: 1.—2. Pavlíková (ŠTJ Spořilov) 1:37, 1.—2. Bejčková (školy) 1:37.

M. KNOBLOCH

VIII. ročník lesného behu lyžiarov TJ Lokomotiva Bratislava sa konal dňa 12. XII. m. r. na Kamzícom vrchu v Bratislave. Kategória mladších chlapcov na 2 km: 1. Amrúž (PŠ Chem.) 8:13,5 min., 2. Polákovič (Lokom. Rača) 8:34,3 min., 3. Petráš (VHŠ Bratis.) 8:49,7 min. — Kategória mužov-zjazdárov na 2 km: 1. Štrunc (ČH Bratislava) 7:57,0 min., 2. Lupták (Slávia Bratis.) 8:23,0 min., 3. Horák (ČH Bratis.) 8:55,8 min. — Starší chlapi na 3 km: 1. Marinov (PŠ Chem. Bratis.) 13:31,0 min., 2. Šimčíško (Lokom. Bratis.) 13:31,5 min., 3. Oravec (PŠ Chem. Bratis.) 14:01,0 min. — Muži-bežci na 5 km: 1. Rusínák (Slovan Lipt. Sv. M.) 19:31,6 min., 2. Bartúnek (ČH Bratis.) 19:39,0 min., 3. Baluch (Lokom. Bratis.) 19:59,5 min., 4. Skovajsa (PDA Bratis.) 21:59,0 min., 5. Rybníček (ČH Bratis.) 22:35,3 min., 6. Dzuriak (Sokol Hubina) 23:17,0 min. — Ženy na 1 km: 1. Majdová (Sokol Jalovec) 4:19 min.

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze, Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.



# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 2

PNS 208

ÚNOR 1955



*Mladý Šoltýs, přeborník ve sjezdu v roce 1954, ukázal i v letošních prvních závodech dobrou formu.*

# Za Jakubem Štěpánem



Jistě nikdo z nás, kdož jsme v posledních týdnech hovořili o přípravách lyžařských soutěží zimní spartakiády, si ani v tom nejmenším nepomyslel, že se na této vrcholné lyžařské soutěži a vůbec na žádném dalším lyžařském podniku nesetká s Jakubem Štěpánem.

Náhlá smrt jej vyrvala z našeho středu uprostřed pilné práce, k níž předseda lyžařské sekce SVTVS přistupoval vždy s největším nadšením a obětavostí, i když dlouhotrvající nemoc vyčerpávala jeho síly. Jakmile se jen trochu pozdravil, první jeho cesta byla do sekce. Vedla jej tam starost o to, co se děje nového v lyžařském životě u nás, kde je třeba pomoci a co je třeba zařídit. Neustával obětavě pracovat, snad i nešetřil svých sil, snad věřil, že svou houževnatostí nemoc překoná. Tím nečekanější a horší byla z práva o tom, že Jakuba Štěpána již není.

Od svých mladých let neměl lehký život, jako syn chudého kameníka poznal, co je to bída, a proto byl vždy ochoten pomáhat druhým. Pracoval v odborovém hnutí, snažil se, aby se pracující měli lépe a snažil se pracovat co nejlépe v tělovýchově (byl od roku 1950 předsedou nejvyšší lyžařské složky v ČSR), aby se pracujícím a hlavně mládeži i zde dostalo oprávněného využití.

Mezi všemi svými spolupracovníky byl oblíben, každý ho musel mít rád nebo ctít pro jeho přímé jednání, skromnou povahu a poctivý názor. Dovedl vždy poradit, byl oblíben i u závodníků a zejména u reprezentantů, kteří ho dobře poznali při zájezdech do zahraničí, zvykli si obracet se na něj se svými radostmi i starostmi a vždy u něj našli porozumění a radu. Pomáhal nám svými zkušenostmi, a je škoda, že odešel v době, kdy jsme z jeho zkušeností mohli ještě dlouho čerpat.

Soudruh Jakub Štěpán se zasloužil o rozvoj lyžařství v Československu v posledních letech a přispěl zejména k organizačnímu zpevnění vedoucí sekce i nižších složek. Jeho práce zůstala nedokončena, jeho příklad však bude vybízet další lyžařské pracovníky ke stejně neochabující a houževnaté práci.

Rozloučili jsme se s Jakubem Štěpánem dne 25. ledna 1955 ve strašnickém krematoriu, kde náměstek předsedy SVTVS zasloužilý pracovník v tělesné výchově a sportu Vilém Mucha zhodnotil jeho práci. Před zvolna mizející rakví stáli členové představenstva lyžařské sekce SVTVS, závodníci a další lyžařští pracovníci, kteří v duchu slíbili Jakubu Štěpánovi, že budou pokračovat v práci, kterou on tak dobře začal a řídil.

# SPORTOVCI V BOJI ZA MÍR

Celým pokrokovým světem bouří v této době nenávisť proti osnovatelům nové světové války, kteří na základě ratifikace Pařížských a Londýnských dohod chtějí znovu vyzbrojit západní Německo a dát vojenské velení do rukou bývalých hitlerovských hrdlořezů. Touto cestou připravují útok proti táboru míru, zejména proti Sovětskému svazu. Vedoucí silou v této hnusné válečné politice je buržoasní a militaristická vláda USA, již se stávají podřízeny ratifikací Pařížských a Londýnských dohod západoevropské kapitalistické státy. Proti této protilidové politice se postavil zásadně Sovětský svaz společně se všemi lidově demokratickými státy a nakonec i samotní pracující v kapitalistických státech.

Podíváme-li se do vlastního politického a hospodářského života v samotných kapitalistických státech, vidíme velké nespokojení a boj pracujících proti politice války, zbrojení a nezaměstnanosti, která konec konců má rozhodující vliv na stále snižování životní i kulturní úrovně pracujících. Projevem této nespokojenosti jsou časté stávky a mírové manifestace, kterých se zúčastňuje tisíce a statisíce prostých lidí. Tyto mohutné akce vyvolávají pak veliký tlak na vládnoucí kruhy buržoasie, která nakonec musí přihlížet k požadavkům mas pracujících nebo nezaměstnaných své vlastní země a i když nechtíc řešit a přijímat mírové návrhy Sovětského svazu. Zvláště dnes se zdvíhá vysoko vlna hlasů pracujících samotného západního Německa za mírovou myšlenku a za sjednocení Německa. V této otázce Sovětský svaz i přes nedávné odmítnutí kapitalistických států k otázce o kolektivní bezpečnosti přichází znovu s návrhem na sjednocení Německa cestou jednání a tím i na vyřešení celkové mezinárodní situace. Věříme, že tak jako v celkovém koloběhu světových dějin ve vývoji společnosti se plně potvrzují slova klasiků marxismu-leninismu, tak i v tomto boji se plně potvrdí slova Stalina, a to, že mír bude zachován a upevněn, vezme-li lid věc zachování míru do svých rukou a bude-li jej hájit až do konce.

Porovnejme kontrast o péči člověka a jeho blaho v Sovětském svazu, kdy atomová energie se dává ve prospěch společnosti nejen v samotném Sovětském svazu, ale nabízí se i dalším státům tábora míru, mezi nimiž je i naše republika. Na druhé straně v USA se vyrábí atomová energie pod rouškou tajnosti k vraždění lidí a k ničení všeho, co si lidstvo pro svůj život vybudovalo.

V minulých dnech skončilo ve Vídni zasedání Světové rady míru, kde bylo jednáno o zákazu užití atomových a vodíkových zbraní a o řešení celkové mezinárodní situace vůbec. Z tohoto zasedání vyšla celá řada návrhů, které musí být vodítkem pro všechny mírumilovný lid v boji za udržení světového míru, jako jeden ze zásadních návrhů bylo rozjet podpisovou kampaň za odstranění atomové a vodíkové zbraně. Toto se musí stát i pro sportovce linií pro propagační i agitační práci v celém masovém hnutí.

Mluvíme-li o mírovém hnutí, je si třeba říci o poslání sportu v mírovém boji. Sport a mezinárodní sportovní styky jsou velmi důležitým článkem mírové fronty. Musíme vidět mezinárodní sportovní význam v tom, že desetitisíce lidí ze všech zemí se nadchly pro sportovní soutěže nejen pro jejich veliký sportovní význam, ale také proto, že tyto manifestace byly zároveň přínosem k vzájemnému porozumění mezi národy, protože byly zjevným příznakem uvolnění mezinárodního napětí, o které usilují. Tento mírový boj se ve skutečnosti projevuje tím, kdy na jedné straně zahraniční sportovci navštěvují naši vlast a poznávají pravdu o našem socialistickém zřízení a skutečném životě našeho lidu, o tom, že u nás není nezaměstnanost a bída, že nechceme válku, ale že celé naše úsilí je zaměřeno pro blaho a rozkvět naší vlasti, pro krásný a radostný život našich lidí. S touto poznanou skutečností odjíždějí naši zahraniční hosté do své vlasti, aby o tom hovořili mezi desítkami a stovkami dalších. Tím se stá-

vají tito sportovci propagátory socialistického zřízení a jeho předností a zapalují stovky dalších pro mírovou myšlenku.

Na druhé straně se těmito propagátory stávají naši sportovci, kteří odjíždějí za hranice reprezentovat svou vlast. Jejich působnost není jen omezena na sportoviště, ale též na to, poznat a podívat se na život tamějších prostých lidí. Hovořit s nimi o jejich hospodářském a kulturním životě a srovnávat jej s životem našeho národa. Hovořit s nimi o životě našich lidí plných optimismu a o krásné perspektivě naší vlasti spějící k socialismu.

Naši sportovci mají již celou řadu krásných vzpomínek ze svých zájezdů do zahraničí, kdy nejen ve státech lidově demokratických a Sovětském svazu se setkávají s láskou a přátelstvím k našemu státu, ale též i v kapitalistických státech jsou naši sportovci vřele vítáni a jsou vždy zdrojem přátelských a mírových vztahů se sportovci kapitalistických států. Poslední zájezd našich hokejistů do západního Německa nám ukázal, že i v samotném středisku válečného štvání máme vřelé sympatie a že většina pracujících tohoto státu stojí plně po boku všech pokrokových lidí proti vyzbrojení západního Německa za myšlenkou míru.

Nejen v mezinárodních stycích, ale i ve vnitřním hnutí mohou sportovci ještě ve větší míře bojovat za mír. Chceme-li prosazovat zásady proletářského internacionálního, musíme být vzorem a silní sami uvnitř státu. Síla národa je dána morálně politickou jednotou. Na tomto úseku již udělali sportovci a sportovní organizace velký kus práce zejména v agitaci a propagační práci při volbách do národních výborů a do Národního shromáždění. Zde byla s velkým úspěchem rozvíjena masově politická práce, jejíž vyvrcholení bylo vítězné provedení jednotlivých voleb. V této práci sportovci budou ještě s větším úsilím pokračovat a využívat každého aktivu, schůze, soustředění i soutěží k vysvětlování mezinárodní situace v souvislosti s bojem za mír. V ideové výchově budeme pokračovat v ideologickém růstu sportovců tak, aby do posledního písmene bylo plněno usnesení strany a vlády, které předkládá tělovýchově a sportu ty nejčestnější úkoly.

## Co ukázala celostátní poradna propagačně výchovných pracovníků lyžařských sekcí

Ve dnech 11. a 12. prosince se konala první celostátní poradna propagačně výchovných pracovníků lyžařských sekcí. Účelem tohoto dvoudenního jednání bylo dát pracovníkům na tomto úseku ideologický základ a ukázat na některé z forem propagačně výchovné činnosti. Konečně sem patřilo i zhodnocení dosavadní práce a vzájemné poznání funkcionářů jednotlivých krajů a DSO. Tyto požadavky poradna splnila.

V daleko větší míře než kdy předtím se ukázala potřeba výchovy nového, socialistického sportovce a jeho oprostění od buržoasních přezítků. V našem případě to neznamena jen péči o aktivní závodníky, ale především o trenéry, cvičitele a jiné funkcionáře, a to tím spíše, že tito činovníci hrají důležitou roli ve výchově lyžařů. Mohou vychovávat proto, že nejlépe znají lidi, znají jejich charakter, jejich těžkosti. A protože jsou s nimi v neustálém styku, jsou jim rádcí a musí být tedy i jejich prvními vychovateli. Dnešní stav však zdaleka neodpovídá požadavkům, které na ně klademe, a proto násobí nutnost zaměřit se především na tyto funkcionáře.

Státní reprezentanty pak musíme vychovávat proto, že reprezentují naše lidově demokratické zřízení, že jsou představiteli socialistické tělesné výchovy a nového, vyššího společenského pořádku. A nejen to, oni jsou i vzorem naší mládeži. Proto i jim musíme věnovat velkou pozornost.

Poradna nejednou zdůraznila především výchovu nového člověka a ukázala na některé ze zásad přesvědčovací práce v lyžařských oddílech, na okresech a v krajích. Umění každého propagandisty a vychovatele spočívá v tom, jak dovede ovlivnit své posluchače, aby pro ně učinil známou pravdu co nejpřesvědčivější, co nejnázornější, co nejnázornější, aby

si ji svěřenci co nejlépe vstúpili v paměť. Smysl práce je dán hlavním úkolem. Osobní agitace je založena na dobré znalosti toho, koho budu přesvědčovat. Jinak se stává formální a málo účinná. Malou účinnost násobí ještě současná další bolest — všeobecnost a frázovitost. Je skutečností, že nás člověk má již dost všeobecných pravd a omilání frází, ale chce pravdivé a jasné politické argumentace se správným politickým hodnocením. Jde o konkrétnost v naší agitaci. Nepřesvědčíme, budeme-li komolit fakta, přimýšlet a zveličovat úspěchy naší výstavby. Nebudeme mít úspěch, budeme-li k lidem přistupovat nepřipravení a s vědomím, že všechno „opovídáme“. Naděláme tím veliké politické škody, budeme podlamovat důvěru ke straně, jestliže nebude naše agitace pravdivá a zásadní. A to se ještě v současné době děje. Z těchto nedostatků vyplývá jeden závěr: osobní agitaci provádět metodou rozboru na základě dobré znalosti věci. Prvním

předpokladem je soustavné studium marxismu-leninismu a denně se obracet k dennímu tisku. Náš stát je právě silný uvědomělostí mas. Je silný tehdy, jestliže masy všechno vědí, mohou všechno posuzovat a přistupují-li ke všemu uvědoměle.

Porada se nezabývala jen výchovou, ale i otázkou popularisace lyžařského sportu. Vytýčila úkol dosáhnout masovosti v našem sportovním odvětví, a k tomu je třeba použít všech agitačně propagačních forem: spolupráce s tiskem, názornou agitaci, využití rozhlasu a filmu a naučit pracovat aktivní sportovce v dostatečné míře s veřejností. Svým kritickým hodnocením byla porada přínosem pro propagační pracovníky krajů. Je si jen třeba přát, aby usnesení porady bylo přenášeno i do života nižších lyžařských složek.

MIROSLAV BLAHOÚT,  
za propagačně výchovnou komisí  
LS SVTVS

## ZA ZVÝŠENÍ ÚROVNĚ TRENÉRSKÉ PRÁCE

(Úkoly trenérů v roce 1955)

V uplynulém roce jsme dosáhli dalších úspěchů na úseku závodního lyžování. Zvýšil se počet trenérů, kteří obětavě připravují závodníky, a také zájem o školení dobrovolných trenérů neustále vzrůstá. Pro velký počet přihlášek museli být někteří zájemci zařazeni až do VI. ročníku školy pro dobrovolné trenéry (1955—1956). Také výkony závodníků v důsledku stále většího uplatňování celoročního tréninku stále vzrůstají. O tom svědčí neustále se zmenšující rozdíl mezi 1. a 10., 1. a 20. a 1. a 50. závodníkem v různých závodech a na přeborech republiky. Příklad Zlaté lyže v Novém Městě n. M.

Muži — 15 km:	1.—10.	1.—20.	1.—30.	1.—50.
1954	rozdíl 3:28	5:51	7:58	10:43
1955	rozdíl 2:39	4:07	4:40	8:14

Ve sjezdových disciplínách jsou překonávány traťové rekordy. Celá řada mladých závodníků dosahuje dobrých výsledků na závodech. Jsou to především I. Matouš, Hrubý, Balátka, Lahr, Fialová, Benešová, Jirků, Lukešová, Farský, Vokatý, Šoltys, Rickvalská, Fučíková a další.

Jelich výsledky jsou dobrým příslibem pro budoucí výkony na mezinárodním poli. Významnou pomocí pro zlepšení práce na úseku techniky bylo natočení instruktážních filmů na mistrovství světa ve Falunu a Āre. Spolu s filmy pořízenými Čs. státním filmem vidělo na filmových besedách techniku nejlepších závodníků skoro 10.000 lyžařů, z nich velká část byli závodníci, mládež a trenéři.

Značná část závodníků i závodnic začala včas s nácvičkem na I. celostátní spartakiádu.

Na úseku organizačním jdeme také kupředu. Upevnila se práce čelných trenérských rad v krajích a DSO, které poskytují konkrétní pomoc tisícům závodníků a závodnic dospělých i mládeži. Uplatňování sovětských zkušeností, zvláště na úseku běhu na lyžích, se zlepšilo. Byla zveřejněna celá řada konkrétních materiálů o tréninku a práci trenérů.

Tyto úspěchy a klady v naší práci nesmí nás ukolčbat a vést ke spokojenosti, neboť musíme odstranit některé vážné nedostatky, které brzdí další rozvoj a zvýšení výkonnosti.

Především stále ještě nemůžeme být zcela spokojeni s výkonností našich nejlepších závodníků a musíme hledat další formy práce, abychom i v lyžování plnili úkol daný

stranou a vládou: „Po vzoru sovětské fyskultury, za nejlepší a nejvyšší sportovní výkony, za nová světová prvenství.“

Výchovné působení trenérů a cvičitelů, kteří pracují se závodníky, není na potřebné výši. Celoroční práce nemá ještě dostatečnou kvalitu a systém vysokých tréninkových dávek stále ještě neuplatňujeme v dostatečné šíři. Metodika nácviku techniky jednotlivých disciplín je nejednotná a názory jednotlivých trenérů se různí a třetí a jsou někdy protichůdné. Závodníci pak těžko mohou poznat, co je správné a co je nejlepší.

Na základě dosažených výsledků a rozboru nedostatků na úseku trenérské práce byl vypracován plán práce ústřední trenérské rady, který obsahuje hlavní úkoly v tomto roce. Tyto úkoly jsou všeobecně platné a je třeba, aby do jejich plnění byli zapojeni všichni trenéři, každý podle toho, na jakém úseku pracuje.

Jaké jsou to úkoly?

1. Prvořadým úkolem všech trenérů je zapojit závodníky a závodnice do nácviku prostných na I. celostátní spartakiádu. Je třeba vhodným způsobem zařadit nácvik prostných do treningu i nyní v zimě. Jako příklad mohou sloužit reprezentantky a příslušnice družstva mladých běžkyň, z nichž většina ovládá již celá prostná ROH. Zvláště po zakončení závodního období bude třeba věnovat plně pozornost přípravě na I. celostátní spartakiádu. Tak jak to dokázali lyžaři v jiných celostátních akcích (zimní a letní závod branné zdatnosti atd.), jistě i nyní závodníci a trenéři budou patřit mezi ty sportovce, kteří budou příkladem ostatním.

2. Rozhodující pro zlepšení celkové úrovně závodního lyžování je práce dobrovolných trenérů. Čeká nás hodně práce. Zkušenosti z prvních závodů v lednu ukazují na jedné straně další růst závodníků a na druhé straně vážné nedostatky u mládeže a v ženách, kde celoroční training není dostatečně uplatňován. U závodníků I. třídy ve všech disciplínách vidíme i zlepšovanou techniku, ale celková technická úroveň závodníků jednotlivých disciplín v nižších výkonnostních třídách je slabá zvláště u dorostu, u běhu žen, u sjezdových disciplín žen, skoku a sdruženého závodu.

I když musíme zvyšovat nároky na nácvik techniky, je třeba zlepšovat náplň celoročního trainingu a zamezovat přestávkám a nepravidelnosti v trainingu.

Povinnosti všech trenérských rad je zlepšit péči o dobrovolné trenéry, doplnit počet trenérů pro sjezd a skok a přidělit všem závodníkům trenéry. Ústřední trenérská rada bude dalším školením a doškolováním zvyšovat theoretické a praktické znalosti všech trenérů.

Při veškeré této práci je třeba neustále zlepšovat péči o výchovu závodníků, vést je ke kázní, ke smyslu pro kolektiv, ke skromnosti. Výchovná práce trenéra je základ veškeré práce.

3. Dalším úkolem je zajištění přípravy na olympijské hry a zlepšení péče o závodníky I. třídy. Letošní rok je velmi důležitým vzhledem k tomu, že za 11 měsíců budou zahájeny zimní olympijské hry. Je nutné využít každého týdne, aby reprezentanti byli dokonale připraveni pro tento čestný úkol. Zároveň s tím souvisí zvýšení péče o závodníky I. třídy, kteří tvoří zálohu budoucích reprezentantů. Úkolem v roce 1955 je zvýšit počet závodníků I. výkonnostní třídy u běhů o 50%, u skoku a sdruženého závodu o 50% a u sjezdových disciplín o 33%. Cílem nejlepších závodníků nemůže být jen dostati se do státního družstva nebo se v něm udržet, ale snažit se o to, stát se nejlepším na světě.

4. Čtvrtým důležitým úkolem je zvýšení péče o mládež. Bohužel dosavadní péče o mládež (závodníky) není vždy dostatečná. Výevik a training mládeže probíhá v mnohých místech živelně a chybí nám více takových středisek, kde se dobře starají o mládež, jako v Novém Městě na Moravě, Harrachově, v Ostravském kraji a pod. Je třeba zvýšit praktickou pomoc trenérů úseku škol. Také podpora a péče trenérských rad sportovním školám mládeže a dorostu je dosud malá. Je třeba neustále zvyšovat theoretické a praktické znalosti (zvláště na úseku techniky) všech trenérů a cvičitelů, kteří působí ve sportovních školách mládeže a dorostu.

Mimo tyto hlavní úkoly nás čeká řada dalších úkolů. Především je třeba dále zlepšovat a upevňovat práci krajských/trenérských rad a trenérských rad lyžařských sekcí ÚV DSO. Dosud nejsou založeny aktivní okresní trenérské rady v celé řadě horských okresů. Musíme zvýšit osobní styk ústřední trenérské rady s trenérskými radami krajů a ÚV DSO, rovněž trenérské rady krajů a DSO musí zvýšit styk a péči o jednotlivé trenéry a více jim pomáhat v práci.

Také propagační práce vyžaduje zlepšení. Je třeba, aby všichni trenéři, každý podle svých možností aktivně propagoval (tiskem, přednáškami, besedami atd.) správné trainingové metody, zkušenosti atd. Ústředně musíme zajistit více metodických materiálů pro Stadion a Československý sport. V Lyžařství stále chybí zkušenosti trenérů z horských oblastí a všeobecně se málo píše o sjezdových disciplínách. Ve zvýšené míře musíme používat filmu pro zachycení důležitých závodů a pro zlepšení nácviku techniky.

Nedostatečná je stále ještě spolupráce s výrobou lyžařských materiálů. Zvláště na úseku výroby vosků se za poslední tři roky nemůžeme dostat kupředu.

V závěru je třeba se zmínit o problému, který se dá shrnout pod otázku: Co nového? Po velkých mezinárodních závodech, jako bylo mistrovství světa v uplynulém roce, se často setkáváme s touto otázkou. To je správné a pochopitelné. Velké závody přinášejí vždy důležité zkušenosti a určité nové poznatky.

Nejdůležitější je, aby tyto zkušenosti byly dobře využity a hlavně zařazeny do dosavadního systému práce. Zde jsme u kořene věci. Často se stává, a někteří trenéři a závodníci si představují, že po takovýchto závodech je nutné dosavadní systém zrušit a začít jinak, znovu, jen na základě těchto nových zkušeností. I tentokrát se stalo, že na základě našich dosažených výsledků a po zprávách o nových zkušenostech reagovali někteří závodníci a trenéři tak, že všechno, co se dosud dělalo, bylo špatné, a že musíme začít zcela znovu. Toto je nesprávné podecňování starých zkušeností a s tím je třeba skončit.

Checme-li jít kupředu ještě rychleji, je třeba stavět na dobrých starých zkušenostech nejlepších závodníků a novými zkušenostmi doplňovat tak, abychom vytvořili takový systém tréninku, který se neustále vyvíjí a zdokonaluje, a ne abychom každý rok začínali jinak. Především je třeba využít těch starých zkušeností, které říkájí: Vrcholných výkonů dosahujeme pouze tvrdým, soustavným tréninkem, vůlí překonávat překážky, tak jak to dokázali a dokazují R. Vrána, J. Cardal, L. Brehel, K. Lelková a další. Někteří závodníci se mylně domnívají, že to „nové“ bude recept, jak lehčeji a bez námahy získat světová prvenství. Takový recept neexistuje. Na druhé straně by bylo chybné, kdybychom dobré věci neuplatňovali.

Práce trenérů je odpovědná a závisí na ní další rozvoj závodního lyžování. Proto všichni musíme každý podle svých možností plnit odpovědně všechny úkoly, abychom splnili plán rozvoje a práce na rok 1955. Zvýšená úroveň čs. závodního lyžování bude naší odměnou.

VLADIMÍR PÁČL,  
předseda ústřední trenérské rady

## Směrnice pro plánování tréninku v lyžování

Otázky, související s plánováním tréninku, nejsou u nás nové. Již v dřívější době si naši nejlepší závodníci uvědomovali, že bez důkladného tréninku v létě a na podzim není možné dosáhnout dobrých výsledků v zimě. Tyto zkušenosti našich nejlepších závodníků a později trenérů nebyly však systematicky zpracovány. O tréninku, jeho náplni, plánování a metodice vládly různé názory a „theorie“. Teprve po r. 1948, kdy k nám ve větší míře pronikly sovětské zkušenosti a materiály, kdy i na úseku sportu jsme se začali seznamovat s vědeckými základy sovětské fyškultury, jsme přikročili k zavedení systematického celoročního tréninku. Prvá léta byla dobou seznamování se s novými formami práce a zároveň dobou bojů za prosazení celoroční činnosti.

V důsledku toho, že je zapotřebí stanovit určité jednotné směrnice pro plánování tréninku, sešlo se 25. a 26. září 1954 plenum trenérské rady lyžařské sekce při SVTVS. Dobrovolní trenéři, státní trenéři a trenéři ÚDA projednali všechny otázky, související s plánováním a rámcovou náplní tréninku. Po bohaté diskusi byly schváleny následující směrnice pro plánování tréninku všech lyžařských disciplín.

### SMĚRNICE PRO PLÁNOVÁNÍ TRÉNINKU V LYŽOVÁNÍ

Zpracovali: mistr sportu M. Bělonožník,  
J. Bogdál, V. Páček, B. Tvrzník

- I. Všeobecná část.
- II. Složky sportovního tréninku.
- III. Vlastní plánování tréninku.
- IV. Směrnice pro plánování tréninku běžců.
- V. Plánování tréninku sjezdařů.
- VI. Skoky na lyžích.
- VII. Plánování tréninku sruženáře.

VIII. Tréninkový deník.

IX. Závěr.

X. Literatura.

XI. Přílohy.

Směrnice pro plánování tréninku, které jsme vypracovali na základě dosavadních zkušeností, jsou určeny pro potřebu všech dobrovolných cvičitelů a trenérů. Směrnice nejsou dogma a mají sloužit především jako vodítko pro práci a počítáme s jejich dalším zdokonalováním za pomoci širokého aktivu všech trenérů. Uvedené

číslo a náplň trainingu jsou zaměřeny na reprezentanty, a proto pro závodníky nižších výkonnostních tříd, tříd mládeže a pro ženy musíme training teprve úměrně upravit.

Případné dotazy a připomínky k materiálu, které byly rozeslány všem cvičitelům a trenérům lyžování, zasílejte na trenérskou radu lyžařské sekce SVTVS, Praha II, Na poříčí 12.

## Zkušenosti lékaře v soustředění lyžařských reprezentantů

MUDr. JAROSLAV ČECH

V minulých dnech před odjezdem do SSSR byli naši lyžařští reprezentanti v klasických disciplínách soustředění ve Špindlerově Mlýně a Čapkově chatě v Krkonoších. Měl jsem příležitost soustředění se zúčastnit jako lékař, abych zde provedl určitá preventivně zdravotní opatření. Této příležitosti využil jsem k tomu, abych se přesvědčil, jaký vztah má naše lyžařské dění k základnímu principu sjednocené tělovýchovy — k principu zdravotnímu, který lze vyjádřit vztahem k lékařské kontrole ve smyslu směrnice č. 669.

Byl jsem překvapen. Základním kamenem lékařské kontroly jsou lékařské prohlídky ke konci přechodného období. Prohlídka má nejen zjistit zdravotní stav sportovce a event. stupeň trenovanosti, ale i zachytit všechny potřebné základní hodnoty nutné k dalšímu sledování působnosti trainingového procesu. Ať jsou to váha, puls, plicní kapacita, krevní tlak nebo funkční zkoušky Letunovovy. Trainingový proces zanechává v těle určité stopy, které je nutno sledovat, hodnotit a dávat trenérům před počátkem jakéhokoliv trainingového procesu k dispozici. Někteří lyžařští reprezentanti chodí také k lékařským prohlídkám. Lékařská prohlídka lyžaře v listopadu, prosinci nebo v lednu má svůj význam, ale není vzhledem ke svému časovému umístění tím, čím má být. Základní a rozhodující význam má pouze v červnu, před započítáním přípravného období. Jak jinak může splnit celý svůj smysl a význam? Před započítáním jakéhokoliv trainingového procesu je nutné sportovce znát zejména po stránce zdravotní. Sám trenér má kontrolovat a působit na závodníka, aby prošel touto základní prohlídkou, jak o tom jasně hovoří směrnice 669. Řádně training plánovat, stanovit dávky lze jen na základě reálných předpokladů, které možno kdykoliv kontrolovat jak s hlediska trenéra, tak i lékaře, a jedním z předpokladů je lékařská prohlídka. Takovýto vzhled k prohlídkám nenacházíme zatím ani u našich vrcholných

lyžařů. Nebylo by pak možné, aby teprve v několikátém soustředění byl lékařem objeven reprezentant se srdeční vadou, vylučující sportovní training. Takovéto zjevy nelze nazvat zvýšenou zdravotní péčí o naše vrcholné sportovce. (Poznámka redakce č. 1 na konci článku.)

**Lékařsko-pedagogický dohled.** Je třeba prakticky vyzkoušet způsob a metody spolupráce trenéra s lékařem. Na uvedeném soustředění byl v tomto směru učiněn jistý pokus, který přinesl všem celou řadu poznatků a zkušeností, které bude možno řádně zhodnotit až později. Musíme se této spolupráci všichni učit, sportovci lékaři i trenéři. Je však k tomu potřebí všech hodnot získaných v první základní lékařské prohlídce, jak jsou uvedeny ve zdravotních záznamech sportovce na krajských odd. péče o tělesnou výchovu a sport při KÚNZ. Bylo by snad únosné, aby státní reprezentanti měli v držení opisy těchto knížek. Lékaři, kteří se pak zúčastní soustředění, měli by o vývoji všech zdravotnických hodnot jasný přehled během celého trainingového procesu. Zatím se nabízí pouze tato cesta k rychlému stanovení a posuzování metodiky a dávek trainingu.

**Zdravotnická osvěta** doplněna vhodnými biologickými přednáškami zejména z učení I. P. Pavlova a fyziologie tělesných cvičení není rovněž náležitě uplatňována. Vhodně by to doplnilo vědomosti jak trenérů, tak i závodníků. Každý



tréninový den by měl být večer podrobně hodnocen, probatován a zdůvodněn fyziologicky. Režim dne, duch, v jakém je vedeno soustředění, nálada účastníků a celý komplex na první pohled podružných faktorů se projeví na konec ve výsledcích tréninového procesu.

Hygienické otázky nejsou rovněž podřadné. Řádné ubytování, strava vhodně doplněná vitaminy, možnost sušení oděvu, umývárny a masáž jsou velmi důležitá.

**Péče o zdravotní stav.** Ideální by bylo, aby každého soustředění se zúčastnil zkušený lékař, který by každodenně dbal o údržbu zdraví všech účastníků. Výsledek soustředění mohou ohrozit i takové faktory, jako jsou rýma, průduškové katary, průjmy a jiná malá onemocnění. Nelze vidět v přítomnosti lékaře pouze léčitele zlomených nohou nebo úrazů. Takovéto stanovisko bylo právě typické pro éru kapitalistického sportovního lékařství. Důležité je, aby v soustředění byla k dispozici řádně vybavená lékárníčka a trenéři i vedoucí byli školeni v PZO.

**Zdravotní zajištění sportovního podniku.** Zahraniční zájezd našich reprezentantů představuje jeden z vrcholných podniků, který zasluhuje, aby byl po všech stránkách co nejpečlivěji zajištěn. Zájezd našich lyžařských reprezentantů do SSSR nelze však považovat za dostatečně zdravotně zajištěn. Ať již byly příčiny jakékoliv, naši reprezentanti odjížděli do předpokládaných těžších klimatických podmínek bez lékaře. Po několikerém nominování vznikla definitivní sestava 15 závodníků, 3 trenéři a 2 vedoucí, z nichž jeden při nále-

žitím pochopení zdravotnických zásad mohl být dobře nahrazen lékařem. (Poznámka redakce č. 2 na konci článku.) I zde je špatně chápána funkce lékaře. Na zahraničním zájezdu nejedná se pouze o úrazy, které může dobře ošetřit místní zdravotní služba, ale jde zde v první řadě o stálou údržbu zdravotního stavu, lékařsko-pedagogický dohled, boj proti předstartovním a startovním stavům, což předpokládá stálou přítomnost lékaře. Závodníci, trenéři i ostatní pracovníci jezdí zejména do SSSR se učit a získávat skvělé zkušenosti slavné sovětské fyskultury. Jen tělovýchovným lékařům se zaměřením lyžařským bylo již po druhé v historii těchto zájezdů odepřeno čerpat z praktických zkušeností sovětských lékařů a lyžařů. Zde se vnučuje otázka: zda i největší lékaři by stejným způsobem zajistili svůj zájezd?

#### Závěrem:

1. Zkušenosti sovětské fyskultury musí se stát naším velikým vzorem v plné šíři i hloubce.

2. Lékař se musí stát prvním pomocníkem trenéra v jeho práci.

3. Trenér se musí stát prvním pomocníkem lékaře při uplatňování systému lékařské kontroly v plném rozsahu a obsahu.

4. Je třeba si stále uvědomovat, že všude tam, kde se jedná o tvorbu a formování nového člověka, je zapotřebí spolupráce lékařů — ve sportu, na pracovišti, ve škole i jinde.

Vzájemnou spoluprací a porozuměním vpřed, za uskutečnění zdravotnických cílů v našem lyžařství!

\*

**Poznámka redakce č. 1.** Representant, o kterém píše soudruh dr. Čech, byl do konce října 1954 členem ÚDA, kde jistě byl pod lékařskou kontrolou. Pokud se týká jeho srdeční vady, problém je v tom, že absolvoval v poslední době čtyři lékařské prohlídky a při dvou mu bylo doporučeno, aby nezávodil a další dva lékaři závodění nezakazovali.

**Poznámka redakce č. 2.** Pokud se týká zájezdu do SSSR — nominace lékaře, zvážila ústřední sekce všechny tyto okolnosti. Při rozhodování bylo vzato v úvahu to, že v SSSR je zajištěna bezvadná lékařská péče a že se závody konají na dvou místech, v Moskvě a Podreskovu, a že je tedy třeba, aby byli dva vedoucí, zvláště proto, že soudruh Duffek zároveň působí jako mezinárodní rozhodčí.

# Jak provádíme instruktáž v KVTVS a ÚV DSO

Organisačně inspektorská komise LS-SVTVS provádí instruktáže podle schválených pokynů.

Vydáním pokynů k instruktážím v KVTVS a ÚV DSO je zajištěna jednotnost v provádění instruktáží členy komise při zjišťování pravého stavu činnosti lyžařských sekcí, sledování činnosti sekcí po organizační stránce, zdali úkoly vytyčené ústřední sekcí jsou projednány s potřebnou svědomitostí a odpovědností a zda je postaráno a dostatečně zajištěno jejich plnění.

Sledujeme, aby úkoly byly plněny pod osobní odpovědností, aby nedostatky a těžkosti z toho vyplývající byly řešeny s náležitou odpovědností a rozvahou.

Hlavní úkoly sekcí vidíme v péči o oddíly a učebně metodickou práci. Pomáhat sportovním školám dorostu a mládeže a organisovat při každé příležitosti závody pro dorost. Provádět odpovědně výběr evičitelů pro vedení výcviku při zimní rekreaci pracujících a dbát na dodržování směrnice pro vedení výcviku v oddílech. Zajistit ustavení komisí, zvláště učebně metodické a trenérské rady a sledovat činnost propagačně výchovné práce. Ustavit lyžařské sekce na okresech a sledovat jejich činnost. Zjišťovat skutečný stav v oddílech a hlavně zdůrazňovat celoroční činnost na základě plnění podmínek PPOV.

Sledovat svolávání a provádění okresních srazů evičitelů, zpracovat včas kalendáře sportovních soutěží a zajistit jejich hladký průběh, provést jmenování rozhodčích a evičitelů a pořídit přesný přehled o závodnících II. třídy jmenovitě a o závodnících III. třídy číselně. Pečlivě připravit přebornické, veřejné a ostatní soutěže, hlavně soutěže mládeže. Spolupracovat s orgány Svazarmu a zajistit hladký průběh SZEZ.

Vypracovat plán schůzí, který vychází z celoročního plánu práce a zaslat ústřední sekcí a vypracovat hospodářsko-finanční plán, čtvrtletní zprávy o činnosti a předávat je předsednictvu KVTVS.

Zaměřit se na správnost statistických hlášení, zasílaných SVTVS, týkajících se stavu rozhodčích II. a III. třídy, závodníků II. a III. třídy, počet startujících v přebornických soutěžích a včas zaslat technické výsledky.

Upozorňujte při každé příležitosti na materiál obsažený ve „Zprávách sekce“, které se vydávají jednou za měsíc. Pozorně sledovat a propagačně zajišťovat účast sportovců pro nácvik I. celostátní spartakiády v roce 1955, který je prvořadým úkolem všech LS-KVTVS.

STANISLAV KUBÍN,  
člen organizační komise SVTVS

## JEŠTĚ K DISKUSI O TECHNICE BĚHU

VL. PÁCL

První běžecké závody v tomto závodním období jasně ukázaly dále stoupající úroveň běžců. Projevuje se to nejen velkými počty startujících, jak jsme viděli na štafetách v Harrachově, na závodech v Kořenově (v roce 1952 bylo celkem 43 závodníků, letos 139 závodníků) a na Zlaté lyži Českomoravské vysočiny v Novém Městě na Moravě, ale také zlepšenou výkonností.

Je vidět, že se systém celoroční práce stále více vžívá a že výkony úměrné k tomu se také zlepšují. I když máme radost z tohoto růstu, nesmíme přehlížet některé nedostatky, které brzdí ještě rychlejší růst výkonnosti. Chci se zmínit o třech:

Především jsou vážné nedostatky na úseku techniky. I když někteří naši přední závodníci, jako I. Matouš, J. Malinský, V. Melich, E. Vašicová, L. Pačková a další jezdí vcelku technicky dobře a i když máme radost z technické jízdy mladých závodníků jako je E. Benešová, Fialová, Hrubý a další, přece je jich vcelku ještě málo. Právě na sho-

ra uvedených závodech jsme viděli, jak závodníci II. a nižší výkonnostní třídy potřebují odstranit vážné nedostatky v technice (je samozřejmé, že i s tím souvisí odstranění nedostatků v dalších složkách trainingu, na kterých technika závisí). Především musí zvládnout základy správné techniky většina mladých závodníků.



V tomto čísle je uveřejněn kinogram V. Hakulinena (Finsko), který po Kuzinovi (SSSR) byl vloni druhým nejlepším závodníkem na mistrovství světa. Na kinogramu, který je pořízen z filmového záběru při závodech, vidíme správnou techniku střídavého běhu dvoudobého. K povšimnutí zvláště je třeba zdůraznit — běžecký luk (obr. č. 4—7; 13 a 16), který vzniká hlavně energickým odrazem nohy (obr. č. 2—4; 11—13), při němž je protlačena příslušná stra-

na pánve vpřed. (Obr. 2.—4. levá strana; 11—13 pravá strana.) Všimněte si, jak na začátku každého kroku, kdy běžec prochází tak zv. základním běžeckým postojem (obr. č. 1 a 10) je trup poněkud více předkloněn než ve fázi běžeckého luku (obr. č. 4—7; 13 až 16), kdy běžec využívá skluzu. Obrázek č. 1 a 10 ukazují, jak je běžec složen — vytváří se jakési pero (pružina), které je připraveno rychle se vymrštit vpřed. Tato práce trupu vpřed a mírně



vzhůru ve spojení s odrazem nohy napomáhá aktivně odrazu a přenesení těla na přední lyži.

Další podrobnosti techniky, které jsou na kinogramu vidět (přenesení váhy těla, jízda ve skluzu, práce paží atd.) není třeba popisovat, protože jsou to známé věci. Je třeba zdůraznit, že jak práce paže vzad a práce nohy vpřed se děje energicky — švihem.

U velké většiny běžců i běžkyň pozorujeme, že málo používají běhu s od-

pichem soupaž, což je pravděpodobně zaviněno nedostatečným tréninkem plece ramenního a nedostatečnou trénovaností trupu. Střídání jednotlivých způsobů techniky podle terénních nerovností a sněhu je stále nedostatečné. Při jízdě do kopce vidíme, že část závodníků jede pomalu proto, že nemají dostatečnou fyzickou zdatnost.

Druhý nedostatek spočívá v nedokonalé přípravě organismu těsně před závody. Málo závodníků se důkladně roz-

cvičí a rozjezdí před startem závodu. Účel rozcvičení je velmi dobře znám, proto nemusíme podávat fyziologické zdůvodnění. Závodníci tím, že se nedostatečně rozcvičují, ochuzují se v prvních kilometrech, kde nedosahují potřebné rychlosti. Je to tak, jako by závodník na motocyklu měl vymrzlý motor, nastartoval a chtěl, aniž by předtím motor dostatečně rozehrál, ihned vyvinout maximální rychlost. Je jasné, že toho nedocílí a my často chceme, aby organismus bez určité přípravy (rozehrátí) pracoval naplno. K přípravě nestačí mírné projíždění a zkoušení vosků tak, jak je to dosud zvykem. To musí být

dostatečné rozcvičení celého těla a pak rozjezdění na lyžích, kdy chvílemi jedeme i maximální rychlostí.

Třetí nedostatek je nedostatek trenérů. Stále vidíme při závodech malý počet trenérů zvláště u mladých závodníků. Někteří trenéři se musí sami ještě zdokonalovat hlavně v technice, aby mohli dobře učit.

Nedostatky a potíže v naší práci jsou, ale jsou to nedostatky a obtíže růstu a proto nám nemohou brát chuť do další práce tím, že se nemohly splnit vytyčené úkoly.

SNÍMKY B. SÝKORA

## LYŽAŘSKÉ VÍCEKOMBINACE V NOVÉ ÚPRAVĚ

Usnesením LSSVTVS byla dosavadní lyžařská čtyřkombinace pro muže a trojkombinace pro ženy nahrazena novým složením disciplín v trojkombinaci pro muže a dvojkombinaci pro ženy. Tyto dva závody stávají se proto až na další oficiálními disciplínami postupovými, a proto vypisovanými v jednotlivých kolech soutěže o přebor ČSR. Trojkombinace mužů je složena z těchto dílčích závodů: běh na 15 km, skok a obří slalom. Dvojkombinace žen je složena z běhu na 10 km a obřího slalomu.

Proti dosavadnímu stavu nahrazuje se tedy sjezd a slalom obřím slalomem. Tato zásada je zvolena na základě zastoupení a vyčerpání lyžařské sportovní charakteristiky v hlavních částech, za něž se pokládají běh, skok a sjezd se všemi specifickými vlastnostmi. Jde o novinku letos prvně prakticky provedenou, a proto dosud neznámou ve významu, výsledcích i přítlačivosti s hlediska závodníků. Seskupení disciplín nemá v cizině oficiální období, není z něho tedy zkušeností, je to československá originalita, a musí být proto stále sledována a vylepšována.

Názvem dochází zde ke kolísání s další trojkombinací, a to sjezdovou, známou všeobecně jako novou záležitost mezinárodní. Odlišme proto názvy obou tým, že námi zavedenou kombinaci nazýváme trojkombinací a kombinaci sjezdovou platnou pro muže i ženy nazýváme trojkombinací sjezdovou. Přídavným jménem sjezdová rozlišme tedy náplň uvedených trojkombinací a oficiálně použijeme tyto názvy i v lyžařských pravidlech analogicky, jako jsme rozlišovali sdružený závod a sdružený závod sjezdový.

Zavedením této změny záležitost neskončila. Jde především o její nově upravené hodnocení, které musí dát závodníkům pocit spravedlivého měření, které jejich výkony i námahu srovná v poměrech tomu odpovídajících. Tato závažná část změny

nebyla řešena bez obtíží, neboť dosavadní hodnocení kombinace běhu a sjezdu nebylo vyhovující a použití tabulek pro tu kterou disciplínu jeví se jako odvážné a prakticky nevyhovující.

Při dosavadním hodnocení podle tabulek platných pro vícekombinace bylo nápadné, že sjezdaři byli preferováni na úkor běžkyň či sdruženářů. Tyto tabulky byly československé konstrukce a příčina nesrovnalosti tkví v tom, že nebyl zvolen správný poměr mezi běžeckými a sjezdovými disciplínami. Tyto dva druhy závodů byly považovány za rovnocenné s hlediska zpoždění závodníka proti vítězi. Takový vztah ale neexistuje, a proto docházelo k přehodnocování sjezdových disciplín. Mnohdy toto bylo tak značné, že závodníci, ač prošli postupně předcházejícími složkami kombinace úspěšně, přece byli diskvalifikováni z celé kombinace proto, že neobstáli v některé disciplíně sjezdové, v níž dostali 0 bodů, nebo dokonce jejich čas měl být theoreticky hodnocen záporně.

Proč k tomu docházelo. Tabulky FIS pro běh vycházejí při času vítěze cca 1 hodinu z rozdělení 240 bodů mezi čas vítěze a čas posledního závodníka ideálně zpožděného právě o čas vítěze, tedy asi 1krát. Tento poměr byl vzat v úvahu při konstrukci tabulek pro sjezdové disciplíny v kombinacích. V tomto momentu pak jest spatřovat příčinu nadhodnocování sjezdových

disciplin. Již ta skutečnost, že v tabulkách pro sjezd při sruženém závodě sjezdovém platilo zpoždění asi 2,4násobné a pro slalom dokonce 4násobné, dávala jasně najevo, že pro sjezd a slalom v kombinacích nemohlo platit něco tak odlišného. Jednásobné zpoždění v běhu bylo použito pro konstrukci tabulek pro sjezdové závody, ač tento poměr lze bez diskuse prohlásit za neplatný.

Nová úřava vychází proto z principu, že není rovnosti mezi lkrát zpožděným závodníkem v běhu proti vítězi a taktéž zpožděnému závodníku ve sjezdu, nebo kterékoli sjezdové disciplíně. Jak dále dovozeno, vychází se nyní při jednonásobném zpoždění v běhu z dvojnásobného zpoždění v obřím slalomu. Po grafickém průzkumu tabulek byly ověřeny číselné poměry jednotlivých disciplin a vypočtena základna pro dané náležitosti trojkombinace a dvojkombinace se zvláštním přihlédnutím ke skoku, kde panují poměry, k nimž musí být vztaženy disciplíny ostatní.

Tyto zásady shrnuté dávají závěr, že běh k obřím slalomu se má jako 1:2 co do násobku času vítěze proti zpoždění posledního závodníka.

Tento poměr převzatý jako základ určuje již celý způsob nového hodnocení, které v praxi vyjde pro běh z tabulek, v nichž 1 bod se rovná 15vteřinovému zpoždění a v obřím slalomu 1 bod se bude rovnat 1vteřinovému zpoždění, při čemž běh je takto nepatrně korigován vzhledem ke skoku.

Lineární matematická závislost je vyjádřena takto:

Zpoždění v běhu o  $240 \times 15$  rovná se 3600 vteřin, zpoždění v obřím slalomu o  $240 \times 1$  rovná se 240 vteřin.

Platí proto rovnice:  $15 : 1 = 3600 : 240$  čili  $15 = 15$  a dále  $1 = 1$  vyjadřuje rovnocennost disciplin.

Korektura běhu spočívá v tom, že není dovoleno vzhledem k hodnocení skoku používat jiné ekvivalence za 1 bod než 15 vteřin, což odpovídá času vítěze 53 minut.

Na základě zvážení všech činitelů ovlivňujících hodnocení kombinací byla schválena LSSVTVS tato úprava:

Pro trojkombinaci mužů a dvojkombinaci žen používá se stejného hodnocení.

Běh hodnotí se podle platných výpočtových tabulek s použitím stále stejné tabulky pro vítěze času 53 minut a vt./b 15.

Skok hodnotí se podle nejdelšího skoku v tom kterém kole bez pádu, podle tabulek dosud platných. Ostatní ustanovení platná pro skok v závodě sruženém platí i zde.

Obří slalom se hodnotí pro vítěze 240 body a každá zpožděná vteřina má za následek ztrátu 1 bodu.

Prakticky se časový rozdíl proti vítězi odečte od 240 bodů, čímž se získají body dalšího závodníka.

Příklad:

Dosažený čas	2,29,0
čas vítěze	2,00,6
rozdíl	28,4
Body	240
minus	28,4
výsledek	211,6

Dvojkombinace žen hodnotí se celkem maximálně 480 body (240 běh, 240 obří slalom).

Trojkombinace mužů hodnotí se celkem ideálně 720 body (240 běh, 240 skok, dosažitelnými body a obří slalom 240 body).

Při shodě bodů dvou nebo více závodníků interpoluje se běh na tři desetinná místa podle dosavadních pravidel.

Stejným hodnocením pro ženy koriguje se běh žen ve smyslu jeho zvýhodnění proti dosavadnímu stavu, kde se podle času vítěze obvykle nižšího než 53 minut používalo menšího časového zpoždění pro 1 bod, a tím pro každou zpožděnou závodnici docházelo k přísnějšímu hodnocení.

Je nutno ještě zvláště zdůraznit, že samotné hodnocení v této formě předpokládá ještě dodržování technických náležitostí trati a můstku, a proto musí být dokonalá spolupráce technických činníků s rozhodčími při každém závodě. Zvláště obří slalom má být stavěn tak, aby čas vítěze se pohyboval kolem 120 vteřin. Regulace rychlosti vzhledem ke kvalitě sněhu je možná branami. Technické podmínky je třeba dodržet již také z toho důvodu, abychom získali podklady pro případné odstupňované tabulky pro různé časy vítězů a měnné délky můstků.

Tento způsob hodnocení byl ověřen zatím na výsledcích ze čtyřkombinace mužů na přeboru ČSR v roce 1954, kde za obří slalom pro výpočty byl dosazen sjezd a slalom vypuštěn úplně. Tyto výpočty daly výsledky méně pořadí jen kolem středu řady umístěných se závodníků a celkem ukázaly, že hodnocení srovnává se s výkonností těchto závodníků v jednotlivé disciplíně. Dále z přepočtu nevyšel nikdo diskvalifikovaný pro nezískání bodů.

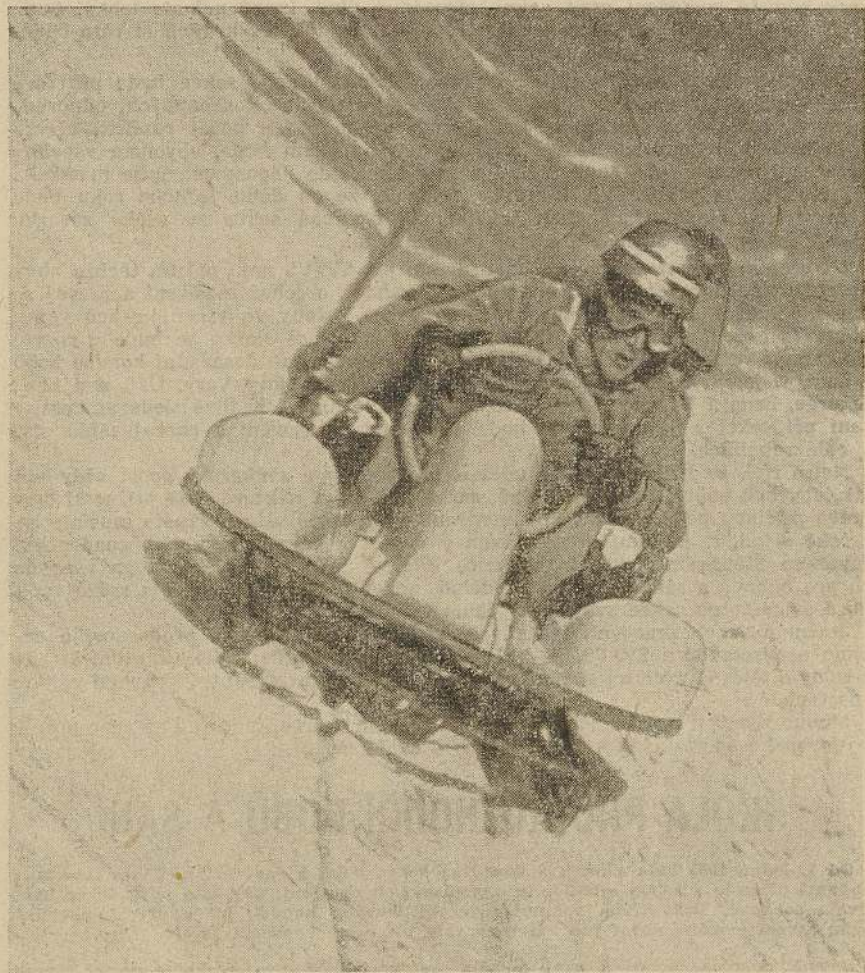
Pokyn o hodnocení kombinací a technických jejich podmínkách byl dán, jak je mi známo, tělovýchovným složkám přípisem LSSVTVS.

JOSEF REICHERT

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I. Č. 1

ÚNOR 1955



*Pěkný záběr z přeboru ČSR v jízdě na bobech v roce 1954 v Tatranské Lomnici.  
Bob Berlín s posádkou Dašek, Horák I., Horák II., Hořejší*

# ŠŤASTNOU CESTU!

Ing. J. MIŇOVSKÝ

Usnesením předsednictva SVTVS ze dne 4. ledna 1955 byl splněn požadavek všech bobistů a sáňkařů, vznesený po prvé při hodnocení závodů o mistrovství republiky v jízdě na bobech v Dubí v Krušných horách v roce 1952 — t. j. utvoření samostatné sekce bobů a saní.

Samostatná sekce bobů a saní při SVTVS se tedy narodila, tímto faktem jsou však bobisté postaveni před velmi odpovědný úkol, který nebude lehký. Bude třeba, aby všichni pracovníci jak ústřední sekce, tak i v krajích si tuto odpovědnost uvědomili a podle toho pracovali.

Tak jako každá nová věc, tak i práce a činnost nové sekce bude mít své dětské nemoci. Jednou z nejtěžších obtíží je nedostatek schopných, odpovědných a pracovitých činovníků. Bude proto nutno jejich počet rozšířit, hlavně v jednotlivých komisích sekce. Naši snahou i úkolem bude, abychom všechny počáteční nesnáze překonali. Velmi nám v tom bude nápomocna naše mateřská lyžařská sekce při SVTVS, která se zavázala, že po dobu jednoho roku bude nám v naší činnosti pomáhat. Věříme, že lyžařská sekce se svého závazku zhostí dobře, díky svým zkušeným pracovníkům.

Utvořením samostatné sekce bobů a saní při SVTVS není otázka těchto obou sportů úplně dořešena. Mám na mysli sáňkařství, o jehož rozšíření a rozvoj se budeme muset starat tak, aby zapustilo dobré kořeny ve všech krajích republiky. Je ovšem dosud nevyřešenou otázkou to, která složka se bude o rozvoj sáňkařství starat v těch krajích, kde nejsou samostatné dosavadní komise bobů a saní, t. j. ve všech krajích kromě krajů Praha, Karlovy Vary, Ústí nad Lab., Liberec, Brno a Vysoké Tatry. Tuto otázku bude muset bedlivě sledovat komise saní při sekci a její vyřešení bude znamenat zmasovění a rozvoj sáňkařství v celé republice.

Nelze říci, že lyžařská sekce udělala pro bobový a sáňkařský sport vždy vše tak, aby byli bobisté a sáňkaři plně spokojeni. Vždyť některé naše stížnosti byly právě příčinou podání návrhu na utvoření samostatné sekce. Přesto musíme lyžařské sekci, t. j. všem pracovníkům v čele s nečekaně zesnulým soudruhem Jakubem Štěpánem, jakož i referentům Pilařovi srdečně poděkovat za všechno co pro bobový a sáňkařský sport udělali, neboť právě na tom všem může začít nová samostatná sekce svojí další činností.

Jménem všech pracovníků a závodníků nové sekce slibují předsedovi a celému předsednictvu SVTVS, že práce v nové sekci bude podle usnesení strany a vlády o tělesné výchově směřovat ke zmasovění a ke zvýšení výkonnosti v obou sportech.

Mnoho zdaru v práci v bobovém a sáňkařském sportu, radostně za zdar I. československé spartakiády a tím i za mír v celém světě.

## ŠKOLA PRO ROZHODČÍ BOBŮ A SANÍ

Od 1. ledna 1955 byla zřízena samostatná sekce bobů a saní při SVTVS. Toto rozhodnutí přineslo s sebou celou řadu organizačních opatření, aby tato nová sekce byla života schopná. Bylo třeba ustanovit několik nových komisí, které dřívější komise bobů a saní neměla, neboť pro nás pracovaly příslušné komise lyžařské sekce.

Bývalá komise bobů a saní neměla k dispozici žádné rozhodčí, vychované pro rozhodování bobových a sáňkařských soutěží, a tuto práci vykonávali rozhodčí lyžařští. Bylo všem jasné, že to není ideální

stav, jelikož tito rozhodčí nemohli znát tak podrobně problematiku bobových a sáňkařských závodů, a proto bylo nutno uspořádat školu pro rozhodčí bobů a saní, aby již pro začátek činnosti nové sekce



bobů a saní byl k dispozici dostatečný počet speciálních rozhodčích všech tříd.

Komise rozhodčích při lyžařské sekci podala návrh na jmenování ústředním rozhodčím ing. Miňovského, který je též předsedou komise rozhodčích sekce bobů a saní, a J. Huňáčka, M. Horu, M. Beldu a ing. V. Daška rozhodčími první třídy. Rozhodčí druhé a třetí třídy vyšli potom ze školy pro rozhodčí bobů a saní, která byla uspořádána na Černé Studnici od 6. ledna do 9. ledna 1955.

Školy se zúčastnilo celkem 27 frekventantů ze šesti krajů. Za lyžařskou sekci se školy zúčastnil K. Petr, který byl také hlavním přednášejícím. Program školy, jelikož byla pouze třídní, byl skutečně bohatý a podle hodnocení účastníků měla být k probrání tak velkého množství látky delší doba.

I přes tento nedostatek byla úroveň školy velmi dobrá. Frekventanti pozorně sledovali přednášky a po skončení každé přednášky byly živé diskuse. Zvláště diskuse a pravidlech bobového a sánkařského sportu byla velmi hodnotná a přinesla celou řadu připomínek k těmto pravidlům.

Některé partie probírané látky činily posluchačům školy určité potíže. Tak na příklad při propočítávání času bylo vidět, že mnohým chybí jak praxe, tak i znalosti matematiky. Proto je přirozené, že touto školou výchova rozhodčích neskončila, ale že kraje budou muset pořádat doškolovací kurzy, aby se tyto nedostatky odstranily a aby byl zaručen růst kádru rozhodčích.

Závěrečné zkoušky byly provedeny jak písemně, tak i ústně, celkem ze šesti předmětů. Výsledky zkoušek ukázaly, že se frekventanti dobře připravovali, neboť 12 složilo zkoušky s prospěchem výtečným. Tito také byli navrženi na jmenování rozhodčími druhé třídy. Jsou to:

kraj Praha — ing. B. Hanák, ing. K. Kubík, M. Dašková, V. Horák, kraj Ústí nad Labem — R. Duda, V. Lomoz, kraj Karlovy Vary — J. Würfel, M. Bureš, kraj Brno — M. Trnka, P. Hrubec, Slovensko — L. Růžička, kraj Liberec — R. Tomášek. Ostatní složili zkoušku s prospěchem alespoň dobrým a byli navrženi na jmenování rozhodčími třetí třídy. Nebyl ani jediný případ, že by některý z účastníků při zkouškách neprospěl.

Na závěr měli posluchači prakticky uplatnit poznatky získané ve škole. Proto se ujali technického provedení „Pražského závodu“ v jízdě na saních, který se konal na dráze ve Smržovce. Až na některé závady byl závod zvládnut celkem dobře.

Škola pro rozhodčí bobového a sánkařského sportu byla bezesporu velkým přínosem a jistě splnila a snad i předčila naše očekávání. Ze školy vyšel dostatečný počet rozhodčích, kteří jsou s problematikou bobového a sánkařského sportu dobře obeznámeni, a proto i připraveni dobře rozhodovat. Také z diskuse o pravidlech vznikne celá řada doplňků a budou odstraněna nejasná místa a nedostatky dosud platných pravidel. Nejenomější je, že jsme my, bobisté a sánkaři, konečně získali kádr vlastních rozhodčích — rozhodčích pro boby a saně, funkcionáře, které jsme dosud v našich sportech tolik postrádali.

Na konec bych si dovolil jménem komise rozhodčích sekce bobů a saní poděkovat jak K. Petrovi za nevšední ochotu a obětavost, se kterou se nám věnoval, a za nezištné předávání cenných zkušeností získaných doma i v zahraničí, tak i komisí rozhodčích při lyžařské sekci, jež má hlavní zásluhu na tom, že tato škola byla uskutečněna.

Ing. V. DAŠEK

## SÁNKAŘSKÁ SOUTĚŽ PIONÝRSKÝCH NOVIN

Na začátku sánkařského hlavního období vyhlásila redakce Pionýrských novin v čísle 51 (171) ze 16. XII. 1954 spolu s ÚV ČSM a SVTVS, komisí bobů a saní, jako součást zimní části I. celostátní spartakiády pro všechny žáky od devíti do čtrnácti let I. ročník sánkařských závodů.

Organisátory těchto soutěží jsou buď pionýrské skupiny na školách nebo školní tělovýchovné jednoty s ředitelstvem školy za přímé pomoci organizačních složek ČSM a za spolupráce jednotlivých výborů tělovýchovných jednot na vesnicích nebo ve městech.

Soutěž je zásadně jednokolová. Podle možností mohou také OV ČSM uspořádat mezi školami přebory sánkařů v okresním měřítku. Vítězové získávají titul přeborníka školy v jízdě na saních a věcnou odměnu. Vyhlášení vítězů soutěže se provádí ihned po skončení závodů. Školám s největším procentem účastníků budou při vyhlášení výsledků sánkařských závodů k 21. III. 1955 předány diplomy redakce Pionýrských novin.

Soutěží se ve třech věkových kategoriích: 1. žáci 9–10 let, 2. 11–12 let, 3. 13–14 let. Těmto věkovým skupinám odpovídají také

různé stupně těžkosti sáňkařských drah. Žáci od 9–10 let jedou na trati 100 m dlouhé s mírnou změnou směru do 120°. Druhá kategorie jede na dráze 200 m dlouhé s dvěma zatáčkami, které nesmějí být ostřejší jak 90°. Třetí kategorie má dráhu dlouhou 300 m se třemi zatáčkami, které nesmějí být také ostřejší jak 90°. Všechny tyto tratě musí být projety v nejkratším čase bez nehod v. Soutěží jak jednotlivci, tak dvoučlenné posádky, které mohou být i smíšené. Druh saní může být jakýkoliv, ale bezpečný. Soutěže musí být provedeny do 20. II. 1955 a zprávu o soutěži, o počtu účastníků a o jejich časech posílá pořádací škola redakci Pionýrských novin.

Soutěží Pionýrských novin byl učiněn jeden z prvních kroků k organizovanému rozšíření sáňkařského sportu mezi mládež. Soutěž je velmi jednoduchá a je vlastně zkušebními kamenem k masovým dálkovým soutěžím v příštích letech. Jejím účelem je především podchytit co nejšir-

ší účast školní mládeže k organizovanému provádění sáňkování, umožnit mládeži nejen v horských oblastech, ale i v nižších polohách účast v soutěži a dát jí také základní poznatky o sáňkařském sportu. Je to tím důležitější, že naše mládež hodně sáňkuje, ovšem dnes již ne vždycky tak, jak to právě vyžaduje povaha sáňkařského sportu. Vitáme také proto, že redakce Pionýrských novin slibila svým čtenářům při vyhlášení soutěže, že bude postupně uveřejňovat zprávy o sáňkařském sportu a také rady jak si upravit sáňkařskou dráhu a jak se na tyto závody připravit.

Zdar této soutěže není ovšem jen věcí redakce Pionýrských novin a ÚV ČSM, ale také především všech pracovníků sáňkařského sportu. Bude proto jedině správné, když všichni sáňkaři nabídnou přímou pomoc při organizování této soutěže a předají tak své mnohé cenné zkušenosti našemu budoucímu sáňkařskému dorostu.

DR LEOŠ LUŇÁK

## Jak je složena sekce bobů a saní

Od nového roku začala pracovat samostatná sekce bobů a saní, jejíž složení bylo schváleno již na podzimním celostátním aktivu pracovníků v bobovém a sáňkařském sportu. Tvoří ji většinou členové bývalé komise bobů a saní při LS, k nimž se přidali četní noví pracovníci z krajů. Pro informaci otiskujeme rozdělení komisí sekce a jejich obsazení:

**Předseda:** ing. Josef Miňovský.

**Místopředseda — úsek saní:** ing. Branislav Hanák.

**Komise organizační a hospodářská:** předseda: J. Huňáček, členové: J. Vecko, Vlad. Koukal, St. Smola.

**Účebně metodická a trenérská rada:** předseda: ing. Vl. Dašek, členové: M. Belda, B. Hanák, Old. Štádler.

**Sportovně technická komise:** předseda: M. Hora, členové: techniký: ing. Kovanda, kvalifikační: Dr Luňák.

**Propagačně výchovná:** předseda: Dr

Leoš Luňák, členové: V. Horák — tiskový, St. Smola — foto-archiv, ing. Kovanda.

**Rozvoj sáňkařství a mládež:** předseda: M. Belda, členové: ing. B. Hanák, Dr L. Luňák, Josef Heller.

**Stavba drah:** předseda: Stan. Goller, členové: ing. Miňovský, Vl. Horák, Josef Šefr.

**Mezinárodní:** předseda: ing. Hanák, ing. Vacek, Vlad. Koukal, Václav Lomoz.

**Komise rozhodčích:** předseda: ing. Miňovský, členové: M. Belda, J. Huňáček, M. Hora, Vl. Dašek.

**Zástupce slovenské komise bobů a saní:** M. Tomčík.

## PRVNÍ SÁŇKAŘSKÉ PŘEBORY

Prvé krajské přebory v jízdě na saních Brněnského kraje byly uspořádány 15. a 16. ledna na Pustevnách v Beskydech. Soutěže se účastnilo 23 závodníků a závodnic, kteří startovali v kategoriích mužů, žen a dvojice (muži a smíšené). Technické výsledky: Muži: 1. Jan Hora, čas 3:16,9 (1:38,7, 1:38,2), 2. Zdeněk Zelinka 3:18,1 (1:38,6, 1:39,5). Ženy: 1. Anděla Drašarová 3:30,8 (1:46,1, 1:44,7), 2. Květa Ševčíková 3:31,8 (1:48,6, 1:43,2). Dvojice mužů: 1. Černík—Zelinka 3:12,2 (1:37,7, 1:34,5). Dvojice smíšené: 1. Vojtěšek—Zirkusová 3:25,1 (1:42,1, 1:43,0). Soutěž se jela za příznivého počasí a dobrých sněhových podmínek na dráze dlouhé 950 m.

# O jednom ze zakladatelů našeho lyžařství

Dne 15. února uplynulo 20 let od úmrtí universitního profesora dr. Bohuslava Braunera, spoluzakladatele našeho lyžařství a kopané. Dr. B. Brauner, dlouholetý přítel a spolupracovník ruského genia D. I. Mendělejeva, byl jedním z prvních sportovních nadšenců u nás a zasloužil se o prvňákem lyžařství v letech, která lze vpravdě nazvat právěkem našeho sportu. Vzhledem k tomu, že vážení občané ztráceli v těch letech vážnost právě provozováním sportu, vystupoval dr. Brauner pod pseudonymem „dr. Brown“ a svým sportovním druhým dal originální přezdívky. Dočtete se o nich v humoristické črtě, kterou napsal syn dr. Braunera a již uveřejňujeme. Pod jménem „Comassageron“ se skrývá známý dr. Rössler-Ořovský a „Rampasem“ je dr. Mandl, dlouholetý předseda Čs. cyklistické unie.

## Jak dr. Brown zvítězil nordickou lstí

Malá skupina pradědů našeho lyžařství si osvojila počátky techniky v jízdě na lyžích na stránkách u Slivence. Ihned na to se rozhodli, že podniknou velehorskou túru do Krkonoš. Šlo o to, zdolat velehoru Žalý u Benecka. A ten byl pro první lyžaře skutečná velehora.

Především byla prodiskutována otázka lyžařského dresu. Do ledových hor bylo třeba obléci se co nejtepleji. Proto dr. Brown zvolil trojnásobně jágrovo prádlo, lovecký kabát a sametové kalhoty, krátký kožich, beranici a plstěné holínky.

Pak počal historický výstup na masiv Žalý, do něhož se odvážně pustil dr. Brown se třemi partnery v zimě 1892. Ti byli oděni lehčeji, avšak jako staří alpinisté byli vybaveni sekerkami na led a záchrannými lany. Po několika pádech se na dr. Browna nalepila spousta sněhu. Asi v polovině vý-

stupu byl již propocen skrz naskrz, a tak ho vzali jeho přátelé do vleku lanem. Nezaručená pověst vypráví, že když byli takřka nahoře, vystupoval z dr. Browna tak mocný sloup páry, že vrchol Žalého zmizel v mlhách.

V chatě na vrcholu šlo o to, jak vysušit dr. Browna, který měl sice bohaté prádlo na těle, avšak žádné v rezervě. Sportovní klep z oněch časů vypráví, že dr. Brown byl vložen mezi dva slavníky, na které vystoupili jeho přátelé Comassagera a Rampas, a že ho tak dlouho lisovali, až byl suchý. Avšak nezmar sportovec doktor Brown, sotva pookřál, vyrazil nazítří své druhy k lyžařskému závodu, a to tímto klasickým proslovem:

»Pánové,« pravil slavnostně, »bude to první lyžařský závod v říši rakousko-uherském, a tak i poslední z nás si odnese palmu vítězství.« Takové po-

ctě neodolal nikdo ze tří chrabrých horolyžců, a ač vyčerpání předchozím výstupem, počali ihned vydávat bojovné ryky. Dr. Brown vyměřil na hřebenu od sebe závodní dráhu zděli asi 400 kroků, označil start a cíl větvičkou kleče a již se seřadili čtyři první čeští závodníci na lyžích s plnou turistickou výzbrojí na startovní čáře. Po závodu hodlali pokračovat v tuhé dál.

Počátky našeho lyžařství měly cosi společného s lovem Buřalo Billa na buvolu. Střílelo se pro sportovní obveselení jako u Solverina, neboť lyžaři dobře věděli, že každému opěšalému hajnému snadno uniknou. Na rázný povel dr. Browna, který vypálil tři rány z coltu a byl současně startérem, časoměřičem, rozhodčím i závodníkem, vypálili i ostatní závodníci ze svých boucháček po jedné ráně, a již vyrazili vpřed čtyři muži stylem »běž, jak umíš!« Je pochopitelné, že to šlo pomalu, lyže klouzaly na umrzlém sněhu dozadu, nohy se rozjžděly, borci klopýtali a opět vstávali s obětavostí nadšených průkopníků. Dr. Brown však brzy zjistil, že jeho mladší a eteričtější oblečení soupeři mu nezadržitelně unikají. Proto se uchýlil k taktickému manévru a vzkřikl »stát!«. Všichni překvapeni ustali v závodění. Dr. Brown jim pokynul, aby se kolem něho shromáždili a pak pravil vážně a rozšafně jako při universitní přednášce:

»Pánové, toto romantické panorama, které se před vámi prostírá, je evropská kuriosita a tu si nesmíte dát ujít.« A ukázal rukou okolní krajinu, kterou dobře znal z letních cest. »Tamhle vidíte Sněžku, tam je Krakonoš a tamo dokonce Hradec Králové!«

Borci marně napínali zrak, ale pro hustou mlhu neviděli vůbec nic. Tuto smutnou skutečnost slovně i s důrazem konstatoval Rampas, starý společník dr. Browna na kole.

I pravil Brown:

»Přátelé, počkejte okamžik a budete vše vidět nádherně. Ba dokonce i Labskou boudu a Divčí kámen.«

Nato sňal svůj obrovský tlumok a vybalil mohutný hvězdářský dalekohled a k němu příslušný masivní stativ. Když oba drahocenné kusy zmontoval v solidní observatoř, hlásil:

»Tohle je speciální dalekohled do mlhy a jím uvidíte vše jak na dlani. Není vyloučeno, že snad i Praděd. Upozorňuji však, že jeho zaostření trvá pět minut, které jako rozhodčí odpočítám od závodního času.«

Zvědaví sportovci přistoupili k rouře dalekohledu a děli jednoho metru. Rampas jako starý hvězdář první. A tu, ohlédnuvše se, ke své nelibosti poznali, že dr. Brown pádí k cíli. I nechali protimlhový dalekohled plavat, rychle nasadili vražedné tempo, na svou dobu pekelné, a záhy byl lživý časoměřič dostižen. »Počkat,« vykřikl ihned duchapřítomně dr.

Brown, »tohle je unfair! Protestuji!« »Copak se stalo?«, divili se závodníci a rázem stanuli. »Zapomněly se mi brýle,« naříkal dr. Brown s chmurnou vážností, »nevidím vůbec, kde je cíl. Doufám, že uznáte, že je to nespravedlivý handicap.« Při tom plánoval další triky nordické lsti.

Povolili mu tedy krátkou lhůtu, aby si brýle očistil, při čemž se dr. Brown nenápadně posunul vpřed a pak náhlým výpadem se pokusil o nový únik. Když však byl znovu dostižen několik desítek metrů před cílem, praštil sebou na sněh a bolestně zasténal:

»Srdce!«

Polekaní druhové se soucítěně sklonili nad padlým bojovníkem.

»To je konec,« naříkal dr. Brown srdcelomným hlasem, »přecenil jsem své síly. Drazi přátelé, postarejte se o mou vdovu a tři malé sirotky.«

Pa krátkém odpočinku ho s námahou postavili na nohy, masírovali mu srdeční krajinu a radili hluboké dýchání.

»Už je mi trochu lépe,« vzdychal obmyslný praotec lyžařů dr. Brown, »počkejte, zkusím udělat sám několik temp.«

Pročež ho pustili, dr. Brown učinil několik krůčků, sledován starostlivými zraky svých dojatých kamarádů, pojednou však poskočil a několika mohutnými skoky dorazil do cíle, vyrajeje vítězně hurá.

»Zrada,« vykřikl bouřně sportovec Ram-

pas, »to je proti závodním pravidlům!«

Načež ho dr. Brown suše odbyl:

»Pro lyžařské závody nejsou dosud vypracována pravidla. Proto jsem jako urční rozhodčí doporučil předem systém »běž, jak můžeš«. A tak mohl každý závodit, jak mu bylo líbo. Anebo, snad z vás někdo, pánové, popře fakt, že jsem byl v cíli první?«

Jelikož to popřít nemohli, uznali trudně vítězství dr. Browna za právoplatné a tak věhlasný ten pionýr sportu slavil ve dvou dnech dva triumfy. První lyžařský výstup na velehoru Žalý a vítězství v prvním lyžařském závodě v našich zemích. Pohřchu sportovní tisk nepřinesl o tom žádné relace.

Jedovatí jazykové tvrdili, že prý dr. Brown byl na toto vítězství hrdější než na své slavné objevy v chemii. Pravdou však zůstává, že vyhrál první lyžařský závod, že stál u kolébky českého lyžařství a ukázal dalším generacím, že nejen síla svalů, ale i bystrý mozek vede ve sportu k úspěchům. Ostatně budme spravedliví, ani dnešní závodníci by daleko nedoběhli v onom strašlivém »brnění«, které na sobě vlekl praotec českého lyžařství dr. Brown.

Avšak geniální lest se speciálním dalekohledem »žrala« jeho soupeře ze všech jeho závodních triků nejvíce.

BOH. Z. BRAUNER

# Dálkové školení dobrovolných trenérů

V listopadu minulého roku byl zahájen již pátý běh školení dobrovolných trenérů lyžováním. Tentokrát však v poněkud pozměněné formě. Dosavadní jednoměsíční kurs je nahrazen dálkovým způsobem studia. Dálkové školení bude trvat 11 měsíců.

Náplň školení je rozdělena na část všeobecnou a speciální. V části všeobecné jsou zařazeny společenské nauky, obecná teorie tělesné výchovy, biologie a pedagogika a v části speciální pak teorie tréninku (metodika, výcvikové postupy, plánování, řady, organizace soutěží, výzbroj, výstroj, mazání), praktický výcvik na sněhu a suchu a pedagogická praxe. V průběhu každého školení bude uspořádán úvodní třídní, zimní sedmidenní seminář a konzultace a závěrečný sedmidenní seminář. Náplň zahajovacího semináře:

1. Seznámení s rozsahem školení a řádem studia.
2. Úvod do společenských nauk.
3. Úvod do teorie tělesné výchovy.
4. Úvod do biologie.
5. Úvod do pedagogiky.
6. Plánování tréninku.
7. Metodika tréninku.
8. Přezkoušení tělesné zdatnosti.

Dále budou vydány průkazy v dálkovém školení a vydány studijní materiály.

V zimním semináři (duben) budou provedeny konzultace k jednotlivým tématům, přezkoušena technická zdatnost na lyžích a proveden praktický výcvik. Náplň:

1. Praktický výcvik na sněhu.
2. Konzultace k jednotlivým předmětům.
3. Metodika tréninku.
4. Závodní řád, organizace soutěží.
5. Stavba tratí.
6. Plánování.
7. Výcvikové postupy.
8. Přezkoušení z praktického výcviku.

V závěrečném semináři (červen) bude proveden praktický výcvik na suchu a pedagogická praxe a závěrečné zkoušky.

1. Praktický výcvik (gymnastika, atletika, hry, speciální cvičení, plavání).
2. Pedagogická praxe.
3. Konzultace.
4. Závěrečné zkoušky.

Na zakončení budou provedeny zkoušky z předepsaných studijních látek. Zkoušeny jsou tyto předměty:

1. Společenské nauky.
2. Obecná teorie tělesné výchovy.
3. Biologie.
4. Pedagogika.
5. Teorie tréninku.
6. Praktický výcvik na sněhu.
7. Praktický výcvik na suchu.
8. Pedagogická praxe.

Zkoušky provádí zkušební komise, jmenovaná ústřední lyžařskou sekci SVTVS.

Po splnění všech podmínek pracuje absolvent dálkového školení jako prozatímní trenér ve zkušební době, jejíž délku určí TR LS SVTVS. V této době je povinen složit zkoušky lyžařského rozhodčího III. třídy.

Absolventi Institutu tělesné výchovy, pedagogických fakult, Tyršova ústavu tělesné výchovy a sportu a jiných tělovýchovných vyšších škol, u nichž jsou předpoklady, že splní kladené požadavky, nemusí absolvovat celé školení, ale jsou povinni podrobit se zkouškám v celém rozsahu látky a v stanovených termínech.

Přestože letošní pátý běh školení byl již zahájen a není možno stav posluchačů dále zvyšovat, docházejí stále lyžaři, sekci SVTVS nové přihlášky zájemců. Z toho je vidět, že zájem je velký, je však třeba, aby přihlášky do školení byly podávány jedině prostřednictvím trenérských rad KVTVS a DSO. Školení je specialisováno podle jednotlivých disciplín, proto je zvláště důležité, aby TR KVTVS a DSO vybíraly posluchače skutečně podle potřeb kraje nebo DSO. Upozorňujeme znovu, že užáverka přihlášek pro další běh školení, t. j. 1955—1956, končí 1. V. 1955. Věřme, že všechny trenérské rady v krajích a DSO provedou výběr s největší péčí a včas pošlou přihlášky ústřední trenérské radě lyžař. sekce SVTVS. Ústřední trenérská rada oznámí na květnovém zasedání plna TR a předsedů TR KVTVS a ÚV DSO všechny uchazeče, kteří byli vybráni pro dálkové studium.

JAROSLAV BOGDÁLEK

Vše pro zdar I. celostátní spartakiády

# VII. olympijské zimné hry v Cortine d'Ampezzo

J. MRÁZ

V minulom článku písal som všeobecne o prípravách na olympijské hry v Cortine d'Ampezzo. V tomto článku chcel by som popísať podmienky, za akých budú pretekať naši bežci a skokani. Všetky bežecké trate, v prípade priaznivých snehových podmienok, budú prebiehať v cortinskom údolí, z vyšších miest viditeľné povedal by som ako na dlani. Schéma najdlhšej trate, t. j. pre beh na 50 km, je vidieť na pripojenom obrázku. V tejto trati resp. v jej okolí budú sa pohybovať všetky bežecké trate.

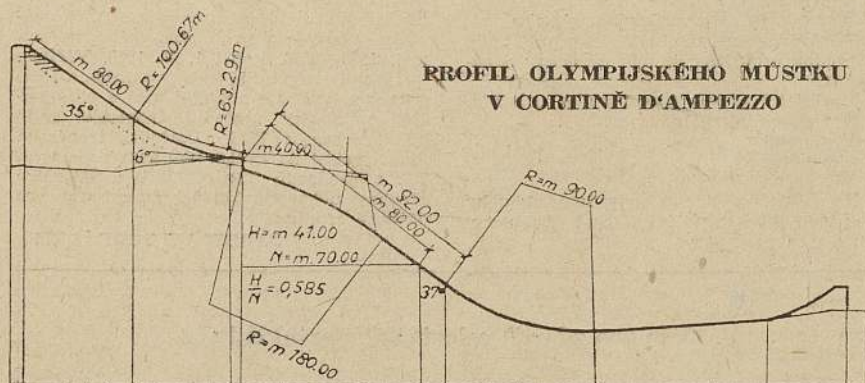
Centrom bežeckých disciplín bude lyžiarsky štadión, kde budú všetky štarty a ciele. Štadión je položený trochu na sever od Cortiny, vzdialený asi 15 min. peši od centra Cortiny. Štadión bude dostatočne telefonicky spojený s mestom. Bude na ňom vybudované v polkruhu viacej tribún pre cca 10.000 sediacich divákov. Okrem toho bude tu miesto pre skoro 20.000 stojacich divákov v blízkom okolí. Samozrejme ďalšie tisíce budú lemovať trať po celej dĺžke, ako to bolo napr. na posledných majstrovstvách vo Švédsku.

Lyžiarske bežecké trate vedú prevažne v traverze údolia a striedajú sa pomerne miernejšie zjazdy s miernejšími výstupmi, chcem povedať, že tieto majú prevahu. Terén hlavne otvorený — lúky a menej v lese (v dolnej časti Cortiny). Myslím, že naši pretekári si prídu na svoje, pokiaľ ide o bežecký pôžitok.

V prípade, že by snehové podmienky v Cortine d'Ampezzo neboli priaznivé, budú sa bežecké disciplíny konať v údolí Carbonin vzdialenom asi 15 km od Cortiny na vysokohorskej železnici. Keď by aj toto nepomohlo, tak je tu takmer zaručený sneh v krásnom údolí Misurina vo výške 1750 m nad morom, vzdialenom 40 min. autom od Cortiny. Teda ako vidieť, usporiadatelia v tomto prípade sú po každej stránke zaistení.

Pokiaľ ide o snehové podmienky v Cortine, tak v januári napadá priemerne 62,5 cm snehu a vo februári 59,6 cm. Teploty v januári najnižšie  $-20^{\circ}$  a najvyššie  $+12,2^{\circ}$ , vo februári  $-20^{\circ}$  a  $+14,5^{\circ}$ .

Naši skokani a združenári budú skákať na veľkom mostíku »Italia«. Mostík sa nachádza v dedinke Zuel, vzdialenej asi 3 km od Cortiny. Príchod elektrickou železnicou, autobusom alebo peši. Mostík sa prestavuje podľa doporučenia FIS-komisie pre skoky. Po skončení opráv bude jeho kritický bod 80 m. Súčasne s opravou mostíka opravujú sa aj tribúny na doskoku a na dojazde, na ktorých bude miesto pre cca 10.000 sediacich divákov. Ďalších 20.000 divákov môže dobre sledovať priebeh v okolí dojazdu a dopadu. Z dojazdu k mostíku bude vybudovaný



malý výťah. Na nájazd pôjdu skokani pešo. Celkový náčrt mostíka súčasne uverejňujeme v časopise.

Niektoré detaily mostíka:

Nájazd je umelý, veža vysoká 48 m. Má 8 štartovacích okienok vzdialených od seba po 2 m. Dĺžka nájazdu je 80 m, šírka 6 m, klesanie 35°. Prechod z nájazdu na stól — rádus M 63,29, dĺžka 12,60 m. Mostík (stól) je vysoký 3 m, šírka 6 m, dĺžka 5 m, klesanie 6°. Dopad: šírka 6—17 m, max. klesanie 37°. Prechod do dojazdu: rádus 90 m, šírka 17—22 m, dĺžka 55 m. Výjazd: do mierneho protisvahu, najväčšie šírka 26 m. Kritický bod 80 m, dĺžka k začiatku výjazdu 12 m. Mostík je pekne položený v lese na severovýchodnej strane. Fotografie mostíka spolu s nástrom predložil som TR ak aj niektorým našim predným skokanom.

Okrem veľkého mostíka je k dispozícii pre tréning mostík »Tofana«, dovoľujúci skoky do 45 m. Tento je vzdialený od centra Cortiny asi 20 min. peši a 5 min. autom.

V poslednom článku zmienim sa o zjazdových a slalomových tratiach.

## Vyškolíme učiteľa pro cvičitelské kurzy lyžování

Zkušenosti z posledních let si vyunily, aby pro příští a další období byly vyškoleny odborné učitelské kádry pro cvičitelské kurzy lyžování. Tato nutnost vznikla z těch okolností, že ve většině případů při pořádání kursů byly osnovy přednášené látky rozdílné a taktéž metodické zásady byly rozličně vykládány. Též úroveň různých cvičitelských kursů vlivem kvality frekventantů byla značně rozdílná, což ve většině případů mělo přímý vliv na klasifikaci při závěrečných zkouškách. Tak se stávalo, že frekventanti z různých kursů, kteří byli stejné technicky i theoreticky vyspělí, byli rozdílně hodnoceni. V důsledku těchto uvedených skutečností vznikl v počtu všech evidovaných řádných lyžařských cvičitelů nežádoucí stav, totiž v tom, že se mezi jednotlivci jeví skutečně značné rozdílné odborné a technické znalosti.

A právě za účelem odstranění dosavadních nedostatků a zajištění jednotného postupu při výchově nových cvičitelských kádrů budou v letošním roce v dubnovém semináři ve Vysokých Tatrách ústředně vyškoleni první řádní učitelé cvičitelských škol lyžování, kteří budou jmenováni přímo LS SVTVS. Jednotlivé UMK LS KVTVS (MVTVS), ÚV DSO a t.č. úseků budou zvlášť písemně vyzvány, aby hlásily do uvedeného semináře své zástupce. A zde bych se rád zmínil k otázce výběru těchto zástupců. Při vysílání vašeho zástupce uvažte dobře, jaké předpoklady musí mít vámi vyslaný účastník. V prvé řadě je nutno uvážit, zda jeho odborné a technické znalosti, jakož i dosavadní zkušenosti odpovídají pozave tohoto semináře. Dále je nutno si dobře rozmyslet, zda má předpoklady pro úspěšné plnění povinnosti učitele, kterých je a bude dostatek. A proto vám radím,

nevysílejte do semináře takového zástupce, který v současné době úspěšně již vykonává řadu funkcí v organizačním aparátu lyžařství, neboť tyto povinnosti by velmi těžko mohl úspěšně plnit. A hlavně je třeba velmi důkladně si prověřit, zda u toho, kterého hodláte vyslat do tohoto semináře, je skutečně dostatek chuti a energie pracovat pro další rozvoj našeho lyžařství. Jsou-li u vámi vyslaného zástupce splněny všechny tyto předpoklady, máte již předem zajištěno, že jakékoli další provádění školení cvičitelů v rámci vaší kompetence bude úspěšné, a hlavně jednotné.

K řádnému zajištění celkového průběhu uvedeného semináře je povinností UMK LS SVTVS nejen připravit patřičnou náplň, ale též všechny dosud nedořešené problémy projednat jednak v LS SVTVS a jednak přímo s příslušnými odděleními SVTVS. Tuto naši povinnost splníme včas do doby pořádání semináře a tak přednášené zásady a směrnice budou již v té době řádně schváleny a budou tedy nadále plně směřovatelné a závazné pro jakoukoliv další práci jmenovaných učitelů i pro pořádání kursů. Vzhledem k důležitosti tohoto kursu považujeme též za naši povinnost vybavit předem všechny frekventanty příslušným tištěným materiálem všech schválených nových opatření a směrnic, a to ve více výtiscích, aby si mohli tento materiál jednak ponechat pro sebe a jednak jej předat svým příslušným UMK.

Závěrem bych se ještě krátce zmínil, jaké hlavní povinnosti vyplývají pro tyto učitele cvičitelských kursů lyžování. Pro informaci však předem uvádím, že jmenováním těchto učitelů nezaniká právo UMK LS KVTVS (MVTVS) prozatímně jmenovat pro účely školení učitele z řad osvědčených cvičitelů, kteří budou pro-

vádět školení cvičitelů, ovšem bezpodmínečně podle platných směrníc stanovených tímto seminářem. A zde již začíná prvá povinnost ústředních učitelů, a to kontrolovat, zda cvičitelské kurzy jsou vedeny podle platných zásad a zda osnova a náplň jsou v souladu se schválenými směrnici. Další povinností je přesvědčovat se namátkově, jakým způsobem jsou prováděny zkoušky v těchto kurzech. Další povinností ústředních cvičitelů je školení a doškolení učitelů v rámci LS KVTVS. Současně z titulu své kvalifikace přebírají vedení nebo dohled nad úsekem školení cvičitelů v rámci příslušné UMK a ještě řadu dalších povinností. Uvedl jsem zde přirozeně pouze některé hlavní povinnosti těchto učitelů, a to proto, aby vaše UMK

a uvažování frekventanti měli předem představu o odpovědnosti při vyslání do kursu.

Nakonec ještě předem upozorňuji (na podkladě zkušeností z minulých kursů a seminářů), že žádnému z frekventantů nebude povolen ani pozdní příjezd, ani dřívější odjezd z kursu, tedy, aby se podle toho všichni předem zařídili.

Věřím, že při výběru budete mít skutečně šťastnou ruku a že v dubnovém semináři se setkáme s takovými účastníky, kteří skutečně budou zárukou zajištění daných úkolů a tím i dalšího rozvoje našeho lyžařství.

MIREK VALDHANS,  
člen UMK LS SVTVS

## POMŮCKA PRO VÝPOČET ČISTÝCH ČASŮ

Je známo, že práce s výpočty výsledků lyžařských závodů bývá poměrně zdouhavá, zvláště tam, kde nejsou velmi zblhnutí počtáři. Týká se to zejména výpočtů časů při běžeckých závodech, kde se musí počítat ve dvou soustavách — desetině a šedesátině. Závodníci, obecnostvo i novináři mají naopak zájem na pokud možno rychlém zjištění výsledků — třeba jen zatím předběžných, neoficiálních. To mne již v r. 1949 přivedlo na myšlenku najít pomůcku, která by odečítání časů zjednodušila a urychlila. Po několika pokusech vznikl celkem jednoduchý přístroj, který toto odečítání nahrazuje mechanickým úkonem a dá výsledek najednou. Po víceletých praktických zkouškách při různých závodech, naposledy finale SHM v Novém Městě na Moravě, předkládám věc lyžařské veřejnosti a lyžařským rozhodčím.

Přístroj sestává ze základní čtvercové desky s pevnou osou uprostřed. Na ose se volně otáčí kruh, dělený na obvodu na 60 dílů, očíslovaných od 00 do 59 a čárkou ještě rozpuhlených. Kolem této pohyblivé stupnice je shodná, kruhová stupnice pevná, se stejným počtem puhlených dílků od 00 do 59. Kvůli přehlednosti je výhodný nejmenší průměr kruhu stupnice kolem 20 cm. Vnitřní část plochy otočné stupnice směrem k ose je upravena tak, aby bylo možno na ní psát tužkou (papír, matný bílý nátěr a pod.). U dílků 00 otočné stupnice je upevněn ukazatel (vidlička) přesahující nad pevnou stupnici. Pro snadnou a přesnou manipulaci jsou u každého dílku na otočné stupnici malé důlky.

Číslice otočné stupnice představují minuty, čárky mezi nimi 30 vt. startovního času. Stupnice vnější pak minuty a půlminuty dojezdu a současně čistého času. Práce s celým zařízením je velmi jednoduchá.

Podle startovní listiny napíší se předem startovní čísla závodníků na otočný kruh, vždy vedle čísla (směrem ke středu), souhlasného s jejich startovní minutou. Tak třeba: startuje-li číslo 1 v 9 hod. 31 min. napíše se „1“ vedle číslice 31. Při intervalu 30 vt. přijde číslo takového závodníka

proti půlci čárce stupnice. Nejsou-li startovní časy určeny předem, provede se to přímo při startu.

Výpočet čistého času při dojezdu závodníka:

Pomocí tužky v důlku stupnice otočíme tuto tak, aby startovní číslo dojíždějícího závodníka přišlo proti číslici (pevné stupnice), souhlasné s minutou dojezdu. Číslo, které mám nyní ukázat na vnější stupnici, je hledanou čistou minutou času. Čisté vteřiny při minutovém intervalu jsou shodné s vteřinami časoměřičových stopek a případný údaj v hodinách není již problémem.

Z příkladu vpředu uvedeného: Závodník č. 1: start v 9<sup>h</sup>31' dojíždí v čase 10<sup>h</sup>25'48". Zabodnu tužku do důlku u napsané „1“ a otočím kruhem tak, aby tato „1“ stála proti číslici 25 (minuta dojezdu) vnější stupnice. V ukazateli čtu pak na vnější stupnici čistou minutu 54 a celý čistý čas je 54'48". Protože minuta dojezdu závodníka je obvykle hlášena časoměřičem předem, lze takto čistou minutu zjistiti ještě před průjezdem závodníka cílem a při změření vteřin je současně znám i jeho čistý čas celý, aniž by bylo třeba čas dojezdu psátí a teprve startovní čas odečítati.



U závodníků odstartovaných v půlminutě je postup poněkud odlišný, ale proti odečítání opět jednodušší a rychlejší. Jsou-li příjezdové vteřiny do 30, stavíme startovní číslo závodníka přímo proti minutě příjezdu. Ukazatel pak ukazuje na půlící čárku vnější stupnice. Čistá minuta je sousední nižší číslo a ke vteřinám naměřeným se jednoduše připočítá 30.

Příklad: Číslo 2 startovalo v 9<sup>31</sup>30", dojezd v 10<sup>26</sup>21". Napsaná „dvojka“ u čárky mezi 31 a 32 se nastaví proti 26 a ukazatel ukáže čárku mezi 54 a 55. Čistý čas je 54<sup>51</sup>", protože 21" plus 30" je 51 vteř.

Jsou-li příjezdové vteřiny nad 30, pak se postaví startovní číslo závodníka proti půlící čáře za minutou příjezdu. Ukazatel ukáže přímo číslíci čisté minuty a vteřiny se vypočten odečtením 30" od vteřin naměřených.

Příklad: Číslo 4 startovalo v 9<sup>32</sup>30", dojíždí v 10<sup>28</sup>42". Napsaná „4“ u čárky mezi 32 a 33 postaví se proti čáře mezi 28 a 29, t. j. 28<sup>30</sup>" a v ukazateli čtu hned 56", vteřiny pak jsou: 42 bez 30 je 12, čili ihned celý čas 56<sup>12</sup>".

Oba tyto poslední případy prakticky provádím tak, že nejprve nastavím číslo závodníka proti celé minutě dojezdu a vyčkám změně vteřin. Jsou-li tyto pod 30, ihned čtu čistý čas, jsou-li přes 30, posunu o 30 vteř. dále a čistý čas je zjištěn.

Při závodech jsme práci organizovali tak, že se počítá hned u cíle a sice při-

strojem se počítají předběžně výsledky (viz Pravidla lyžování na str. 47) současně s dojížděním závodníků a hned se sestavuje pořadí. Při větším návalu závodníků dopočítává se podle zápisu „Časů v cíli“ jednoho zapisovatele. Tyto výsledky slouží pro okamžitou informaci rozhlasem a pod. Souběžně, ale nezávisle počítá časy jiný člen počt. sboru na předepsaných tiskopisech podle zápisů druhého zapisovatele. Výsledky se pak navzájem srovnají, čímž je provedena kontrola výpočtů a současně i kontrola zápisů v cíli. Tak se práce na výsledcích podstatně urychlila.

Přístrojem lze dále bez počítání snadno zjistit, kdy, ve které minutě musí dojet určitý závodník, aby měl čas lepší než závodník, který je již v cíli. Tak lze zvýšit zájem o průběh závodu. Lze dále snadno informovat závodníky o dosaženém čase při dvoukolové trati. Trenérům může být velmi dobrou pomůckou, umožňující bez jakéhokoliv psaní a počítání kdekoliv na trati sdělit závodníkovi jeho dosavadní čas.

Zkouším některá zlepšení zařízení, ale mám za to, že i v této dosavadní formě může přinést tento způsob při počítání výsledků ulehčení a podstatné zkrácení času potřebného k vydání výsledků konečných a tím přispět k bezvadnému průběhu našich závodů, k čemuž zajisté patří i snadná a rychlá informace závodníků, obecně i tisku již v průběhu závodu samého. JAROSLAV BENEŠ, rozhodčí I. tř.

## ROZHODČÍ ÚSTŘEDNÍ A ROZHODČÍ I. TŘÍDY

Každoročně je uspořádána škola rozhodčích I. třídy, abychom doplnili stavy kvalifikovaných rozhodčích, které naše lyžařství k řádnému plnění svých úkolů tolik potřebuje. Koncem září byla tato škola uspořádána v Krkonoších na Fučíkově chatě a dne 27. listopadu 1954 jmenovalo předsednictvo SVTVS její žáky rozhodčími I. třídy. V tyto dny jsou jim rozeslány legitimace a přejeme jim hodně úspěchů v jejich další práci pro naše lyžařství. Bylo jich 41, a hodnotíme-li jejich zájem a vědomosti, které si již do školy přinesli, můžeme být velmi spokojeni. Na rozdíl od škol uspořádaných v dřívějších letech, které se vyznačovaly tím, že v nich bylo několik jedinců převyšujících ostatní, bylo možno v tomto ročníku pozorovat dobrou připravenost vyslaných frekventantů, a co hlavní, nebylo již jedinců nad průměr. Je to dobrá práce našich krajských lyžařských sekcí, které tentokrát se věnovaly výběru žáků a skutečně vyslaly ty nejlepší. Kraj Brno, Nitra, Baňská Bystrica a Prešov nevyšlal nikoho. Velmi kladně ve škole hodnotíme spolupráci ze Slovenska. Škola byla jeden kolektiv, kde pomáhal jeden druhému; tak to má být.

Abychom seznámili naši lyžařskou veřejnost s rozhodčími vyšších tříd, uveřejňujeme dnes jmenový seznam všech lyžařských rozhodčích mezinárodních, ústředních a I. třídy:

### MEZINÁRODNÍ ROZHODČÍ 1955:

Bělonožník Miloslav xx, Ďoubalík Karel xx, Ďoubalík Josef, Duffek Miloš xx, Holan Václav, Jarolímek Karel xx, Dr Jelínek

Jiří, Kunc Jan, Petr Karel, Procházka Miloš xx, Mráz Jan xx, Müller Josef, Dr ing. Šimčísko Josef, Tomšík Petr, Kocum Václav — Označení 2 xx jsou rozhodčími skoku F. I. S.

### ÚSTŘEDNÍ ROZHODČÍ:

Praha: Bělonožník Miloslav, Duffek Miloš, Dr Jelínek Jiří, Kunc Jan, Novotný Mi-

roslav, Petr Karel, Procházka Miloš,  
Reichert Josef, Šlehofer Miroslav.  
**Liberec:** Doubalík Karel, Doubalík Josef,  
Matoušek Ivo, Springer Josef.  
**Hradec Králové:** Holan Václav, Jarolímek  
Karel.  
**Ostrava:** Parýzek Josef.  
**Gottwaldov:** Papež Karel.  
**Olomouc:** Ing. Němeček Zdeněk.  
**Jihlava:** Ing. Tulis Karel.  
**Bratislava:** Dr Jan Illavský, Kubran Ga-  
žo, Mráz Jan, Dr ing. Šimčísko Josef.  
**Žilina:** Holoubek Laco, Kroner Laco, Tom-  
šik Petr, Mayer Kalman.  
**Banská Bystrica:** Kocun Václav, Kríro-  
šev Nikolaj.  
**Košice:** Müller Josef.

### ROZHODČÍ I. TŘÍDY:

**Praha:** Bejček Jan, Kock Zdeněk, Kubín  
Stanislav, Pícha Viktor, Pšivratský  
František, Ekl Mir., Horáček Stan.,  
Chejstovský Jar., Kiehlmann Frant.,  
Kmoch Stan., Krňoul Rud., Dr Kulhá-  
nek Otta, Lev Bedřich, Šnobl Jar., Ti-  
chý Otta, Procházková Bož., Knobloch  
Mir.  
**Praha KVTVS:** Sýkora Jan.  
**Budějovice:** Kaňka Zdeněk, Špaček Milan,  
Bizek Josef, Filip Mir., Mikeš Rudolf,  
Terš Antonín, Zimmermann František.  
**Plzeň:** Divíšek František, Lang Roman,  
Beneš Viktor, Červenka Jaroslav, Fryml  
Josef, Ing. Řípa Zdeněk, Šebek Karel,  
Šilhavý Josef.  
**Karlovy Vary:** Jaroš Stanislav, Můdl  
Alois, Fuchs František, Příhoda Adolf.  
**Ústí nad Labem:** Buďinský Bohuslav, Va-  
neš Václav, Waldstein Helmut, Petr Ka-  
rel, Šedivý František.

**Liberec:** Lukaš Josef, Mrklas Antonín,  
Šourek Josef, Blecha Josef, Finger Jo-  
sef, Smutný Jaroslav, Zita Josef.  
**Hradec Králové:** Konvalinka Miloslav,  
Šanda Antonín, Tauc Jaroslav, Frinta  
Karel, Čejka Jiří, Volavka Jiří, Vojtěch  
Jar.  
**Pardubice:** Frýanř Jaroslav, Paula Ru-  
dolf, Šlejmar Jan.  
**Jihlava:** Beranovský Jiří, Částek Zdeněk,  
Dvořák Silvestr, Jelínek Vladimír, Ka-  
dlec Jiří, Kadlec Zdeněk, Kopáček Pa-  
vel, Mandys Lubomír, Beneš Jaroslav.  
**Brno:** Hans Vlad., Ph. Mg. Máchal Jiří,  
JUDr Mohr Zdeněk.  
**Gottwaldov:** Dvořáček Jaromír, Lein-  
feltner Eduard, Opluštilová Marie, Su-  
šil Karel, Dostál Drahoslav, Edelmann  
Oldř., Kotásek Frant., Kovář Mir., Sko-  
pový Mir., Skokol Gustav.  
**Olomouc:** Feistl Josef, Kožnárek Vilém,  
Macháček Jan, Fuhrherr František, Kaš-  
par Rudolf, Škácel Otakar, Šumbera  
Mir., Ing. Zapletal Jiří.  
**Ostrava:** Bačák Josef, Raiman Karel, Vo-  
dová Alena, Klepáč Rudolf, Lesák Fran-  
tišek, Ing. Pletnický Jan, Přádka Mir.,  
Vojtíšek Zdeněk.  
**Bratislava:** Remenec Karol, Gašpařík  
František, Spišský Ludevít, Deštinský  
Anton, Tomášek Vlad., Seják Ferd.,  
Čermák Ludevít.  
**Nitra:** Hajtman Rudolf.  
**Žilina:** Međuna Milan, Molnár František,  
Tarnocý Vladimír, Hromada Laco, Zi-  
menn Štefan.  
**Banská Bystrica:** Dr Sobota Belo, Švarc  
Vilém, Valent Rudolf, Nemky Laco.  
**Košice:** Koza Karel, Sokol Josef, Nahál-  
ka Imrich, Pospíšil Stanislav.  
**Prešov:** Liška František.

### Stručně ze světa

#### ZA ZÁCHRANU ŽIVOTA POHÁR Z HOLMENKOLLEN

Podle zprávy z Oestersundu (východní Švédsko) mistr světa v běhu na 18 kilometrů z roku 1941 Alfred Dahlquist (Švédsko) daroval doktoru Ake Andersonovi z Oestersundu pohár, který získal v roce 1940 na Holmenkollen za to, že mu na Stědrý den zachránil život. 40letý Dahlquist byl 24. prosince převezen do nemocnice a operován na zápal slepého střeva. Při zákroku

## Bohatý mezinárodní pořad polských lyžařů

Zajímavý a hodně bohatý je letošní mezinárodní pořad polských lyžařů. Po zdařilých mezinárodních závodech, které se konaly o vánocích v Zakopaném za účasti polských, bulharských a maďarských lyžařů, odjela ještě koncem roku 22členná skupina běžkyň, sjezdkařů a sjezdařek do Švýcarska.

Ve dnech 5.—8. ledna startovali polští závodníci a závodnice na tradičních závodech v Grindelwaldu a poté 8. a 9. ledna ve Wengenu. Odtud odjeli Poláci do francouzského Megeve.

Další mezinárodní pořad byl pak stanoven tak, že skokani odjedou do Švýcar a sjezdaři do Itálie, aby se v Cortině d'Ampezzo seznámili s připravovanými olympijskými tratěmi. Běžci a běžkyňe po krátkém pobytu ve vlasti si připravili na konec ledna start v mezi-

národních závodech v Oberhofu v NDR a na 7. února odjezd do Cortiny d'Ampezzo. Velká část polských lyžařů startuje také na mezinárodních lyžařských závodech v Sovětském svazu. Trvá tedy mezinárodní pořad polských lyžařů plně dva měsíce.

\*

Do Švýcarska odjeli Poláci v sobotu 1. ledna a již v neděli 2. ledna zahájili intenzivní přípravu. Sjezdaři trenovali nejdříve na krátké, avšak rychlé a těžké trati, vedoucí se štítu Zirk a později ve Wengenu, ležícím 1300 m nad mořem. Jezdili na známé sjezdovce se štítu Lauberhornu, dlouhé 4200 m a mající výškový rozdíl 1100 m. Běží se seznámili pod vedením svého trenéra Edwarda Mroze s tratěmi v Grindelwaldu.

\*

Prvý start polských závodnic ve Švýcarsku přinesl polskému družstvu vynikající úspěch. V Grindelwaldu obsadily polské lyžařky prvních pět míst. Zvítězila Maria Bukowa v čase 38:58 min. před Žofíí Krzeptowskou 39:36 min. a Helenou Danielovou 39:37 min. Další pořadí: Janina Rajchelová 40:49 min., 5. Bronislava Maruszarová (všechny Polsko) 41:00 min., 6. Taffrová (Itálie) 41:03 min., 7. Pessionová (Itálie) 41:04 min. atd. Osmé až jedenácté místo obsadily další závodnice Itálie, 12.-15. Francouzky, 16.-19. reprezentantky Švýcarska.

\*

V „Lauberhornrennen“ ve Wengenu startovalo šest Poláků, dále Rakušané, Francouzi, Italové, Norové, Němci, Kanaďané, Američané a 40 Švýcarů. 8. ledna na pořadu sjezd a 9. ledna slalom pro závod sdružený. Výsledky:

Sjezd (4100 m — výškový rozdíl 1060 m — startovalo 68 závodníků z devíti zemí): 1. Sailer (Rakousko) 3:27,1 min., 2. Molterer 3:31,3 min., 3. Obereigner 3:32,2 min., 4. Hinterseer (všichni Rakousko) 3:34,3 min., 5. Vuarnet (Francie) 3:35,4 min., 6. Rieder (Rakousko) 3:35,8 min., 7. Schuster (Rakousko) 3:36,4 min., 8. Ruedi (Švýcarsko) 3:36,6 min. — pořadí polských závodníků: 16. Roj 3:40,3 min., 18. Ciaptak 3:42,5 min., 39. Maruszar 3:54,4 min., 41. Popieluch 3:57,8 min., 42. Zarzycki 3:58,5 min., 50. Czarniak 4:04,4 min. — Známí francouzští závodníci Couttet a de Huertas obsadili 19. a 20. místo časy 3:43,1 min. a 3:44,2 min. Slalom: Julen (Švýcarsko) celkový čas 135,8 vt., 2. Perret (Francie) 139,8 vt., 3. Duvillard (Francie) 141,6 vt., 4. Hillbrandt (Rakousko) 142,5 vt., 5. Schneider (Švýcarsko) 142,6 vt., 6. Molterer (Rakousko) 143,5 vt., 7. Sailer (Rakousko) 143,7 vt., 8. Huertas (Francie) 143,9 vt., 9. Couttet (Francie) 147,3 vt. Pořadí polských závodníků: 19. Gogulski 153,1 vt., 22. J. Maruszar 154,6 vt., 24. Roj 156,1 vt., 39. Czarniak, 40. Popieluch. Zarzycki a Ciaptak byli diskvalifikováni. Alpská kombinace: 1. Sailer 3,49 b., 2. Molterer 5,18 b., 3. Duvillard 6,73 b., 4. Julen 7,18 b., 5. Obereigner 7,89 b., 6. Hillbrandt, 7. Forrer, 8. Huertas, 9. Perret, 10. Schtaube, 11. Schuster, 12. Roeder, 13. Couttet, 16. Roj, 28. J. Maruszar, 34. Popieluch, 39. Czarniak. Ženy sjezd: (trať 3200 m, výškový rozdíl 600 metrů — 13 branek): 1. Bertholdová (Švýcarsko) 2:24,6 min., 2. Marcheliová (Itálie) 2:24,8 min., 3. Hochleitne-

## Stručně ze světa

konstatoval lékař, že slabé srdeční činnost. Lékař otevřel ihned pacientova hrud, jehož srdce přestalo pracovat, a prováděl srdeční masáž. Za dvě minuty poté „zemřel“ Dahlquist po druhé, masáže dr Andersona mu však zachránily život. Dahlquist po propuštění z nemocnice odevzdal svou nejceněnější sportovní trofej lékařům.

## ZPŮSOB SKOKŮ FINSKÝCH LYŽAŘŮ

Při závodech na můstku Berg-Isel u Innsbrucku startovali také tři finští lyžaři, kteří po svých vítězstvích v Obersdorfu a Garmisch Partenkirchenu (západní Německo) vyhráli i v tomto závodě. Finští skokani jdou od stolu v předklonu a tlačí ruce vzad. V tomto způsobu zůstávají až do okamžiku, kdy dostanou více vzduchu. Pak ruce, které tvoří vzadu úhel, udělají „tempo“, které dělají plavci. Tento způsob — při letu harmonicky použit plaveckého tempa — dává nejlepší možnost využít vzduchového polštáře. Je to rozdíl od norských skokanů, kteří zůstávají po celou dobu letu v klidu.

## PŘÍPRAVY RAKOUSKÝCH LYŽAŘŮ

Rakouský lyžařský svaz nominoval kádr olympijského družstva a stanovil přesné celý program přípravy členů tohoto družstva. Do tohoto družstva byli určení: Muži: Schneider, Schuster, Molterer, Reider, Obereigner, Hinterseer, Leitner, Sailer, Hillbrand, Spiss a mistr světa Pravda, který je toho času v Americe. Ženy: Blattlová, Schöpfová, Jaretzová, Hochleitnerová, Hofherrová, Frandlová a mistryně světa Kleckarová, která však nyní netrenuje. Olympijské družstvo Rakouska startovalo

## Stručně ze světa

na závodech ve Wengenu, Grindelwaldu, v Kitzbühelu a v Megeve, tedy v týchž závodech, kterých se zúčastnili také polští sjezdáři a sjezdárky. Závěrem bude v prvním únorovém týdnu mistrovství Rakouska, které je na Semmeringu u Vídně. Po těchto bojích o mistrovské tituly jsou na pořadu na Semmeringu dva zkušební závody ve slalomu a v obřím slalomu, načež 15. února bude jmenováno prozatímní olympijské mužstvo pro Cortinu d'Ampezzo. Pro mistra světa Christiana Pravdu je rezervováno místo. V případě, že na začátku zimní sezóny 1955-1956 bude startovat a ukáže dobrou formu, bude do mužstva zařazen. Olympijské družstvo bude určeno bedováním.

### SEVEŘANÉ PROTI POŘADÁNÍ MISTROVSTVÍ SVĚTA KAŽDÝM ROKEM

V časopise „Stockholm Tidningen“ zaujímá prezident švédského lyžařského svazu Sigge Bergman stanovisko k návrhu Jamese Coutteta, aby se každoročně pořádala lyžařská mistrovství světa.

Nepřihlížeje k tomu, že by tato velkolepá a vysoce hodnotná soutěž každoročním pořádáním ztratila na své zajímavosti, nemohou jednotlivé země si dovolit vzít na sebe tento úkol.

Kolf Hohenthal z finského lyžařského svazu a Nor Arvid Fossum zaujali také záporné stanovisko k tomuto francouzskému plánu. Bergman říká: Švédsko bude rozhodně protestovat, dojde-li opravdu k tomu, že se bude příští kongres (v květnu 1955 v Montreaux) zabývat francouzským návrhem.

V další části článku se píše m. j., že i mistrovství Evropy pořádaná každoro-

rová (Rakousko) 2:25,0 min., 4. Blattlová (Rakousko) 2:25,4 min. — polské závodnice: 21. Grocholská 2:42,6 min., 35. Kowalská 2:58,2 min., 46. Bujaková 3:29,8 min. Slalom: 1. Minuzzová (Italie) 119,3 vt., 2. Bertholdová (Švýcarsko) 120,4 vt., 3. Blattlová (Rakousko) 122,0 vt., 4. Schöpfová (Rakousko) 122,3 vt., 5. Thiollereová (Francie) 123,5 vt. Pořadí polských závodnic: 13. Kowalská 130,4 vt., 17. Grocholská 132,9 vt., 36. Bujaková 170,5 vt. Alpská kombinace: 1. Bertholdová 0,55 b., 2. Blattlová 1,88 b., 3. Minuzzová 2,04 b., 4. Thiollereová 5,19 b., 5. Hochleitnerová 5,96 b., 20. Grocholská 18,64 b., 25. Kowalská 27,64 b., 33. Bujanová 28,47 b.

\*

Dalšího pěkného úspěchu dosáhly polské běžkyně ve štafetě 3krát 5 km, kdy v Grindelwaldu zvítězily v sestavě: Krzeptowská, Danielová a Buková v celkovém čase 1:03:01 hod. před Itálií 1:03:14 hod., Itálií II 1:05:39 hod., Francií 1:12:10 hod. a Švýcarskem 1:13:23 hod.

\*

Dalšího vítězství dosáhly polské běžkyně v běhu štafetovém 4krát 10 km, který se konal v St. Gervais. Polská štafeta (Z. Krzeptowská, H. Danielová, Maria Buková) dosáhla času 1:26:52 hod. Další pořadí štafet bylo: 2. Itálie I 1:27:10 hod., 3. západní Německo 1:27:53 hod., 4. Itálie II 1:31:03 hod., 5. Francie I 1:33:21 hod., 6. Jugoslavie 1:34:31 hod., 5. Francie II 1:38:04 hod.

\*

V St. Gervais se jel také obří slalom žen. Jeho trať byla dlouhá 2800 m a měla 50 branek. Závod vyhrála Bertholdová (Švýcarsko) 2:54,7 min. před Lanigovou (záp. Německo) 2:58,5 min., 3. Morisová (Francie) 2:59,1 min., 4. Schöpfová (Rakousko) 2:59,3 min., 5. Hohenleitnerová (Rakousko) 3:00,2 min., 6. Frandlová (Rakousko) 3:02,1 min. — pořadí polských závodnic: 24. Kubicówna 3:24 min., 26. Kowalská 3:26,2 min., 30. Grocholská 3:32,2 min., Bajak-Waga 3:42,5 min., 37. Jańczyová 3:51,7 min. — Startovalo 48 závodnic.

\*

Čtvrtý start polských běžkyň v zahraničí přinesl jim i čtvrté vítězství. Na závodech v Megeve, které se konaly na vlhkém sněhu vyhrála v běhu na 10 km: Krzeptowská (Polsko) v čase 52:09 min. před další polskou závodnicí Daniel-Gasienicovou 54:23 min. Další pořadí: 3. Taffrová (Itálie) 55 min., 4. Marusarzová (Polsko) 55:01 min., 5. Pessionová (Itálie) 55:08 min., 6. Buková 55:38 min., 7. Rajchelówna (obě Polsko) 55:50 min., 8. Romaninová (Itálie) 56:15 min., 9. Gehringová (záp. Německo) 56:38 min., 10. Ammannová (záp. Německo) 56:39 min., 11. Aimonierová (Francie) 57:04 min.

\*

Ve čtvrtek 20. ledna se jel v St. Gervais slalom prostý žen, v němž startovalo 48 závodnic. Jela se dvě kola na trati dlouhé 300 m, mající výškový rozdíl 150 metrů a 48 branek. Závod vyhrála Schöpfová (Rakousko) 96,3 vt. Další pořadí: 2.—3. Blattlová (Rakousko) a Minuzzová

(Itálie) 96,6 vt., 4. Morisová (Francie) 98,4 vt., 5. Lani-gová (záp. Německo) 99,6 vt., 6. Hochleitnerová (Ra-kousko) 100,3 vt., 7. Thiollierová (Francie) 100,5 vt., 8. Jaretzová (Rakousko) 100,6 vt., 9. Frandlová (Rakous-ko) 101 vt., 10. Agnelová (Francie) 101,1 vt. — Pořadí polských závodnic: 15. Kowalská 104,8 vt., 23. Bujak-Waga 112,8 vt., 27. Kubicówna 117,0 vt., 29. Grochołská 121,1 vt.

★

Ve sjezdu žen, který se jel 21. ledna, startovalo 44 závodnic. Trať byla dlouhá asi 2000 m a měla výškový rozdíl 350 m. Výsledky: 1. Jaretz 2:01,2 min., 2. Frandl 2:01,9 min., 3. Marchelli 2:02,9 min., 4. Thiolliere 2:05,3 min., 5. Hofher 2:06,0 min., 6. Minuzzová 2:07,2 min. — Polské závodnice: 13. Grochołská 2:09,4 min., 19.—20. Kubicówna a Kowalská 2:14,8 min., 26. Bujak-Waga 2:20,2 min.

★

V sobotu 22. ledna byl na olympijské trati v Megeve sjezd mužů, v němž na trati dlouhé 2700 m s výškovým rozdílem 600 m startovalo 77 závodníků. — Výsledky: 1. Sailer 2:01,5 min., 2. Molterer 2:04,0 min., 3. Rieder 2:04,2 min., 4. Obereigner (vých. Rakousko) 2:04,8 min., 5. Julen (Švýcarsko) 2:05,0 min., 6. Bozon (Francie) 2:05,2 min., 7. Duvillard (Francie) 2:05,6 min., 8. Staub (Švýcarsko) 2:06,5 min., 9. Burrini (Itálie) 2:06,8 min., 10. Lanig (záp. Německo) 2:07,2 min. — Poláci: 24. a 25. Zarycki 2:17,6 min., 28. Popieluch 2:20,8 min., 41. Roj 2:34,1 min.

## Stručně ze světa

ně jsou neúnosná a jejich pořádání by jednotlivě sva-zy finančně neunesly. Kromě toho je i tak mezinárodní program příliš velký. Každoročně je pořádán „Týden zimních sportů“, za jehož uspořádání jsou stří- davě odpovědní západní Ně- mecko, Francie, Švýcarsko, Itálie, Rakousko a Jugosla- vie atd.

### CHAMONIX SE UCHÁZÍ O LYŽAŘSKÁ MISTROVSTVÍ SVĚTA 1958

Vedení francouzského ly- žařského svazu se usneslo požádat příští Kongres me- zinárodní lyžařské federa- ce o pověření uspořádat v Chamonix mistrovství svě- ta v lyžování v roce 1958.

## Formy práce při získávání mládeže pre lyžovanie

J. HUBKA

Otázka získavania mládeže pre lyžovanie je na prvý pohľad problémom psychologickým. Keď však vychádzame z učenia Lenina a Stalina, ktoré hovoria, že podstatné zmeny vo vedomí sú v prvom rade spôsobované zmenami materiálnych podmienok živo- ta spoločnosti, stane sa nám jasným, že i otázka, v akej miere sa nám podarí získat mládež pro lyžovanie, ako i iné športové odvetvia, je v prvom rade závislá od ekono- micko-politických vzťahov v našej spoločnosti v nedávnej minulosti a dnes. Ekono- micko-politické vzťahy našej spoločnosti v minulosti musíme brať do úvahy preto, lebo sa od dnešných základne líšia, a hlavne preto, že to boli ony, ktoré dlhé roky pôsobili na vedomie dnes žijúceho pokolenia. Marxizmus nám o tejto otázke hovorí, že zmeny vo vedomí ľudí zaostávajú za zmenami materiálnych podmienok života spoločnosti. Ná- hľady zaostávajúce za materiálnymi zmenami, ktoré ako kapitalistické dedičstvo vo vedomí ľudí voláme prežitkami. A práve tieto kapitalistické prežitky vo vedomí členov našej spoločnosti sú obrovskou brzdou v rozvoji lyžovania medzi mládežou v mnohých horských oblastiach Slovenska. Kapitalistické prežitky sú hlavnou príčinou neutušeného stavu v našom ženskom lyžiarstve.

Z povedaného vyplýva, že prvou podmienkou pre získanie mládeže pre lyžovanie je ideologický boj s kapitalistickými prežitkami v nazeraní na telesnú výchovu nie- len medzi mládežou, ale aj jej rodičmi, lebo v mnohých prípadoch záleží práve na ro- dičoch, či ich deti lyžujú, alebo nie. V tejto práci sa bezpodmienečne musíme spojiť s masovými organizáciami, ale hlavne so školou, Pracovnými zálohami, Závodnými učňovskými školami a ČSM, ako hlavnými inštanciami, ktorým je zverená výchova mládeže.

V spolupráci so školou zvlášť po zavedení novej organizačnej štruktúry dobrovoľnej telesnej výchovy so školskými telovýchovnými jednotami, ukazujú sa najkrajšie per- spektívy pre získanie mládeže k lyžovaniu.

Pri riešení tejto otázky si musíme uvedomiť, že metódy praktického pôsobenia na mládež musia byť postavené na základe poznatkov o telesnom, ale hlavne psychologickom vývoji mládeže, poznaním tzv. hybných síl tohto vývinu. Jedine keď poznáme

priebeh a zákonitosť tohto vývinu, môžeme ho aj ovládať a vytváraním vhodných podmienok úspešne usmerňovať v tom zmysle, ktorý vyplýva z cieľa a úloh socialistickej telovýchovy. Jednou z najdôležitejších a zároveň najaktívnejších hybných síl vývinu mládeže a osobnosti vôbec sú záujmy. Záujem v psychologickom slova zmysle môžeme charakterizovať ako špeciálne zameranie sa osobnosti na určitý predmet alebo oblasť ľudskej činnosti.

My však budeme hovoriť nie o záujme všeobecne, ale presne povedané o vzniku, rozvoji, usmerňovaní a upevňovaní záujmu o lyžovanie u mládeže. Pri štúdiu literatúry, ako i z vlastného výskumu, ktorý som previedol dotazníkovým spôsobom na viacerých lyžiarskych školeniach, prišiel som k záveru, že pri vzniku a rozvoji záujmu o lyžovanie, musíme v zásade rozoznávať dve štádiá. Štádiom predšportového a štádiom športového záujmu.

Príčinou vzniku záujmu o lyžovanie sú najrozličnejšie pohnútky. Za najčastejšie však treba pokladať: pohyb vo vhodnom prostredí, príklad rodičov a kamarátov, práca učiteľa alebo profesora telesnej výchovy, zájazdy mládeže na hory a prítomnosť na lyžiarskych pretekoch.

Uvediem niekoľko príkladov: „Šport ma zaujíma od detstva — hovorí o sebe Voloďa F., ktorý je členom Športovej školy mládeže. Bol som často svedkom lyžiarskych pretekov. Keď som sa pozeral na lyžiarov, ako smelo jazdia z kopca a krásne bežia po trati, i mne sa zachcelo tak pekne a obratne lyžovať.“ Alebo známy sovietsky telovýchovný pracovník Ozolin vo svojej autobiografickej novele „Tajomstvo zasneženého svahu“ píše o tom, ako sa náhodne dostal na preteky v skoku na lyžiach a ako ho zaujali títo „lietajúci samovrahovia“ — ako ich vtedy nazýval. A v nasledujúce dni ho neustále trápiла myšlienka — aspoň len trochu byť podobný tým odvážlivcom — a táto myšlienka dohnala ho až k cvičnému mostíku, kde si potajomky skočil a nezabil sa. Na tento prípad si Ozolin spomína na názadovej veži pri majstrovstvách SSSR v r. 1935, kedy získal majstrovský titul.

Miroslav P., nar. 25. IV. 1930 v Kremnici, o svojich lyžiarskych začiatkoch hovorí toto: „Lyžovať som začal v 6. roku (dátum narodenia uvádzam kvôli porovnaniu situácie pred 15—20 rokmi). Pohnútkou, ktorá ma získala pre tento krásny šport, bolo najmä to, že lyžovali i moji rodičia. Prvé lyže mi zhotovil otec z buka. Na týchto lyžach som lyžoval až do 12. roku. Keď otec videl, že mi to ide, kúpil mi nové lyže. Lyžovanie sa mi vtedy tak zapáčilo, že nebolo nedele, aby som nebol na lyžiach.

Túto fázu predšportového záujmu nazýva A. N. Nikitinskaja fázou situácného záujmu, nakoľko príčinou jeho vzniku je istá situácia. Hlavnú úlohu hrá tu emocionálna stránka.

Pod vplyvom výchovy v škole, rodine, masových organizáciách, pomocou literatúry, filmu atď. začína mládež chápať telesnú výchovu a šport ako prostriedok zdokonaľovania a prípravu pre život. V tejto fáze predšportového záujmu mládež už hodnotí jednotlivé druhy športu, jej vzťah k telesnej výchove stáva sa uvedomelým a tým aj počiatočný nestály situácný záujem mení sa na záujem uvedomelý, trvalý a iniciatívny. Kandidát pedagogických vied A. S. Puni o tejto otázke píše: „Záujem vytvára želanie bližšie sa zoznámiť s predmetom, na ktorý je zamierený, preniknúť do podstaty vecí. V procese tohto poznania, čím sa predmet alebo oblasť činnosti pred človekom viac otvára, získava zvláštnu emocionálnu priazlivosť, ktoré upevňuje a podnecuje zasa záujem a povzbudzuje človeka k ďalšiemu poznaniu predmetu, predĺženiu zaujímajúcej ho činnosti.“

Je to tzv. hodnotiace-výberová fáza predšportového záujmu, ktorá v socialistickej systéme telesnej výchovy je neobyčajne dôležitá, lebo práve týmto spôsobom vychovávajú sa tísiace radových športovcov. Uvediem príklady takéhoto záujmu o telesnú výchovu prevzaté zo sovietskej literatúry: „Telesná výchova robí človeka silným, telesnej rozvitým. A byť smelou, silnou a vždy vedieť prekonať strádania a ťažkosti je mojim snom. Šport milujem preto, lebo jeho prevádzaním môžem sa stať silnou a smelou,“ hovorí o sebe žiacka 11-ročnej strednej školy. „Lyžiarstvo som začala prevádzať nie preto, aby som strávila čas, ale preto, že som sa chcela naučiť niečomu novému — dosiahnuť pekných výkonov,“ hovorí iná žiacka strednej školy. Ďalšie príklady zo sovietskej literatúry: „Chcem byť zdravý, aby som mohol pracovať na výstavbe socializmu.“ „Chcem byť zdravý, smelý, vytrvalý, aby som mohol vytvárať pracovné rekordy a brániť vlast.“

To by bolo v zásade o predšportovom záujme. Teraz sa pozrieme, ako vzniká z záujmu športový.

V psychológii je dávno známy veľký význam úspechu pri vzniku, ale hlavne zvýšení záujmu k akejkolvek činnosti. Už K. D. Ušinskij poznamenal: „Čím úspešnejšia je naša činnosť, tým väčší záujem v nás vzbudzuje daný predmet.“ Táto skutočnosť je hlavnou hybnou silou i pri vzniku športového záujmu v lyžovaní. Na potvrdenie tejto skutočnosti uvádzam niekoľko príkladov: jeden z popredných sovietskych vedcov A. V. Borin

hovorí: „Športový záujem sa u mňa prejavil vtedy, keď som vyhral dorastenecké majstrovstvo Leningradu.“ Tú istú pohnútku uvádza i terajší štátny tréner SSSR D. Rosťopcev a mnohí iní vynikajúci lyžiari Sovietskeho sväzu. Takýto prechod od predšportového k športovému záujmu bol zistený u 70% účastníkov majstrovstiev SSSR. Treba však pripomenúť, že tento záujem nevzniká vždy len pri dosiahnutí úspechu na väčších pretekoch. Z tohto hľadiska nemenej dôležité sú i preteky organizované pre plnenie lyžiarskej časti BPOV a PPOV a tiež prvé kolá ŠHM. Tieto preteky sú dôležité nielen pre vznik športového záujmu, ale často pre vznik prv spomínanej druhej fázy predšportového záujmu. Že lyžiarske oddiely nevenujú tejto skutočnosti dostatočnú pozornosť, vidieť z toho, že aj členovia lyžiarskych oddielov, vyspelí lyžiarski pretekári, nemajú v rámci plnenia BPOV a PPOV žiadnu lyžiarsku disciplínu. V odstránení tohto nedostatku vidím jednu z foriem pre získavanie mládeže k lyžovaniu, a preto je nutné, aby toto podujatie nechýbalo v pláne celoročnej činnosti žiadneho nielen lyžiarskeho oddielu, ale aj oddielov všeobecnej prípravy.

Keď hovoríme o ŠHM, je nutné pripomenúť, že s doterajším ich priebehom nemôžeme byť spokojní. Od počiatku tejto súťaže sa lyžiarskej časti ŠHM na Slovensku zúčastnilo asi 80.000 mladých ľudí. Každoročne zo súťaže ŠHM do súťaže dospelých by malo prejsť okolo 5000 lyžiarov. V skutočnosti sa z tohto počtu do súťaží dospelých zapája slabých 10%. Z tohto teda vidno, že ŠHM sú stále akciou jednorázovou a že ani zďaleka neodpovedajú možnostiam, ktoré na tomto poli máme. Je to priamy dôsledok detskej choroby, ktorá napadla túto súťaž v prvých rokoch jej existencie, kedy sa pozeralo len a len na počet účastníkov. Vtedy si mnohí pracovníci neuvedomovali škodlivosť takéhoto počínania, nielen zo zdravotného, ale i čisto športového hľadiska a ešte ani dnes nie je všetkým jasné, že preteky môžu byť nielen dôležitou formou získavania, ale aj odrazovania mládeže, ak táto na preteky nie je pripravená.

Pred rokom istý súdruh, hovoriac o nábere na lyžiarske preteky, spomínal tento prípad: „V istom stredisku PZ malo prebehnúť I. kolo ŠHM v lyžovaní. Do posledného termínu prihlásilo sa málo účastníkov. Rozhodli sa, že večer pred pretekmi premietnu lyžiarsky film a spravia dodatočný nábor. Nábor po filme mal mimoriadny úspech. Na druhý deň sa na preteky prihlásilo o 50% viac mládeže, takže na jedných lyžiach pretekali dvaja lyžiari. Dotyčný pracovník si myslel, že prevedie veľmi úspešnú akciu. Zatiaľ to bola nie neúspešná, ale priamo škodlivá akcia. Lekárskym vyšetrením po jedných takýchto pretekoch boli zistené bielkoviny v moči u viac ako u 50% účastníkov, čo je príznakom nadmierného preťaženia organizmu.“

Dievča alebo žena na lyžach je u nás ešte nie dosť častým zjavom. Z tohto vyplýva neudržateľná situácia v ženskom pretekárskom lyžiarstve, ktorá sa tak markantne prejavila na minuloročných majstrovstvách Slovenska v Lipt. Hrádku, kde pri minimálnej účasti žien napríklad v jazdových disciplínach, okrem prvých 5-6 pretekárov hlavnou otázkou nebolo ako najrýchlejšie zdolať trať, ale ako vôbec zísť dole. Pri tom niektoré pretekárky na zdolanie nejstrmšieho úseku „použili“ 8-10 úmyselných pádov. S touto situáciou musíme rozhodne skonovať. Okrem toho, že ženskému lyžiarstvu budeme všeobecne venovať zvýšenú pozornosť, navrhujem:

1. Pri každej ŠSD do I. triedy prednostne jedno desaťčlenné dievčenské družstvo.
2. Tú istú úlohu postaviť pred silné jednoty a ich lyžiarske oddiely v Trenčine, Zilene, Ružomberku, v Mikuláši, Svite, Poprade, Prešove, Zvolene a v rade iných miest. S podobnou požiadavkou sa treba obrátiť na PZ, ZUS s väčším počtom dievčenskej mládeže.

Splneniu tejto úlohy by značne pomohla dobre postavená súťaž. Bolo by potrebné, aby ste sa s touto otázkou zaoberali v diskusií a na základe svojich skúseností podali konkrétne návrhy na usporiadanie navrhovanej súťaže.

Nakonice treba pripomenúť, že mládež ide za takými ľuďmi, v ktorých vidí svoj vzor, svoj ideál, za takými, ktorí jej ukazujú nielen blízke, ale aj ďaleké perspektívy rastu a možnosti, perspektívy zajtrajšej radosti. Preto cvičiteľ, tréner a vôbec každý pracovník na poli telesnej výchovy mládeže musí pomocou štúdia neustále zvyšovať nielen svoje teoretické a praktické znalosti v určitom športovom odvetví, ale musí, a to predovšetkým, neustále zvyšovať svoje pedagogické majstrovstvo.

Pedagogické majstrovstvo, to všeobecne znamená — umenie vychovávať. U nás tento termín znamená — umenie socialisticky vychovávať. Spomínam to preto, aby sme si nemyšleli, že napríklad vzbudením a udržaním záujmu o lyže splníme svoju úlohu. Svoju úlohu splníme iba vtedy, keď záujem o lyže nebude ničím samoučelným, odtrhnutým od života a záujmov celej spoločnosti, keď všetky osobné záujmy jednotlivca i menšieho alebo väčšieho lyžiarskeho kolektívu budú odpovedať záujmom našej vlasti.“

# ZPRÁVY SEKCE LYŽOVÁNÍ SVTVS

Předsednictvo sekce lyžování SVTVS se zabývalo přípravou úspěšného průběhu zimní části I. celostátní spartakiády, která právě v těchto dnech probíhá ve Vysokých Tatrách. Sportovně technická komise, komise rozhodčích spolu s komisí organizační podrobně se zabývaly přípravou všech potřebných náležitostí, aby přebory ČR v jízdě na lyžích, bobech a saních, které jsou do rámce zimní části I. celostátní spartakiády zahrnuty, proběhly s hlediska technického i organizačního hladce. Hlavní tíha příprav spočívá však na lyžařské sekci Slovenského výboru a na všech lyžařských pracovnících v Oblasti Vysokých Tater, kteří s velkou pečlivostí a obětavostí průběh tak významného závodu připravili. Ve všech přípravách měli na mysli hlavně tu otázku, aby všichni návštěvníci Vysokých Tater, a to jak závodníci, rozhodčí a činovníci byli spokojeni. Jak dalece se podařilo připravit a zvládnout celý průběh tak významného lyžařského podniku, zhodnotí jistě všichni účastníci Vysokých Tater sami.

Předsednictvo sekce lyžování na schůzi 12. I. 1955 projednalo usnesení předsednictva SVTVS o vytvoření samostatné sekce bobů a saní při SVTVS, jejímž předsedou byl jmenován soudruh ing. Josef Miňovský. Tato sekce dosud pracovala jako komise při sekci lyžování. Vzhledem k tomu, že sánkařský sport zatím není dobře organizačně podchyzen a nejsou v nižších složkách vytvořeny komise, žádá ústřední sekce sekce lyžování všech KVTVS, aby pomohly rozvoji sánkařského sportu, který má velké předpoklady stát se sportem opravdu lidovým a rozšířeným. Je třeba ustavit ve všech lyžařských sekcích pracovníky pro sánkařský sport, který by si vytvořil užší komisi a tak byl dán předpoklad k pozdějšímu osamostatnění tohoto sportu také v krajských výběrech.

Dále předsednictvo projednalo organizační zajištění připravovaných závodů s mezinárodní účastí, a to v klasických disciplínách v době od 7. do 13. III. v Harrachově a ve sjezdových disciplínách ve dnech 29. III. až 3. IV. na Chlebu.

Na pořadu jsou tyto disciplíny:

V Harrachově — muži: běh na 15 km, 30 km, sdružený závod, skok prostý; ženy: běh na 5 a 10 km.

Současně se uvažuje o uspořádání závodu ve skoku prostém ve Vysokém nad Jizerou.

Na Chlebu jsou na programu všechny sjezdové disciplíny — sjezd, slalom a obří slalom pro muže a ženy.

Přípravou závodů v Harrachově byla pověřena TJ Jiskra a Tatran Harrachov, které za spolupráce sekce lyžování KVTVS Liberec zajistí úspěšný průběh tak významného závodu.

Závody na Chlebu připravuje přípravný výbor při sekci lyžování KVTVS Žilina.

K I. VI. bude vyhlášena soutěž o nejlepší sekci KVTVS a ÚV DSO. Na jarním zasedání plna budou projednány podmínky soutěže a současně způsob hodnocení. Tato soutěž pomůže jistě v práci sekcím lyžování všech KVTVS a ÚV DSO.

Veřejný závod sdružený klasický o Velkou cenu Lomnice nad Popelkou, který je současně výběrovým závodem pro olympijské hry a byl pro nedostatek sněhu odložen, bude se konat ve dnech 26. a 27. února 1955.

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.



# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 3

PNS 208

BŘEZEN 1955



President republiky Antonín Zápotocký sledoval se zájmem první dny lyžařských přeborů ČSR ve Vysokých Tatrách. Na našem snímku je na Skalnatém plese při sledování závodů ve slalomu.

# LYŽAŘI A SPARTAKIÁDA

Skončily poslední soutěže zimní části I. celostátní spartakiády. Jejich politický význam kromě jiných okolností vyzdvihla i účast soudruha presidenta Antonína Zápotockého, který svou účastí a upřímnými radami dokazoval, že KSČ a naše vláda neustále usiluje o rozvoj tělesné zdatnosti pracujícího lidu a zároveň že i sportovní soutěže a masová vystoupení má svou měrou co říci současným mezinárodním i vnitřním událostem.

Proto je třeba si znovu uvědomit, že spartakiáda není jen sportovním podnikem, nčím podobným jako přebory republiky či jiné krajské závody, že není jen záležitostí aktivních sportovců. Její politický význam spočívá v tom, že je přehlídkou zdraví a síly našeho lidu v boji za mír a vybudování socialismu v naší vlasti. Je přehlídkou bojového svazku dělníků a rolníků, obou našich národů a zejména pevného spolenectví se Sovětským svazem, je radostným vyvrcholením oslav 10. výročí osvobození naší republiky Sovětskou armádou. Přitom však není možno chápat tato slova jako frázi, ale jejich podstatu a smysl.

Hodnotíme-li s tohoto hlediska zimní spartakiádu — část lyží, saní a bobů, nemůžeme být spokojeni. Přes to, že vnější úprava míst soutěží byla dobrá, a je nutné ji vyzdvihnout, pak se nám nepodařilo splnit politicky zásadní úkol: aby celý kolektiv závodníků a činovníků tvořil jednotu, aby představoval sílu celého lidové demokratického zřízení. Nepodařilo se nám spojit jednotlivé kraje v jeden zájem, nepodařilo se nám tím pěstovat přátelství mezi oběma našimi národy. »Tato část zimní spartakiády«, jak hodnotí soudruh Antonín Zápotocký, »nevyzněla jako přehlídka úspěchu naší lidové demokracie, síly a jednoty našeho lidu, ale nanejvýš jako dobře organisované, až na časté zpoždění jednotlivých soutěží, celostátní přebory.«

Některé kraje se separovaly, nezúčastňovaly se společných večerů, bylo vidět klubismus. Mezi ně patří především kraj Praha-město. Znamená to, že kraje splnily jen jeden úkol — dosáhnout sportovních výkonů na tratích, ale zapoměly na výchovnou práci. To nelze přičíst na účet jen jim, ale i pořadatelé, který nezorganisoval dostatek kulturně výchovných akcí. Ani poměr mezi činovníky a závodníky českých a slovenských krajů nebyl nejlepší. ÚV KSČ ve zprávě soudruha Novotného nás učí: »Je třeba co nejostřeji potírat jakékoliv projevy buržoasního nacionalismu, které jsou pozůstatkem kapitalistické minulosti, jako jsou slovenský separatismus, luďáctví a na druhé straně v řadách příslušníků českého národa projevy nadřazenosti vůči slovenskému národu. Tyto projevy vedou k oslabování morálně politické jednoty pracujících, odvádějí pozornost od třídního boje s buržoasií a budování socialismu a škodí tak skutečným zájmům pracujících všech národností naší země.« Bude nutné, aby se těmito problémy zabývala ústřední sekce a odstranila je z naší činnosti.

Naše povinnost vůči spartakiádě nekončí skončením soutěží v Tatrách. Masové vystoupení na Strahově se rychle blíží a je nutné se na něj připravovat. Mnohé naše oddíly sice nacvičují, domnívají se však, že do Prahy na spartakiádu se stejně nedostanou a tak nadšení opadáva. Konečně svůj úkol prý již stejně v Tatrách lyžaři splnili. Takový názor je třeba odstranit. Každý lyžař může trpělivým a soustavným přesvědčováním ukázat cvičícím, že právě jen na nich záleží, zdali do Prahy pojedou, či nikoliv. Vždyť přece na spartakiádu pojedou ti nejlepší. A být nejlepším, to znamená být nejpoctivějším v přípravě.

V období, kdy pomalu jsou nacvičeny jednotlivé skladby a přistupuje se k opakování a pilování, vyskytuje se neuchť k nčvcíku. Nčvcík nepřináší nic nového, je to úmorná a jednotvárná dřina. Stále dokola a stále stejně! I zde čeká každého lyžaře kus práce. Vždyť by bylo škoda po několika týdnech poctivého nčvcíku se teď zbytečně připravit o čest reprezentovat náš lid na masovém vystoupení na Strahově. Tu pomůžte nejen dobré slovo, ale především osobní příklad.

I. celostátní spartakiádou sledujeme vedle pěstování a upevnování zdraví a rozvíjení pracovních schopností a branné zdatnosti výchovu, kolektivní úsilí, občanskou ukázněnost k upevnování morálně politické jednoty pracujícího lidu, výchovu bojovníků za posílení pokrokového tábora v zápase za mír na celém světě. A tyto všechny vlastnosti se musí projevit v přípravách i v samotném provedení spartakiády. Chceme, aby byla nadšenou přehlídkou technické vyspělosti, ukázněnosti, vysoké ideovosti, pracovní obětavosti, projevu radosti a spolupráce všeho našeho lidu.

MIROSLAV BLAHOUT,  
předseda propagačně výchovné komise lyž. sekce SVTVS

## DÁLKOVÁ JÍZDA LYŽAŘŮ KE SPARTAKIÁDĚ

K zimní části I. celostátní spartakiády se připojili lyžaři první dálkovou jízdou, kterou provedla devítiletá hlídka na trati Ještěd—Tatranská Lomnica. Tato dálková jízda nebyla jen záležitostí lyžařů, ale také horolezců z liberecké horolezecké sekce, kteří také delší dobu připravovali podobnou jízdu s horolezeckým zaměřením. Z horolezců byli v hlídce Chroust, vedoucí horolezeckého úseku, Karásek, Kopal, Nový, Trousilík a lyžaři — absolventi TŠ Janovský a Valkoun, za HS Materna, jako vedoucí pak Sýkora. Úkolem dálkové jízdy, kterou jsme provedli po vzoru sovětských dálkových jízd, bylo vyzkoušet možnosti dálkových jízd i lyžařské turistiky v našich terénech, při projíždění našimi horskými oblastmi přispět k propagaci spartakiády a provést praktické instruktáže a promítnout filmy z FIS v nejdlehljších koutech.

Cestu jsme měli předem přesně připravenou. Průměrná denní vzdálenost byla 50 až 60 km, nejkratší úsek byl stanoven na 35 km, nejdelší přes 80 km. Vzhledem k tomu, že trať vedla odlehlými oblastmi, bylo rozhodnuto, že každý si nezbytné rezervní vybavení (boty, košile, ponožky, kalhoty, svetr, potřeby pro opravení lyží atd.) poveze s sebou. Také jídlo na jeden den si každý vezl. Váha batohu byla 7—10 kg. Lyžemi na cestu nás ochotně vybavil n. p. Sport Nové Město na Moravě. Přestože jsme jeli desítky kilometrů na ledu, na zmrzlém i mokřém sněhu, často po hroudách, držely lyže velmi dobře a za celou trať nedošlo ani k jedinému zlomení. Lékařské zajištění prováděl dr. Nápravník z ITVS, který také zajišťoval převoz některých „drobností“ vlakem a autobusem do cílů jednotlivých etap. Mimo rezervu, kterou si vezl každý účastník i lékař, jsme si na před poslali věci do Králík a Dolního Kubína.

Co se týká přípravy trasy dalo dost práce, než byla stanovena trasa s nejlepšími sněhovými předpoklady. Dalším vodítkem pro stanovení trasy bylo, aby procházela místy, kde, by bylo možno splnit propagační úkoly a nakonec, aby také byly dobré možnosti materiálního zajištění v cílech etap. A tak probíhala naše trať Jizerskými horami s krásnými lesními cestami s bezvadným prašanem, dále

přes Krkonoše, Jestřebí hory k Náchodu, kde nás obleva donutila jít 10 km pěšky. Dále na Orlické hory se skvělými běžeckými terény a nádherným sněhem, ale téměř žádnými stopami běžek. Jen okolo Olešnice, s pěknou sportovní školou mládeže, jsme viděli hodné stop, potom okolo Kunvaldu a Králík. V Králíkách jsme uspořádali praktickou instruktáž pro mládež, na kterou nám přišlo na smluvené místo na 300 dětí s nejrůznějšími vybavením a velkým elánem. Zde jsme viděli velké rezervy našeho lyžařství.

Z Králík se jelo na Jeseníky, Červenohorské sedlo, Praděd a do Bruntálu. Až sem nám přálo počasí a jelo se na dobrém sněhu. Z Bruntálu však sněhu ubývalo a nad Moravskou branou u Oder úplně zmizel. Z Oder až na slovenské hranice na Bumbalku, t. j. asi 75 km, jsme museli postupovat převážně pěšky. Hřeben Beskyd procházel oblevou. Jízda na lyžích byla obtížná hlavně v údolí Kysuce, kde jsme byli nuceni jet velký kus po zamrzlém Kysuce. I další etapa Čadca—Dolní Kubín měla asi desetikilometrový úsek, kde se muselo jít pěšky, dále pak na lyžích po úzkokolejce na Starou Bystricu a odtud na Terchovou holi, kde opět sníh zmizel. Terchová nás uvítala Janošíkovou hubou a řadou krásných závozků ke spartakiádě. Za Terchovou, na úbočí Rozsutce, jsme opět jeli na lyžích, ale v údolí Narzivé zase sníh končil a až

do Kubína jsme šli pěšky. Za Kubínem jsme se opět oetli v nádherných a hodně neznámých terénech, kterými nás provázel soudruh, který zde bojoval před 10 lety jako partyzán. Klačanská dolina, kde nám chlapi z Klačán vytyčili trať, i Klačány a celé podhůří Liptovských hólí jsme projížděli po úplně mokřém sněhu. Z Račkovy doliny jsme měli skok do Tater, kde jsme přes nepříznivé počasí vystoupili do hřebene Stalínova štítu a 6. února jsme při zahájení lyžařské části I. celostátní spartakiády odevzdali pozdravy a poselství z celé naší trati nejen od sportovců a mládeže, ale i od našich pracujících, se kterými jsme se se-

tkali v továrnách, na stavbách socialismu i v rekreačních střediscích.

Můžeme říci, že naše první dálková jízda splnila svůj úkol. Podařilo se nám uplatnit prakticky to, co v SSSR lyžaři úspěšně již dlouho provádějí. Přinesli jsme svou jízdu poselství z trati 706 km dlouhé s téměř 9000 m výškovým rozdíly jako dar I. celostátní spartakiáde a získali řadu zkušeností, které rozvedeme v příštích číslech po důkladnějším zpracování jako podklad pro zavedení dalších dálkových jízd, etapových lyžařských závodů, zimní turistiky atd.

B. SYKORA,  
vedoucí dálkové jízdy

## Připomínky k lyžařské části spartakiády

Význam lyžařských přeborů, které se konaly v rámci zimní části spartakiády, vyžaduje přísné hodnocení jejich průběhu. Toho dobrého bylo hodně. Ať už jde o vysokou úroveň dosažených výkonů, nebo o nesmírně obětavou práci řady prostých a nenáročných lidí, nebo o pěkné, někde i přepychové bydlení většiny závodníků. A ovšem ten honosný rámec Vysokých Tater s jejich gigantickou krásou. Ale my si musíme daleko více všimnout vad a chyb, aby zhodnocení mělo užitek pro budoucnost. Sportovní výsledek lyžařské části I. celostátní spartakiády byl dobrý. Jasně byl znatelný pokrok našeho lyžařství, a to ve všech disciplínách: nástup mladých reprezentantů, technický pokrok v běžeckých disciplínách, řada nových stylových skoků a dravost sjezdářů.

Ale u mládeže za několika vynikajícími zástupci byl velký odstup a někde i úplně slabá úroveň. Trenérské rady se dosud nevěnovaly dostatečně mládeži. Ovšem i u dospělých se dosavadním systémem postupu dostávají do přeborů republiky závodníci, kteří na start nepatří a vyřazují z účasti kvalitní závodníky z krajů silných v té disciplíně. Přebor nesmí být odměnou za pilnou účast na přeborech nižších. Je na čase uvážit a vytvořit výběrový systém závodníků z krajů, které v některé disciplíně nemají vysokou úroveň. Na většinu vítězů bylo zřetelně vidět účinek důkladné a systematické celoroční přípravy. Jinak by Cardal nemohl znovu vše vyhrát a Hlaváč tak úspěšně bojovat. Lelková by již dávno nestačila mladým, Bogdálék a Henrich by nevyhrávali nad slovenskými horaly. Na řadě závodníků však je znát ještě starý, sezónní způsob přípravy na závody. Nej slabší sportovní výsledek byl v trojkombinaci mužů. Tato disciplína předně nemá žádné masové pozadí. K přeborům republiky se obvykle přihlásí zájemci, z nichž však dosud nikdo trojkombinářem není. Trojkombinace nemá také žádné mezinárodní vyvrcholení. Další jsme si do plánu rozvoje dostat se na přední místa ve světovém lyžařství. Úkol nesmí-

ný. A nechceme-li zůstat u slov, nesmíme rozptylovat své síly a musíme soustředěně připravovat specialisty v každé disciplíně. Učit hochy běhat i skákat i sjíždět a pak je teprve správně specializovat podle skutečných vloh, to by bylo správné. Hodnocení vícekombinací nevyhovuje a letos bylo úplně zkaženo, protože autor obřího slalomu nepostavil trať podle směrnic, aby vítěz dosáhl času asi 2 minuty. Sbor rozhodčích nedovedl pružně rozhodnout správný bodový poměr vzhledem ke krátké trati obřího slalomu. A tím se stal výsledek trojkombinace mužů fraškou. (Rozdíl vítěze a posledního závodníka při skoku byl 100 bodů, při běhu 90 a při obřím slalomu jen 33 bodů.) Je proto na čase trojkombinaci škrtnout z přeborů republiky. Je třeba hodnotit i práci rozhodčích a počačatelů. Byla v ní řada neomluvitelných nedostatků, jako špatné startovní povely při některých sjezdových závodech, kde jde o desetiny vteřiny, neznalost či nerespektování závodních pravidel při vytyčování tratí a úpravě startů a cílů. Mnozí spojaři nám neodbytně vnucojí používat i pro slomy krátkovlnných vysílaček místo telefonu, ač tím nemohou nahradit dokonale vyhovující telefonní spojení. Jsou asi pohodlní natahovat dráty.

Dnešní organizaci závodů nelze pokládat jen za věc technickou a organizační. Má to být vyvrcholení výchovného procesu treningu. Nelze proto oddělovat nebo pomíjet výchovné úkoly. To si pořadatelstvo lyžařské části spartakiády uvědomilo až v druhém týdnu při závodech dorostu, když jim to bylo připomenuto a kdy jim v tom bylo silně pomoheno. Ale u soutěží dospělých nebylo hovořeno o výchovném působení, o jeho kladech i nedostatech, pokud nechybělo vůbec. Na výchovnou práci se pozapomnělo, ale diplomy pro činovníky připraveny byly. Stále se objevuje hodně případů nekázně závodníků (na př. na uzavřených tratích), ale i nekázně činovníků, což je tím horší, protože i oni mají s trenéry vychovávat. Mladší dorost se měl dívat na slalom staršího dorostu a neměly startovat obě kategorie současně. Pořadatelé se při různých potížích rádi omlouvali nedostatkem peněz, ale při tom nešetřili vždy na pravém místě. I ta hospodárnost je částí výchovy našich občanů. Vedoucí pracovníci ZČ spartakiády mají velké organizační schopnosti, ale trochu podleli této své

zálibě a tak byly závody přeorganizovány. Předcházelo mnoho schůzí, které nebyly ve všem nejekonomičtější, vytvořila se organizace mnoha výborů, odborů a komisí. Při takovéto organizační struktuře nebyli všichni ti lidé tak samostatní, ukázněni či schopní, aby ta velká mašinerie dobře pracovala a vedení nebylo v potřebných okamžicích dost energické, nebo jednotné řídicí, aby to někde neskrípalo nebo nevynechalo. A přece závodní pravidla jasně určují všechny hlavní i pomocné úkoly a funkce. Systém určený pravidly vyhovuje a většina lyžařských složek je na něj zvyklá. A tak nejen překvapuje, ale vede i k nedorozumění, když na přeborech republiky neexistuje závodní komise, když porady a přípravy závodů neřídí ředitel závodů, když předsednictvo organizačního výboru rozhoduje o technických věcech závodů, když soutěžním výběrem je nazývána početná skupina pracovníků a závodníků určených k hodnocení provedených závodů a jiné nezvyklosti. Závodní pravidla jsou závazná pro všechny. A na vrcholných závodech musí být provedení závodů zorné i v maličkostech. Nelze vychovávat závodníky ke kázní, jestliže sami ukázněně nedodržujeme pravidla. Velkou záhodou bylo oddělení rozhodčích (Smokovec) od technických a organizačních pracovníků (Lomnica). Byl z toho velký nesoulad v práci, mnozí rozhodčí, kteří mohli dělat i technické práce, nebyli intenzivně využití a prochozí mnoho času. K tomu ještě byl předseda sboru rozhodčích málo energický. Na vrcholných závodech nelze učít mladé rozhodčí tým, že dostanou nejodpovědnější funkce. Zde musí platit zásada, že nejdůležitější funkce, jako autory tratí, startéry, časoměři a rozhodčí stylu, musí zastávat nejschopnější lidé z republiky, bez ohledu na to, v kterém kraji se závody provedou. Proto jsou také rozhodčí řazení do tříd. A ústřední sekce se nesmí spokojit jen se semináři rozhodčích nejvyšších tříd, ale bude muset také uspořádat semináře pro technické pracovníky, protože ti nebyli dosud školeni a často neznají ani závodní pravidla. Většina schůzí činovníků nezačínala včas. Někdy byli příslušní činovníci velmi těžko sháněni na schůzi. Hlavní, každodenní schůze byly v nemožném prostředí průchoditého domu, místo aby měly potřebný klid a vážnost. Poctivá a otevřená kritika je naprosto nutná, chceme-li zlepšovat. A my musíme zlepšovat sportovní práci, abychom naši tělovýchovné neškodili. Chyb se dopustili nejen jednotlivci, ale odpovědnost nese za ně i ústřední sekce, že nedovedla lépe pomáhat včasnou kritikou i aktivní pomocí.

Dr. JIŘÍ JELÍNEK



Trojnásobný přeborník mistr sportu  
Cardal na trati

# Trenéri o přeborech dospělých i dorostu

Zhodnocení výsledků a průběhů jednotlivých závodů na přeborech ČSR dospělých i dorostu nám letos napsali naši trenéři, kteří přímo na místě — ve Vysokých Tatrách — sledovali naše závodníky a závodnice. Nepodařilo se nám technicky dostat do tohoto čísla »Lyžařství« hodnocení všech disciplín, uveřejníme proto zbyvajících část ještě v dalších číslech.

## BĚH MUŽŮ NA 30 km

Trať majstrovské tridsciadky vedla na 15 km postavené trase, kterou závodníci absolvovali dvakrát. Trať byla vedená v poměrně těžkém terenu, který stažoval stavitelem postavit takový profil trati, který by vyhovoval moderným požadavkům běhu. Poměrně časté výstupy nestriedali rovinky resp. kludné sjezdy, které by dovolovaly pretekárom plynulou jazdu. Ba nebol vhodný ani sjezd v 8. a 23 km, ktorý museli pretekári absolvovať.

Úprava a značenie trate boli prevedené pečlivo, avšak časte odšlapy na nikto- rých úsekoch znehodnocovali dobrú stopu.

Snehove podmienky a 2—4<sup>o</sup> pod nulou umožňovali všetkým pretekárom dobre voskovať lyže a tak dosiahnuté časy u jednotlivých pretekárov sú správnu výslednicou ich výkonnosti. Treba tu veľmi kladne hodnotiť aj postavenie občerst- vovacej stanice pod Furkotou, kde mierny sklon trati a rovinka dovolovali ob- čerstvujúcim sa pretekárom bez straty času a bez straty tempa sa osviežiť.

Skupinove vylosovanie dovolovalo dobrý prehľad boja, ako samotným prete- károm tak aj trenerom. Po celej trati hlásili trenéri, resp. vedúci pretekárov svojim sverencom časy a medzičasy. Veľkou chybou však bolo to, že títo v snahe informovať aj cudzích a najmä popredných pretekárov mnoho ráz sa prepočítali v časoch, to im hlásili, a tak zbytočne spôsobili chaos v informácii pretekárov, ktorý potom strácali prehľad. Už tento prvý pretek na tohoročných majstrov- stvách ČSR znovu dokázal dobrú pripravenosť našich bežcov a tesne výsledky dosiahovane v medzičasoch, aj v konečnom výsledku dokazujú celokové zlepšenie výkonnosti našich mužov — bežcov. Na tohoročnej majstrovskej tridziatek štarto- vala celá rada mladších bežcov — vytrvalcov, ktorý svojimi výsledkami sa rapídne približujú k našim špičkám. Je nutné tu spomenúť majstra športu súdruha Cardala, zase ako veľkeho bojovníka, ktorý vedel medzi 15 až 24 km znížiť minútovy náskok Prokeša a Matuša ba dokonca zaistiť si na nich 1 min. náskok, ktorý mu so stratami stačil na prvé miesto. K rozhodcovskému sboru trenerska rada SVTVS by mala pripomeníky, aby vo vytrvalostnom preteku boli merane viac medzičasy aspoň na 10—20—25 km tieto potom zverejnené vo vý- sledkoch. Je to potom dobrá pomôcka pre trenerov aj samotných pretekárov.

J. TEREZČÁK

## BĚH MUŽŮ NA 15 km

1. Cardal, Hradec Kr., 55,51 min., 2. Ma- touš, Hradec Králové, 56,13, 3. Prokeš, ÚDA, 56,22, 4. Okuliar, Hradec Kr., 56,47, 5. Ing. Hlaváč, Brno, 57,07, 6. Melich, Li- berec, 57,08, 7. Šír, Liberec, 57,42, 8. Hrn- čiar, Žilina, 57,53, 9. Batěk, Praha MV, 58,07, 10. Stebel, ÚDA, 58,16, 11. Dr Podo- hinský, ÚDA, 58,20, 12. Šimůnek, Liberec, 58,22, 13. Malinský, Hradec Kr., 58,42, 14. Poliak, Vysoké Tatry, 58,59, 15. Lahr, ÚDA, 59,36, 16. Hadrava, Liberec, 59,41, 17. Riesdorfer, Vysoké Tatry, 59,47, 18. Po- dešva, Gottwaldov, 59,48, 19. Zajížek, Jih-

lava, 59,51, 20. Vojtíšek, Liberec, 59,53, 21. Marek, Jihlava, 59,57, 22. Nüsser, Liberec, 59,59, 23. Kulík Pardubice 1:00,22 hod., 24. Rusko, Vys. Tatry 1:00,26, 25. Dvořák, Li- berec, 1:00,27, 26. Baláz, Košice, 1:00,35, 27. Janoud, Liberec, 1:00,37, 28. Bělátka, Praha MV, 1:00,45, 29. Gál Ondřej, Žilina, 1:00,58, 30.—31. Seifert, Praha MV, 1:01,01, 30.—31. Veselý, Praha MV, 1:01,01, 32. Ze- mánek, Hradec Kr., 1:01,28, 33.—34. Bán- ko, Vysoké Tatry, 1:01,30, 33.—34. Ha- nuš, Hradec Kr., 1:01,30, 35. Weber, ÚDA, 1:01,37, 36. Denke, ÚDA, 1:02,06, 37. Voň- ka, ÚDA, 1:02,07, 38. Šubert, Hradec Kr., 1:02,12, 39. Lukeš, Hradec Kr., 1:02,17, 40.

Janata, Hradec Kr., 1:02,21, 41. Bažant, Prešov, 1:02,31, 42.—43. Hrubý, ÚDA, 1:02,35, 42.—43. Nesvadba, Liberec, 1:02,35, 44. Ing. Junek, Brno, 1:02,45, 45.—46. Kolařík, Olomouc, 1:02,55, 45.—46. Mečíř, Liberec, 1:02,55, 47. Huska, Žilina, 1:02,57, 48.—49. Svanda, Jihlava, 1:03,03, 48.—49. Voldřich, Praha MV, 1:03,03, 50. Kalášek, Brno, 1:03,05, 51. Šmíd, Plzeň, 1:03,07, 52. Kubica, ÚDA, 1:03,13, 53. Maleňák, Praha MV, 1:03,15, 54.—55. Pospíšil, Gottwaldov, 1:03,21, 54.—55. Beněš, Plzeň, 1:03,21, 56. až 57. Krasula, Vysoké Tatry, 1:03,25, 56.—57. Horník, ÚDA, 1:03,25, 58. Solanský, Gottwaldov, 1:03,27, 59.—60. Chovanec, Praha MV, 1:03,37, 59.—60. Jirka, Plzeň, 1:03,37, 61. Terežák, Bratislava MV, 1:03,40, 62. Matys, Olomouc, 1:03,43, 63. Syrovátka, Liberec, 1:03,44, 64. Janoušek, ÚDA, 1:03,45, 65. Sauer, Ústí n. L., 1:03,48, 66. Stránský, Pardubice, 1:03,51, 67. Suňa, Žilina, 1:03,55, 68. Nemessegy, Bratislava MV, 1:03,56, 69. Štechl, Praha MV, 1:04,01, 70. Balvín, Jihlava, 1:04,04, 71.—72. Jerábek, Prešov, 1:04,07, 71.—72. Novák, Praha MV, 1:04,07, 73. Čechura, Plzeň, 1:04,12, 74. Boček Jaroslav, Ostrava, 1:04,16, 75. Soška, Jihlava, 1:04,29, 76. Solanský, Gottwaldov, 1:04,43, 77. Pešl, Budějovice, 1:04,50, 78. až 79. Kuebel, Bratislava MV, 1:04,56, 78.—79. Kosina, Liberec, 1:04,56, 80. Pitoňák, Vysoké Tatry, 1:05,14, 81. Tabášek, Ostrava, 1:05,43, 82. Pekárek, Liberec, 1:05,53, 83. Potměšil, Praha MV, 1:05,57, 84. Madarassy, Košice, 1:06,44, 85. Homola, Ústí n. L., 1:07,08, 86. Nebola, Brno, 1:07,19, 87. Štafka, Praha MV, 1:07,25, 88. Dvořák, Jihlava, 1:07,26, 89. Žovinec, Bratislava KV, 1:07,41, 90. Michalko, Košice, 1:07,47, 91. Štěpán, Praha KV, 1:09,31, 92. Vališ, Jihlava, 1:09,46, 93. Vlěko, Bratislava KV, 1:09,52, 94. Lánský, Liberec, 1:10,08, 95. Hlavatý Budějovice, 1:10,11, 96. Štoček, Praha MV, 1:10,50, 97. Herman, Jihlava, 1:11,02, 98. Nevlud, Ostrava, 1:11,59, 99. Kupčo, Žilina, 1:12,27, 100.—101. Dyntar, Praha KV, 1:12,35, 100.—101. Hric, Budějovice, 1:12,35, 102. Mistrík, B. Bystrica, 1:12,47, 103. Vojta, Praha KV, 1:13,22, 104. Nikerle, Prešov, 1:14,38, 105. Šleis, Karlovy Vary, 1:15,12, 106. Martiňák, Gottwaldov, 1:15,22, 107. Bulena, Pardubice, 1:16,15, 108. Rafel, Budějovice, 1:16,30, 109. Thomas, Karlovy Vary, 1:18,34, 110. Kuruc, Nitra, 1:20,20, 111. Majeršák, Košice, 1:20,39, 112. Janda, Olomouc, 1:22,39.

#### BĚH MUŽŮ NA 30 km

1. Cardal, Hradec Králové, mezičas na 15 km 52,46 — konečný čas 1:48,12 hod.,

2. Prokeš, ÚDA, 53,10 — 1:48,17, 3. Matouš, Hradec Kr., 52,21 — 1:48,47, 4. Ing. Hlaváč, Brno, 52,22 — 1:49,26, 5. Stebel, ÚDA, 54,05 — 1:49,58, 6. Okuliar, Hradec Kr., 53,24 — 1:51,10, 7. Riesdorfer, Vys. Tatry, 53,32 — 1:51,26, 8.—9. Poljak, Vys. Tatry, 54,11 — 1:52,18, 8.—9. Šír, Liberec, 54,43 — 1:52,18, 10. Malinský, Hradec Kr., 54,11 — 1:52,57, 11. Hrnčiar, Žilina, 53,51 — 1:53,20, 12. Hadrava, Liberec, 55,52 — 1:54,48, 13. Banko, Vys. Tatry, 55,09 — 1:55,08, 14. Dr. Podolinský, ÚDA, 55,06 — 1:55,33, 15. Zajiček, Jihlava, 55,30 — 1:55,53, 16. Weber, ÚDA, 57,45 — 1:57,02, 17. Jón, Liberec, 56,43 — 1:57,12, 18. Seifert, MV Praha, 55,24 — 1:57,13, 19. Šimánek, Liberec, 56,14 — 1:57,16, 20. Čepčanský, ÚDA, 57,30 — 1:58,38, 21. Gál, Žilina, 47,32 — 1:59,31, 22. Svanda, Jihlava, 56,38 — 2:00,04, 23.—24. Schauer, ÚDA, 57,20 — 2:00,27, 23.—24. Suňa, Žilina, 57,23 — 2:00,27, 25. Hanuš, Hradec Králové, 56,17 — 2:00,30, 26. Janoud, Liberec, 57,33 — 2:00,41, 27. Voldřich, MV Praha, 57,54 — 2:00,50, 28. Bordovský, Ostrava, 59,55 — 2:01,20, 29. Kosina, Liberec, 59,07 — 2:02,14, 30. Bažant, Prešov, 59,11 — 2:02,27, 31. Novák, MV Praha, 57,56 — 2:02,32, 32. Chovanec, MV Praha, 57,40 — 2:02,34, 33. Ing. Junek, Brno, 57,50 — 2:02,39, 34. Balvín, Jihlava, 59,22 — 2:02,51 35. Čížik, Banská Bystrica, 58,55 — 2:03,22, 36. Syrovátka, Liberec, 59,00 — 2:04,42, 37. Krasula, Vys. Tatry, 57,30 — 2:02,53, 38. Bartoň, Hradec Král., 59,47 — 2:04,56, 39. Holec, Liberec, 59,49 — 2:05,28, 40. Jáchym, Karlovy Vary, 59,40 — 2:07,23, 41. Nebola, Brno, 1:01,45 — 2:08,09, 42. Kubík, Pardubice, 1:00,52 — 2:08,30, 43. Soška, Jihlava, 59,48 — 2:08,34, 44. Schauer, Ústí n. L., 59,30 — 2:08,41, 45. Solanský, Gottwaldov, 58,09 — 2:10,16, 46. Šmíd, Plzeň, 1:00,35 — 2:10,22, 47. Mlynář, Hradec Kr., 1:02,38 — 2:11,22, 48. Straponček, Olomouc, 1:00,26 — 2:11,32, 49. Solanský Ondrej, Gottwaldov, 1:01,04 — 2:12,04, 50. Pospíšil, Gottwaldov, 58,16 — 2:12,45, 51. Kučera, Jihlava, 1:02,55 — 2:12,46, 52. Vojtíšek, Liberec, 57,49 — 2:13,41, 53. Beluch, MV Blava, 1:03,34 — 2:14,14, 54. Ing. Vach, KV Blava, 1:05,17 — 2:16,53, 55. Slaviček, Pardubice, 1:02,22 — 2:17,21, 56. Pešl, Budějovice, 1:00,43 — 2:17,40, 57. Matocha, MV Blava, 1:00,55 — 2:17,42, 58. Koloc, Jihlava, 1:04,33 — 2:18,57, 59. Vojta, KV Praha, 1:07,00 — 2:21,35, 60. Kmec, Košice, 1:08,34 — 2:21,45, 61. Hovorka, Pardubice, 1:05,04 — 2:22,27, 62. Melíkša, Nitra, 1:19,20 — 2:49,36.

## VYTRVALOSTNÍ BĚH MUŽŮ NA 50 km

Letošní přebornická padesátka byla jedna z nejlepších, které se u nás v posledních letech jely. Sníh, který napadal, umožnil pořadatelům uskutečnit závod na připravených standardních tratích. Sníh byl stejný na všech úsecích tratě, takže nebyly žádné potíže s mazáním. Trať byla dobře volená, po projetí 15km okruhu směrem na Matliary, kde se střídaly mírné sjezdy s výstupy a sjezdem k místu startu. Druhý úsek, který jel měřil 10 km, byl z větší části stoupání. Trať rozmanitá, velmi technická, vedla stále lesem a nebyla unavující pro závodníky. Trať končila prudkým, ale bezpečným sjezdem k cíli. Po projetí 15km okruhu shodným s prvním okruhem, jeli závodníci posledních 10 km na ženské trati. Tento poslední úsek byl velmi rychlý a vyhovoval ke konci závodu.

Občerstvovací stanice byly vhodné umístěné a v dostatečném počtu. Nedostatečné a nevhodné bylo stravování po dobu závodu. Zvláště před tak těžkým závodem, řada závodníků měla potíže během závodu, mezi nimi i Šír, který byl velmi dobře na tento závod připraven, skončil na 20. místě.

Začátek jeli všichni závodníci pomaleji kromě Hlaváče a Cardala, kteří jeli již od začátku naplno. Na 5 km měl Hlaváč o 10 vteřin lepší čas než Cardal. Na druhém úseku Cardal náskok vyrovnal a stejnoměrně svůj náskok zvyšoval. Podle měření na 50 km v mírném stoupání 70 m dlouhém byl u závodníků průměr 30 dvoukroků.

Velmi lehce jel na tomto úseku Šimůnek, který jel dlouhým skluzem a měl 21 dvoukroků. Malinský, který měl hladké lyže a ukluzoval, měl 23 dvoukroků. Rusko měl 23 dvoukroků a jeden odpich soupaž. Stebel, který byl velmi svěží, měl 18 dvoukroků a dva odpichy soupaž.

U mladších závodníků bylo vidět řadu nedostatků, záleží na nich, aby přišli do styku s našimi reprezentanty, kteří jim rádi poradí a předají své zkušenosti. Příklad Hlaváče, který si vychovává kádr velmi dobrých běžců a běžkyň. Překvapující byla neúčast slovenských běžců.

V. WEISSHÄUTEL

### BĚH MUŽŮ NA 50 km

1. Cardal, Hrad. Králové, 3:15,05 min.,  
2. Ing. Hlaváč, Brno, 3:18,18, 3. Dvořák,  
Liberec, 3:24,50, 4. Jón, Liberec, 3:25,19,  
5. Malinský, Hrad. Králové, 3:27,34, 6. Ste-  
bel, ÚDA, 3:28,37, 7. Šimůnek, Liberec,  
3:29,15, 8. Zajíček, Jihlava, 3:31,01, 9. Sei-  
fert, MV Praha, 3:32,57, 10. Ing. Junek,  
Brno, 3:34,39, 11. Švanda, Jihlava, 3:34,40,  
12. Rusko, Vysoké Tatry, 3:34,59, 13. Bal-  
vín, Jihlava, 3:35,32, 14. Bocek, Ostrava,  
3:35,37, 15. Hadrava, Liberec, 3:36,10, 16.  
Weber, ÚDA, 3:37,09, 17. Pešl, Budějovice,  
3:38,04, 18. Štochl, MV Praha, 3:38,16,  
19. Solanský, Gottwaldov, 3:40,04, 20. Šír,  
Liberec, 3:40,20, 21. Kosina, Liberec,

3:43,36, 22. Novák, MV Praha, 3:44,23, 23.  
Bordovský, Ostrava, 3:46,23, 24. Petřík,  
Brno, 3:47,32, 25. Hůska, Žilina, 3:48,35, 26.  
Holec, Liberec, 3:49,28, 27. Marousek, MV  
Praha, 3:49,39, 28. Weisshäutel, Liberec,  
3:50,27, 29. Nebola, Zeno, 3:50,34, 30. Stef-  
ka, MV Praha, 3:50,38, 31. Herbst, Hrad.  
Králové, 3:51,51, 32. Kučera, Jihlava,  
3:52,24, 33. Šmíd, Plzeň, 3:52,48, 34. Tuček,  
KV Praha, 3:57,44, 35. Svoboda, Karl. Va-  
ry, 4:00,17, 36. Laktiš Nitra 4:02,05, 37.  
Šneberger, Plzeň, 4:02,28, 38. Kytnar, MV  
Blava, 4:03,22, 39. Hovorka, Pardubice,  
4:07,22, 40. Dr. Daněk, Ostrava, 4:09,45, 41.  
Vít, Hrad. Králové, 4:17,11, 42. Matys, Olo-  
mouc, 4:19,15, 43. Beran, Budějovice,  
4:29,10, 44. Eisner, Ústí n. L., 4:29,34.

### ZÁVOD VE SKOKU PROSTĚM

Závod ve skoku prostěm se konal za příznivého slunečného počasí za poměrně slabého větru. Mústek za daných poměrů byl dobře upraven. Během závodu — vlivem slunce a nahazováním vlhkého sněhu — změkkl a závodníkům zavínil několik pádů.

Úroveň závodů, co se týče výkonnosti závodníků, byla tohoto roku — proti mistrovství loňského roku ve Vysokém — na nižším stupni. Chybný je také výběrový klíč skokanů na přebory. Na přebory dostanou se skokani z několika



krajů velmi slabí a z ostatních krajů, skokansky silnějších, mnoho závodníků nemůže startovat. Doporučuji uspořádat kvalifikaci skokanů ze skokansky slabých krajů před zahájením mistrovství, čímž by se na přebory dostali opravdu zdatní skokani a ostatní kraje, skokansky silné, by mohly mít více účastníků.

A nyní povšechně chyby, jichž se většina skokanů dopouští. Polovztyčený nájezd a tím velmi labilní. Odraz z této polohy nemůže být nikdy tak rychlý a mohutný. Velmi široké, rozházené a neekonomické vedení lyží v letu. Nejzávažnější chyba, které se závodníci i velmi dobří dopouštějí při dopadu: Je to úplná nepřipravenost na dopad, dopad sám o sobě buď sounož nebo velmi tvrdý. Při dojezdu je vidět nevyježděnost většiny skokanů. Překvapením závodů — pro nezasvěcené — byl Pacholík. Má velmi dobrý, mohutný a rychlý odraz, klidnou polohu těla ve vzduchu, ale poněkud neekonomické vedení lyží. Slabinou jeho je poměrně tvrdý a nepružný dopad, který byl příčinou jeho pádu ve druhém kole. Je nebojácny a má bojovné skokanské srdce, které mu může většina našich i předních skokanů závidět. Druhým markantním zjevem je jeden z nejstarších závodníků, Milda Bělonožník. Po nepříznivém dojmu na závodníky, který způsobil pád Pacholíkům, Milda svým druhým skokem dlouhým taktéž 74,5 m, který bezvadně držel, dodal zase skokanům odvalu. Bohužel technickou závadou (nalomená lyže) se připravil o mistrovský titul. Felix po prvních dvou ladně provedených skocích, po Bělonožníkově pádu vsadil vše na jednu kartu a třetím skokem 75,5 (rekord můstku) si vydobyl mistrovský titul. Věřím, že tímto skokem opět nabyl sebedůvěry a bude zase našim velmi dobrým reprezentantem. Chroust přílišným odrazem dopředu, mohutným nalehnutím a velmi pozdním vyrovnáním předklonu před dopadem, upadl a připravil se o pěkné umístění. Zdá se mi, že někteří závodníci předklon vůbec přehánějí, a to v nepravý čas. (Kubica, Lukáš.) Příjemným překvapením byl Bulín, který po loňské slabé formě se opět zařadil na špici. Má dobré vedení lyží, potřebuje ještě lepší položení těla ve vzduchu, to je protáhnutí těla hrudníkem. Jebavý zatím není ve své formě, ve které byl před zájezdem do SSSR. Skáče vysazeně, což má vliv na metry. Nüsser je velmi talentovaný, avšak musí ve vzduchu protáhnout figuru. Remsa potvrdil svoji lepší si formu. Za zmínku stojí také Vašut, který po menší úpravě druhé poloviny svého letu, bude jistě dalším přínosem státního družstva. Má velmi dobrý odraz, nabere dobrou výšku, ale příliš prudce a brzy naléhá do předklonu a pak jej trhavě vyrovnává. Potřebuje se nutně vyskákat na větších můstcích.

Po tomto kratičkém zhodnocení a ujasnění si zásadních chyb našich skokanů, čeká trenéry státního družstva hodně a hodně práce, která — věřím — že bude úspěšná a naši skokani na OH v příštím roce nás budou zase úspěšně reprezentovat.

OLDŘICH BUĐÁREK

#### SKOK PROSTÝ MUŽI

1. Felix Frant.,	Liberec	326,5	66,0	69,0	75,5
2. Remsa Zdeněk,	ÚDA	320,0	64,5	69,5	72,0
3. Bulín Jáchym,	Pižeň	314,5	64,5	74,0	72,5
4. Jebavý Drahoš,	Liberec	309,0	65,5	67,5	69,5
5. Nüsser Josef,	Liberec	308,0	63,0	67,0	72,5
6. Lenemayer Ant.,	Liberec	306,0	61,0	65,0	66,0
7. Stolba Miroslav,	Liberec	295,0	62,0	69,0	67,5
8. Bělonožník Mil.,	MV Praha	294,0	66,5	74,5	68,0
9. Rieger Evžen,	ÚDA	292,5	60,5	65,5	65,5
10. Gyalog Zdeněk,	Liberec	285,5	60,5	65,5	66,5
11. Lupták Lubomír,	Liberec	275,0	59,0	62,0	64,5
12. Lahr Vítězslav,	MV Bratislava	282,0	59,5	65,5	64,5
13. Šalda Karel,	ÚDA	275,5	59,5	65,5	60,5
14. Janoušek Milan,	ÚDA	274,5	58,0	62,0	66,0
15. Thomase Emil,	Karlovy Vary	273,0	59,5	66,0	60,0
16.—17. Kubačka J.,	České Budějovice	271,0	57,0	64,0	63,3
16.—17. Melich Vl.,	Liberec	271,0	56,5	60,0	61,5

18. Vašut Václav,	Ostrava	269,5	64,0	70,5	74,5
19. Nevlud Jaromír,	Ostrava	261,5	53,0	61,0	63,5
20. Gerner Kurt,	Liberec	258,5	60,0	65,5	65,5
21. Paska Frant.,	MV Praha	257,5	52,0	55,5	63,5
22. Lukeš Vladimír,	Hradec Králové	251,5	44,0	60,5	63,5
23. Tangelmayer T.,	ÚDA	244,5	60,0	64,5	64,0
24.—26. Slang V.,	Banská Bystrica	241,0	48,0	57,5	60,0
24.—26. Lánský J.,	Liberec	241,0	50,0	53,0	57,5
24.—26. Voňka Zd.,	ÚDA	241,0	55,5	63,0	64,5
27. Bretschneider J.,	Gottwaldov	232,5	54,5	60,0	61,0
28. Plamínek Josef,	Liberec	228,0	52,5	57,0	62,5
29. Turek Ján,	KVTVS Košice	224,0	45,5	51,5	54,0
30. Janda Bedřich,	Olomouc	222,0	47,5	51,5	52,5
31. Slivka Štefan,	Banská Bystrica	220,0	45,0	52,0	54,0
32. Šteiner Stan.,	Hradec Králové	217,0	53,5	58,0	58,5
33. Nemšek Mir.,	MV Tatry	214,5	43,0	42,5	54,0
34. Weis Josef,	Prešov	209,0	41,5	46,0	48,0
35. Gult Stan.,	Karlovy Vary	183,5	42,0	45,5	48,5
36. Jakob Rudolf,	Žilina	181,0	40,0	43,0	45,5
37. Svárovský Josef,	KV Praha	171,5	46,0	48,5	46,5

## SEVERSKÝ ZÁVOD SDRUŽENÝ

Přes nepříznivé počasí a silné sněžení podali někteří závodníci dobrý výkon, který svědčil o jejich dobré fyzické zdatnosti. Většina závodníků z různých krajů podala výkon podprůměrný, takže směrodatného měřítka o celkové úrovni československých sruženářů tento vrcholný závod nepodal.

Podle mého názoru není správné, aby kraje delegovaly své krajské přeborníky ve sruženém závodě jenom proto, aby obsadily směrné číslo, které jim bylo přiděleno SVTVS. Přebor republiky má být přehlídkou nejlepších závodníků a ne přehlídkou krajských přeborníků bez ohledu na jejich výkonnost. Rok co rok se setkáváme se stejným kontrastujícím úkazem při této vrcholné soutěži. Cožpak by se nenašlo řešení pro spravedlivý výběr závodníků pro spartakiádu? Nejsme ještě tak daleko, abychom očekávali od krajů, že nám budou vychovávat závodníky všech disciplín, když pro to nemají všude příznivé podmínky a předpoklady. V některých krajích chybějí dosud trenéři a cvičitelé, kteří by dovedli podnítit u mládeže zájem o lyžařský sport a dospělé a vrcholné závodníky vést tak, aby neustále zvyšovali svou výkonnost. Dorost je již v základech špatně vedený, protože je vychováván pro vrcholný výkon, bez ohledu na jeho technický vývoj, který má být základním kamenem tréninkového procesu. Výchova charakterových a morálních vlastností je též rozhodující pro dosažení pozdějších vrcholných výkonů. Ať to vezmu za kterýkoliv konec, tak vždy se dostávám k tomu názoru, že mládež je třeba metodicky připravovat již ve sportovních školách podle jednotné linie k ovládnutí techniky běžeckých a skokanských disciplín dříve než je ukončen jejich organický vývoj, protože chybné pohybové návyky se v pozdějších letech nesnadno odstraňují. Příkladem budiž i snaha našich nejprřednějších závodníků po odstranění vlastních technických pohybových nedostatků. Trénink je chápán v naběhaných kilometrech nebo v počtech skoků, bez ohledu na účelnost pohybu a získání technické čistoty.

Abyste tyto nedostatky u mládeže odstranily, je nutné dát jim to nejzákladnější — odbornou pomůcku pro přípravu, kterou dosud postrádají. Trenérská rada již pracuje na těchto metodických pokynech, které jistě obdrží všechny sportovní školy dorostu i krajské trenérské rady, aby jim byla platnou pomůckou při práci v oddílech a pro zlepšení úrovně slabých disciplín.

Dějiště zimní části I. celostátní spartakiády pro klasické disciplíny ve Vysokých Tatrách není podle mého názoru vhodné jak s hlediska velkých nákladů spojených s uspořádáním a cestovným, dále proto, že vysokohorské podmínky vyžadují aklimatisaci, velká pravděpodobnost nepříznivého počasí, které způsobuje mnohdy neregulérnost závodu atd.

Věřím, že Harrachov či Špindlerův Mlýn je nejvhodnějším prostředím pro uspořádání přeboru v klasických disciplínách. Naproti tomu sjezdové disciplíny mají zase nejvhodnější podmínky ve Vysokých Tatrách, o tom snad není zapotřebí se dále rozepisovat. Z jakých příčin musí být tedy všechno pohromadě?

Na zakončení se zmíním ještě o stavbě běžecké trati »patnáctky«, která byla poměrně dobře nalezena, přesto však bych měl námitky proti táhlým stoupavým úsekům, jež z velké části tvořily náplň tratě a krátké prudké sjezdy nedopřály závodníkovi odpočinku.

MIR. KUMPOŠT

#### SDRUŽENÝ ZÁVOD KLASICKÝ

		Běh	Skok	Celkem
1. Nüsser Josef,	Liberec	229,0	218,0	447,0
2. Melich Vlast.,	Liberec	240,0	194,0	434,0
3. Labr Vítězslav,	ÚDA	230,5	195,5	426,0
4. Kubica Jan,	ÚDA	216,5	202,0	418,5
5. Janoušek Milan,	ÚDA	214,4	200,5	414,9
6. Voňka Zdenek,	ÚDA	220,7	188,0	408,7
7. Marek Miloš,	Jihlava	229,1	179,0	408,1
8. Nesvada Josef,	Liberec	218,9	187,5	406,4
9. Janata Ladislav,	Hradec Králové	219,8	183,0	402,8
10. Lukeš Vladimír,	Hradec Králové	220,1	181,0	401,1
11. Horník Zbyšek,	ÚDA	215,7	178,0	393,7
12. Nemessegy EL.,	Bratislava MV	213,6	178,0	391,6
13. Zemánek Boh.,	Hradec Králové	223,3	167,0	390,3
14. Maleňák Boh.,	Praha MV	216,3	153,5	369,8
15. Lánský Josef,	Liberec	189,7	176,5	366,2
16. Thomas Emil,	Karlovy Vary	157,0	208,5	365,5
17. Štoček Karel,	Praha MV	187,0	177,0	364,0
18. Nevlud Jaromír,	Ostrava	182,5	179,0	361,5
19. Homola Milan,	Ústí nad Labem	201,3	159,5	360,8
20. Mistřík Florian,	Banská Bystrica	179,4	168,0	347,4
21. Martiňák Mirek,	Gottwaldov	169,4	176,0	345,4
22. Vališ Jiří,	Jihlava	191,1	141,5	332,6
23. Dyntar Jaroslav,	Praha KV	180,2	150,0	330,2
24. Kupčo Anton,	Žilina	180,7	142,0	322,7
25. Žovinec Josef,	Bratislava KV	199,2	117,5	316,7
26. Majerčák Jakub,	Košice	149,0	167,0	316,0
27. Bulena Mirosl.,	Pardubice	166,0	132,0	298,0
28. Janda Bedřich,	Olomouc	141,3	152,5	293,8

#### BĚH ŽEN NA 5 km

Běh žen na 5 km spolu s třicítkou byly prvé závody. Závod ukázal připravenost a sílu nejmladších závodnic i ostrílených reprezentantek. Protože to byl prvý závod, byla vidět určitá nervosita na většině závodnic, což se hlavně projevovalo při mazání lyží a částečně i na trati.

Trat byla vhodně volena. Výškový rozdíl byl 72 m a nejvyšší bod trati byl na 2 km (malým zlepšením trati by mohlo být zařazení asi 400—500 m dlouhého stoupání ve 4 km). Technicky ani fyzicky nebyla trať příliš namáhavá a proto se mohly všechny závodnice a zvláště mladé dobře uplatnit. Boj o vítězství se rozpoutal mezi členkami ÚDA E. Lauermannovou a O. Krasilovou a L. Patočkovou, která je letos v dobré závodní formě. Závodnice ÚDA jsou velmi dobře fyzicky připraveny a technicky také dobře. V poměru k vytrvalosti, kterou mají, potřebují ještě více zvýšit rychlost. L. Patočková získává především svojí technicky účelnou jízdou a tím, že letos se v létě lépe připravovala. Radost jsme měli z výkonů mladých závodnic, hlavně Fialové a Parákové. I když je jich stále ještě málo, přece se postupně dostávají do prvé desítky nová jména. Pro srovnání: od roku 1951 mimo Fialovou, Patočkovou a Parákovou se ostatní závodnice stále drží v prvé desítce.

Dosažené výkony jsou dalším krokem kupředu vzhledem k tomu, že se vý-

sledky našich reprezentantek na mezinárodním poli zlepšily (výkony E. Vašicové a L. Patočkové v SSSR), přece ostatní závodnice dokázaly s nimi udržet krok. Celkově s výkonností nemůžeme být zcela spokojeni, neboť rozdíl mezi prvou a desátou, prvou a dvacátou pátou se dosud podstatně nezměnily tak, jako je tomu na příklad u běhu mužů na 15 km. Příklad běh žen na 5 km:

čas I.	zhoršení v %	zhoršení v % od 1. závodnice.
1954—27:38	1.—10. 10,3%	1.—25. 24,0%
1955—22:13	1.—10. 10,6%	1.—25. 22,7%

Naproti tomu u mužů poměrně malý rozdíl mezi 1.—10. 6,4% a 1.—25. 10,0% v roce 1954 se snížil v letošním roce mezi 1.—10. na 4,1% a 1.—25. na 7,9%. (Za základ je vždy brán čas vítěze.)

Velké části závodnic chybí ještě systematická a soustavná příprava a dokonale ovládnání techniky. Běh s odpičem soupaž byl velmi málo používán, přestože trať byla dosti rovinatá. Všeobecně ženy mají málo trenované svalstvo pleťence pažního a zád, což je důležitý předpoklad pro tento způsob jízdy. Taktická příprava je nedostatečná, většina závodnic se před startem málo rozcvičuje, přestože 5 km je vlastně lyžařský sprint. Krátká stoupání nebyla využita k rychlé jízdě (mimo prvních závodnic), a zde závodnice ztrácely drahocenné vteřiny.

Celkově je zapotřebí, aby všechny kraje věnovaly ještě větší péči běhu žen a zvláště takové kraje, kde jsou pro to podmínky. Jako na příklad Ostrava, Pardubice, Ústí nad Labem, Žilina a hlavně kraje, kde ženy letos na 5 km nestartovaly, B. Bystrica a Košice.

V. PÁCL

#### BĚH ŽEN NA 5 km

1. Vašicová-Lauermannová, ÚDA, 22,13 min., 2. Patočková, Liberec, 22,21, 3. Krasilová, ÚDA, 22,24, 4. Střížová, ÚDA, 23,17, 5. Fialová, Brno, 23,37, 6. Bartáková, ÚDA, 23,38, 7. Lelková, Hradec Král., 24,14, 8. Mečířová, Liberec, 24,35, 9.—10. Paráková, Vysoké Tatry, 24,35, 9.—10. Weisshäutlová, Liberec, 24,35, 11. Průchová, Liberec, 25,13, 12. Mečířová Milada, MV Praha, 25,15, 13. Albrechtová, Jihlava, 25,24, 14. Wurzelová, Jihlava, 25,40, 15. Kamlerová, Olomouc, 25,41, 16. Dr Dušková, Ústí n. L., 25,43, 17. Horáková, Gottwaldov, 25,51, 18. Luke-

šová, Liberec, 25,54, 19. Ingrová Vlasta, MV Praha, 26,08, 20. Jerábková, KV Praha, 26,21, 21. Fiedlerová, MV Praha, 26,25, 22. Ottová, Hradec Král., 26,28, 23. Gírová, MV Praha, 26,34, 24. Leischnerová, Brno, 26,36, 25. Loubová, Jihlava, 27,14, 26. Teplá, Pardubice, 27,30 27. Schnebergová, Pízeň, 27,34, 28.—29. Burešová, Pardubice, 27,44, 28.—29. Pochylová, Ústí, 27,44, 30. Stehlíková, Jihlava, 28,17, 31. Peřinová, Plzeň, 28,56, 32. Mičková, Ostrava, 29,29, 33. Pavlačková, KV Blava, 31,09, 34. Suchánková, Karlovy Vary, 31,37, 35. Hlavajová, Žilina, 32,21, 36. Hlavatá, Budějovice, 33,55, 37. Markovičová, Prešov, 34,16.

#### BĚH ŽEN NA 10 km

Závod v běhu žen na 10 km byl odstartován za velmi dobrých sněhových podmínek 10. II. 1955 v 10.00 hod. na Štrbském Plese, takže mazání nemohlo podstatně ovlivnit výsledek. Podobně jako trať pětikilometrová odpovídala celkově i desítka. Poměrně lehký střídavý terén v první polovině přešel ve třetí čtvrtině tratě v mírné stoupání, proložené kratšími rovinatými úseky a končil převážně sjezdovou částí v poslední čtvrtině. Celá trať měla běžecký charakter a přes značné množství sněhu, který do rána napadl, byla dobře upravena.

Přestože soudružka Lauermannová je ve velmi dobré formě, byla již předem připuštěna možnost její porážky, za první pro nepříznivé vylosování (startovní číslo 15), a za druhé s ohledem na vzestupnou výkonnost její soupeřky Krasilové a zvláště Patočkové, která startovala pouhou minutu za ní (startovní číslo 18). Skutečně se podařilo jak Patočkové, tak Krasilové zdolat trať v lepším čase a nad Lauermannovou, první o 1,02 min. a druhá o 0,36 min., zvítězit. S malým rozdílem zůstala čtvrtá Weisshäutlová. Také Střížová, Bartáková a Lelková jezy hezky. Ize očekávat, že Bartáková zlepší svoje umístění na jarním sněhu. Mladá Fialová, která skončila jako osmá, umí určitě více. Zdá se však, že

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I. Č. 2

BŘEZEN 1955



*Zajímavý snímek z přeboru republiky na dvousedadlových saních na dráze v Tatranské Lomnici.*

# PŘEBORY V JÍZDĚ NA BOBECH

Ing. J. MIŇOVSKÝ

Když přijížděli účastníci zimní části I. celostátní spartakiády do Tatranské Lomnice, nebylo jim veselo, neboť viděli, co natropila obleva. Nejsmutnější ze všech přijíždějících byli bobisté, neboť si uvědomili, že jejich závod není možno přeložit tak jako závody lyžařů na Štrbské Pleso nebo do vyšších poloh. Situace na bobové dráze byla katastrofální, poslední zatačky č. 10 a 12 byly úplně bez sněhu a ledu. Brigádnickou svépomocí závodníků při změně počasí podařilo se však celou dráhu upravit tak, že bylo možno podle rozpisu ve středu dne 9. II. zahájit závody o přebor ČSR.

Hodnotíme-li letošní přebory v jízdě na bobech, musíme v první řadě vytknouti nedostatky plynoucí z toho, že byly provedeny společně s lyžařskými disciplinami. Nesporně veškerá pozornost po všech stránkách byla soustředěna na lyžařské disciplíny. Z celkového počtu padesáti rozhodčích byli pouze dva rozhodčí bobů. Tento nedostatek se projevil hlavně v těch dnech, kdy současně probíhalo několik lyžařských závodů. Proto museli vypomáhat při bobových závodech ve funkcích rozhodčích i ti, kteří byli v Lomnici jako krajší vedoucí bobistů nebo soukromě, všichni absolventi školy pro rozhodčí bobů a saní.

Stejně tak byl pocíťován nedostatek pořadatelů, kteří měli hlavně zajišťovat křížování bobové dráhy s průsekem lanovky. Situace byla ztěžována nedisciplinovaností některých lyžařů, kteří neuposlechli pořadatelů na křížovatkách a tím ohrožovali jak sebe, tak i posádky bobů. Stejně tak byli nedisciplinováni i diváci, z nichž mnozí přes příkaz pořadatelů obsazovali nebezpečná místa v zatačkách.

Po stránce rozvoje bobového sportu ukázala letošní soutěž o přebor ČSR další jeho rozmach jak co do počtu startujících, tak i pokud se týká výkonů. Od roku 1953, kdy bylo započato se stavbou bobů podle plánů dovezených z NDR, se čím dále tím více jeví rozdíl mezi vývojem drah a vývojem bobů u nás. Je nesporné, že boby předstihly dráhy, neboť tyto vyhovují větším rychlostem, než dovoluují naše dráhy. V důsledku toho bude nutno věnovat zvýšenou pozornost našim drahám a provést jejich rekonstrukci.

Do té doby však, než tyto rekonstrukce budou provedeny, je nutné, aby všichni závodníci si uvědomili, že rychlosti musí odpovídati těm možnostem, které připouštějí dráhy.

Dále je nutné, aby celá veřejnost bobistů si uvědomila, že vybudování nové bobové dráhy vyhovující všem požadavkům, jakož i provedení rekonstrukce dosavadních drah jsou investice velmi nákladné a v současné době rozmachu našeho budování má náš stát tak důležité úkoly, že není možno vyhověti požadavkům bobistů, kteří volají po stavbě nové bobové dráhy.

Přesto však sekce bobů a saní nepustí se zřetelem tuto otázku a bude usilovat o etapové vybudování dráhy.

Jedním z vážných nedostatků zásadního rázu byla otázka nástupu bobistů. Ustanovení nástupu na 8. II. znemožnilo provedení povinného tréninku podle závodního řádu. Důsledek byl ten, že posádky nastupovaly do závodu bez jakékoliv znalosti dráhy.

Pokud se týká tisku, rozhlasu, filmu i televise musí být tentokrát bobisté proti předcházejícím rokům spokojeni. Jsou vděční těmto složkám za vykonanou práci a věří, že jejich zájem bude uspokojen ve stejném rozsahu i v příštích letech, kdy budou přebory na bobech prováděny samostatně, t. j. odděleně od lyžařských disciplín.

Po stránce ubytování a stravování byli účastníci letošních přeborů jistě spokojeni, stejně tak byla plně spokojena správa zotavovny »Javorina«, která vyzdvihla vzorné chování bobistů, a na schůzi technického sboru a vedoucích

krajů byli bobisté postaveni jako vzor všem účastníkům I. celostátní spartakiády — zimní části.

Před odjezdem bobistů byl konán v »Javorině« aktiv. I když nevyzněl tak radostně, jak bychom si byli přáli, měl své četné klady a z připomínek vzešlé usnesení bude podkladem pro další práci sekce.

#### PŘEBOR V JÍZDĚ ČTYŘSEDADLOVÝCH BOBŮ

1. Spartak IV, Ústí n. L. (Hejný, Šimek, Krafl, Merta)	3,53,3
2. Kondor IV, Vysoké Tatry	3,54,8
3. Berlin, Vysoké Tatry	3,59,4
4. Jiskra Polubný, Liberec	4,00,4
5. Jiskra Smržovka, Liberec	4,02,5
6. Dagmar, Karlovy Vary	4,17,2
7. Slavoj, Liberec	4,26,9
8. Spartak VII, Ústí n. L.	4,31,5
9. Slavia, Praha	4,43,1
10. Orel, Ústí n. L.	4,45,4
11. Ondřej, Karlovy Vary	5,19,9
12. Kobra, Praha	5,36,8

Přihlášeno 15, startovalo 15, vzdali 3 a závod dokončilo 12 závodníků.

#### PŘEBOR V JÍZDĚ DVOUSEDADLOVÝCH BOBŮ

Pořadí	Bob — kraj — posádka	Jízda				Konečný čas
		I.	II.	III.	IV.	
1.	Spartak 5 — Ústí n. L. Hejný-Šimek	2,00,0	2,01,0	2,03,6	1,59,2	8,03,8
2.	Jiskra Textiliana — Liberec bratři Kaňkové	2,03,8	2,03,0	2,01,8	2,02,5	8,10,8
3.	Naděje — K. Vary Laviška-Pláteník	2,13,8	2,07,0	2,05,4	2,03,0	8,29,2
4.	Dynamo — K. Vary Bůžek-Neumann	2,11,7	2,07,7	2,04,7	2,10,4	8,34,5
5.	Kondor — Vys. Tatry Kurnava-Lukačovič	2,06,9	2,08,3	2,19,2	2,07,4	8,41,8
6.	Slavia I — Brno Hrubeš-Matějčik	2,15,9	2,20,0	2,07,4	2,05,0	8,48,3
7.	Ecros — Praha Ing. Dašek-Ing. Koranda	2,13,3	2,13,1	2,16,6	2,09,0	8,58,0
8.	Rekord — Vys. Tatry Gergelán-Dr. Cvrček	2,26,0	2,14,6	2,21,0	2,07,5	9,03,7
9.	Elektron — Ústí n. L. Venclíček-Rejzek	2,12,2	2,30,0	2,12,9	2,11,3	9,06,4
10.	Textilana Liberec Šefr-Pražák	2,32,0	2,34,0	2,10,7	2,15,8	9,32,5
11.	Jiskra Polubný Liberec Holý-Hoffmann	2,35,5	2,27,8	2,14,6	2,16,0	9,33,9
12.	Harikan — Praha Hellebrand-Vecko	2,22,8	2,24,5	2,41,2	2,20,0	9,48,5
13.	Uragan — Praha Hrničko-Král	2,55,4	3,02,7	2,50,6	2,55,4	11,44,1
14.	Venuše — Ústí n. L. Štadler-Ocásek	2,49,2	4,18,8	2,27,5	2,54,3	12,28,8
15.	Slavia II — Brno Kostiha-Pujman	3,14,3	3,47,6	3,02,2	3,06,3	13,10,4

Přihlášeno 18, startovalo 18, závod dokončilo 15, vzdali 2, diskvalifikán 1. Technický limit I. výkon. třídy splnily první 3 bobý.

# K PŘEBORU ČSR V JÍZDĚ NA SANÍCH

BRONISLAV HANÁK

V jubilejním roce padesátiletého trvání čs. sánkařství byl uspořádán ve dnech 17.—20. února 1955 ve Vysokých Tatrách v rámci I. celostátní spartakiády — zimní části II. přebor ČSR v jízdě na saních. Závodilo se na jednosedadlových a dvousedadlových saních, po prvé v historii čs. sánkařského sportu ve všech deseti kategoriích: jednosedadlové saně mužů, žen, starších dorostenců a starších dorostenek, dvousedadlové saně smíšené (muž a žena) a smíšené dvojice staršího dorostu (dorostenec a dorostenka). Přebor byl, až na malé nedostatky v organizaci a úpravě dráhy, úspěšný a prokázal stoupající úroveň čs. závodního sánkařství.

Proti minulému roku byla účast v přeboru omezena směrnými čísly, která byla pro většinu krajů vzhledem k vypsaným deseti kategoriím nízká, což se projevilo v malé účasti dorostu. Kladem letošních přeborů byla ta skutečnost, že všichni závodníci a závodnice byli nositeli PPOV I nebo PPOV II. Oproti I. přeboru v jízdě na saních v roce 1954 v Libverdě, ve kterém startovalo 60 účastníků ze tří krajů, sešlo se letos na startu asi 75 závodníků a závodnic Liberce, Prahy, Ústí n. L., Karlových Var, Brna, Ostravy a Vysokých Tater. Letos po prvé se také jelo o získání technických limitů sánkařských výkonnostních tříd.

Díky závodníkům z Libereckého kraje, kteří zhotovili a zapůjčili účastníkům z ostatních krajů závodní saně, byla sportovní úroveň ve většině soutěží velmi pěkná a jak ukazují výsledky, mnohdy o pořadí v umístění rozhodly desetiny vteřiny. Průměrná dosažená rychlost 50 km v hodině, která se skoro rovnala průměrné hodinové rychlosti I. mistrovství světa v jízdě na saních v Oslo a byla jen o několik km nižší než při bobových přeborech, mohla být ještě zvýšena, kdyby se bylo závodilo na původně stanovené dráze z Hrebienku do St. Smokovce a ne na bobové dráze v Tatranské Lomnici. Tato dráha, dlouhá 1760 m, přestože byla dobře upravena, je zvláště v horním úseku málo technická a nemá pro sánkařský sport potřebný spád. Sněhová vrstva ještě snížila optimálně dosažitelnou rychlost, takže nejlepší závodníci nemohli ukázat své umění. Za klad této dráhy je možno považovat bezvadný rovný povrch, a to, že se mno-

zí závodníci a hlavně ženy, kteří jezdili dosud jen na přírodních drahách, naučili v Tatranské Lomnici projíždět zvýšenými umělými zatáčkami.

V soutěži mužů startovalo 43 závodníků a závod dokončilo 40 soutěžících. Přebornický titul obhájil po vyrovnaném boji zkušenější a takticky jedoucí Josef Heller ze Slavojů Liberec, před Ericchem Peukertem z PDA Pardubice, když zvítězil ve 4 jízdách pouze o 0,6 vteřiny. Pěkného úspěchu dosáhli oba závodníci Ostravského kraje, kteří získali 6. a 17. místo. Také pražští závodníci prokázali zlepšenou formu, neboť v prvních 20 soutěžících vybojovali 5 míst. Některé kraje, jako na příklad kraj Brněnský a Vysoké Tatry, byly v této vrcholné soutěži nováčci. Vzhledem k tomu, že jejich závodníci a závodnice jeli většinou na vypůjčených saních a slovenští závodníci na pevných saních s tyčí, kovaných pouze železem a nikoli ocelí, jsou jejich výsledky uspokojivé. O vyrovnanosti soutěže mužů svědčí ten fakt, že po ujetí dráhy dlouhé 7040 m (1760 m x 4) se umístilo v 11. minutě 14 závodníků a v rozmezí 50 vteřin 12. minuty 16 závodníků. V jednosedadlových saních mužů jsou stále nejlepší závodníci Libereckého kraje, i když všichni nepodali své nejlepší výkony ať již vinou nedostatečného treningu na tatranské dráze, nevyzkoušeného mazání či příliš pevných saní, a tím nesprávně volené techniky jízdy.

V soutěži žen bylo přihlášeno 15 závodnic, z nichž 13 soutěží dokončilo. Zvítězila Věra Tomášková z Dynama Teplice, kraj Ústí n. Labem, když předjela ve 4 jízdách loňskou přebor-



nici Trudu Luckovou z Jiskry Smržovky, kraj Liberec, více než o půl minuty. Dobře jedoucí Božena Charvátová ze Slavie VŠE, kraj Praha MVTVS, ve 3. jízdě havarovala ve zvýšené desáté zatáčce a byla předstížena závodnicemi Patrmanovou z Liberce, Hesovou z Prahy a Vlasákovou z Ústí. Z výsledků soutěže žen vyplývá, že závodnice Libereckého kraje pro přístě již musí počítat s předními závodnicemi z ostatních krajů jako rovné s rovnými. Letošního přeboru se zúčastnilo oproti roku 1954 dvojnásobně množství závodnic.

V soutěži dorostu jsme byli velmi spokojeni výkonem přeborníka Manfreda Novotného ze Spartaku Smržovka, kraj Liberec, který po prvních 3 jízdách měl čas 7:11,3 min., zatím co vedoucí závodník kategorie mužů Peukert jel 3. jízdou za 7:19,0 min. V konečném výsledku po 4 jízdách by se zařadil dorostenec Novotný časem 9:53,6 jako 3. v kategorii mužů. Také druhý liberecký dorostenec Jaroslav Hásek se rovná svým standardním výkonem výsledkům mužů.

V kategorii starších dorostenek Hana Havlíková z Prahy předjela 2. závodnici Švadlenovou skoro o 20 vteřin, přestože měla ve 3. jízdě v klopené zatáčce pád. Docíleným časem 11:59,6 by se byla umístila v soutěži žen jako 7.

Zatím co v soutěži dorostenců byly zastoupeny 3 kraje (Liberec, Ústí a Praha) stejným dílem, v soutěži dorostenek soutěžily 4 závodnice z Libereckého kraje a 2 závodnice z Prahy. Některé kraje vyslaly více dospělých na úkor dorostenců a dorostenek a tak soutěže dorostu byly nedostatečně obsazeny. V budoucnu je třeba věnovat více péče přípravě dorostu pro vyšší soutěže, aby se nestalo jako letos, že se velmi dobří dorostenecí závodníci nemohli přeboru v Tatrách zúčastnit, protože nebyli vedeni k celoroční sportovní činnosti a nezískali odznak zdatnosti PPOV. V dorosteneckých kategoriích má převahu Liberecký kraj jak co do počtu závodníků, tak co do výkonnosti.

Závody dvou sedadlových saní přinesly hodnotné sportovní výkony

a pro diváky zajímavou podívanou. Vždyť přeborníci Skrabálek a Peukert, PDA, zajeli 2. jízdou v čase 2:11,0 min. Tento čas se rovná průměrným výkonům bobů. První tři místa obsadily dvojice Libereckého kraje, na 4. místo se probjovala pražská dvojice Hanák—Dašek ze Slavie (protože měli rychlejší 2. jízdu), ve stejném celkovém čase s loňskými přeborníky bratry Nitschovým z Jiskry Smržovka, kteří získali 5. místo. V tomto závodě si vedli dobře také slovenští sánkaři, kteří obsadili z 21 startujících dvojic 9. a 10. místo.

V kategorii dvousedadlových saní žen došlo k překvapení, když mladé závodnice Hesová s Protivovou ze Slavie, MVTVS Praha předjely zkušené liberecké závodnice Luckovou a Patrmanovou z Jiskry Smržovka.

Velmi dobře si vedla **dorostenecká dvojice Hásek—Novotný** z Libereckého kraje, která získala přebornický titul a svým výkonem by se zařadila na 2. místo v kategorii dvousedadlových saní mužů. Také dorostenecká dvojice Havlíková—Mouricová z Prahy by byla v kategorii dvousedadlových saní žen na 2. místě.

Závodníci MVTVS Praha Hanák s Charvátovou a Perla s Protivovou obsadili 1. a 2. místo ve **smíšených dvojicích**, zatím co obhájci titulu Hladík s Hladíkovou z Libereckého kraje se umístili na 9. místě.

Přebornický titul **smíšených dvojic dorostu** získal Hásek s Nitschovou před Novotným s Jarolímkovou, obě dvojice z Liberce, a Malinou s Dvořákovou z Prahy.

Výsledky závodů dvousedadlových saní mohly být ještě lepší, kdyby byly předcházely tréninkové jízdy a dvojice byly více „sjeté“.

Z celkového počtu 10 vyhlášených přebornických titulů získal Liberecký kraj 4. MVTVS Praha 4, Ústí n. Labem 1 a PDA 1 přebornický titul. 19 závodníků a závodnic si vyjelo tech. limit I. výkonnostní třídy a 16 soutěžících techn. limit II. výkonnostní třídy v kategorii jednosedadlových saní. Ve dvou sedadlových saních splnilo technický limit I. výkonnostní třídy celkem 17 dvojic a technický limit II. výkonnostní



Sánkaři jeli své přebory na bobové dráze v Tatranské Lomnici.



Přebornice dorostu v jízdě na jedno-sedadlových saních — Hana Havlíková.

### Přeborníci v jízdě na saních pro rok 1955.

#### Jednosedadlové saně:

	Jednota	Kraj
muži:	Josef Heller	Liberec
ženy:	Věra Tomášková	Ústí n. L.
dorostenci:	Manfred Novotný	Liberec
dorostenky:	Hana Havlíková	MVTVS Praha

#### Dvousedadlové saně:

muži:	Petr Škrabálek	PDA	Praha
	Erich Peukert	PDA	Pardubice
ženy:	Eva Hesová	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
	Marie Protlivová	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
smíšené:	Ing. Bronislav Hanák	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
	Božena Charvátová	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
dorostenci:	Jaroslav Hásek	Spartak Smržovka	Liberec
	Manfred Novotný	Spartak Smržovka	Liberec
dorostenky:	Hana Havlíková	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
	Eva Mouricová	Slavie Praha VŠE	MVTVS Praha
smíšené:	Jaroslav Hásek	Jiskra Smržovka	Liberec
	Hana Nitschová	Jiskra Smržovka	Liberec

třídy 11 dvojic ve 3 kategoriích. Účastníci soutěže dorostu mají všichni splněny podmínky pro udělení výkonostní třídy mládeže.

Abychom ještě více zainteresovali naši mládež o sánkařský sport, bude třeba pro příští léta uvažovat po vzoru lyžařských soutěží, o uspořádání celostátní výběrové soutěže také pro mladší dorost, který je krví našeho sportu.

I. celostátní spartakiáda — zimní část kladla na všechny účastníky sánkařských přeborů a zvláště na ženy a dorost velké požadavky na fyzickou zdatnost (4krát denně vystoupit na Start až s 20 kg vázicemi závodními sáněmi, t. j. skoro 8 km do vrchu [i na technickou připravenost], projížďení zvýšených ledových zataček co možná v nejrychlejším tempu).

Potěšitelným zjevem letošních přeborů byla dobrá spolupráce všech závodníků během závodů při mazání, zapůjčení saní a výměně zkušeností, týkajících se techniky jízdy. Skoda jen, že všichni sánkaři nemohli být z technických důvodů ubytováni společně, aby se krajské reprezentační celky poznaly navzájem také při večerních besedách a zábavě.

II. přebor Československé republiky v jízdě na saních ve Vysokých Tatrách dokázal, že našemu sánkařství rostou noví nadějní závodníci a závodnice, že sánkařský sport rozšířil své pole působnosti do dalších krajů republiky a že získává nové příznivce.

O propagačně výchovné stránce, organizačním zvládnutí a práci rozhodčích napíšeme v příštích číslech.

## VÝSLEDKY

I.—IV. finalové jízdy jednosedadlových saní — 18.—20. 2. 1955, Tatranská Lomnica

### Kategorie — muži :

		I.	II.	III.	IV.	Celkem
1. Heller Josef	Liberec	2,30,4	2,32,3	2,18,8	2,26,9	9,48,4
2. Peukert Erich	Pardubice	2,31,8	2,30,0	2,17,2	2,30,0	9,49,0
3. Hanák Bron.	Praha	2,43,8	2,32,5	2,20,5	2,32,3	10,09,1
4. Urban Horst	Liberec	2,40,0	2,35,4	2,24,1	2,40,7	10,20,2
5. Nitsche Leop.	Liberec	2,48,0	2,36,6	2,23,8	2,40,7	10,29,1
6. Osina Boh.	Ostrava	2,52,0	2,41,8	2,24,6	2,38,0	10,36,4
7. Švadlena Jan	Liberec	2,48,0	2,32,1	2,28,6	2,49,0	10,37,7
8. Jelínek Václav	Liberec	2,49,6	2,37,6	2,23,1	2,47,7	10,38,0
9. Juna Karel	Liberec	2,48,4	2,39,8	2,24,9	2,45,2	10,38,3
10. Dašek Vlad.	Praha	2,52,2	2,39,0	2,26,4	2,44,3	10,41,2
11. Škrabálek Petr	Praha	2,52,2	2,39,7	2,31,5	2,39,6	10,43,0
12. Patrman J.	Liberec	2,43,8	2,44,7	2,32,9	2,43,2	10,44,6
13. Nitsche Frant.	Liberec	2,50,6	2,45,5	2,25,6	2,43,3	10,45,0
14. Krejčí Ludvík	Liberec	2,52,2	2,44,4	2,28,7	2,42,3	10,47,6
15. Čejka Jan	Praha	2,44,4	2,51,0	2,31,3	2,45,0	10,51,7
16. Hladík Josef	Liberec	2,49,0	2,35,5	2,26,7	3,05,2	10,56,4
17. Votava Jiří	Ostrava	2,59,6	2,39,5	2,31,4	2,49,9	11,00,4
18. Nitsche Frant.	Liberec	2,55,6	2,43,1	2,30,4	2,51,5	11,00,6
19. Perla Milan	Praha	2,47,0	2,58,4	2,42,8	2,35,0	11,03,2
20. Tomášek Jar.	Ústí n. L.	2,56,0	2,37,8	2,45,5	2,54,7	11,14,0
21. Stýblo Jiří	Praha	2,48,0	2,56,6	2,33,6	3,02,0	11,20,2
22. Patrman Dobr.	Liberec	3,17,0	2,47,0	2,29,7	2,48,5	11,22,2
23. Soukup Alfred	Liberec	2,54,2	2,56,2	2,36,3	2,58,2	11,25,4
24. Pospíchal Jar.	Ústí n. L.	2,58,8	3,21,9	2,36,1	2,35,7	11,26,5
25. Pelc Václav	Ústí n. L.	2,54,0	3,03,8	2,41,4	2,48,0	11,27,2
26. Bellant Alois	Praha	3,09,6	3,01,0	2,43,2	2,55,9	11,29,7
27. Plašil Milan	Praha	3,04,4	2,58,3	2,29,6	3,02,9	11,35,2
28. Patrman Boh.	Liberec	3,04,2	2,54,8	2,36,8	2,59,7	11,35,5
29. Koukal Vlad.	Praha	3,10,6	3,03,3	2,32,8	2,52,0	11,38,7

		I.	II.	III.	IV.	Celkem
30. Kavka Frant.	Liberec	3,05,8	2,48,4	2,40,0	3,06,1	11,40,3
31. Kratochvíl Jos.	Ústí n. L.	3,08,4	2,53,4	2,40,4	3,07,0	11,49,2
32. Hora Mil.	K. Vary	3,07,8	2,59,4	2,43,0	3,00,6	11,50,8
33. Zelinka Zd.	Brno	3,04,8	3,17,8	2,43,0	3,04,5	12,10,1
34. Mráz Josef	Vys. Tatry	3,17,2	3,04,0	2,42,9	3,17,3	12,21,4
35. Tomášek Rud.	Ústí n. L.	3,20,2	3,11,5	2,50,6	3,04,5	12,26,8
36. Lomoz Václav	Ústí n. L.	3,17,6	3,17,7	2,51,9	3,12,3	12,39,5
37. Novotný Svat.	Vys. Tatry	3,18,4	3,19,3	3,11,0	3,15,0	13,03,7
38. Křížovský Mích.	Vys. Tatry	4,01,0	3,17,0	2,45,9	3,04,9	13,08,8
39. Hora J.	Brno	3,24,4	3,16,4	3,24,5	3,25,2	13,30,5
40. Mráz. Bart.	Vys. Tatry	4,32,8	4,15,3	3,15,8	3,33,6	15,37,5

Přihlášeno 43 závodníků, startovalo 43 závodníků, závod dokončilo 40 závodníků. Technický limit I. výkon. třídy splnili 1.—13. závodník. Technický limit II. výkon. třídy splnili 14.—26. závodník.

#### Kategorie — ženy :

1. Tomášková V.	Ústí n. L.	2,53,8	2,46,9	2,28,4	2,45,4	10,54,5
2. Lucková Traudl	Liberec	3,03,8	2,45,5	2,36,1	3,04,3	11,29,7
3. Patrmanová E.	Liberec	3,07,8	2,46,6	2,36,8	3,06,0	11,37,2
4. Hesová Eva	Praha	3,04,2	2,57,2	2,33,6	3,02,9	11,37,9
5. Vlasáková Jar.	Ústí n. L.	3,23,4	2,45,0	2,54,7	2,51,6	11,54,1
6. Charvátová B.	Praha	3,02,0	2,39,3	2,58,5	3,15,3	11,55,1
7. Hladíková Ilsa	Liberec	3,18,2	2,45,6	2,40,2	3,24,2	12,08,2
8. Horová Libuše	K. Vary	3,29,0	2,44,9	2,40,7	3,18,5	12,13,1
9. Dašková Marie	Praha	3,25,0	2,51,8	2,43,5	3,14,2	12,14,5
10. Sobotková Věra	Praha	3,27,0	2,49,7	2,42,0	3,23,3	12,22,0
11. Krejčová Ema	Liberec	3,21,4	2,57,9	2,41,5	3,38,3	12,29,1
12. Drašarová Anna	Brno	3,49,6	3,01,2	2,47,3	3,21,5	12,52,6
13. Protivová M.	Praha	3,28,6	3,02,2	3,11,1	3,16,5	12,58,4

Přihlášeno 15 závodnic, startovalo 14 závodnic, závod dokončilo 13. Technický limit I. výkon. třídy splnila 1.—6. závodnice. Technický limit II. výkon. třídy splnila 7.—9. závodnice.

#### Kategorie — dorostenci :

1. Novotný Man.	Liberec	2,33,2	2,22,4	2,15,7	2,42,3	9,53,6
2. Hásek Jaroslav	Liberec	2,51,2	2,34,2	2,26,0	2,53,1	10,44,5
3. Weber Man.	Ústí n. L.	3,00,8	2,43,7	2,50,9	3,01,3	11,16,7
4. Voves Jar.	Ústí n. L.	2,52,4	2,49,2	2,38,5	3,00,5	11,20,6
5. Němeček Václav	Praha	3,06,2	2,52,2	2,31,2	3,00,3	11,29,9
6. Malina Jiří	Praha	3,04,6	2,41,5	2,47,0	2,57,0	11,30,1

Přihlášeno 6 závodníků, startovalo 6 a závod dokončilo 6 závodníků.

#### Kategorie — dorostenky :

1. Havlíková Hana	Praha	3,06,0	2,47,1	2,53,7	3,12,8	11,59,6
2. Švadlenová K.	Liberec	3,25,0	2,55,4	2,47,9	3,10,1	12,18,4
3. Nitschová Hana	Liberec	3,24,2	2,50,7	2,45,9	3,27,0	12,27,8
4. Jarolimová Hana	Liberec	3,33,2	2,58,3	2,40,1	3,20,9	12,32,5
5. Faixová Traudl	Liberec	3,46,2	3,05,6	3,02,8	3,33,1	13,27,7
6. Dvořáková M.	Praha	3,43,6	3,13,5	3,09,8	4,09,8	14,15,8

Přihlášeno 7 závodnic, startovalo 6 a závod dokončilo 6 závodnic.

jela letos příliš mnoho desítek a je vyčerpána. Její trenér má jistě stejný názor a učiní opatření.

Dobře bojovala Paráková z družstva mladých. Více se po hezkém začátku letošní zimy čekalo od Albrechtové, která podobně jako v roce 1954 obsadila až 16. místo.

Hezkým poznatkem je podstatné zvýšení časových rozdílů a postupné vyrovnávání výkonnosti rychlejším růstem slabších závodnic. Tak v roce 1954 byl rozdíl mezi 1.—10. 5,15 min., 1.—25. 11,17 min., letos v prvním případě 4,06, v druhém 9,06 min. Kladem byly také hezké boje na trati a skutečnost, že všechny startující závod dokončily. Po technické stránce, myslím techniku jízdy, je třeba věnovat ženám větší pozornost než mužům.

B. TVRZNIK

#### BĚH ŽEN NA 10 km

1. Patočková, Liberec, 45,02 min., 2. Krasilová, ÚDA, 45,28, 3. Lauermannová, ÚDA, 46,04, 4. Weisshäutelová, Liberec, 46,34, 5. Střížová, ÚDA, 47,25, 6. Bartáková, ÚDA, 48,48, 7. Lelková, Hradec Kr., 48,50, 8. Fialová, Brno, 48,56, 9. Mečířová Marie, Liberec, 49,05, 10. Mečířová Milada, Praha MV, 49,08, 11. Paráková, Vys. Tatry, 49,20, 12. Lukešová, Liberec, 49,55, 13. Dr Dušková, Ústí n. L., 50,17, 14. Wurzelová, Jihlava, 50,21, 15. Průchová, Liberec, 50,22, 16. Albrechtová, Jihlava, 50,35, 17. Pochylová, Ústí n. L., 50,44, 18. Kamlerová, Olomouc, 51,06, 19. Horáková, Gott-

waldov, 51,41, 20. Ingrová, Praha MV, 51,52, 21. Burešová, Pardubice, 52,0, 22. Lorenčová, Hradec Král., 52,12, 23. Loubová, Jihlava, 52,28, 24. Teplá, Pardubice, 52,21, 25. Jeřábková, Praha KV, 54,08, 26. Langrová, Brno, 54,31, 27. Poláková, Banská Bystrica 55,32, 28. Stehlíková, Jihlava, 55,44, 29. Peřinová, Plzeň, 55,46, 30. Lorková, Brno, 56,21, 31. Kopecká, Karlovy Vary, 58,08, 32. Gírsová, Praha KV, 58,45, 33. Hlušová V., Praha KV, 59,08, 34. Míčková, Ostrava, 1:01,00, 35. Pavláčková, Bratřislava KV, 1:01,36, 36. Drugolová, B. Bystrica, 1:03,12, 37. Hlavajová, Žilina, 1:03,41, 38. Hlavatá, Budějovice, 1:04,21, 39. Friherová, Budějovice, 1:05,55.

#### ŠTAFETOVÝ ZÁVOD ŽEN NA 3×5 km

Závod se konal v neděli 13. února na Štrbském plese za krásného slunečného počasí a velmi dobrých sněhových podmínek. Snih, nový prachový, teplota několik stupňů pod nulou. Trať byla dobře zvolena v lehkém, střídavém terénu a závodnicím se líbila. V prvním kilometru byly rovinky a krátké sjezdy, pak následoval 1½ km mírný výstup podél potoka do Mlýnické doliny zpeštěný mnoha terénními vlnami. Po 1 km dlouhém sjezdu pod můstek byl kratší technický úsek v lese s četnými odšlapy. Pak následoval krátký výstup a sjezd na pleso a od stanice výtahu obtížnější výstup na Slepé pleso. Po krátké rovince byl sjezd po cestě na jezero a 200 m do cíle. Na závodu bylo, že nebyly vysekány větve a stromky, které šlehaly při jízdě do obličeje a odváděly pozornost závodnic od holi. Stopa byla hluboká a většinou dosti úzká, hole se bořily. Výškový rozdíl tratě byl asi 80 m. Start k závodu byl v 9,00 hodin a sešlo se k němu 10 štafet, z čehož ani jedna ze Slovenska. Po startu dostala se do čela Střížová z ÚDA, těsně sledována Mečířovou z Liberce I. Na 2 km podařilo se Mečířové předstihnout Střížovou a vedla až do 4 km, kde sjela z trati a byla znovu předstihnuta závodnicí ÚDA. Po prvním kole bylo toto pořadí: ÚDA, Liberec I, Liberec II, Jihlava, Pardubice, Hradec Králové, Plzeň, Brno, Ústí nad Labem. Ve 2. kole získala Krasilová ÚDA více než minutový náskok na Weisshäutelovou z Liberce a tím rozhodla o vítězství. Zajímavý boj se však odehrával na dalších místech. Liberec II spadl až na desáté místo, na 3. místo se probíjela Praha a Brno se zásluhou výborně běžící Leischnerové dostalo na páté místo. Ve třetím kole se pořadí prvních dvou štafet nezměnilo. Patočková z Liberce snížila sice o několik vteřin náskok štafety ÚDA, dosáhla nejlepšího času, ale dostihnout ji již nemohla. Brno se zásluhou Fialové, která dosáhla čtvrtého nejlepšího času, dostalo na třetí místo.

Pochvaly zasluží kromě členek vítězné štafety ÚDA a Liberce výkon Fialové

z Brna, Albrechtové z Jihlavy a Lukešové z Liberce II, které správně využívaly terénu a po rovině odpichu soupaž. Slabinou většiny závodnic je, že neumějí využít skluzu při jízdě do kopce a neumějí přizpůsobit vhodně způsob jízdy k terénu a charakteru trati.

Délka trati nebyla 5 km, ale pravděpodobně o něco více, o čemž svědčí dosažené časy, jejichž průměr je 32 minut. Ideální sněhové podmínky daly závodnicím možnost ukázat jejich skutečnou výkonnost a vyspělost neskreslenou žádným promazáním nebo špatným počasím. Závod byl prověrkou jejich celoroční přípravy a tréninku.

## KAREL DVORÁK

### STAFETY ŽEN NA 3×5 km

1. ÚDA Praha: Lauermannová 27,18, Krasilová 27,40, Střížová 29,42 — 1:24,40 min.
2. Liberec KVTVS: Patočková 27,11, Weissšäutellová 28,56, Mečířová Marie 29,56 — 1:26,03.
3. KVTVS Brno: Fialová 28,56, Leischnerová 30,48, Langrová 34,41 — 1:34,25.
4. MVTVS Praha: Mečířová Otíl. 30,06, Fiedlerová 31,57, Ingrová 32,37 — 1:34,40.
5. KVTVS Jihlava: Albrechtová 31,21, Loubová 33,04, Wurzelová 31,54 — 1:36,19.
6. KVTVS Hradec Kr.: Nollová 31,55, Vokřínková 31,33, Lorenzová 34,02 — 1:37,30.
7. Liberec II: Lukešová 30,49, Plířová 35,46, Průchová 31,26 — 1:38,01.
8. KVTVS Ústí n. L.: Dušková 31,37, Pochylová 31,24, Mlázková 35,27 — 1:38,27.
9. KVTVS Pardubice: Teplá 35,05, Prokopová 33,53, Burešová 32,26 — 1:41,24.
10. KVTVS Plzeň: Schnerbergová 35,19, Votavová 36,25, Peřinová 34,16 — 1:46,00.

### STAFETY 4×10 km MUŽI

1. Hradec Králové I: Okuliar 40,07, Malínský 41,16, Cardal 38,43, Matouš 39,09 — 2:39,15 min.
2. ÚDA Praha I: Lahr 43,16, Podolínský 40,37, Stebel 40,18, Prokeš 38,55 — 2:43,06 min.
3. Liberec I: Jón 42,38, Šimůnek 41,12, Melich 39,25, Šír 40,40 — 2:44,04 min.
4. Praha MV I: Balatka 42,32, Veselý 42,12, Seifert 41,20, Batěk 40,38 — 2:46,47 min.
5. Vysoké Tatry MV: Rusko 43,48, Banko 42,20, Poljak 40,47, Riedsdorfer 40,16 — 2:47,11 min.

6. ÚDA II: Hrubý 43,04, Voňka 42,34, Denke 41,09, Weber 41,29 — 2:48,16 min.
7. Žilina: Gál 43,24, Šuňa 43,13, Húska 41,43, Hrnčiar 40,12 — 2:48,32 min.
8. Jihlava I: Zajíček 42,35, Balvín 42,58, Švanda 43,0, Marek 40,48 — 2:49,21 min.
9. ÚDA III: Kubica 42,23, Žanta 44,24, Horník 41,38, Čepčanský 41,25 — 2:49,50 min.
10. Brno: Petřík 44,25, Kalášek 43,06, Junek 43,07, Ing. Hlaváč 39,32 — 2:50,10 min.
11. Liberec II: Kosina 45,35, Vojtíšek 41,54, Hadrava 41,45, Mečíř 43,44 — 2:52,58 min.
12. Hradec Králové II: Šubert 45,14 — Janata 44,02, Bartoň 43,52, Hanuš 41,33 — 2:54,40 min.
13. Gottwaldov: Pospíšil 44,55, Jančo 45,26, Solanský 42,55, Podešva 41,44 — 2:55,0 min.
14. Praha MV II: Štochl 44,16, Potměšil 44,17, Chovanec 43,25, Malenák 43,32 — 2:55,30 min.
15. Bratislava MV: Kucbel 44,34, Terežčák 43,18, Karas 46,19, Baluch 49,25 — 2:57,36 min.
16. Košice: Bičar 44,38, Michalko 44,07, Baláz 42,43, Madarassy 47,17 — 2:58,45 min.
17. Ostrava: Tabáček 45,08, Hrbáč 48,27, Bocek 43,07, Bardovský 42,16 — 2:58,58 min.
18. Pardubice: Slavíček 47,14, Kubík 46,14, Stránský 42,44, Kulík 42,55 — 2:59,07 min.
19. Banská Bystrica: Medved 44,54, Čilík 43,14, Banko 45,36, Mistrík 48,48 — 3:02,32 min.
20. Prešov: Jeřábek 44,46, Bažant 43,03, Nikerle 48,22, Housa 46,30 — 3:02,41 min.
21. Plzeň: Nesvadba 47,41, Beneš 46,52, Čechura 45,02, Liška 44,46 — 3:04,21 min.

### TROJKOMBINACE MUŽŮ

	Skok	Obří slalom	Běh	Celkem
1. Kubica Ján,	205,3	230,3	231,6	667,2
2. Nüsser Josef,	208,5	228,0	229,9	666,4
3. Lahr Vítězslav,	199,3	225,6	240,0	664,9
4. Remsa Zdeněk,	216,5	233,8	201,1	651,4
5. Šablatura Luděk,	199,0	224,5	220,7	644,2

		Skok	Obří slalom	Běh	Celkem
6. Gyalog Zdeněk,	Liberec	215,0	226,2	196,7	637,9
7. Janata Ladislav,	Hradec Králové	179,1	231,0	226,3	636,4
8. Zemánek Bohumil,	Hradec Králové	174,8	219,0	226,1	619,9
9. Lánský Josef,	Liberec	175,9	222,5	216,9	615,3
10. Vejnar Josef,	Hradec Králové	179,5	223,1	212,6	615,2
11. Bieleza Karel,	Ostrava	191,7	216,6	205,4	613,7
12. Thomas Emil,	Karlovy Vary	187,7	228,4	187,2	603,3
13. Martínek Milosl.	Pizeň	165,2	237,4	198,2	600,8
14. Nejdí Sl.,	MV Praha	189,2	240,0	171,1	600,3
15. Housa Miroslav,	Prešov	160,7	207,5	218,8	587,0
16. Stolba Miroslav,	Liberec	194,2	217,7	173,9	585,8
17. Heller Miloš,	Karlovy Vary	186,7	235,4	161,1	583,2
18. Mistrík Marian,	B. Bystrica	161,6	225,0	194,0	580,6
19. Buchar Jiří,	MV Praha	160,6	210,6	208,1	579,3
20. Dyntar Jaroslav,	KV Praha	145,7	229,8	194,1	569,6
21. Slajchert Mir.,	Ústí nad Labem	136,8	232,6	185,2	554,6
22. Schenk Jarosl.,	Pardubice	137,5	230,4	177,1	545,0
23. Snášel Vít.,	Olomouc	125,5	236,0	162,7	524,2
24. David Stanislav,	Budějovice	116,1	218,5	181,1	515,7

#### DVOJKOMBINACE ŽEN

		Běh	Slalom	Celkem
1. Patočková,	Liberec	240,0	223,9	463,9
2. Malá Eva,	ÚDA	208,2	240,0	448,2
3. Lelková Květa,	Hradec Králové	234,9	213,1	448,0
4. Zívrová Jindra,	MV Praha	212,1	226,0	438,1
5. Svandtnerová J.,	Žilina	203,5	233,9	437,4
6. Matková Jirina,	MV Praha	207,0	229,2	436,2
7. Horáková Jarka,	Gottwaldov	215,5	220,1	435,6
8. Jugasová Zdena,	Gottwaldov	207,1	226,4	433,5
9. Zaepálková M.,	MV Praha	197,1	233,8	430,9
10. Dr Dušková J.,	Ústí nad Labem	222,9	205,6	428,4
11. Hlaváčková L.,	MV Praha	209,0	218,1	427,1
12. Prokopcová M.,	Pardubice	209,1	216,4	425,5
13. Cieglerová El.,	Ostrava	199,5	222,5	422,5
14. Šnebergová A.,	Pizeň	211,2	207,6	418,8
15. Nollová Lída,	Hradec Králové	214,9	200,8	415,7
16. Pazderová M.,	Pardubice	195,1	218,1	413,2
17. Roubíčková J.,	Bratislava	203,0	209,6	412,6
18. Štílerová M.,	Ústí nad Labem	207,5	200,5	408,0
19. Hlužová V.,	KV Praha	199,6	202,1	401,7
20. Culková El.,	Olomouc	195,1	200,5	395,6
21. Mlžáková Zdena,	Ústí nad Labem	211,1	181,9	393,0
22. Veličková Olga,	Ostrava	182,3	195,5	377,8
23. Suchánková A.,	Karlovy Vary	197,3	168,1	365,4

#### ZÁVOD VE SLALOMU MUŽŮ A ŽEN

Závod ve slalomu mužů se jel na dvou různých svazích. První kolo mělo 69 bran, délku asi 900 m a jelo se v sedle Lomnického štítu. Druhé kolo, postavené ve Francouzské muldě, mělo 53 bran a délku asi 750 m.

Charakter obou kol byl přibližně stejný. Byla postavena převážně jako několik vertikál po spádnicí.

Stavitel slalomu soudruh K. Bruk si uvědomil závažnost úkolu a snažil se postavit obě tratě tak, aby vyhovovaly. Těžkosti s úpravou tratí a nedostatek pomocníků mu zabránily vytvořit slalom tak, jak bylo třeba. (Závodníci si museli sami upravovat tratě).

Autorem se musel omezit při výběru terénu na místa, jejichž úprava nedala tolik práce. A tak se stalo, že boj o vítězství měli usnadnění závodníci s větší tělesnou obratností. Ti, kteří ovládají velmi dobře techniku švihů, kteří dovedou

využit správně jízdy na lyžích, i když nejsou tak obratní, nemohli svou jízdu opravdově rozvinout. Je škoda, že oba slalomy byly tak jednotvárné a neumožnily závodníkům vyrovnaný boj, v němž by se vyzkoušely obě stránky sjezdaře — tělesná obratnost i technika jízdy.

Pro přístě je nutné zajistit, aby na všech dalších výběrových závodech a přeborech museli závodníci ukázat všechny své schopnosti a celé umění.

Musíme si konečně uvědomit, že dobré a vrcholné výkony jsou podmíněny kvalitou tratě, péčí technického sboru a uměním i bojovností závodníků.

Způsob jízdy a schopnost našich nejlepších závodníků podat maximální výkony nás nutí k závěru, že už to není jenom jezdec, který rozhoduje o kvalitě výkonu ve sjezdových závodech, ale že jsou tu další okolnosti, které ovlivňují výkon a růst naší závodní sjezdařiny, a to výzbroj, výstroj, stavba slalomů, volba terénu, úprava tratí a množství kvalitních utkáni.

Zkušenosť posledni doby a z letošních přeborů nás učí, aby kromě trenérů a závodníků přispěli k zvýšení úrovně ve sjezdových disciplínách i technický sbor a všichni, kteří se zúčastňují při stavbě a úpravě tratí.

Musíme skoncovat s míněním, že dobrý závodník sjede všechno, a zaměnit je za názor, že kvalitní tratě a náročné slalomy jsou podmínkou k vrcholným výkonům ve sjezdových disciplínách.

Na letošním přeboru se diváci právem obdivovali odvaze a jistotě, s jakou projížděli ti nejlepší některé úseky slalomu, a přesvědčili se o tom, že bez důkladné, cílevědomé a speciální celoroční přípravy by sjezdaři nemohli podat tak dobré a vyrovnané výkony. A tak můžeme s radostí konstatovat velmi dobrou výkonnost našich předních i mladých závodníků a značné celkové zlepšení od minulého přeboru.

Slalom žen, jehož autorem byl soudruh I. Benko, měl dvě kola asi po 650 m. První mělo 53 bran a druhé 45. Obě kola byla odlišného charakteru a závodnice měly možnost ukázat svou obratnost i technickou vyspělost. Pozoruhodný je rozdíl mezi vítězkou a dalšími závodnicemi. Soudružka Malá zvítězila letos, protože si věřila a dovedla jít mnohem odvážněji než ostatní závodnice.

Z výsledků a výkonů, kterých jsme byli svědky, můžeme usoudit, že úroveň prvních je dobrá a že růst úrovně dalších závodnic, i když se v průměru zlepšily, je pomalejší v porovnání se zlepšením mužů.

Je nutné, aby si ženy stále více uvědomovaly, že ve slalomu podá dobrý výkon jen ta závodnice, která si zapamatuje soustavy branek, jak na sebe navazují, která si předem určí taktiku a plán jízdy a podle něho jede. Nestačí jezdit stereotypně od brány k bráně, ale projíždět slalom s potřebným přehledem.

Promyšlená jízda dodá závodnici potřebné sebedůvěry a je ucelená. Ženy si musí uvědomit tento hlavní nedostatek a učit se slalomově myslet a trénovat i závodit.

Závěrem konstatují celkové zlepšení fyzické zdatnosti a zvýšení techniky jízdy u závodníků a závodnic a náročnější způsob stavění slalomových tratí. K přípravě a úpravě tratí budeme muset přistupovat ještě odpovědněji než dosud.

MILAN ŠPAČEK

#### SLALOM MUŽŮ

1. Heinrich, Liberec, I. kolo 63,4, II. kolo 58,2 — 120,6. 2. Krajňák, Košice, 64,5, 58,6 — 123,1. 3. Slachta, Žilina, 65,6, 58,6 — 124,2. 4. Bogdálék, MV Praha, 63,7, 60,6 — 124,3. 5. Čermák, Liberec, 65,4, 60 — 125,4. 6. Soltys, ÚDA, 68,2, 62,5 — 130,7. 7. Pitucha, Ostrava, 67,8, 64 — 131,8. 8. Fučík, Liberec, 66,8 (5), 60,9 — 132,7. 9. Patočka, Liberec, 73,3, 62 — 135,3. 10. Stiehl, Liberec, 70,4,

66,2 — 136,6. 11. Vokatý, Hradec Králové, 71,1, 67,1 — 138,2. 12. Knapp, ÚDA, 71, 68,5 — 139,5. 13. Charvát, Brno, 72, 67,5 — 139,5. 14. Brůna, Liberec, 72, 63,8 (5) — 140,8. 15. Nejdř, MV Praha, 72, 69 — 141. 16. Eliáš, ÚDA, 72,4, 70,2 — 142,6. 17. Ing. Ruml, Brno, 72, 70,8 — 142,8. 18. Bartsch, ÚDA, 72,2 (5), 68,5 — 145,7. 19. Pastierik, Hradec Král., 75, 70,9 — 145,9. 20. Scheib, Hradec Král., 78, 68 — 146. 21. Slavíček, Budějovice, 76,9, 71,7 — 148,6. 22. Škoda,



Liberec, 72,8, 76,1 — 148,9. 23. Gurský, MV Blava, 78,4, 71,1 — 149,5. 24. Šincl, MV Praha, 85, 65,5 — 150,5. 25. Fiala, Gottwaldov, 75,9, 75,8 — 151,7. 26. Lůčka, Ostrava, 80, 73,9 — 153,9. 27. Ing. Harvan, MV Vys. Tatry, 82,9, 72,5 — 155,4. 28. Riemer, MV Vys. Tatry, 82,1 77,7 — 159,8. 29. Fér, KV Praha, 84,2, 77,5 — 161,7. 30. Krajiňák, Košice, 67,1, 99 — 166,1. 31. Gerek, Žilina, 82, 84,8 — 166,8. 32. Chovancec, MV Vys. Tatry, 87,3, 81,1 — 168,4. 33. Valoušek, Prešov, 85,4, 83,2 — 168,6. 34. Šnašel, Olomouc, 82,6, 86,1 — 168,7. 35. Podsedník, Ústí n. L., 90,1 (5), 79,2 — 174,3. 36. Pavlas, Plzeň, 74,2, 96 (5) — 175,2. 37. Appl, Pardubice, 115,2, 76,5 — 191,7.

#### SLALOM ŽENY

1. Malá, ŮDA, I. kolo 54,8, II. kolo 46,0 — 100,8. 2. Subertová, ŮDA, 59,2, 48,8 — 108,0. 3. Rubešová, Hradec Král., 59,0, 51,0 — 110,0. 4. Králová, Brno, 59,9, 52,0 — 111,9. 5. Dr Fröslová, MV Praha, 58,8, 53,4 —

112,2. 6. Zepálková, MV Praha, 60,0, 52,8 — 112,8. 7. Slavíčková, Hradec Král., 62,2, 51,2 — 113,4. 8. Strnišková, MV Praha, 60,4, 54,0 — 114,4. 9. Krajiňáková, Košice, 62,9, 54,4 — 117,3. 10. Pospíšilová, Vys. Tatry, 63,9, 54,2 — 118,1. 11. Merendová, ŮDA, 57,8, 61,0 — 118,8. 12. Sujanová, Žilina, 68,3, 51,7 — 120,0. 13. Matková, MV Praha, 64,5, 56,3 — 120,8. 14. Balíková, MV Praha, 65,0, 56,3 — 121,3. 15. Šuleová, Liberec, 65,7, 57,0 — 122,7. 16. Králová, Hradec Král., 66,2, 58,1 — 124,3. 17. Cieglerová, Ostrava, 68,2, 58,0 — 126,2. 18. Curská, MV Blava, 70,0, 58,0 — 128,0. 19. Bartošková, Olomouc, 77,8, 73,8 — 151,6. 20. Morávková, Brno, 89,7 (5), 61,2 — 155,9. 21. Pelanová, Gottwaldov, 87,0, 74,1 — 161,1. 22. Wildová, KV Praha, 93,8, 86,8 — 180,6. 23. Pechová, Plzeň, 104,1, 80,0 — 184,1. 24. Pazderová, Pardubice, 94,4, 90,6 — 185,0. 25. Veselá, Ústí n. L., 116,2, 88,1 — 204,3. 26. Haberzetlová, Karlovy Vary, 124,2, 110,8 — 235,0. 27. Oravcová, Nitra, 138,6, 101,8 — 240,4.

### OBŘÍ SLALOM MUŽŮ

Obří slalom mužů se jel na trati dlouhé 2000 m s výškovým rozdílem 440 m a měl celkem 66 bran. Start tohoto závodu byl v Lomnickém sedle ve výšce 2193 m, cíl ve výšce 1753 m na Lievikovitém plese. Autorem byl Karol Bruk.

Trať pro obří slalom byla plynulá a v celé své části správně obsahovala jenom volné brány otevřené, polozařvené a zařvené, bez slalomových figur, které se dnes již v obřích slalomech nemají vyskytovat, aby tento rychlostní závod nezpomalovaly. Presto však mohla být trať vytyčena tak, aby dovolovala vyvinout závodníkům ještě větší rychlost, už hlavně proto, že celý svah pod Lomnickým sedlem je jednotvárný a postrádá členitost, která ztěžuje jízdu. K tíži technického sboru bych přičítal to, že nedovedl pro tak veliký závod zajistit předpisové tyče s terčí a omezil se jenom na normální slalomové tyče, které vzhledem k tomu, že měly v horní části navazovány dva paprky místo terčů, způsobily trať málo přehlednou hlavně závodníkům od čísla 18, kteří jeli v mlze. Podle očekávání umístili se v obřím slalomu na prvních místech členové státního družstva, kteří obsadili 1. až 8. místo a jedině Henrich a Šincl byli pro pád odsunuti na zadnější místa. Na dalších místech jsou pak většinou členové družstva mladých, které trenuje společně se státním družstvem, a členové ŮDA. Úspěch všech těchto závodníků možno přičítat dobré přípravě na suchu a společnému treningu na sněhu, ve kterém si dokonale ujasnili nový slalomový oblouk a zásady slalomové techniky. V mladém M. Šoltysovi nám vyrůstá velmi dobrý slalomář, který potřebuje co nejdříve startů, aby dovedl svou jízdu ještě přesněji kontrolovat. Hodnotit všechny účastníky není možné, protože závodníci od čísla 18 jeli za zhoršených podmínek, v mlze, a nemohli vyvinout největší rychlost. Jistě však by nezasáhli do bojů o přední místa.

ZDENĚK PARMA

#### OBŘÍ SLALOM MUŽI

1. Šoltys, ŮDA, 1:28,5 min., 2. Bogdálak, Praha MV, 1:30,2, 3. Šlacha, Žilina, 1:32,0, 4. Fučík, Liberec, 1:33,5, 5. Krajiňák Vlado, Košice, 1:34,8, 6. Patočka, Liberec, 1:34,9, 7. Čermák, Liberec, 1:36,8,

8. Pitucha, Ostrava, 1:40,8, 9. Scheib, Hradec Kr., 1:41,6, 10. Škoda, Liberec, 1:42,2, 11. Nejdřl, Praha MV, 1:44,0, 12.—13. Eliáš, ŮDA, 1:46,1, 12.—13. Bartsch, ŮDA, 1:46,1, 14. Brůna, Liberec, 1:47,8, 15. Šincl, Praha MV, 1:48,0, 16. Stiehl, Liberec, 1:49,0, 17.

Charvát, Brno, 1:49,4, 18. Chalupa, Žilina, 1:51,4, 19. Knapp, ÚDA, 1:53,0, 20. Fiala, Gottwaldov, 1:53,2, 21. Slaviček, Budějovice, 1:55,6, 22. Tajrich, Ostrava, 1:56,8, 23. Vokatý, Hradec Králové, 1:59,2, 24. Appl, Pardubice, 1:59,6, 25. Trajtl, Ostrava, 2:01,4, 26. Pastierik, Hradec Král., 2:01,6, 27. Novotný, Praha MV, 2:02,0, 28. Hromádka, Praha MV, 2:05,2, 29. Heller, Karlovy Vary, 2:05,3, 30. Henrich, Liberec, 2:05, 31. Pavlas, Plzeň, 2:08,8, 32. Valeš, Plzeň, 2:10,8, 33. Jetsch, Košice, 2:11,8, 34. Kramář, Praha KV, 2:13,8, 35. Zemlička, Praha MV, 2:14,8, 36. Krajňák Otto, Košice, 2:18,0, 37. Sekyra, Olomouc, 2:19,0, 38. Kosina, Praha KV, 2:19,1, 39. Riemer, Vys. Tatry, 2:23,8, 40. Ing. Harvan, Vys. Tatry, 2:25,1, 41. Černocho, Praha MV, 2:25,4, 42. Mezera, Ústí n. L., 2:26,6, 43. Dr Frössl, Praha MV, 2:28,2, 44. Beaufort, Košice, 2:35,5, 45. Liška, Plzeň, 2:36,8, 46. Odložilík, Vys. Tatry, 2:46,8, 47. Pastorák, Prešov, 2:51,3, 48. Pikna, Blava KV, 2:53,1, 49. Matějka, Budějovice, 3:08,4, 50. Dr Hagara, Nitra, 3:24,0.

## OBŘÍ SLALOM ŽENY

1. Malá, ÚDA, 1:10,0 min., 2. Šubertová, ÚDA, 1:11,1, 3. Merendová, ÚDA, 1:12,6, 4. Slavičková, ÚDA, 1:13,2, 5. Dr Frösslová, MV Praha, 1:13,4, 6. Matková, MV Praha, 1:15,0, 7. Švantnerová, Žilina, 1:15,2, 8. Rubešová Jarosl., Hradec Kr., 1:17,0, 9. Krajňáková Mária, Košice, 1:18,2, 10. Strnišťová, MV Praha, 1:19,6, 11.—12. ZACPÁLKOVÁ, MV Praha, 1:20,0, 11.—12. Králová, Brno, 1:20,0, 13. Krajňáková Z., Košice, 1:21,4, 14. Sulcová, Liberec, 1:22,0, 15. Králová, Hradec Kr., 1:24,3, 16. Stejskalová, Brno, 1:24,8, 17. Jugasová, Gottwaldov, 1:25,6, 18. Pospíšilová, Vys. Tatry, 1:25,8, 19. Pokorná, KV Blava, 1:26,2, 20. Balíková, MV Praha, 1:26,6, 21. Gurská, MV Blava, 1:26,8, 22. Bartošková, Olomouc, 1:27,4, 23. Cieglerová, Ostrava, 1:29,2, 24. Pazdlerová, Pardubice, 1:29,8, 25. Wildová, KV Praha, 1:31,0, 26. Veselá, Ústí n. L., 1:31,7, 27. Čermáková, Liberec, 1:32,6, 28. Šujanová, Žilina, 1:40,8, 29. Oravcová, Nitra, 1:49,4, 30. Pechová, Plzeň, 1:51,4, 31. Kowalská, K. Vary, 1:55,8.

## ZÁVOD VE SJEZDU MUŽŮ I ŽEN

S velkým zájmem byl v Tatranské Lomnici očekávan závod ve sjezdu, který se jel jako poslední ze tří sjezdových disciplín. Velký zájem o sjezd je jistě oprávněný, neboť sjezdová dráha, kterou závodníci projíždějí maximální rychlostí, je dokonalou zkouškou technické, tělesné i morální připravenosti sjezdaře. Neexistují náhodná vítězství, jak i dnes ještě často slyšíme a čteme. Pozorujeme-li jízdu našich předních sjezdařů, přesvědčíme se, že správný postoj na lyžích, dokonalé ovládnutí lyží ve velké rychlosti, obratnost, pohotovost a důvěra ve své umění není věcí náhody, ale systematické přípravy.

Sjezdovou dráhu mužů v Tatranské Lomnici můžeme označit jako nejhodnější z těch sjezdovek, na kterých se u nás dosud bojovalo o přebornické tituly. Její klady spočívají v její délce, výškovém rozdílu a vtípném střídání technických míst s úseky čistě rychlostními. Pro závod byla trať pečlivě upravena, čímž pořadatelé zajistili bezpečný průběh závodů. Pro příště však bude nutné zajistit pečlivou úpravu tratí i po dobu tréninku. Jedině tak odstraníme možnost úrazů. Při letošních přeborech měřila trať 3600 m a měla 900m výškový rozdíl. Závod se jel za velmi dobrých povětrnostních podmínek a vítěz závodu Jaroslav Bogdálék dosáhl pozoruhodného výkonu, když při své jízdě docílil průměrné rychlosti 90 km 612 m/hod. Bogdálék jel sice velmi odvážně, ale naprosto jistě. Svou vysokou technickou vyspělost dokázal tím, že o svém vítězství rozhodl až v technické části sjezdovky. Jen jednu desetinu za vítězem se umístil Henrich. Tato desetina vteřiny znamená, že Bogdálék ujel Henrichovi o dva a půl metru a třetímu závodníkovi Fučíkovi o 20 m. Vidíme z toho, že výkony prvních tří závodníků byly vyrovnané. Na dalších místech se umístili rovněž členové státního družstva a je potěšitelné, že i členové družstva mladých Bruna a Stiehl dokázali zařadit se v tomto těžkém závodě mezi prvních deset. U závodníků, kteří se umístili v druhé polovině startujících, jsem pozoroval již v první třetině tratí únavu, což svědčí o nedostačující přípravě. Mnohým závodníkům chybí potřebná obratnost i bojovnost.

Ženy jely sjezd na staré sjezdové dráze s tou změnou, že z rychlého úseku pod Enciánem odbočila jejich trať pod devátý sloup lanovky a nad osmým

sloupem se vracela zpět na starou sjezdovku. Tím se celá trať zrychlila. Také cíl byl posunut výš, aby odpadla dlouhá rovina před cílem. Rovněž tato trať byla pro závod velmi dobře upravena. Trať byla dlouhá 3600 m a její výškový rozdíl byl 700 m. První závodnice dosáhla průměrné rychlosti 83 km/28 m/hod. Jestliže jsme se u mužů setkali s bojovností často i neodpovídající technické vyspělosti mnohých závodníků, v závodě žen jsme tuto bojovnost postrádali. Byly to i členky státního družstva, které nevěřily své připravenosti a závod jely jen velmi vlažně. Pozoroval jsem, že i závodnice, u kterých jsem předpokládal určité zkušenosti, nedovedly správně ohodnotit jednotlivé úseky dráhy. Špatná taktika se projevila hlavně v lehkých úsecích, kde jen málo závodnic použilo správných způsobů ke zvýšení rychlosti. Celková úroveň sjezdařek je ve sjezdu slabší než u mužů. Projevilo se to při porovnávání časů vítěze a ostatních závodníků, ale i při pozorování jízdy jednotlivých závodnic jsem pozoroval velké nedostatky, způsobené nesystematickým tréninkem. Mnoho závodnic přešlo v treningu brzy od přímé jízdy k dalšímu výcviku a tento nedostatek se při závodech projevil.

V závodě zvítězila s velkou převahou Justa Šubertová, jejíž jízda připomínala jízdu mužů. Jela odvážně a bojovně. Na dalších místech se umístily Rubešová, Malá, Králová Olga, Slavičková a Dr Frösslová, které jely jistě a rychle, nedovedly však vložit do jízdy tolik bojovnosti jako Šubertová.

DUŠAN CHARVÁT

#### SJEZD MUŽŮ

1. Bogdálék, MV Praha, 2:23,0 min.,
2. Henrich, Liberec, 2:23,1, 3. Fučík, Liberec, 2:23,8, 4. Krajiňák Vlado, Košice, 2:27,5, 5. Slachta, Žilina, 2:29,0, 6. Patočka, Liberec, 2:29,4, 7. Nejdí, MV Praha, 2:31,6, 8. Krajiňák Otto, Košice, 2:33,1, 9. Brůna, Liberec, 2:33,9, 10. Stiehl, Liberec, 2:34,5, 11. Trajtl, Ostrava, 2:35,0, 12. Piťucha, Ostrava, 2:35,8, 13. Škoda, Liberec, 2:36,3, 14. Čermák, Liberec, 2:37,4, 15. Šincl, MV Praha, 2:38,1, 16. Šoltys, ÚDA, 2:38,5, 17. Bartsch, ÚDA, 2:39,3, 18. Žemlička, MV Praha, 2:42,1, 19. Eliáš, ÚDA, 2:42,2, 20. Novotný, MV Praha, 2:43,8, 21. Vokatý, Hradec Králové, 2:44,5, 22. Hendrych, Ostrava, 2:45,3, 23. Pastierik, Hradec Králové, 2:46,4, 24. Knapp, ÚDA, 2:47,2, 25. Vlček, Gottwaldov, 2:48,5, 26. až 27. Reis, MV Praha, 2:49,0, 26.—27. Martínek, Plzeň, 2:49,0, 28. Slaviček, Č. Budějovice, 2:49,1, 29. Teplík, Liberec, 2:50,4, 30. Scheib, Hradec Králové, 2:51,1, 31. Fiala, Gottwaldov, 2:52,0, 32. Snášel, Olomouc, 2:56,5, 33. Harvan, Vysoké Tatry, 2:59,2, 34. Hromádko, MV Praha, 3:03,0, 35. Matějovský, MV Praha, 3:05,4, 36. Tomášek, Liberec, 3:05,8, 37.—39. Chovanec, Vysoké Tatry, 3:08,5, 37.—39. Podivínský, Brno, 3:08,5, 37.—39. Furrin, Žilina, 3:08,5, 40. Vozdecký, Brno, 3:09,4, 41. Sklenář, Bratislava, 3:09,5, 42. Jugas, Ostrava, 3:11,9, 43. Sčč, MV Praha, 3:15,2, 44.

- Král, Ústí n. L., 3:18,0, 45. Riemer, Vysoké Tatry, 3:20,4, 46. Appl, Pardubice, 3:22,5, 47. Mejstský, KV Praha, 3:22,8, 48. Polák, Ústí n. L., 3:23,2, 49. Beaufort, Košice, 3:35,2, 50. Sochor, MV Praha, 3:52,5, 51. Matějka, Č. Budějovice, 3:53,8, 52. Tajrych, Ostrava, 4:23,8, 53. Giacintov, Brno, 5:42,5.

#### SJEZD ŽEN

1. Šubertová, ÚDA, 2:35,2 min., 2. Rubešová, Hradec Králové, 2:41,1, 3. Malá, ÚDA, 2:41,8, 4. Králová, Brno, 2:43,6, 5. Slavičková, Hradec Králové, 2:45,4, 6. Dr Frösslová, Praha MV, 2:47,6, 7. Matková, Praha MV, 2:50,2, 8. Králová, Hradec Králové, 2:51,1, 9. Stejskalová, Brno, 2:51,6, 10. Krajiňáková M., Košice, 2:54,2, 11. Strnišřová, Praha MV, 2:54,8, 12. Švantnerová, Žilina, 2:57,2, 13. Krajiňáková Z., Košice, 2:58,8, 14. Pelanová, Gottwaldov, 3:04,2, 15. Müllerová, Praha MV, 3:04,4, 16. Zaccpálková, Praha MV, 3:04,6, 17. Pančošková, Gottwaldov, 3:10,8, 18. Pospíšilová, Vys. Tatry, 3:11,3, 19. Vančurová, Praha MV, 3:13,3, 20. Cieglerová, Ostrava, 3:16,8, 21. Balíková, Praha MV, 3:22,0, 22. Bartošková, Olomouc, 3:23,8, 23. Gurská, Bratislava MV, 3:24,7, 24. Veselá, Ústí n. L., 3:46,0, 25. Sklenářková, Ostrava, 3:47,9, 26. Pazdzerová, Pardubice, 3:57,2, 27. Čermáková, Liberec, 4:05,3, 28. Hlušková, K. Vary, 4:34,8, 29. Pechová, Plzeň, 4:41,8.

## SDRUŽENÝ ZÁVOD SJEZDOVÝ MUŽI

		Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Bogdálék Jar.,	Praha	0,00	1,50	1,85	3,43
2. Štachta Daniel,	Žilina	4,00	3,27	1,80	9,13
3. Krajiňák Vlado,	Košice	3,04	5,88	1,25	10,17
4. Fučík Antonín,	Liberec	0,54	4,67	6,05	11,26
5. Soltys Michal,	ŮDA	10,48	0,00	5,05	15,53
6. Patočka Vladimír,	Liberec	4,33	5,97	7,35	17,65
7. Čermák Evžen,	Liberec	9,73	7,75	2,40	19,88
8. Pítucha Frant.,	Ostrava	8,65	11,48	5,60	25,73
9. Nejdřl Slavoř,	Praha MV	5,82	14,47	10,20	30,49
10. Henrich Kurt,	Liberec	0,07	34,72	0,00	34,79
11. Štiehl Peter,	Liberec	7,78	19,14	8,00	34,92
12. Brůna Miroslav,	Liberec	7,37	18,01	10,10	34,58
13. Škoda Vlast.,	Liberec	8,99	12,78	14,15	35,92
14. Bartsch Otto,	ŮDA	11,02	16,42	12,55	39,99
15. Eliáš Zdenek,	ŮDA	12,98	16,42	11,00	40,40
16. Šincl Jaroslav,	Praha	10,21	18,20	14,95	43,36
17. Scheib Josef,	Hradec Králové	19,00	12,22	12,72	43,92
18. Knapp Mamert,	ŮDA	16,36	22,87	9,45	48,68
19. Vokatý Vladimír,	Hradec Král.	14,54	28,65	8,80	51,99
20. Slavíček Erhart,	Budějovice	17,65	25,29	14,00	56,94
21. Fiala Zdeněk,	Gottwaldov	19,60	23,05	15,55	58,20
22. Pastierik Jar.,	Hradec Králové	5,82	30,89	12,65	59,36
23. Krajiňák Otto,	Košice	9,83	46,20	22,75	75,78
24. Harvan Ladislav,	Vys. Tatry	24,48	52,82	17,40	94,70
25. Appl Jozef,	Pardubice	40,22	29,02	35,55	104,79
26. Reimer Tibor,	Vys. Tatry	38,80	51,60	19,60	110,01

## SDRUŽENÝ ZÁVOD SJEZDOVÝ ŽENY

		Sjezd	Obří slalom	Slalom	Celkem
1. Malá Eva,	ŮDA	4,11	0,00	0,00	4,11
2. Šubertová J.,	ŮDA	0,00	1,30	4,32	5,62
3. Rubešová Jar.,	Hradec Králové	3,78	8,28	5,52	17,58
4. Slavíčková M.,	Hradec Králové	6,35	3,78	7,56	17,69
5. Dr Frösslová B.,	Praha MV	7,73	4,02	6,84	18,59
6. Králová Olga,	Brno	5,24	11,84	6,66	23,74
7. Matková Jitřina,	MV Praha	9,35	5,92	12,00	27,27
8. Krajiňáková M.,	Košice	11,84	9,70	9,90	31,44
9. Strnišřová J.,	MV Praha	12,21	11,84	8,16	31,71
10. Zaeppálková M.,	MV Praha	18,33	11,84	7,20	37,37
11. Králová Eva,	Hradec Králové	9,91	16,04	14,10	40,95
12. Pospíšilová J.,	Vysoké Tatry	22,50	18,70	10,38	51,58
13. Balíková Jitřka,	MV Praha	29,17	19,64	12,30	61,11
14. Cieglerová El.,	Ostrava	25,92	22,72	15,24	63,88
15. Gurská Lud.,	MV Blava	30,85	14,88	16,52	67,25
16. Bartošková Zdena,	Olomouc	30,29	20,60	30,48	81,37
17. Pazderová M.,	Pardubice	51,12	23,42	50,52	125,66
18. Veselá Dáša,	Ůstí nad Labem	44,14	25,66	62,10	131,90
19. Pechová Jarmila,	Plzeň	3,92	48,98	49,98	187,88

## Doplňek ke článku

»Ještě k diskusi k technice běhu«, který byl uveřejněn ve 2. čísle Lyžařství.

»Obrázky na straně 43 jsou číslovány shora vlevo 1—4, vpravo 5—8, na straně 44. vlevo 9—12, vpravo 13—16.

Na straně 43 došlo v pravém odstavci v prvním a druhém řádku k nesprávné formulaci. Prvř a druhř řádek má znít: »přislušná strana pánve vpřed (obraz 2—4), pravá strana, 11—13 levá strana.«

## BĚŽECKÉ LYŽAŘSKÉ TRATI NA FINALE SHM 1955

Podle programu měly se jet lyžařské běhy ve Starém Smokovci. Pravděpodobně zlepšené sněhové poměry v posledním týdnu I. části zimní celostátní spartakiády přiměly pořadatele k rozhodnutí, provést finalové běhy SHM v místě ubytování všech závodníků — v Tatranské Lomnici. Myslím, že okolí Starého Smokovce a Tatranské Poljanky o něco výše příznivěji položené, skýtá i lepší terénní podmínky pro vedení běžeckých tratí. — Přestože v Tatranské Lomnici napadlo v posledních dnech dostatečné množství sněhu, nebyl tu v některých místech podklad starého sněhu, což při proměnlivosti počasí bylo příčinou, že některé úseky musely být i po vytyčení částečně překládány — měněny, pro nedostatek sněhu.

Proto také některé tratě nemohly být vedeny tak, aby po všech stránkách vyhovovaly.

Nejlepší tratí byla trať pro starší dorostence 10 km, která vedla měnivým, střídavým terénem, s uspokojujícím výškovým rozdílem. Po dobrém začátku nemuselo následovat vcelku mírné, dlouhé, jednotvárné stoupání. Jako i u dalších tratí neměly by se vyskytovat dlouhé úseky po cestách a silnicích. Toto je už mnoholetá bolest běžeckých tratí v Tatranské Lomnici, zvláště v posledních úsecích tratí před cílem.

Trať 5 km pro starší dorostenky a výběrovou soutěž mladšího dorostu měla největší závalu v závěru tratě, dlouhé, jednotvárné, zbytečné a únavné stoupání po silnici! Zdála se být poněkud kratší než 5 km. Porovnání na 5 km štafet starších dorostenců!

Trať 3 km pro výběrovou soutěž mladších dorostenek byla volena dobře co se týká obtížnosti, nemusela však klesat výškově pod úroveň startu, kde byl sníh méně kvalitní a vlhčí.

Rovněž tratě štafet 3X5 km a 3X3 km byly vedeny po silnici, dokonce místy sypané drobným šterkem, jak to dosvědčily mnohé ryhy na skluznicích lyží zvláště u hochů starších.

Velmi výhodné místo pro start na prostranství pod zotavovnou Morava, mohlo být účelněji rozděleno pro starty jednotlivých tratí 10 km, 5 km a 3 km, které byly startovány na touž dobu, což se projevilo při dojíždění závodníků do cíle, i když k závažnějším nedostatkům nedošlo. Střed prostranství byl potřebný pro volný pohyb závodníků a hlavně vedoucích, kterým se závodníci sjížděli z různých tratí najednou a často se museli vzájemně hledat.

Rozběh při společném startu štafet neodpovídal závodnímu řádu, zvláště při štafetách devět. Start mohl být posunut ještě asi o 20 m zpět a nedošlo by ke zbytečným kolísám a pádům závodníků krátce po startu.

Jinak průběh všech běžeckých závodů byl hladký. Neukáznenost některých závodníků i vedoucích projevila se v některých případech opět v doprovodu a pobízení závodníků a závodnic po trati. Mínuhého roku bylo na to před závody zvláště upozorněno! V budoucnu nutno pamatovat na protipatření.

J. BERANOVSKÝ

### BĚH STARŠÍCH DOROSTENCŮ NA 10 km

1. Harvan, Žilina, 43,17, 2. Honeč, Liberec, 43,43, 3. Kolár, B. Bystrica, 44,28, 4. Žák, Budějovice, 45,28, 5.—6. Hülinďák, Košice, 45,51, 5.—6. Vozňák, Liberec, 45,51, 7. Kuchař, Jihlava, 45,54, 8. Pešl, Budějovice, 45,55, 9. Gouglitz, Hradec Král., 46,00, 10. Černý, Jihlava, 46,10, 11. Stibůrek, Hradec Král., 46,16, 12. Sřkora, B. Bystrica, 46,30, 13. Doležal, Liberec, 46,43, 14. Kopecký, Hradec Králové, 46,50, 15. Thomas, Olomouc, 46,55, 16.—17. Uhlář, Ostrava, 47,01,

16.—17. Kadlic, Jihlava, 47,01, 18. Voborný, Brno, 47,03, 19.—20. Mokřý, Jihlava, 47,13, 19.—20. Mareš, Hradec Králové, 47,13, 21. Honeč, Liberec, 47,15, 22. Tryzna, MV Praha, 47,26, 23. Kamler, Olomouc, 47,38, 24. Bleša, voj. dorost, 47,46, 25.—26. Stütz, Karl. Vary, 47,48, 25.—26. Vašulín, Brno, 47,48, 27. Farský, Liberec, 47,49, 28. Kovalský, Ostrava, 48,04, 29. Juránek, Jihlava, 48,08, 30.—31. Fiala, Jihlava, 48,17, 30. až 31. Zuzánek, Ústí n. L., 48,17, 32.—33. Mihalák, Vys. Tatry, 48,18, 32.—33. Garaž, Nitra, 48,18, 34. Rusňák, Vys. Tatry, 48,20,

35. Mierka, Vys. Tatry, 48,26, 36. Mazánek, Liberec, 48,27, 37. Kus, Budějovice, 48,29, 38. Vinš, Karl. Vary, 48,36, 39.—40. Medved, B. Bystrica, 48,44, 39.—40. Hianik, voj. dorost, 48,44, 41.—42. Seibt, Liberec, 48,47, 41.—42. Šrubař, Ostrava, 48,47, 43. Štefán, MV Praha, 48,56, 44. Synovec, Ústí n. L., 49,00, 45. Ron, Liberec, 49,07, 46. Hruška, MV Praha, 49,08, 47. Breteir, Hradec Králové, 49,12, 48. Kuželka, Plzeň, 49,13, 49. až 50. Hruška, voj. dorost, 49,23, 49.—50. Rüdte, KV Praha, 49,23, 51. Čermák, voj. dorost, 49,31, 52. Šmíd, Ústí n. L., 49,39, 53. Slimák, Žilina, 49,50, 54. Packert, MV Praha, 49,52, 55. Driga, KV Blava, 49,53, 56. Macháček, B. Bystrica, 49,55, 57. Dolňan, B. Bystrica, 49,58, 58. Mejznar, Hradec Král., 50,08, 59. Zemánek, Gottwaldov, 50,10, 60. Pospíšil, Olomouc, 50,20, 61. Ruzniak, Ostrava, 50,26, 62. Kraus, Karlovy Vary, 50,28, 63. Beneš, Plzeň, 50,35, 64. Simefing, Brno, 50,40, 65. Peko, Bratislava, 50,44, 66. Zemlík, Gottwaldov, 50,48, 67. Novák, Žilina, 51,00, 68. Oravec, Košice, 51,03, 69. Boháč, voj. dorost, 51,29, 70.—71. Jaroš, Jihlava, 51,40, 70.—71. Navrátil, Pardubice, 51,40, 72. Jakaš, Gottwaldov, 51,42, 73. Novotný, voj. dorost, 51,58, 74. Dvořák, KV Praha, 53,29, 75. Cikryt, Olomouc, 53,50, 76. Rázl, Pardubice, 54,17, 77. Stanko, Košice, 54,27, 78. Dillinger, Bratislava, 55,14, 79. Kliment, Jihlava, 56,01, 80. Kučera, KV Praha, 56,22, 81. Vašek, Gottwaldov, 57,00, 82. Müller, Brno, 57,30, 83. Slávik, Blava, 57,35, 84. Merunka, Blava, 58,17, 85. Šoltýs, Vys. Tatry, 58,25, 86. Hudák, Vys. Tatry, 58,37, 87. Chandoga, Blava, 1:01,35, 88. Karčoňiak, Žilina, 1:08,28, 89. Mišík, Nitra, 1:09,42.

### BĚH MLADŠÍCH DOROSTENCŮ

NA 5 km

1. Pilaj, Jihlava, 19,16 min., 2. Kutheil, Hradec Králové, 19,26, 3. Gabera, Gottwaldov, 19,33, 4. Pospíšil, Jihlava, 19,48, 5. Pohánka, Jihlava, 19,56, 6. März, Plzeň, 20,12, 7. Beneš, Liberec, 20,20, 8. Kinzl, Jihlava, 20,25, 9. Šváb, Olomouc, 20,30, 10. Bureš, Pardubice, 20,37, 11. Housa, Č. Budějovice, 20,43, 12. Bergman, Liberec, 20,45, 13. Wintz, Hradec Král., 20,48, 14. Čech, Hradec Králové, 20,54, 15. Luňáček, Liberec, 21,58, 16. Dudek, Liberec, 21,02, 17.—18. Köbel, Ústí n. L., 21,03, 17.—18. Sokolčec, Jihlava, 21,03, 19. Rázl, Liberec, 21,04, 20. Souček, Ústí n. L., 21,36, 21. Cícha, Jihlava, 21,24, 22. Růžicka, MV Praha, 21,27, 23. Kašpar, Olomouc, 21,34, 24. Kuberna, Č. Budějovice, 21,42, 5. Pánek, voj. dorost, 21,46, 26. Cardal, Liberec, 22,02, 27. Mertůnek, Ostrava, 22,14, 8. Prokopec, Plzeň, 22,20, 29. Košinár, MV Bratislava, 22,22, 30. Raška, Vys. Tatry, 22,32, 31. Pavelec,

Ostrava, 22,47, 32. Rybář, Žilina, 22,54, 33. Surový, Žilina, 2,57, 34. Malota, Gottwaldov, 23,02, 35. Křišák, Košice, 23,18, 36. Řižo, Košice, 23,27, 37. Zoričák, Košice, 23,44, 38. Opálený, Nitra, 23,45, 39. Havelka, KV Praha, 24,13, 40. Janík, Vys. Tatry, 24,33, 41. Vadovič, KV Bratislava, 25,51, 42. Olekšák, Žilina, 29,22.

### BĚH STARŠÍCH DOROSTENEK NA 5 km

1. Benešová, Liberec, 21,53 min., 2. Nováková, Liberec, 21,56, 3. Stejskalová, Jihlava, 22,37, 4. Stehlíková, Jihlava, 23,14, 5. Králová, Liberec, 23,17, 6. Kučerová, Jihlava, 23,57, 7. Burkertová, Liberec, 24,06, 8. Jindrová, Hradec Králové, 24,17, 9. Hradcová, Ústí n. L., 25,02, 10. Pilmáčková, MV Praha, 25,08, 11.—12. Olbrichtová, Hradec Král., 25,15, 11.—12. Stixová, Plzeň, 25,15, 13. Schusterová, MV Praha, 25,21, 14. Smažková, Ostrava, 25,26, 15. Bialková, Ostrava, 25,36, 16. Zemlíková, Gottwaldov, 25,51, 17. Orlová, Gottwaldov, 25,57, 18. Wagnerová, KV Praha, 26,01, 19. Ivančová, B. Bystrica, 26,31, 20. Balíčková, Ústí n. Lab., 26,33, 21. Hlavienková, Žilina, 26,38, 22. Bednářiková, Žilina, 26,42, 23. Grygerová, Olomouc, 6,53, 24. Kroupová, Olomouc, 27,06, 25. Kuhlíková, Brno, 27,09, 26. Sodomková, Pardubice, 27,24, 27. Bílková, Ostrava, 27,41, 28. Kotková, Brno, 27,43, 29. Kusá, Pardubice, 27,47, 30. Vašičková, Olomouc, 28,06, 31. Nachtmanová, Č. Budějovice, 28,09, 32. Kabešová, Karl. Vary, 28,33, 33. Kořínková, MV Praha, 28,37, 34. Heldová, Karl. Vary, 28,47, 35. Lendnerová, Plzeň, 29,23, 36. Kosecová, Bratislava KV, 29,29, 37. Vošová, Košice, 30,03, 38. Králíčková, MV Bratislava, 30,39, 39. Sládková, Č. Budějovice, 31,35.

### BĚH MLADŠÍCH DOROSTENEK NA 3 km

1. Hadravová, Liberec, 13,02 min., 2. Mečířová, Hradec Král., 13,06, 3. Pehlová, Liberec, 12,14, 4. Sauerová, Hradec Králové, 13,17, 5. Krapcová, Jihlava, 13,30, 6. Kadlecová, Jihlava, 13,43, 7. Pospíšilová, Jihlava, 13,57, 8. Dostálová, Hradec Král., 14,06, 9.—10. Matoušková, Gottwaldov, 14,10, 9. až 10. Knížková, Liberec, 14,10, 11. Šnebergová, Plzeň, 14,13, 12. Hošková, Ostrava, 14,25, 13. Finsterlová, Olomouc, 14,32, 14. Chromá, Č. Budějovice, 14,47, 15. Novotná, Žilina, 14,53, 16. Stehnová, Pardubice, 14,54, 17. Zemánková, Ústí n. L., 15,07, 18. Skupinová, Košice, 15,20, 19. Dousková, MV Praha, 15,26, 20. Mauerová, Plzeň, 15,43, 21. Veselá, KV Praha, 15,52, 22. Langová, Plzeň, 16,18, 23. Pucherová, KV Bratislava, 17,41, 24. Bystričanová, Žilina, 17,57, 25. Holková, Nitra, 18,26.

## STAFETA STARŠÍCH DOROSTENCŮ

1. Vysoké Tatry: Mierka 31,23, Mihalák 29,26, Rusnák 29,51 — 1:30,40,
2. Hradec Králové I: Stibárek 31,06, Kopecký 0,36, Gauglic 29,32 — 1:31,14,
3. Liberec II: Mazánek 31,19, Seibt 30,55, Doležal 29,09 — 1:31,23.
4. Hradec Králové III: Mareš 31,00, Čech 30,16, Breiter 30,19 — 1:31,35.
5. Brno: Voborný 31,16, Simotinger 30,41, Vašulín 29,59 — 1:31,56.
6. Jihlava II: Mokry 32,25, Juránek 31,08, Kadlec 29,32 — 1:33,08.
7. Banská Bystrica 1:33,25, 8. Jihlava I 1:33,35, 9. Žilina 1:33,9, 10. Č. Budějovice 1:33,52, 11. Ústí nad Labem 1:34,17, 12. Ostrava 1:34,21, 13. Olomouc 1:34,28, 14. Praha MV 1:36,13, 15. Košice 1:36,16, 16. Plzeň 1:36,21, 17. voj. dorost 1:36,37, 18.

Karlovy Vary 1:36,43, 19. Gottwaldov 1:39,45, 20. Nitra 1:41,06, 21. Bratislava 1:50,07.

## ŠTAFETA STARŠÍCH DOROSTENEK

1. Liberec: Králová 15,25, Nováková 14,41, Benešová 13,43 — 43,45 min.
2. Jihlava: Kučerová 15,55, Stehlíková 15,20, Stejskalová 14,54 — 46,09.
3. Hradec Králové: Mečířová 16,36, Olbrichtová 17,10, Jindřová 15,06 — 48,52.
4. Gottwaldov: Zemlíková 17,16, Matoušková 16,37, Orlová 15,54 — 49,47.
5. Brno: Finsterlová 16,11, Kotková 17,57, Kuhlínková 15,43 — 49,51.
6. Pardubice: Stehnová 16,12, Kusá 17,23, Sedomková 17,02 — 50,37.
7. MV Praha 51,25, 8. Plzeň 53,05, 9. Olomouc 53,42, 10. Ostrava 53,47, 11. Karl. Vary 55,44, 12. Žilina 55,50.

## Zprávy z ciziny

### Olympijská zkouška v Cortině d'Ampezzo

Tak jako v roce 1947 ve Sv. Mořici a 1951 v Oslo, byla i v Cortině d'Ampezzo uskutečněna letos zkouška na olympijské hry 1956, ve které si nejen závodníci vyzkoušeli své možnosti, ale i organizátoři svou pohotovost.

V těchto závodech, které byly jedněmi z největších, se sešla velmi silná konkurence. V běhu na 15 km triumfovali finští závodníci, kteří mezi 58 startujícími obsadili m. j. první dvě místa. Závod vyhrál Viitanen v čase 49:48 min. před Hakulinem 50:01 min. Další pořadí: 3. Jernberg (Švédsko) 50:33 min., 4. Larsson (Švédsko) 50:35 min., 5. Baranov (SSSR) 50:36 min., 6. Terentěv (SSSR) 50:38 min., 7. Salo (Finsko) 50:43 min., 8. Räsänen (Finsko) 50:58 min., 9. Miirapentti (Finsko) 50:59 min., 10. Kolehmainen (Finsko) 51:09 min., 11. Kuzin (SSSR) 51:11 min., 12. Toniemi (Finsko) 51:12 min. Nejlepší Nor Likkja obsadil 20. místo časem 52:15 min. a nejlepší střeoevropan de Florian (Itálie) 22. časem 52:22 min.

Zajímavý byl běh na 30 km, v němž doběhli ve stejném čase na prvé místo Kuzin (SSSR) a Jernberg (Švédsko) 1:40:20 hod. Další pořadí: Terentěv (SSSR) 1:40:55 hod., 4. Viitanen (Finsko) 1:40:59 min., 5. Kolehmainen (Finsko) 1:41:21 hod., 6. Myyra (Finsko) 1:41:45 hod., 7. Kolčín (SSSR) 1:41:46 hod., 8. Larsson (Švédsko) 1:41:57 hod., 9. Räsänen (Finsko) 1:42:35 hod., 10. Baranov (SSSR) 1:43:05 hod. De Florian byl 15. časem 1:44:04 hod.

V běhu žen na 10 km vyhrála Kizyrevová (SSSR) v čase 36:56 min. před Finkou Hie-

tamisovou 37:05 min., Edströmovou (Švédsko) 37:28 min. a Kolčinovou (SSSR) 37:31 min.

V závodě ve skoku na novém můstku, jehož kritický bod je 80 m, vyhrál Hyvärinen (Finsko) 221 b. (74 a 76 m). Další pořadí: 2. Bolkart (záp. Německo) 220 b. (75 a 77 m), 3. Heiligbrunner (záp. Německo) 214 b. (74 a 76,5 m).

Sjezd na trati dlouhé 3460 m s výškovým rozdílem 900 m vyhrál Seiler (Rakousko) v čase 2:46:2 min. Další: 2. Obereigner (Rakousko) 2:46:6 min., 3. Duvillard (Francie) 2:47:7 min., 4. Schneider (Rakousko) 2:48:7 min., 5. Molterer (Rakousko) 2:50:9 min. a 6. Schuster (Rakousko) 2:51:9 min.

\*

Četné závody v klasických disciplínách v severských zemích přinášejí zajímavé výsledky. V běhu na 15 a 30 km v Iappenranta vyhrál V. Räsänen časy 55:09 a 1:45:57 hod. Závod žen na 10 km vyhrála Kiero v čase 40:37 min. před Hietamis 41:18 min. Závod sdružený: Suhonen (22 let) 446,2 b.

V Keuruu — běh na 33 km skončil vítězstvím Hakulinena v čase 1:59:44 hod. a skok v Lahti vyhrál E. Kirjonen 226,5 b. — skoky 71 a 69,5 m.

Novou lyžařskou nadějí Finska je 22letý Mikko Salmela, který vyhrál v Kyrö běh na 15 km v čase 53:36 min. před P. Hutulou 53:37 min. a sdruženářem V. Hakulinem 54:22 min. 4. byl H. Kiuru 54:57 min.

V Kuopio zvítězil v závodě ve skoku Nor Björnstad 216 b. (87,5 a 81 m). 2. byl V. Silvenoinen (Finsko) 212,8 b. (86 a 84 m). Sdružený závod vyhrál Vanik (Norsko) 459 b., 2. byl Salvenoinen (Finsko) 455,65 b.

**Italsmi:** 15 km: 1. Veikko Räsänen 51:27 min. — Karinainen: 15 km: Salmela 53:36 min. a 57:06 min., 30 km: Hakulinen 1:56:32 hod., sdružený závod: 1. Kiuru 436,9 b. — Myllykoski: 15 a 30 km: A. Viitanen 53:06 min. a 1:43:49 hod., sdružený závod: A. Sipponen 452,4 b. — Lappeenranta: 15 km: Karkia 57:38 min., 30 km: Lautila 1:43:08 hod., sdružený závod: Korhonen 447,5 b. — Mikkeli: 15 km: Härmäläinen: 54:25 min., 30 km: Kolehmainen 1:51:26 hod. — Sofkamo: 15 km: Siivonen 53:58 min. — Kruunukylä: 20 km: Mäkelä 1:22:02 hod. — Joutsa: 15 a 30 km: Lahti 59:17 min. a 1:56:21 hod.

★

Severští skokani startovali v několika závodech ve Švýcarsku. V závodech na olympijském můstku ve Sv. Mořici vyhrál Laaksonen (Finsko) s 223 b. (70 a 73 m). Druhý byl Bergman (Norsko) 214,5 b. (68 a 70 m), 3. Heinonen (Finsko) 214 b. (66,5 a 72 m). Skok Laaksonena 73 m je novým rekordem můstku. Dosud skočil nejvíce na tomto můstku v r. 1932 Sigmund Raud (Norsko) 72 m.

V Arose vyhrál Bergman (Norsko) 215,5 b., skoky 65 a 68,5 m, před Petterssonem (Švédsko) 213,5 b. (67 a 67,5 m), 3. byl Hyvärinen (Finsko) 212,5 b. (68 a 64,5 m).

V Le Locle byl 1. Bergman (Norsko) 224,9 b. (57,5 a 66 m), 2. Heinonen (Finsko) 218,5 b. (55,5 a 66 m).

★

Na italských mistrovstvích vyhrál sjezd na olympijské trati 1956 v Cortině d'Ampezzo, která je dlouhá 3461 m a má výškový rozdíl 902 m, Zeno Colo časem 2:53,3 min. Sjezd žen vyhrála G. Chenal-Minuzzo za 2:04,2 min. V obřím slalomu byl v závodě mužů 1. Alberti 3:04,4 min. před Zeno Colo 3:07,7 min. Závod žen vyhrála opět Minuzzo 2:24,9 min. V běhu na 15 km byl nejrychlejší de Florian 51:56 min.

Mistrem západního Německa ve sdruženém závodě a držitelem „Zlaté lyže“ se stal Böck 441,2 b., 15 km vyhrál Möchel 57,22 min., skok Brutscher 219 b. (89 a 81 m) a běh žen na 10 km: Ammannová 1:04:02 hod.

★

Za pěkných sněhových podmínek konaly se ve Stowe v USA závody ve slalomu a ve sjezdu o cenu „Victory Constant“. Sjezd vyhrál Rakušan M. Strolz v čase 2:23:2 min. před Japoncem Igayou 2:27:4 min. Japonce vyhrál slalom za 1:34:2 min. před Strolzem 1:35 min. Strolz vyhrál sdružený závod.

★

20. kongres mezinárodní lyžařské federace (FIS) se koná od 30. května do 4. června v Montreaux.

★

Generální sekretář švýcarského olympijského výboru Jean Weymann při svém krátkém pobytu v Cortině d'Ampezzo navrhl organizátorům zimních olympijských her v Cortině, aby byl omezen počet účastníků z jednoho státu z 57 na 39. Tohoto čísla by bylo dosaženo tak, že by v alpských disciplínách mužů startovalo místo 12 8 lyžařů, v soutěžích žen místo 12 6 lyžařek. V severských disciplínách v soutěžích mužů místo 26 by bylo 20 a v soutěžích žen místo sedmi jen pět.

★

Dr Otto Lorenz, prezident amatérské komise mezinárodní lyžařské federace (FIS), řekl v souvislosti s diskvalifikováním italského mistra světa Zeno Colo, že v posledních letech velmi často jsou sportovní výrobky označovány jmény nejlepších lyžařů světa z reklamních důvodů. Na př. rakouský lyžař Christian Pravda byl často na výrobcích jedné francouzské továrny, od které m. j. ještě nyní bere měsíčně za toto odměnu. Proto se amatérská komise FIS usnesla v duchu řádů tyto lyžaře prohlásit za profesionály.

Dalšími závodníky, kteří nebudou dále v amatérských soutěžích startovat, jsou m. j. mistr světa Nor Stein Eriksen a francouzská mistryně světa Lucienne Schmidt-Conttet.

**V** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.



# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 4

PNS 208

DUBEN 1955



*Odvaha + technika + rychlost = vítězství*

# PŘIPRAVUJEME SE NA DZBZ

VÁCLAV ČERVENKA, člen učebně metod. komise LS SVTVS

Není tomu tak dlouho, co jsme ukončili Sokolovský závod branné zdatnosti velmi zdařilým finalem ve Špindlerově Mlýně. A protože lyžař je zvyklý včas se připravovat a včas plánovat svoji činnost, musíme již nyní začít s přípravou na druhý významný branný závod, kterým je Dukelský závod branné zdatnosti.

DZBZ, jehož prvá kola, přebory jednot, se konají do 15. června, spadá do přechodného období lyžařova celoročního plánu — činnosti. Svou náplní a charakterem je velmi hodnotnou a vhodnou náplní tohoto období. Obsahuje mnoho disciplín, které nás udržují v dobré tělesné kondici. Vytrvalý běh, branné disciplíny, střelba a hod granátem, které jsou pro nás zároveň dobrou přípravou na SZBZ, a jako doplněk všestranného výcviku — plavání. Rovněž nácvik překážkové dráhy zvyšuje všestrannou přípravu a pro nováčky je nutnou disciplínou pro splnění podmínek odznaku PPOV.

Nejdůležitější pro lyžařské oddíly je I. kolo — přebor jednoty. Zde se utkají členové jednoty ze všech oddílů a je na lyžařském oddílu, aby se podílel co největší účastí svých členů na tomto přeboru. Uvádíme příklad plánu přípravu na DZBZ v dubnu a květnu.

## D u b e n :

1. **Přespolní běh:** cvičíme venku v přírodě, dvakrát v týdnu. Běháme určité úseky vždy v takovém počtu, aby jejich součet dal délku tratě v závodě. Na příklad: délka tratě závodu 1000 m: trening —  $5 \times 200$  m s odpočinkovými intervaly 200 m chůze. Délka tratě 3000 m:  $300$  m  $10 \times$ . Postupně zvyšujeme rychlost běhu nebo prodlužujeme úseky. Občas proběhnout vcelku celou délku tratě.

2. **Hod granátem a střelba:** cvičíme dvakrát týdně vždy po námaze, po běhu (můžeme zařadit do treningu běhu).

3. **Překážková dráha:** nácvik techniky překonávání jednotlivých překážek odděleně.

4. **Plavání:** cvičíme dvakrát týdně v krytém bazénu.  $100-200$  m volně na rozplavání,  $4 \times 25$  m na rychlost, vydýchat ve vodě, intervaly 2—5 min.,  $2 \times 50$  m volně na styl, 5 startů, 5 obrátek. Zvyšovat až na:  $6 \times 25$  m na rychlost,  $2 \times 50$  m na styl, 2krát 25 m jen nohy.

5. Naučit se správně nasazovat plynovou masku.

## K v ě t e n :

1. **Přespolní běh:** cvičíme  $2-3 \times$  týdně, zvyšujeme počet úseků až na  $7 \times 200$  m nebo  $15 \times 300$  m. Několikrát si proběhneme celou trať. Vždy dbáme na to, aby trening byl prováděn za stejných podmínek, jako budou v závodě, po případě si zvykat ještě na těžší.

2. **Granát a střelba:** jako v dubnu.

3. **Překážková dráha:** spojit překonávání dvou i více překážek za sebou, později proběhnout celou dráhu souvisle a na čas.

4. **Plavání:** jako v dubnu. Přidat proplavání 50 m na čas. V každé hodině cvičit správný záběr a dýchání.

Koncem měsíce si proběhnout celou trať závodu se všemi disciplínami na čas.

Přeboru jednoty v DZBZ se lyžařský oddíl účastní nejen svými členy-závodníky, ale všichni rozhodčí pomohou svými zkušenostmi při vytyčování a značení tratí, při měření časů a cvičitelé pomohou jako kontroly a rozhodčí při jednotlivých branných disciplínách.

Rovněž v okresním a krajském přeboru DZBZ, do kterého se jistě dostanou i mnozí členové lyžařských oddílů a která organizují OV a KV Svazarmu, jistě s radostí uvítají pomoc komisí rozhodčích lyžařských sekcí OVTVS a KVTVS. Také cvičitelé a trenéři musí pečovat o své cvičence a vést je hlavně tehdy, jestliže postoupí do vyšších kol DZBZ. Správně jim plánovat a kontrolovat přípravu a vést je i v samotném závodě.

Podrobnější směrnice pro DZBZ a jeho hodnocení neuvádíme, protože vyšší směrnice pro DZBZ 1955, kde jsou všechny podrobnosti přesně uvedeny a které se stanou pro naše cvičitele a trenéry cennou pomůckou. Lyže jsme už uložili, a proto s chutí do příprav na Dukelský závod branné zdatnosti, abychom stejné jako v Sokolovském závodě branné zdatnosti dokázali svoji fyzickou a hlavně brannou připravenost a zapojili se tak aktivně do příprav na I. celostátní spartakiádu, jejíž součástí je i letošní ročník DZBZ.

# ZÁVODNÍCI V PŘECHODNÉM OBDOBÍ

Na začátku přechodného období je třeba si znovu připomenout, že i toto období je pro lyžaře-závodníky velmi důležité a má nemalý vliv na jejich výkonnost v příštím závodním období. Mnozí závodníci chápali treningovou náplň přechodného období špatně. Považovali je za dobu aktivního odpočinku, a proto v dubnu a květnu zařazovali pouze různé hry (nezávodně) podle zásady — svalům práci a nervům odpočinek. Treningová práce byla u mnohých nepravidelná, bez plánu a zaměření. Víme, že treningová náplň přechodného období je složitější, a proto si ji připomínáme:

1. Nutno využívat co nejdéle jarního sněhu pro zlepšení techniky — platí to pro všechny disciplíny.
2. Postupně snižovat treningové zatížení organismu. To tedy znamená, že je nutno i v tomto období pravidelně trenovat — z počátku 3× a později 2× týdně.
3. Posléze přijít ke krátkému aktivnímu odpočinku před přípravným obdobím (maximálně 14 dní). Toto období je možno úplně vynechat.
4. Každý sportovec musí po celý rok provádět individuální ranní cvičení, do nichž zařazuje všeobecně rozvíjející gymnastiku, speciální napodobovací cviky i běh. V případě, že někdo potřebuje podstatně posílit některé svalové partie, zařazují i posilující cviky. Délka každodenních cvičení se různí podle výkonnosti sportovce a nemá být kratší než 15 minut a ne delší než 30 minut. Ve dnech treningu je kratší a ostatní dny delší.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK, státní trenér

## Poznámky k mezinárodním závodům v Harrachově

Uběhlo již několik dnů od zakončení II. mezinárodních závodů, pořádaných v Harrachově ve dnech 8. až 13. března 1955. Tímto článkem je sledován ten účel, abychom si znovu osvěžili a obnovili vzpomínky na krásné boje závodníků v klasičských disciplínách pěti zúčastněných národů Finska, NDR, Norska, Rumunska a ČSR. O kvalitě zahraničních závodníků předcházely skutečně objektivní zprávy, z nichž se dalo předpokládat, že budou ve všech disciplínách svedeny tuhé boje, z nichž vítězně vyjdou jen ti nejlepší z nejlepších.

V těchto poznámkách se zaměřuji pouze na hodnocení klasičského závodu sdruženého, protože hodnotit ostatní disciplíny přísluší kompetenci trenérů jednotlivých družstev.

V pátek 11. března 1955 byla zahájena skokem I. část závodu sdruženého za účasti pěti zahraničních sdružení:

Arne Barghaugena, Gudmunda Riana a Larse H. Lia, všichni Norsko, Merrilläinena z Finska a Gerharta Glasse z NDR.

Nejlepších výsledků ve světovém měřítku dosahuje norský závodník Barghaugen, který v tomto roce se zúčastnil mnoha mezinárodních závodů, z nichž nejceněnější v letošním roce bylo 4. místo na Hollmenkolen a v minulém roce 6. místo na mistrovství světa ve Fallunu.

Již první kolo závodu nasvědčovalo, že budou svedeny tuhé boje mezi výše jme-

novanými Nory, německým závodníkem Glassem a našimi sdruženími Nüsserem, Melichem, Láhrem, Horníkem, Janouškem a Kubícoú, kteří tvořili družstvo ČSR.

Přeborník republiky Josef Nüsser byl Norům ve skoku rovnocenným soupeřem jak po stránce stylové, tak i délkou skoků, které byly všechny za hranici kritického bodu můstku, který je 68 m. Mistr sportu Vlastimil Melich skákal již opět v dobré formě, a nebyť jeho pádu v druhém kole, pak i jeho umístění mohlo být podstatně lepší. Přesto jsme byli s jeho výkonem spokojeni.

Celý průběh závodu obnažil i naše nedostatky, jež nyní musíme systematicky odstraňovat, abychom měli ty nejlepší předpoklady v roce 1956 k úspěšné reprezentaci na olympiádě v Cortině d'Ampezzo. Sbor rozhodčích po spravedlivém

ocenění sestavil následující pořadí ve skoku do závodu sdruženého:

1. Arne Barghaugen, Norsko (70, 71 m) 226,5 bodu,
2. Gudmund Rian, Norsko (73,5, 75 m) 220 bodů,
3. Gerhard Glass, NDR (74, 74 m) 214,5 bodu,
4. Josef Nüsser, ČSR (71,5, 72 m) 213 bodů,
5. Jan Kubica, ČSR (67, 66,5 m) 203 body,
6. Zbyněk Horník, ČSR (63, 71 m) 202,5 bodu,
7. Vlast. Melich, ČSR (64, 71 m) 200 bodů,
8. H. Lia Lars, Norsko (65, 69 m) 199,5 bodu,
9. Milan Janoušek, ČSR (63,5, 65 m) 198,5 bodu,
10. Juko Merilläinen, Finsko (64, 65 m) 190,5 bodu,
11. Vítězslav Láhr, ČSR (64,5, 62 m) 188,5 bodu.

Startovalo 21 závodníků, z nichž všichni závod dokončili přes to, že počasí bylo značně nepříznivé pro nárazový vítr, který ztěžoval skokanům provádění čistých stylových skoků.

Vracím se ještě k hodnocení ostatních našich závodníků-sdruženářů, kteří úspěšně zasáhli do bojů a prokázali tak znovu, že v budoucnosti utvoří vyrovnaný silný kolektiv, který bude úspěšně reprezentovat naši vlast v zahraničí.

Je to zvláště mladý příslušník ÚDA Zbyněk Horník, který byl pro mnohé překvapením již na přeborech armády ve skoku prostém, kde se umístil na čestném 5. místě. Po odstranění několika chyb za letu a při doskoku může být skokansky dobře vyzbrojen.

Svůj standardní výkon podali Kubica, Janoušek a Láhr v poměru k začátku závodního období. Z této trojice ukázal bojovnost Kubica, kdežto ostatní nejsou dosud ještě v takovém předklonu, aby nosná složka vzlaková na tělo byla v poměru k odporu nejnvhodnější. Klidná fáze rukou za letu není pro ně ještě vhodná, dokud tělem nebudou dostatečně v předklonu, aby vhodně volenou polohou paží zvěšovali nosnou plochu a klidem zmenšovali odpor prostředí. Odstranění těchto nedostatků se projeví kladně při stylovém hodnocení i na délce skoků.

Ing. L. Šablatura startoval po zranění, takže se od něho neočekávalo výraznějšího zaslánutí do bojů.

Těsně před závodem došlo ke zranění našeho mladého sdruženáře Vl. Lukše, který mohl rovněž s úspěchem obstát, jak tomu nasvědčovaly předcházející jeho výkony v treningu i v kontrolních závodech. Členové družstva mladých M. Ma-

rek i Zemánek bojovali houževnatě v obou částech závodu, zvláště v běhu na 15 km a jejich umístění na 12. a 13. místě je uspokojivé. Je třeba, aby ještě zlepšovali skokanskou přípravu během přípravného období a v hlavním období pak zlepšili bojovnost, což se alespoň projeví na délkách skoků.

Druhá část závodu sdruženého pokračovala během na 15 km společně se specialisty druhý den v sobotu 12. III. o 10. hod. dopolední. Přihlášeno bylo 80 závodníků, z nichž dokončilo 75.

Ze zahraničních účastníků vzdali Gudmund Rian, Norsko, pro špatně volené mazání, a finský závodník Koistinen Elias, který na 5 km zlomil lyži. Naši sdruženáři si dali bojový úkol zaútočit na druhé místo, což se také skutečně podařilo letošního přeborníku republiky v závodě sdruženém Josefu Nüsserovi, který zůstal o 15 bodů za jedním z nejlepších norských sdruženářů Barhaugem.

Umístění prvních deseti:

1. Arne Barghaugen (Norsko) 461,7 bodu,
2. Josef Nüsser (ČSR) 446,7 bodů,
3. Vlast. Melich (ČSR) 440 bodů,
4. H. Lia Lars (Norsko) 437,2 bodu,
5. Jan Kubica (ČSR) 431,3 bodu,
6. Jukka Merilläinen (Finsko) 426,2 bodu,
7. Vítězslav Láhr (ČSR) 425,6 bodu,
8. Zbyněk Horník (ČSR) 424,3 bodu,
9. Gerhard Glass (NDR) 415,5 bodu,
10. Milan Janoušek (ČSR) 414,3 bodu.

Ve výsledcích již není uveden norský sdruženář G. Rian, který vzdal závod na 15 km a na něhož byli naši závodníci zaměřeni. Závod tím sice neutrpěl na hodnotě, přesto však bychom znali objektivnější měřítko pro porovnání úrovně našich sdruženářů s norskými, na což jsme byli nejvíce zvědaví.

Závěrem mohu s uspokojením konstatovat, že naši přední sdruženáři nezklamali ani na mezinárodních závodech v Harrahově a závod od závodu přesvědčivě dosahují té vysoké úrovně, kterou se proslavila v dřívějších letech naše starší generace, která reprezentovala ČSR v dobách předválečných na všech zahraničních kolbištích.

V poválečných letech byla sdruženářská disciplína na úpadku a stagnovala po několikalet, než přišli mladí nadějní chlapci, jimž byla věnována všestranná péče SVTVS a ÚDA, která má rovněž nemalý podíl na nynější úrovni sdruženářů. V příštím závodním období lze očekávat ještě výraznější zlepšení, budou-li mít závodníci možnost častějších styků s norskými nebo sovětskými sdruženáři, kteří budou v příštím období nebezpečnými soupeři i na olympijských hrách v Itálii.

Závěr tohoto článku by měl být závěrem i letošního závodního období, ve kterém nám sněhové podmínky vyhovovaly a vyhovují i v posledních dnech měsíce března, takže lyžaři mohou svoji kondici udržet a zlepšovat v treningu i na závodcích pořádaných jednotami všech DSO na nejrůznějších místech naší republiky. Takové podmínky jsou skutečně ideální pro závodní lyžařinu; zkrátit co nejvíce přechodné období a prodloužovat co nej-

déle treningy na sněhu, které mohou být již zaměřeny na nácvik lyžařské všestrannosti.

Přeji proto všem sdruženářům, aby ještě dlouho užívali pěkného sněhu pro vylepšování technických nedostatků, jež musí být bezpodmínečně odstraněny, abychom se dostali o další krok vpřed za dosažení těch nejvyšších cílů, t. j. dosažení světových prvenství.

Ing. MIROSLAV KUMPOŠT

## Na největším můstku světa v Oberstdorfu

V západoněmeckém městě Oberstdorfu se konaly po třileté přestávce opět závody na největším můstku na světě za účasti i našich skokanů. Správněji řečeno, byly závody ve skoku na lyžích na tomto můstku po prvé, neboť před tím v roce 1950, 1951 a 1952 byly pořádány lety vzduchem.

I když se dosud oficiálně používá pro všechny skoky na mamutích můstcích (i s kritickým bodem přes 80 m) názvu „lety vzduchem“, není už v nynějším „létání“ na lyžích žádný rozdíl od obyčejných skoků. Až do loňského roku se skutečně létalo, to znamená, že se skákalo převážně rychlostí, bez použití normálního odrazu. Každý skokan mohl startovat s libovolným nájezdem a provádět skoků kolik chtěl. Obvykle se začínalo z nižšího nájezdu a po zalétání se používal stále plný nájezd. Jak jsem se již zmínil, na důležitost odrazu se mnoho nevěřilo. Tvrdilo se, že v tak velké rychlosti 100 až 110 km/hod. není možné se správně odrazit a proto skokani se pouze snažili co nejvýhodnějším položením a držením těla a lyží ve vzduchu dosáhnout co největší vzdálenosti. Dosáhli také výkonů skutečně pozoruhodných, na samou hranici možnosti. Tak v roce 1948 na můstku v Planici (P=100) doletěl Švýcar Tschannen 120 m, to jest do míst, kde právě začíná přechodový oblouk. Tehdy to byl světový rekord. Vzápětí nato postavili však Němci v Bavorsku v Allgäuských Alpách ještě větší mamutí můstek s kritickým bodem 120 m, na němž bylo dosaženo těchto nejlepších výkonů: V roce 1950 — Gantschnigg, Rakousko, 124 m, Weiler, záp. Německo, 127 m, Daescher, Švýcarsko, 130 m, Weiler, záp. Německo 133 m a Netzell, Švédsko, 135 m. V roce 1951 Fin Tauno vytvořil zde nový světový rekord, když doletěl až do těsné blízkosti přechodu — 139 m! Oblouk R<sub>2</sub> začíná od 140 m. Na tomto můstku už jistě rekord nebude překonán.

Mezinárodní lyžařská federace (FIS) sledovala s obavami toto životu nebezpečné počínání a na kongresu v roce 1953

v Innsbrucku schválila určitá omezení. Předně stanovila, že na celém světě se smí pořádat pouze jednou ročně lety vzduchem, na nichž se skáče nejvýš po 3 dny. Na tento podnik FIS nominuje 3 technické experty, kteří odpovídají za dodržování všech bezpečnostních opatření. Dále bylo doporučeno hodnocení letů bodovými rozhodčími, které také bylo po prvé použito v roce 1954 v Planici. Je určován též nájezd, a to podle dosažené délky skoku. V případě, že je dosaženo kritického bodu můstku, nesmí být nájezd zvýšen a v případě, že se skočí dálka kritického bodu plus 8 procent, musí se nájezd v příštím kole snížit. Dále jsou předepsány přesné aparáty pro měření nájezdové rychlosti a síly větru. Tato všechna opatření sledují bezpečnost závodníků a jsou jistě správná. Další stavby mamutích můstků může povolit pouze předsednictvo FIS. Větší můstky než P = 120 m nesmějí být stavěny. A tak se lety vzduchem v poslední době změnilo na skoky na mamutích můstcích se všemi pravidly skoku na lyžích.

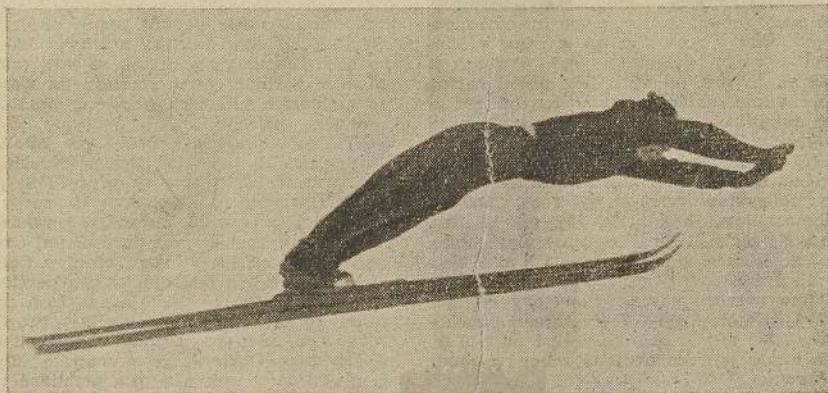
Nyní je odraz i zde, právě tak jako na všech menších můstcích tím nejdůležitějším prvkem. Jak jsme se přesvědčili letos v Oberstdorfu, dovedou ti nejlepší skokani i při velké nájezdové rychlosti 104—105 km/hod. setrvat do poslední chvíle až asi 3 m před hranu stolu v úplně nízkém postoji s těžištěm ovšem patřičně vpředu a z tohoto postoje na třech metrech, to znamená v 1/10 vteřiny, provést odraz tím, že napnou nohy v kolenou do směru berce, který je v ostrém úhlu k přední části lyží, a trup z přibližně vodorovné polohy zvednou nejvýše do úhlu 30 stupňů ke křivce letu. Při poloze vrchní části těla i lyží až do 30 stupňů ke křiv-



M. Bělonožník při letu 107 m

ce letu jsou ještě příznivé podmínky pro pohyb skokana ve vzduchu (nejpříznivější jsou v rozmezí 15–25 stupňů). Je-li tělo nebo lyže ve větším úhlu než 30 stupňů, začíná značné brzdění, nedostavuje se vztlak, a proto i délka skoku se krátí.

Velmi důležité je též dokončení odrazu. Skokan má být napřímen v okamžiku, kdy nohy jsou špičkami na hraně. Předčasný odraz podstatně zkracuje délku skoku. I o málo předčasný odraz, kdy ještě není důsledek v tom,



Max Bolkart, záp. Německo, v celkovém pořadí při letu 126 m

že lyže jsou v první fázi letu špičkami příliš dolů, na př. o 1 m dříve, t. j. v okamžiku, kdy asi 30 cm přední části lyže je za hranou, a na tuto část již působí vzdušný proud, má za následek zkrácení skoku asi o 2–15 m podle velikosti můstku. Na mamutím můstku v Oberstdorfu, kde byla nájezdová rychlost 29 m za vteřinu, t. j. asi 104 km/hod., měl předčasný nebo pomalu provedený odraz podstatný vliv na délku skoku. Tak na příklad při jednom kole, kdy se skákalo ze zkráceného nájezdu, jsem měl nejrychlejší nájezd 28,8 m/vt. a skočil jsem pouze 96 m, zatím co vítěz závodů Fin Silvenoinen při nájezdové rychlosti 28,6 m/vt. dosáhl v témže kole délky 120 m, t. j. o 24 m více. I když částečně získal výhodnějším položením těla a lyží ve vzduchu, přece jen hlavní chyba byla v nepatrně předčasném odrazu. Dokazují to i velmi značné délkové rozdíly jednotlivých skoků téhož skokana při stejném držení těla a lyží ve vzduchu.

I letos v Oberstdorfu byly všechny skoky hodnoceny stylovými rozhodčími. Plněho nájezdu bylo použito pouze při prvním zkušebním kole a pak byl nájezd zkracován, takže poslední den se startovalo o 12 m níže a přesto bylo dosaženo skoků 127 m, t. j. 7 m za kritický bod. Vzhledem k tomu, že jsme byli na tomto můstku po první a na mamutím můstku nikdo z našich skokanů od roku 1948 neskákal, můžeme být s výsledky tam dosaženými opravdu spokojeni.

Hlavní úspěch je třeba spatřovat v tom, že se nám podařilo všem překonat stometrovou hranici, o což se naši skokani již několikrát pokoušeli na mamutím

můstku v Plánici. Po první byli naši skokani v Jugoslávii na Planici v r. 1935, a to A. Bartoš, J. Steimmüller, J. Kadavý, F. Šimůnek a R. Vrána. V r. 1936 tam skákali: Buďárek, Lukeš a Vrána. Nejlepšího výkonu tehdy dosáhl Buďárek, když skočil 90 m, čímž vytvořil tehdejší československý rekord. Buďárek skočil tehdy i 96 m, ale s pádem. Další kdo chtěl zaútočit na 100 m, byli v roce 1948 skokani: A. Lenemayer, J. Lukeš, Zd. Remsa a M. Bělonožník. Buďárkův rekord byl několikrát překonán, ale délky 100 m dosaženo nebylo. Každý z našich skokanů mohl provést pouze dva skoky, neboť do Planice přijeli opožděně. Nejlepšího výkonu dosáhl Lenemayer a skokem 94 m se stal držitelem našeho rekordu. Tento rekord, jakož i stometrová hranice zůstaly nepřekonané až do prvního letošního skoku na můstku v Oberstdorfu. Dne 25. února hned prvním skokem se mi podařilo vytvořit nový rekord 102 m. Druhý den byl náš rekord opět několikrát překonán, když v druhém kole jsem jej posunul na 107 m a za chvíli nato Hubert Rieger krásným skokem zvýšil na 111 m, což je náš nový československý rekord ve skoku na lyžích. Zdeněk Remsa v témže kole skočil rovněž velmi pěkně 105 metrů.

Tyto výkony jasně dokazují, že naši skokani dovedou bezpečně skákat i na největším můstku na světě. Cenné poznatky, které se při skociích na tak velkých můstcích získávají, budou jistě pohnutkou k tomu, aby se naši skokani pravidelně zúčastňovali těchto závodů. Zvláště důležité je však takto získané poznatky uplatnit i na menších, ale velmi dobrých našich můstcích.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK

## Nová lyžařská sportovní škola dorostu

V Perníku u Karlových Var byla otevřena nová lyžařská sportovní škola dorostu, aby dala tomuto tradičnímu lyžařskému kraji s překrásnými terény a bohatým reservoárem mládeže učňovských škol základ k výchově zdatných lyžařů a závodníků. Velké byly nejen potíže s výběrem čtyřiceti žáků, t. j. povolené kapacity z mnohanásobného počtu sportuchtivých zájemců.

Na krajských přeborech (III. kolo SHM) projevila se již péče o příslušníky školy, kteří získali téměř všechny přebornické tituly. Běh starších dorostenců na 10 km vyhrál J. Vinš, 5 km mladšího do-

rostu H. Zenker, 5 km starších dorostenek A. Heldová a 3 km mladších dorostenek J. Hoffmannová. Podobně sjezdáři Heinrich, Štěrík, Preussler a Švrčina obsadili první čtyři místa. Také skokani nezahambili školu a byli rovněž nejlepší.

Věříme, že budou všichni i v létě pilní, přejeme jim, řediteli školy soudr. G. Koubkovi a šesti instruktorům hodně zdaru v jejich práci a těšíme se, že již na příštích celostátních přeborech dorostu v roce 1956 objeví se jejich první úspěšní zástupci.

B. TVRZNÍK

# ŠESTNÁCT VÍTĚZSTVÍ DOROSTU V OBERHOFU

Naši nejlepší dorostenci a dorostenky školského úseku se zúčastnili v únoru mistrovství německé mládeže v Oberhofu, kterých se mimo československých reprezentantů zúčastnili též pionýři z Polska a zástupci západního Německa. Sportovní i politický úspěch tohoto zájezdu byl veliký. Němečtí soudruzi byli nám všem skutečnými přáteli a vzornými hostiteli. Naše mládež navázala zde velmi přátelské styky s příslušníky FDJ (Freie deutsche Jugend), tak že se neradi loučili a slibovali, že přátelské styky tím nekončí a že se těší na nová setkání. Naši mladí lyžaři, Eva Benešová, Jana Stejskalová, Dáša Cermanová, Lída Lukešová, Zbyněk Mohr, Kamil Hanuš, Žák, Luděk, Pojezdný, Kuthell a Rázl, svým vystupováním a především krásnými sportovními výkony se stali vzory mladým německým pionýrům a svazákům. Vždyť zvítězili celkem v 16 soutěžích. Svoje zkušenosti rádi sdělovali německým a polským soudruhům a společný training byl radostnou skutečností tohoto zájezdu.

Pro grovnání výkonnosti našich a německých dorostenců uvádím vždy nejlepší výkon závodníků.

**5 km běh ml. dorost:** Kuthell 21:35 min., Pilz, NDR, 24:04, dívky st.: Benešová 21:31, Vogel, NDR, 27:18.

**6 km st. dorost:** 1. Žák 27:33, 2. Jung, NDR, 29,15.

**Klasická kombinace starší dorost:** 1. Rázl, ČSR, 438,7 b., Sandner, NDR, 428, ml. dorost: 1. Kuthell, ČSR, 439,7 Gibser, NDR, 423,8.

**Skok prostý:** 1. Fuchs, NDR, 200,8, 2. Rázl, ČSR, 199,9.

**Sjezdové disciplíny: slalom dorost st.:** 1. Mohr, ČSR, 76,8 vt., Grömbel, NDR, 89,6 vt., dívky: 1. Lukešová 88,4 vt., Franke, NDR, 116,6 vt., dorost mladší: 1. Lützendorf 82,3, 3. Hanuš 86,0, dívky: 1. Cermanová 84,7, 2. Adler, NDR, 100,8, **Sjezd — dorost st.:** 1. Mohr, ČSR, 60,6, 2. Gothe, NDR, 63,3, dívky: 1. Lukešová 67,2, 2. Siegel 73,5, dorost mladší: 1. Gibser, NDR, 64,5, 2. Hanuš 65,4, dívky: 1. Cermanová 66,3, 2. Sühwold 73,5.

Vítězi alpských kombinací se stali všichni naši závodníci.

ZDENĚK PELC, trenér sjezdařů



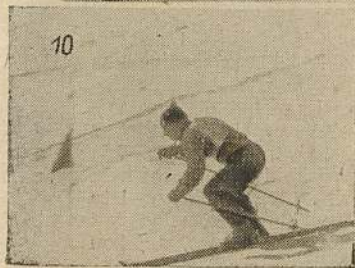
Družstvo sjezdařů — od levá Hanuš, Mohr, Cermanová a Lukešová

## K NOVÉ SLALOMOVÉ TECHNICE

Na letošní První celostátní spartakiádě (zimní částí) jsme si mohli rozdělit závodníky ve slalomu a obřím slalomu zhruba do dvou skupin. Do první skupiny patří závodníci, kteří po mistrovství světa ve Švédsku si alespoň částečně osvojili novou slalomovou techniku a vyhrávají dnes s převahou všechny závody. Charakter jízdy první

skupiny je patrný na první pohled, neboť se projevuje v odlišném provedení slalomového oblouku. Celá jízda těmito oblouky budí dojem lehkosti. Je to způsobeno tím, že závodník nezůstává ve ztrnulém podřepu, nýbrž provádí téměř celý oblouk v uvolněném nadlehčeném postoji. Teprve v poslední fázi ze sníženého těžiště se odrazí





z hran lyží a ruší síly, které ho odstředivě vytlačují. Na přiloženém kinogramu si můžeme ověřit slalomovou jízdu jednoho z našich nejlepších slalomářů, člena státního družstva sjezdářů Evžena Čermáka. Tento kinogram není instruktivně tak dokonale, abychom jej mohli použít k popisu celého oblouku, protože v tomto druhu bran závodník celý oblouk nevyjíždí. Přesto však upozorňujeme na hlavní znaky. Na 1.—3. obrázku vidíme nadlehčeně a uvolněně provedený oblouk, na obr. 4.—6. po prudkém snížení těžiště nastává hlavní

fáze oblouku, t. j. prudké odrazení z hran lyží, kterým se ruší odstředivé síly oblouku a zároveň usměrňuje rychlost. Po této fázi nastává zvedání a opětné uvolnění, při kterém se lyže odlehčí od sněhu a závodník může provádět pomocí šroubovitého pohybu celého těla nový oblouk. Takováto jízda je mezi brankami mnohem přímější, tedy i rychlejší a odstraňuje zbytečně sesouvání ve smyku při konečné fázi oblouku.

Kinogram NOVÁK—PÁČL  
Text PARMA—CHARVÁT

## JEŠTĚ Z VÝSLEDKŮ ZIMNÍ SPARTAKIÁDY

### NĚKOLIK POZNÁMEK KE SDRUŽENÝM ZÁVODŮM MUŽŮ A ŽEN

Jako první část byl odstartován obří slalom. Přesto, že směrnice a řády pro uspořádání jasně určily (vzhledem ke kritickému bodu můstku) délku trati i počet branek, nebylo toto dodrženo. Obří slalom byl krátký s malým počtem branek. Jak se ukázalo, byl obří slalom podhodnocen a tím byli poškozeni sjezdáři specialisté.

Trať běhu na 15 km jako druhá část byla lehká, málo technická, ale přibližně úměrná (část 50 km tratě).

Skok jako poslední část měl některé nedostatky. Mústek byl upravený teprve v poslední chvíli, bez předcházející možnosti trainingu. Tento nedostatek nevyvážila možnost 1 zkušebního skoku před vlastním závodem. Úprava můstku byla nedostatečná. Nájezd byl celkem dobrý, ale doskočiště a hlavně přechod nevyhovující.

Trojkombinace se zlehčeným obřím slalomem se tak stala vyloženě záležitostí sdruzenářů. Proto o první místa bojovali sdruzenáři jako o vlastním přeboru: Kubica, Nüsser, Láhr, Šablatura a do bojů o přední místa zasáhli skokani Remsa a Gyalog. První ze sjezdářů se umístil na 13. místě soudruh Martínek před loňským přeborníkem Nejdlem.

Soutěž ukázala, že vítězství je možno dosáhnout vyrovnaným výkonem ve všech disciplínách nebo velmi dobrým výkonem alespoň ve dvou disciplínách. K tomu je zapotřebí úměrného trainingu všech disciplín, nelze jenom spoléhat na tu »svoji« a ostatní disciplíny jet bez přípravy. Trojkombinace, závod lyžařské všestrannosti, byla do poslední chvíle velmi zajímavou a bojovnou a vyrovnanou soutěží. O vítězi rozhodly desetiny bodů. Proti loňské 4kombinaci se celková úroveň zvýšila. Jenom u skoku, a to u »neskokanů«, byla výkonnost i technická dokonalost velmi slabá.

Dvojkombinace žen: O obřím slalomu platí přibližně to, co jsem již řekl o obřím slalomu mužů. Běh na 10 km (zkrácená 15 km trať) byla lehká, bez technických úseků. Přesto na ní zajela přebornice Líba Patočková takovým způsobem, že nejenom získala potřebné minuty k vítězství, když už předtím velmi dobrým výkonem v obřím slalomu se umístila jako šestá, ale svoji velmi vyspělou technickou jízdu dosáhla v celkové kvalifikaci velkého bodového náskoku. Druhá Eva Malá po vítězství v obřím slalomu svou houževnatostí a vytrvalostí v běhu získala druhé místo, přestože její běh je technicky slabší úrovně. Květa Lelková, léta známá na běžeckých tratích i sjezdových, vyrovnaným výkonem získala třetí místo. Běžecká úroveň žen nebyla špatná. Vysoko si cením bojovnost, s jakou

se ženy pustily do boje o vteřiny po celé trati a zvláště v závěru. U některých se projevilo podstatné zlepšení technické, jako na příklad u Jiriny Matkové. Dříve se mnoho žen sjezdárek pohybovalo po trati čistě neběžeckým způsobem, to se již zlepšilo, ale přece jsem ještě viděl případy, kde ženy utíkaly, aniž by se trochu svezly. Závěrem bych se chtěl zmínit o podobné situaci jako u mužů: U mnoha žen byla vidět velmi malá příprava v té disciplíně, která byla slabší, to jest u sjezdárek běh, a to víc než u běžkyň obří slalom. Jenom o málo více péče té jedné disciplíně by znamenalo ještě lepší boje, ještě lepší úroveň dvoj-kombinace.

V. MEČÍŘ

## »PATNÁCTKA« MUŽŮ NA ZIMNÍ SPARTAKIÁDĚ

K největším bojům o vteřiny patřil beze sporu běh na 15 km. Trať byla těžká, ale běžecká. První polovina měla větší výškový rozdíl, druhá polovina měla menší výškový rozdíl a tím byla také lehčí. Stavbou a celým pojetím byla opravdu »mistrovská« a staviteli Štefanu Kovalčíkovi se povedla. Našli se přesto závodníci, kterým se »nelibila«. Obtížnost tratě a její vysoká poloha nebyla na závadu, vždyť nesmíme zapomínat, že za podobných podmínek, a to již za 10 měsíců, se bude běhat na příštích OH. Mnoho závodníků nepodalo svůj výkon, jakého jsou schopni. Jde tu pravděpodobně o otázku aklimatisace, neboť nadmořská výška míst běžeckých tratí se pohybovala kolem 1300—1400 m. Dobře připravení, dobře trenovaní, ale přes to byli během závodu tíženi nevolností a slabostí.

Protože se běželo za velmi dobrých sněhových podmínek a na kvalitním sněhu, tedy bez mazacích problémů, jsou dosažené výsledky neskreslené a dosažené časy nám dávají dobrý přehled o současné výkonnosti. Potěšitelné jsou především malé časové rozdíly. Ať už je to mezi prvním a druhým (22 vt.), druhým a třetím (9 vt.), 3.—4. (25 vt.), 5.—6. (1 vt.) nebo 35.—36. (1 vt.), nebo 76.—77. (7 vt.). Další statistická čísla, která svědčí o tvrdých bojích »o vteřiny«: 11 dvojic závodníků dojelo ve stejném čase; od 55. minuty, t. j. vítězně (čas J. Cardala), v každé další minutě se umístilo mnoho závodníků: v 56. min. 3 závodníci, v 57. min. 4 závodníci, v 58. min. 6 závodníků, v 59. min. 8 závodníků, v 1,00 hod. 7 závodníků, v 1,01 hod. 6 závodníků, v 1,02 hod. 12 závodníků, v 1,03 hod. 21 závodníků!

Toto podstatné zlepšení proti minulým rokům lze především přičíst k zlepšené přípravě fyzické i technické zvláště u mladých závodníků Matouše, Prokeše, Okuliára a dalších. Cardal mnoho změnil na osobitěm způsobu jízdy, zlepšil techniku běhu, a tím také zvítězil. Při pozorování na trati jsem zjistil, že technika běhu se zlepšila u mnoha závodníků, přesto ještě jsou nedostatky zvláště v používání jednotlivých běžeckých způsobů, t. j. nedostatek správného reagování na změny terénu. O lepší umístění rozhoduje taktika v závodě. I tady je třeba zlepšení u některých závodníků. Závěrem bych chtěl říci, že s tímto závodem, i přes některé nedostatky, můžeme být velmi spokojeni a že byl rozhodně krokem kupředu.

V. MEČÍŘ

## K BĚŽECKÝM DISCIPLÍNÁM DOROSTENECKÉHO PŘEBORU 1955

Přebory dorostu, kterými pokračovala zimní část I. celostátní spartakiády, dokreslily nám dokonale obraz naší dnešní běžecké disciplíny. Na dobrých, odpovídajících tratích ukázal nám náš dorost nejen bojovná srdce, ale také slibnou technickou vyspělost. Jestliže bychom chtěli poukázat na některé chyby v technice, správněji řečeno usměrnit další výcvik, poněvadž nelze zatím mluvit o chybách, ale o nepoznaných zásadách, je třeba navrhovat a zdůrazňovat lehkost, měkkost pohybů, švih a pružnost. Většina jezdí ztrnule a na tvrdých nohou, tím těžce a nehospodárně. K hořejším zásadám je třeba zvláště u mládeže

připojit výcvik bystrosti, čilosti a rychlosti. Několik technicky velmi dobrých jezdců s lehkým a dobrým krokem pokazilo si umístění nízkou frekvencí kroku.

Vyjmenované nedostatky mají jen pomoci v další práci. Nejsou důvodem k nespokojenosti. Je to zákonitý stupeň vývoje, kterým musí každý projít. My jim chceme projít rychleji s naskokem do dalšího. Celkově můžeme říci, že si náš dorost vedl velmi hezky. Přibližně 50% lze označit za dobře vyspělé, 20% za nadprůměrně nadané. Ze staršího dorostu je to na příklad Harvan, Řešl, Holiňák, Honců, Mihulák, Benešová, Nováková, Stejskalová, Stehlíková a bylo by možné pokračovat s dalšími, téměř stejně dobrými. Podobně u mladšího dorostu lze pozorovat všeobecně dobrou technickou vyspělost a velmi nadějně jednotlivce.

Musíme si však přiznat, že zde byli i závodníci poměrně nízké úrovně. Jistě jim však nechybějí schopnosti, ale dobrý cvičitel nebo příprava vůbec. Věřím, že si to vedoucí a trenéři krajů, kterým tito patřili, uvědomí a zanedbané napraví.

Jako klad musím vyzvednout snahu a řekl bych doslova hlad všeho dorostu po poznání. Besedy, instruktáže i konsultační hodiny byly jim plně využity a přednášky pilně sledovány.

Jaká opatření učiniti, aby tato snaha a elán byly podchyceny? Z hodnocení závodů, které provedla ústřední trenérská rada za účasti trenérů, technických vedoucích zástupců závodníků, vyšly asi tyto požadavky a názory.

1. Zavedení třídy juniorů, poněvadž prudký přechod do třídy dospělých porušuje postupnost fyziologického vývoje.
2. Zajištění kvalitnější výzbroje, poněvadž na příklad na tvrdých běžkách, které nám dodává naše výroba, nelze nacvičit dokonalou techniku.
3. Zajištění výroby nebo dovozu kvalitních vosků. Musíme přiznat, že na vzestup



*Vítěz běhu mladších dorostenců Pilaj na trati závodu*

úrovně běžecké disciplíny má rovněž velkou zásluhu dostatek dovezených kvalitních vosků.

Domnívám se, že tyto požadavky by bylo možné jedině doplnit, nikoliv opravit nebo krátit a musíme učinit všechno, aby byly splněny.

B. TVRZNÍK, státní trenér

## SJEZDOVÉ DISCIPLINY NA FINALE SHM

Jestliže jsme po ukončení soutěží mužů a žen ve sjezdových disciplínách s radostí zjišťovali, že jsme dokázali během jednoho roku zvýšit výkonnost našich předních závodníků i celkovou úroveň sjezdařů, musíme při hodnocení finale SHM přiznat, že toto se nepodařilo u mládeže.

Ve všech sjezdových disciplínách zvítězili s převahou Zbyněk Mohr, Milka Richvalská a Eva Fučíková, kteří svými výkony převyšovali své soupeře. Tito závodníci jsou členy družstva mladých a připravovali se podle celoročního plánu systematicky pod dohledem trenérů. Způsob jízdy těchto závodníků se přibližuje špičkovým výkonům nejlepších sjezdařů. Ostatní závodníci zůstávají ve výkonnosti za těmito závodníky. Je nyní na trenérských radách, aby zajistily cílevědomý a odborně vedený training již pro mládež.

V kategorii starších dorostenců jsme viděli dost chlapců s bojovným srdcem, ale jejich bojovnost neodpovídala technické vyspělosti. Projevilo se to zvláště ve slalomu, kde mnozí závodníci měli pády. Ale ani s rychlostí v přímé jízdě se někteří nedovedou vypořádat. Špatný sjezdový postoj, nevládnutá rovnováha jsou toho hlavní příčinou. Odstranit tyto nedostatky, to budou úkoly pro



*Jaroslav Bogdátek při vítězném závodě ve sjezdu*

trenéry. Z mladších byla nejlepší Dáša Cermanová z Hradce Králové, která má velké předpoklady stát se výbornou sjezdářkou, a mezi chlapci Jaroslav Hanuš z Liberce a Kamil Hanuš z Hradce.

Ze slalomových tratí byl nejlépe postaven slalom mladších dívek. Soustavy branek i terénu vyhovovaly. Slalomová trať mladších chlapců měla příliš těžký začátek, což se projevilo nejistou jízdou. Konec byl příliš rovinatý. Ve slalomu starších chlapců byly příliš dlouhé traversy, zakončené vlásenkou, což mnozí závodníci nezvládli. Slalom starších dívek měl zbytečně dlouhý dojezd v rovinném terénu. Slalomové tratě nelze stavět, aby vyhovovaly předpisům jen co do délky tratě, výškového rozdílu a počtu branek, ale i co do technických nároků celostátního přeboru.

Velkým nedostatkem při sjezdu bylo, že trať během treningu nebyla upravována, takže závodníci neměli možnost treningu. Při samotném závodě byla v hořejším úseku velká mlha a trať nebyla vytyčena směrovými praporky. Dalším nedostatkem bylo to, že chyběli předjezdci, takže první závodníci si teprve vyzjžděli stopu v čerstvém sněhu. V závodě pak mezi mladšími dorostenkami a dorostenci nebyla pauza při startování, takže první dorostenec předjžděl na trati 3 nejslabší dorostenky. Tatranská sjezdová trať je velmi vhodná pro pořádání dorosteneckých soutěží a v samém závodě byla pečlivě upravena. Branky pro mladší dorostenky učinily tuto trať i pro ně naprosto bezpečnou.

Nejhezčím sjezdovým závodem byl závod v obřím slalomu, tratě byly dobře postaveny i upraveny. Škoda jen, že počasí nebylo tak příznivé, aby všichni závodníci jeli za stejných podmínek.

ZDENĚK PELC, DUŠAN CHARVÁT, dobrovolní trenéři

#### SJEZD — STARŠÍ DOROSTENCI

1. Mohr, Košice, 2:25,4, 2. Belda, Liberec, 2:33,8, 3. Cerman, Hradec Král., 2:34,6, 4. Koznárek, Olomouc, 2:35,6, 5. Hnízdo, Brno, 2:39,0, 6. Kapalka, Košice, 2:41,4, 7. Madera, Liberec 2:42,0, 8. Machovec, Hradec Králové, 2:45,4, 9. Špireng, Plzeň, 2:46,0, 10.—12. Chorváth, Košice, 2:49,0, 10.—12. Malimánek, Plzeň, 2:49,0, 10.—12. Rogoźnik, B. Bystrica, 2:49,0, 13. Bužga, Ostrava, 2:49,4, 14.—16. Haring, B. Bystrica, 2:50,0, 14.—16. Hoffman, Liberec, 2:50,0, 14.—16. Mravec, B. Bystrica, 2:50,0, 17. Koša, V. Tatry, 2:50,6, 18. Biemer, V. Tatry, 2:51,2, 19. Pohořelý, Hradec Králové, 2:51,4, 20. Pišut, Bratislava, 2:53,2, 21. Stolín, Brno, 2:55,7, 22. Pitermann, Plzeň, 2:56,2, 23. Votruba, Praha MV, 2:56,5, 24. Cikryt, Olomouc, 3:00,2, 25. Novák, Praha KV, 3:02,6, 26. Šváb, Olomouc, 3:06,0, 27. Lovás, Žilina, 3:13,0, 28. Krušina, Praha MV, 3:15,0, 29. Novotný, Gottwaldov, 3:16,7, 30. Žucha, Bratislava KV, 3:20,0, 31. Appl, Pardubice, 3:26,4, 32. Müller, Hradec Král., 3:28,8, 33. Šaffer, Karl. Vary, 3:31,8, 34. Heinrich, Karl. Vary, 3:41,5, 35. Švec, Bratislava MV, 3:44,0, 36. Koričan, voj. dor., 3:46,4, 37. Rusnák, Vys. Tatry, 3:49,5, 38. Valchař, Gottwaldov, 3:50,0, 39. Kratochvíl, Praha MV, 3:51,0, 40. Fraňo, Bratislava KV, 3:59,0, 41. Šoltýc, Vys. Tatry, 3:59,9, 42. Kolada, Vys. Tatry, 4:10,9, 43. Hudák, Vys. Tatry, 7:20,8.

#### SJEZD — MLADŠÍ DOROSTENCI

1. Drápal, Brno, 2:30,6 min., 2. Martinec, Košice, 2:31,9, 3. Dudek, Liberec, 2:32,0, 4. Hanuš, Hradec Král., 2:34,6, 5. Mezera, MV Praha, 2:34,8, 6. Mitro, Košice, 2:41,4, 7. Hanuš, Liberec, 2:45,0, 8. Šrubař, Ostrava, 2:46,1, 9. Závodný, Ostrava, 2:49,6, 10. Neradílek, Olomouc, 2:50,7, 11. Vlček, MV Praha, 2:58,2, 12. Kopecký, KV Blava, 2:58,8, 13. Hofman, Karl. Vary, 3:00,2, 14. Elsek, Pardubice, 3:01,0, 15. Fiala, MV Praha, 3:03,8, 16. Olegšák, Žilina, 3:07,0, 17. Jambuch, Žilina, 3:07,5, 18. Kořán, Plzeň, 3:19,4, 19. Vaníček, Ústí n. L., 3:20,6, 20. Semík, KV Praha, 3:23,6, 21. Jambuch, Gottwaldov, 3:42,2, 22. Kalman, Nitra, 3:51,2, 23. Sluka, voj. dorost, 3:52,2, 4. Orel, MV Blava, 4:01,1, 25. Kent, Liberec, 5:03,5.

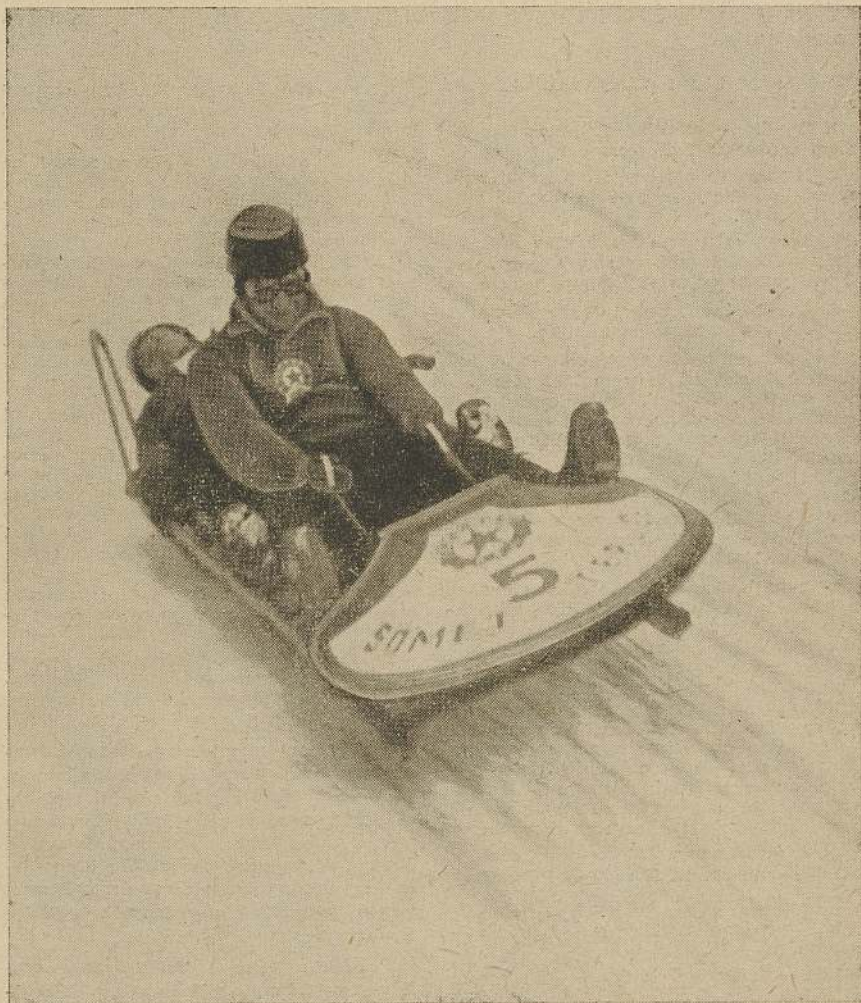
#### SJEZD — STARŠÍ DOROSTENKY

1. Richvalská, Košice, 2:16,2 min., 2. Fučíková, Liberec, 2:26,3, 3. Lukešová, Praha MV, 2:46,8, 4. Králová, Gottwaldov, 2:51,2, 5. Pilecová, Praha MV, 2:53,3, 6. Dudková, Liberec, 2:55,8, 7. Smolíková, Hradec Král., 3:14,8, 8. Škrétová, Praha KV, 3:28,5, 9. Kršková, Plzeň, 3:34,2, 10. Bílková, Ostrava, 3:35,5, 11. Valčíková, Ústí n. L., 3:43,9, 12. Doušová, Praha MV, 3:54,3, 13. Dvořáková, Hradec Králové, 4:16,0, 14. Flamberková, Ostrava, 5:55,4, 15. Dubravecová, Žilina, 7:21,8.

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I . Č. 3

DUBEN 1955



*Letošní vítězové přeboru: Hejný—Šimek*

# POZNATKY Z OSLO

V hlavním městě Norska — Oslo zasedal ve dnech 2.—4. II. 1955 III. kongres mezinárodní sáňkařské federace. Na závěr tohoto kongresu bylo provedeno 5. a 6. února 1955 I. mistrovství světa v jízdě na saních. Československo se po prvé od roku 1938 zúčastnilo oficiálně zasedání kongresu dvoučlennou delegací. Již samotná účast Československa je velkým přínosem pro sáňkařský sport, jelikož poznatky načerpané jak během kongresu, tak hlavně při I. mistrovství světa v jízdě na saních jistě přispějí podstatnou měrou k zvýšení úrovně sáňkařského sportu u nás.

Jaké byly hlavní úkoly naší delegace v Oslo:

1. Zapojit se oficiálně do práce mezinárodní sáňkařské federace.

2. Navázat co nejtěsnější sportovní styk se zeměmi, kde je provozován závodně sáňkařský sport.

3. Získat co nejvíce poznatků v technice jízdy na saních, stavby saní a organizaci I. mistrovství světa v jízdě na saních.

4. Ověřit si výkonnost československých sáňkařů v mezinárodním měřítku.

Pod dojmem těchto úkolů odletěla československá delegace 2. února 1955 přes Kodan do Oslo. Bohužel, špatné počasí znemožnilo včasný přilet do Oslo, takže jsme se mohli zúčastnit pouze druhé poloviny technického kongresu. Zasedání jak technického, tak řádného kongresu se zúčastnili zástupci 6 států: Švýcarska, Rakouska, Itálie, záp. Německa, Norska a Československa. Pro pozdní přilet se bohužel nezúčastnilo Polsko.

Hlavním bodem technického kongresu byl mezinárodní sáňkařský řád. Při projednávání jednotlivých odstavců tohoto řádu bylo přijato několik návrhů a připomínek československé delegace, jako na př. návrh na jmenování 3členné jury a jiné. Jako největší úspěch československé delegace je možno pokládat přijetí návrhu na střídavé pořádání mistrovství světa a Evropy v jízdě na saních. Zatím co předcházející léta bylo určeno pořádání mistrovství Evropy vždy jen pro následující rok, bylo v Oslo rozhodnuto pořádat mistrovství světa a Evropy následovně:

1956 — mistrovství Evropy — Rakousko,

1957 — mistrovství světa — Polsko,

1958 — mistrovství Evropy — neurčeno — doporučeno ČSR,

1959 — mistrovství světa — Švýcarsko (ČSR),

1960 — olympijské hry nebo mistrovství Evropy — záp. Německo nebo Rakousko.

To znamená, že v roce 1960 bude po prvé sáňkařský sport zařazen do programu olympijských her na místo skeletonu.

Jednání technického kongresu ukázalo na některé nedostatky v sáňkařském sportu (otázka elektrického měření času, výstavba závodních drah). Tyto nedostatky je však možno postupem času odstranit, a tím zlepšit a urychlit vzestup výkonnosti sáňkařských závodníků. Je zajímavé, že československá delegace přinesla nejvíce návrhů a připomínek k mezinárodním pravidlům, což bylo v závěru technického kongresu předsedou Isatitschem z Rakouska vysoce hodnoceno.

Řádný kongres mezinárodní sáňkařské federace Section de Luge-FIBT, který zasedal ve čtvrtek dne 4. února 1955, se zabýval hlavně hodnocením dosavadní práce této federace a volbou nového předsednictva. Bylo konstatováno, že SL sdružuje ve svém středu již 11 států: Rakousko, Německo, Itálie, Švýcarsko, Československo, Polsko, Norsko, Švédsko, Holandsko, USA a Jugoslavie. To svědčí o velkém rozmachu sáňkařského sportu v celosvětovém měřítku.

Předsedou SL byl jednomyslně zvolen dosavadní předseda Bert Isatitsch z Rakouska, místopředsedou Carlo Riedman z Itálie. Oba byli zvoleni na dobu 2 let.

Celé jednání technického a řádného kongresu probíhalo ve velmi přátelském ovzduší, které svědčilo o jedné zásadní věci, totiž pomoci ze všech sil k ještě většímu rozmachu sáňkařského sportu ve všech zemích Evropy, bez ohledu na politické a hospodářské zřízení. A tak je to správné. Pomocí sportu vytvořit předpoklady k zajištění trvalého míru ve světě.

V příštím čísle si řekneme o samém I. mistrovství světa v jízdě na saních a výkonnosti jednotlivých závodníků.

MILOSLAV BELDA, člen, čs. delegace



# VEZMĚTE SI PŘÍKLAD Z OSTRAVY

Začátkem letošního roku uspořádal KVTVS Ostrava první sáňkařské přebory Ostravského kraje. Na základě těchto přeborů usnesla se sekce bobů a saní, povolít dvěma zástupcům Ostravska účast na sáňkařských přeborech republiky v Tatrách. KVTVS Ostrava vyslal do Tater soudruhy Osinu Boh. a Votavu Jiřího, kteří se umístili na 6. a 17. místě za 40 startujících.

Účast těchto soudruhů a jejich krásné umístění na celostátních přeborech přináší již své ovoce. Po návratu z Tater, obohacení o mnoho zkušeností, založili komisi bobů a saní při lyžařské sekci KVTVS Ostrava, založili sáňkařský oddíl při DSO Slavoj — Širpo.

Tento nově založený oddíl plně pochopil, že úkol zmasovení sáňkařství může být nejlépe plněn prací mezi mládeží. Proto uspořádal dne 17. března „I. propagační sáňkařské závody Stromovka“.

Účast 74 startujících chlapců a děvčat ze středních škol potvrzuje, že ostravští propagátoři sáňkařského sportu začali svoji práci velmi dobře. Je třeba, aby v této práci vytrvali, aby rozšířili počet sáňkařských oddílů tak, jak mají v plánu, aby využili přípravného období k zave-

dení celoroční činnosti oddílů a při plnění hlavního úkolu všech sportovců, t. j. účast na I. celostátní spartakiádě, nezapomínali na plnění podmínek pro získávání PPOV.

Tak, jak ostravští sáňkaři zahájili svoji práci je nám slibem, že se s nimi na začátku hlavního období setkáme jako se sportovci nejen dobře připravenými, ale i se sportovci, kteří jsou mezi těmi prvními, kteří dobře splnili své úkoly.

Nástup Ostravských by měl být následován, vždyť stejně jako v Ostravě, bylo by možno zakládati nové sáňkařské oddíly na jiných místech republiky, ať jsou to místa v Krkonoších - Harachov, Rokytnice n. J., Vysoké, Vrchlabí, Špindlerův Mlýn, Jánské Lázně, Pec (v Jilemnici byly již podniknuty první kroky k založení sáňkařského oddílu), tak i v ostatních místech naší vlasti.

Nemyslete vy, v Českých Budějovicích, Plzni, Hradci Králové, Jihlavě, Olomouci, Žilině, Baňské Bystrici a jinde, že byste měli následovat Ostravu a rozšířit řady sáňkařů? Postarejte se o to, abychom vás mohli radostně přivítat v příští zimě mezi námi na sáňkařských závodech.

Ing. J. MIŇOVSKÝ

## II. ČÁST VÝSLEDKŮ ZIMNÍ SPARTAKIÁDY

Kategorie — muži (dvousedadlové saně):

1. Škrabálek-Peukert, PDA	2,16,0	2,11,0	4,27,0
2. Urban-Krejčí, Liberec	2,19,8	2,12,9	4,32,7
3. Heller-Jelínek, Liberec	2,23,4	2,12,9	4,36,3
4. ing. Hanák-ing. Dašek, Praha	2,23,9	2,17,6	4,42,5
5. Nitsche-Nitsche, Liberec	2,24,8	2,17,7	4,42,5
6. Švadlena-Juna, Liberec	2,26,3	2,18,8	4,45,1
7. Perla-Koukal, Praha	2,26,1	2,20,2	4,46,3
8. Hladík-Patrmán, Liberec	2,29,1	2,19,2	4,48,3
9. Křížovský-Novotný, Vys. Tatry	2,28,0	2,21,4	4,49,4
10. Mráz J.-Mráz B., Vys. Tatry	2,32,8	2,22,0	4,54,8
11. Soukup-Nitsche st., Liberec	2,34,1	2,25,1	4,59,2
12. Pospíchal-Tomášek, Ústí n. L.	2,35,9	2,24,1	5,00,0
13. Osina-Votava, Ostrava	2,38,9	2,24,5	5,03,4
14. Hora-Slavík, Brno	2,45,1	2,30,1	5,15,2
15. Lomoz-Kratochvíl, Ústí n. L.	2,38,1	2,39,9	5,18,0
16. Kavka-Patrmán, Liberec	2,40,9	2,38,6	5,19,5
17. Kříž-Stýblo, Praha	2,39,0	2,40,8	5,19,8
18. Čejka-Holub, Praha	2,37,1	2,46,6	5,23,7

19. Plašil-Bellant, Praha	2,51,8	2,32,0	5,23,8
20. Černík-Zelinka, Brno	2,47,1	2,44,8	5,31,9
21. Pelc-Tomášek, Ústí n. L.	3,01,8	2,40,9	5,42,7

Přihlášeno 21 dvojic, startovalo 21 a závod dokončilo 21 dvojic. Technický limit I. výkon. třídy splnila 1.—9. dvojice. Technický limit II. výkon. třídy splnila 10.—14. dvojice.

#### Kategorie — ženy (dvousedadlové saně):

1. Hesová-Protivová, Praha	2,29,0	2,26,6	4,55,6
2. Lucková-Patřmanová, Liberec	2,29,2	2,54,6	5,03,8
3. Hladíková-Krejčová, Liberec	2,56,0	2,33,9	5,09,9
4. Vlasáková-Tomášková, Ústí n. L.	2,41,9	2,36,9	5,18,8

Přihlášeno 6 dvojic, startovalo 5 a závod dokončily 4 dvojice. Technický limit I. výkon. třídy splnila 1.—4. dvojice.

#### Kategorie — dorostenci (dvousedadlové saně):

1. Hásek-Novotný, Liberec	2,18,6	2,12,9	4,31,5
2. Weber-Voves, Ústí n. L.	2,21,2	2,24,0	4,45,2
3. Němeček-Malina, Praha	2,34,7	2,27,7	5,02,4

Přihlášeny 3 dvojice, startovaly 3 a závod dokončily 3 dvojice.

#### Kategorie — dorostenky (dvousedadlové saně):

1. Havlíková-Mouricová, Praha	2,33,1	2,26,5	4,59,6
2. Jarolímová-Švadlenová, Liberec	2,47,0	2,33,0	5,20,0
3. Faixová-Nitschová, Liberec	2,40,3	2,44,0	5,24,3

Přihlášeny 3 dvojice, startovaly 3 a závod dokončily 3 dvojice.

#### Kategorie — muži — ženy:

1. ing. Hanák-Charvátová, Praha	2,22,4	2,21,6	4,44,0
2. Perla-Protivová, Praha	2,26,8	2,19,3	4,46,1
3. Patřman-Patřmanová, Liberec	2,36,2	2,29,2	5,06,1
4. Lomoz-Vlasáková, Ústí n. L.	2,42,3	2,33,4	5,15,7
5. Holub-Sobotková, Praha	2,40,7	2,39,7	5,20,4
6. Hora-Horová, K. Vary	2,46,0	2,36,9	5,22,9
7. Nitsche-Krejčová, Liberec	2,45,0	2,40,8	5,25,8
8. Zelinka-Drašarová, Brno	2,55,3	2,32,2	5,27,5
9. Hladík-Hladíková, Liberec	2,53,1	2,35,3	5,28,4
10. Slavík-Freudová, Brno	2,50,0	2,41,2	5,31,2
11. Dašek-Dašková, Praha	2,50,0	2,41,9	5,31,9
12. Nitsche-Lucková, Liberec	2,47,6	2,44,6	5,32,2
13. Tomášek-Tomášková, Ústí n. L.	2,49,7	2,46,4	5,36,1
14. Kríž-Hessová, Praha	2,50,8	2,45,6	5,36,4

Přihlášeno 14 dvojic, startovalo 14 a závod dokončilo 14 dvojic. Technický limit I. výkon. třídy splnila 1.—4. dvojice. Technický limit II. výkon. třídy splnila 5.—10. dvojice.

#### Kategorie — dorostenci — dorostenky:

1. Hásek-Nitschová, Liberec	2,33,9	2,30,6	5,04,5
2. Novotný-Jarolímová, Liberec	2,35,8	2,35,2	5,11,0
3. Malina-Dvořáková, Praha	2,38,1	2,44,2	5,22,3
4. Němeček-Havlíková, Praha	2,47,7	2,35,5	5,23,2

Přihlášeny 4 dvojice, startovaly 4 a závod dokončily 4 dvojice.

## SLALOM — STARŠÍ DOROSTENCI

1. Mohr, Košice, 53,0, 52,2 — 105,2, 2. Novotný, Gottwaldov, 58,6, 59,2 — 117,8, 3. Cerman, Hradec Král., 64,6, 56,6 — 121,2, 4. Mravec, Banská Bystrica, 60,0, 61,6 — 121,6, 5. Belda, Liberec, 62,2, 60,8 — 123,0, 6. Malimánek, Plzeň, 62,6, 63,4 — 125,0, 7.—8. Maděra, Liberec, 59,8, 65,6 — 125,4, 7.—8. Novák, KV Brno, 58,0, 62,4 (5) — 125,4, 9. Kapalka, Košice, 64,2, 61,8 — 126,0, 10. Hubka, Hradec Králové, 61,4, 64,8 — 126,2, 11. Chorvát, Košice, 131,8, 12. Bužga, Ostrava, 132,4, 13. Hnízdo, Brno, 133,4, 14. Hoffman, Liberec, 134,0, 15. Valchář, Gottwaldov, 135,0, 16. Stolín, Brno, 135,8, 17. Koša, MV Tatro, 140,0, 18.—19. Šaier, Ostrava, 142,0, 18.—19. Rogožník, Banská Bystrica, 142,0, 20. Votruba, MV Praha, 143,—, 21. Pišút, MV Bratislava, 143,0, 22. Müller, Hradec Králové, 145,2, 23. Balík, MV Praha, 149,2, 24. Mihalák, MV Tatro, 151,0, 25. až 26. Král, Nitra, 156,8, 25.—26. Šváb, Olomouc, 156,8, 27. Riemer, MV Tatro, 157,8, 28. Níziol, Ostrava, 159,0, 29. Krušina, MV Praha, 160,6, 30. Kožnárek, Olomouc, 161,8, 31. Kolada, MV Tatro, 162,4, 32. Hruška, ÚDA, 164,4, 33. Appl, Pardubice, 164,8, 34. Jeník, ÚDA, 166,2, 35. Lovas, Žilina, 167,8, 36. Švec, MV Bratislava, 168,4, 37. Bradáč, Ústí n. L., 168,8, 38. Haring, Banská Bystrica, 171,0, 39. Kratochvíl, MV Praha, 177,3, 40. Koryčan, ÚDA, 188,8, 41. Heinrich, Karlovy Vary, 181,0, 42. Pittermann, Plzeň, 183,4, 43. Šafer, Karlovy Vary, 190,0, 44. Lisoň, MV Bratislava, 190,8, 45. Tichý, Olomouc, 193,0, 46. Fraňo, KV Bratislava, 235,8.

## SLALOM — MLADŠÍ DOROSTENCI

1. Hanuš, Liberec, 33,7, 39,2 — 77,9 vt., 2. Hanuš, Hradec Král., 39,4, 41,4 — 80,8, 3. Závodný, Ostrava, 42,0, 42,4 — 84,4, 4. Valíček, Ústí n. L., 45,9, 44,8 — 89,8, 5. Elšek, Pardubice, 44,2, 46,4 — 90,6, 6. Drápal, Brno, 44,0, 47,2 — 91,2, 7. Fiala, MV Praha, 44,2, 47,2 — 91,4, 8. Kofán, Plzeň, 48,1, 46,8 — 94,9, 9. Hoffman, Karl. Vary, 47,6, 47,8 — 95,4, 10. Olesák, Žilina, 47,2 + 5, 44,4 — 96,6, 11. Neradilek, Olomouc, 51,8, 47,0 — 98,8, 12. Jambrieh, Žilina, 42,6, 59,0 — 101,6, 13. Bambuch, Gottwaldov, 52,0 + 5, 45,0 — 102,0, 14. Šrubař, Ostrava, 40,4, 65,4 — 105,8, 15. Mezera, MV Praha, 44,2 5, 58,0 — 107,2, 16. Kopecký, KV Blava, 54,9, 58,8 — 113,7, 17. Kout, Liberec, 55,8, 60,8 — 116,6, 18. Vlček, MV Praha, 53,8, 63,4 — 117,2, 19. Meduna, Ostrava, 74,4, 59,0 — 133,4, 20. Kolman, Nitra, 64,8, 72,2 — 137,0, 131. Semík, KV Praha, 72,6, 90,2 — 162,8.

## SLALOM — MLADŠÍ DOROSTENKY

1. Horčíková, MV Praha, 36,2, 37,8 — 74,0, 2. Novotná, Žilina, 44,6, 42,8 — 87,4,



*Dorostenci Pražského kraje měli dobřého řádce v Jaroslavu Kadavěm, jehož vidíte na našem snímku, jak maže lyže závodnici Benešové.*

3. Koloušková, MV Praha, 46,8, 42,6 — 89,4, 4. Cermanová Hradec Králové, 43,2, 44,4 + 5 — 92,6, 5. Živcová, KV Praha, 46,8, 50,8 — 97,6, 6. Vejvodová, Liberec, 59,3, 49,2 — 108,5, 7. Krnová, B. Bystrica, 68,2, 41,8 — 110,0, 8. Šnebergová, Plzeň, 61,8, 51,0 — 112,8, 9. Zemánková, Ústí n. L., 60,2, 55,8 — 116,0, 10. Cintulová, Nitra, 105,0, 106,8 — 211,8.

## SLALOM — STARŠÍ DOROSTENKY

1. Ríchvalská, Košice, 40,6, 39,6 — 80,2, 2. Lukešová, MV Praha, 42,6, 43,6 — 86,2, 3. Fučíková, Liberec, 39,6, 48,2 10 — 97,8, 4. Králová, Gottwaldov, 46,0, 52,8 — 98,8, 5. Dudková, Liberec, 51,8, 50,8 — 101,6, 6. Košková, Plzeň, 52,8, 52,8 — 105,6, 7. Doušová, MV Praha, 52,0, 58,8 — 110,8, 8.—9. Bílková, Ostrava, 54,8, 56,4 — 111,2, 8.—9. Valíčeková, Ústí n. L., 58,0, 53,2 — 111,2, 10. Pazderková, Košice, 63,6, 54,0 — 117,6, 11. Dvořáková, Hradec Král., 130,6, 12. Dobrovolná, Ostrava, 131,2, 13. Pilcová, MV Praha, 134,4, 14. Procházková, Karl.

Vary, 135,8, 15. Flanderková, Ostrava, 138,6, 16. Škréťová, KV Praha, 144,6, 17. Důbravová, Žilina, 162,6, 18. Harmanová, B. Bystrica, 177,4.

### OBŘÍ SLALOM — STARŠÍ DOROSTENCI

1. Mohr, Košice, 1:13,4 min., 2. Cerman, Hradec Král., 1:19,8, 3. Novák, KV Praha, 1:21,4, 4. Malimánek, Plzeň, 1:23,8, 5. Mravec, B. Bystrica, 1:25,8, 6. Maděra, Liberec, 1:26,0, 7. Bužga, Ostrava, 1:26,8, 8. Špireng, Plzeň, 1:27,2, 9. Kapalka, Košice, 1:28,6, 10. Rogožník, B. Bystrica, 1:29,0, 11. Haring, B. Bystrica, 1:29,1, 12. Valchař, Gottwaldov, 1:29,6, 13. Cikryt, Olomouc, 1:30,0, 14. Novotný, Gottwaldov, 1:30,3, 15. Balík, MV Praha, 1:30,4, 16. Kratochvíl, MV Praha, 1:30,8, 17. Belda, Liberec, 1:31,1, 18. Machovec, Hradec Král., 1:31,4, 19. Saier, Ostrava, 1:31,5, 20. Rimer, KV Tatry, 1:31,8, 21. Appl, Pardubice, 1:32,0, 22. Pohořelý, Hradec Král., 1:32,1, 23. Žucha, KV Blava, 1:32,8, 24. Bradáč, Ústí n. L., 1:33,0, 25. Kožnárek, Olomouc, 1:33,5, 26. Stofin, Brno, 1:33,6, 27. Votruba, MV Praha, 1:34,0, 28.—29. Hnízdo, Brno, 1:35,8, 28. až 29. Müller, Hradec Král., 1:35,8, 30. Peterek, Žilina, 1:36,0, 31. Šváb, Olomouc, 1:36,6, 32. Hofman, Liberec, 1:36,7, 33. Nigol, Ostrava, 1:37,0, 34. Krušina, MV Pra-

ha, 1:37,8, 35. Tichý, Olomouc, 1:38,0, 36. Pišut, Blava, 1:39,5, 37. Safr, Karl. Vary, 1:40,8, 38. Svec, MV Blava, 1:41,2, 39. Koryčan, voj. dorost, 1:41,4, 40. Mihalák, MV Vys. Tatry, 1:44,5, 41. Penk, voj. dorost, 1:44,6, 42. Chorvát, Košice, 1:45,9, 43. Rozhoň, Brno, 1:47,1, 44. Kodada, Vys. Tatry, 1:48,7, 45. Hnuška, voj. dorost, 1:53,0, 46. Heinrich, Karl. Vary, 1:53,4, 47. Lizoň, MV Blava, 1:53,9, 48. Král Martin, Nitra, 1:56,8.

### OBŘÍ SLALOM — STARŠÍ DOROSTENKY

1. Riechvalská, Košice, 1:12,2, 2. Fučíkov, Liberec, 1:12,5, 3. Králová, Gottwaldov, 1:21,1, 4. Lukešová, MV Praha, 1:25,7, 5. Smolíkova, Hradec Králové, 1:26,8, 6. Kršková, Plzeň, 1:28,0, 7. Dudková, Liberec, 1:30,0, 8. Procházková, Karlovy Vary, 1:32,4, 9. Doušková, MV Praha, 1:33,0, 10. Pilcová, MV Praha, 1:36,0, 11. Valčíková, Ústí n. L., 1:38,0, 12. Dobrovolná, Ostrava, 1:39,8, 13. Flambergová, Ostrava, 1:42,2, 14. Pazderková, Košice, 1:46,3, 15. Dvořáková, Hradec Králové, 1:57,5, 16. Škréťová, KV Praha, 1:59,0, 17. Dubravová, Žilina, 2:14,4, 18. Hermanová, B. Bystrica, 2:38,4.

### OBŘÍ SLALOM — MLADŠÍ DOROSTENCI

1. Hanuš, Liberec, 0:50,0 min., 2. Mezera, MV Praha, 0:53,0, 3.—4. Hrnko, Žilina, 0:54,0, 3.—4. Hanuš, Hradec Král., 0:54,0, 5. Fiala, MV Praha, 0:54,2, 6. Martinec, Košice, 0:56,0, 7.—8. Neradilek, Olomouc, 0:56,4, 7.—8. Drápal, Brno, 0:56,4, 9. Elšek, Pardubice, 0:57,0, 10. Vlček, MV Praha, 0:57,1, 11. Mitro, Košice, 0:57,5, 12. Šrubař, Ostrava, 0:58,0, 13. Meduna, Ostrava, 0:58,8, 14.—15. Bábuch, Gottwaldov, 0:59,2, 14. až 15. Hofman, Karlovy Vary, 0:59,2, 16. Valíček, Ústí n. L., 0:59,4, 17. Dušek, Liberec, 1:00,0, 18. Kout, Liberec, 1:00,2, 19. Závodný, Ostrava, 1:00,4, 20. Semák, KV Praha, 1:01,0, 21. Slováček, MV Blava, 1:03,1, 22. Jabrich, Žilina, 1:03,4, 23. Kalman, Nitra, 1:14,6, 24. Kopecký, KV Blava, 1:22,8.

### OBŘÍ SLALOM — MLADŠÍ DOROSTENKY

1. Cermanová, Hradec Král., 1:01,0 min., 2. Krnová, B. Bystrica, 1:09,6, 3. Horčíková, MV Praha, 1:10,7, 4.—5. Koloušková, MV Praha, 1:11,4, 4.—5. Živcová, KV Praha, 1:11,4, 6. Šnebergová, Plzeň, 1:16,0, 7. Novotná, Žilina, 1:17,9.

### SJEZDOVÁ DVOJKOMBINACE STARŠÍ DOROSTENCI

1. Mohr, Košice, 0 bod, 2. Cerman, Hradec Králové, 22,64, 3. Mravec, B. Bystrica, 30,89, 4. Bella, Liberec, 36,15, 5. Madera, Liberec, 37,08, 6. Malimánek, Plzeň, 38,87, 7. Kapalka, Košice, 40,03, 8. Novák, Praha



*Eva Malá na sjezdové trati při ICS*

KV, 45,32, 9. Bužga, Ostrava, 46,90, 10. Hnízdo, Brno, 50,99, 11. Rogožník, B. Bystrica, 54,70, 12. Hoffman, Liberec, 59,60, 13. Novotný, Gottwaldov, 60,45, 14. Stolin, Brno, 60,85, 15. Kožnárek, Olomouc, 62,51, 16. Votruba, Praha MV, 65,99, 17. Chorváth, Košice, 68,26, 18. Riemer, Vys. Tatry 68,48, 19. Pišut, Bratislava MV, 70,48, 20. Haring, B. Bystrica, 72,19, 21. Šváb, Olomouc, 83,19, 22. Müller, Hradec Král., 90,54, 23. Valchař, Gottwaldov, 91,92, 24. Krušina, Praha MV, 92,65, 25. Appl, Pardubice, 95,88, 26. Kratochvíl, Praha MV, 117,83, 27. Švec, Bratislava MV, 120,15, 28. Šafer, Karl. Vary, 124,12, 29. Koričan, voj. dorost, 129,09.

#### SJEZDOVÁ TROJKOMBINACE STARŠÍ DOROSTENKY

1. Ríchvalská, Košice, 0 bod, 2. Fučíková, Liberec, 20,41, 3. Lukešová, Praha MV, 41,27, 4. Králová, Gottwaldov, 48,37, 5. Dudková, Liberec, 63,88, 6. Kršková, Plzeň,

91,26, 7. Pilcová, Praha MV, 92,90, 8. Valíčková, Ústí n. L., 113,67, 9. Doušová, Praha MV, 114,25, 10. Škrátová, Praha KV, 151,84, 11. Dvořáková, Hradec Král., 172,00, 12. Flamberková, Ostrava, 230,28, 13. Důbravcová, Žilina, 345,22.

#### SJEZDOVÁ TROJKOMBINACE MLADŠÍ DOROSTENCI

1. Hanuš Jar., Liberec, 9,22 bodu, 2. Hanuš Kamil, Hradec Králové, 11,40, 3. Drápal, Brno, 20,90, 4. Mezera, MV Praha, 30,45, 5. Závodný, Ostrava, 34,34, 6. Fiala, MV Praha, 38,69, 7. Neradílek, Olomouc, 39,68, 8. Krtek, Pardubice, 43,87, 9. Grubný, Ostrava, 44,83, 10. Hofman, Karl. Vary, 47,73, 11. Valíček, Ústí n. L., 56,75, 12. Vlček, MV Praha, 59,96, 13. Jambuch, Žilina, 64,14, 14. Jambuch, Gottwaldov, 79,76, 15. Kopecký, KV Blava, 99,97, 16. Semík, KV Praha, 118,18, 17. Kalman, Nitra, 141,59, 18. Kont, Liberec, 183,21.

## ZÁVOD DOROSTU VE SKOKU PROSTĚM A VE SDRUŽENÉM

Za ne právě ideálních podmínek byl odstartován skok prostý, neboť řádila prudká obleva. Tak místo stanovený start na 14,00 hod. začal již v 11,30 hod. Je nutno vyzvednout práci funkcionářů, kteří tak rychle dovedli zvládnout situaci. Mústek byl v bezvadném stavu, neboť stejnorodý sněh zaručoval potřebný klid na nájezdu a dostatečně pružný doskok, zajišťoval bezpečnost skokanů. Bohužel, že přes všechny tyto klady bylo ještě mnoho pádů, které snad ani nemusely být, když by bylo možno udělat více tréninových skoků. Závod sám o sobě odkryl již dlouholetou potřebu alespoň ltydenního speciálního kursu skokanského pro dorost. Vysoko nad všemi ostatními skokany vynikl Farský z kraje Liberec, který ačkoliv při prvním skoku přes 54 m upadl, dovedl dalšími dvěma pěkně provedenými skoky dohonit ztrátu prvního kola. Potřebuje ještě zlepšit ušší vedení lyží v poslední fázi letu. Je třeba si přát, aby takovouto finalistů byla alespoň polovina. Pěkně si vedl také gottwaldovský Vráblík, který se vlastně po prvé uvedl, skákal jistě a potřebuje hlavně zlepšit stylovou práci. Také Banskobystričan Dolňan je rovněž jistou nadějí, vezmeme-li v úvahu, že také běhá.

Jinak to již vypadalo ve výběrové soutěži mladšího dorostu, kteří projevili lepší úroveň nežli starší dorostenci. Je to jistě potěšitelné, neboť mladší dorost byl jakýmsi kádrem celého závodu. Z mladšího dorostu zvítězil výborný liberecký Morávek, kterého již známe, ale jen těsně, před velice nadějným hradeckým Řehákem, který je neobyčejně talentovaný, podobně jako Farský a jenom prvním skokem, který provedl trochu vlažně, se připravil o vítězství. Zrovna tak jako Řehák, tu byl zase liberecký Luňáček, který do budoucna slibuje velkou naději, neboť vedle skoku byl i ve sruženém závodě druhý za Kutheilem, který potřebuje hlavně změnu odrazu a zlepšit stylovou práci letu.

To by bylo asi tak v hlavních rysech. Nyní je zapotřebí, aby se nezapomnělo na rychlost, obratnost, pružnost v přechodném a přípravném období.

## O MLADÝCH SKOKANECH A SDRUŽENÁŘÍCH

Jsmo si dobře vědomi toho, že ve výkonnosti dorostu je budoucnost každého sportu. Podle toho, jak se jevila výkonnost staršího dorostu na letošních přeborech ve skoku a závodě sruženém, museli bychom ještě několik let čekat.

My však čekat nechceme a nemůžeme. Ve sdruženém závodě i ve skoku prostém přesvědčivě zvítězil Karel Farský z Libereckého kraje. Ve skoku prostém zvítězil, i když při dlouhém skoku 54,5 m upadl. Dobré výkony Farského nás těší, ale nepřekvapují nás, neboť jich dosahuje především proto, že mu byla věnována větší péče než ostatním dorostencům. Po loňském hlavním období odvážíla se ústřední trenérská rada provést zkoušku se zařazením 2 skokanů z mladšího dorostu do družstva mladých, a to soudruhy Farského a Morávka. Tito dva skokani byli pozváni do přípravy se státním družstvem a na jejich výkonnosti je nejlépe vidět, jak jim dva týdenní treningy prospěly. To jasně dokazuje, že v krajích se zatím málo věnujeme dorostu. O tom, že dorostenci mají o skok zájem i nadání, jsem se osobně přesvědčil v Tatranské Lomnici na můstku, kde jsem vedl 2krát trening. Chlapci byli opravdu za každou radu vděční a snažili se skok od skoku své chyby odstraňovat a některým se to dokonce velmi dobře dařilo již tam. Zvlášť Vráblík z Gottwaldova se opravdu zlepšil každým skokem. Pro příští rok se budeme snažit umožnit přípravu v družstvu mladých dalším mladým závodníkům. Tím však neodstraníme poměrně nízkou úroveň těchto disciplin. Musíme se snažit získat a vyškolit co nejvíce trenérů skoku, kteří se budou mládeži věnovat po celý rok. Krajské trenérské rady právě tak jako PZ a DSO musí najít cestu k uspořádání společných treningů a zajistit na ně dobré trenéry. Pokud je nemají ve svých řadách, mohou se však obrátit na ústřední trenérskou radu, která jim zatím vypomůže a doporučí případně i některého z našich reprezentantů. Jen tak můžeme podle mého názoru zvýšit úroveň skoku již během příštího roku.

Skokanská úroveň mladšího dorostu je podstatně lepší. Máme též dobrou budoucnost ve sportovních školách dorostu, kde chlapci 12—14letí jsou lepší než někteří dorostenci. Rychleji kupředu můžeme však jít jen zlepšeným trainingem a opravdovým zájmem samých dorostenců.

M. BĚLONOŽNÍK,  
státní trenér.

#### SKOK PROSTÝ STARŠÍ DOROSTENCI

		b.	m	m	m
1. Farský Karel,	Liberec	297,7	54,0	51,5	50,5
2. Vráblík Jan,	Gottwaldov	291,1	47,0	47,5	48,0
3. Dolňan Vojt.,	Banská Bystrica	279,7	45,5	45,0	44,0
4. Morávek K.,	Liberec	268,7	41,0	42,5	45,5
5. Kalous Frant.,	Ústí nad Labem	267,1	47,0	44,0	41,5
6. Doležal Lad.,	Jihlava	263,3	47,5	46,5	44,0
7. Tryzna Lad.,	MV Praha	260,7	41,5	43,5	43,5
8. Berger Mir.,	Liberec	256,7	47,5	47,5	47,5
9. Boháč Mir.,	voj. dorost.	252,1	40,5	40,5	40,5
10. Řehořek Josef,	Hradec Králové	248,8	42,0	45,5	43,5
11. Mokřý Slávek,	Jihlava	247,8	40,5	40,0	37,0
12. Groer Luboš,	Hradec Králové	245,3	44,0	47,0	48,0
13. Halneckovič L.,	KV Blava	240,9	41,5	42,5	40,5
14. Špindler Jan,	Hradec Králové	238,2	40,0	40,0	40,0
15. Meiznar Vlad.,	Hradec Králové	236,0	40,5	43,5	42,0
16. Novák Jar.,	Žilina	234,0	41,0	39,5	40,0
17. Mňuk Karel,	Liberec	231,3	40,5	39,5	45,0
18. Kuksa Milan,	Olomouc	229,2	40,0	38,5	36,5
19. Lipár Lud.,	Žilina	228,3	41,5	42,5	40,0
20. Kocián Ján,	Ústí nad Labem	226,5	38,0	35,0	38,0
21. Kliment Václav,	Jihlava	219,1	39,0	34,5	34,5
22. Ondrášek R.,	Ostrava	214,5	43,5	44,5	40,0
23. Tengelmayer L.,	Liberec	209,6	36,0	39,5	40,5

### SKOK PROSTÝ MLADŠÍ DOROSTENCI

		b.	m	m	m
1. Morávek Jiří,	Liberec	302,9	42,0	46,0	46,5
2. Řebák Milan,	Hradec Králové	299,4	39,0	46,0	47,0
3. Luňáček Lub.,	Liberec	298,6	44,0	45,5	46,5
4. Kutheil Josef,	Hradec Králové	293,8	44,0	49,0	46,5
5. Cardal Jar.,	Liberec	269,9	41,5	41,5	40,5
6. Osvald Juraj,	MV Blava	266,3	41,5	41,5	41,5
7. Malota Milan,	Gottwaldov	264,4	36,0	43,5	44,5
8. Pospíšil Vojta,	Jihlava	216,6	38,5	39,5	40,0
9. Sokolíček Josef,	Jihlava	252,1	40,5	40,5	40,0
10. Halkovič I.	KV Blava	215,6	34,0	34,0	34,5

### SDRUŽENÝ ZÁVOD STARŠÍCH DOROSTENCŮ

		Běh	Skok	Celkem
1. Farský Karel,	Liberec	238,6	211,8	450,4
2. Mazánek Karel,	Liberec	235,6	168,6	404,5
3. Dolňan Vojt.,	Banská Bystrica	229,1	173,4	402,5
4. Tryzna Jar.,	MV Praha	240,0	158,4	398,4
5. Novák Jar.,	Žilina	224,7	171,5	396,2
6. Meiznar Vlad.,	Hradec Králové	229,0	163,0	392,0
7. Štefan Ján,	MV Praha	233,6	157,1	390,7
8. Rázl Bohumil,	Pardubice	210,6	177,2	387,8
9. Riedel Lad.,	KV Praha	231,6	146,9	378,5
10. Cikrýt Zdeněk,	Olomouc	212,6	159,6	372,2
11. Boháč Miroslav,	voj. dorost	222,6	145,9	368,5
12. Šmíd Jindřich,	Ústí nad Labem	230,500	136,1	366,600
13. Macháček J.,	Banská Bystrica	229,358	137,2	366,558
14. Slimák Štefan,	Žilina	229,7	126,3	356,0
15. Jaroš Josef,	Jihlava	221,9	129,7	351,6
16. Vašek Oldřich,	Gottwaldov	199,0	148,3	347,3
17. Hacker Harry,	MV Praha	229,6	89,1	318,7
18. Müller Jiří,	Brno	196,9	92,1	289,0

### SDRUŽENÝ ZÁVOD MLADŠÍCH DOROSTENCŮ

		Běh	Skok	Celkem
1. Kutheil Josef,	Hradec Králové	240,0	197,5	437,5
2. Luňáček Lub.,	Liberec	217,0	195,4	412,4
3. Pospíšil Vojtěch,	Jihlava	234,5	170,8	405,3
4. Rázl František,	Liberec	215,5	182,2	397,7
5.—6. Kinzl B.,	Jihlava	225,250	166,1	391,350
5.—6. Sokolíček J.,	Jihlava	215,750	175,6	391,350
7. Cardal Jar.,	Hradec Králové	219,5	144,5	364,0
8. Winter Ivan,	Gottwaldov	186,0	173,7	359,7
9. Malota Milan,	Liberec	201,0	176,8	377,8
10. Surový Vojtěch,	Žilina	187,3	150,2	337,5
11. Pavelec Vlad.,	Ostrava	189,2	143,4	332,2

### Žádost St. Moritz o pořádání olympijských her 1960.

Kromě žádosti Innsbrucku a Garmisch-Partenkirchenu obdržel sekretář Mezinárodního olympijského výboru Otto Mayer také žádost St. Moritz o pověření uspořádáním olympijských her 1960. Ohlášení kandidatury bylo napsáno rukopisem na pergamentu a opatřeno obecní pečeti. K dokumentaci bylo přiloženo umělecké dílo ukazující možnosti hlavního města Engadinu uspořádat všechny olympijské

disciplíny v blízkém okolí a možnost ubytovat v okruhu 15 km 15.000 osob. Pergamentová listina a dokumentace byla Mezinárodnímu olympijskému výboru odevzdána v ručně vyrobené miniaturní engadinské truhle. Dokumentace obsahuje také odpovědi na dotazník Mezinárodního olympijského výboru, z nichž je patrné, že St. Moritz je schopen uspořádat kromě olympijských disciplín také rámcové soutěže sáňkařské skeleton, curling, pětiboj, závody vojenských hlídek a závody koní na sněhu.

# PŘEBORY LYŽAŘSKÝCH SPORTOVNÍCH ŠKOL DOROSTU

Ve dnech 1.—3. února ožilo Vrchlabí nezvyklým ruchem. Sjelo se sem přes 230 chlapců a děvčat z 12 lyžařských sportovních škol dorostu z Čech a Moravy, aby si navzájem změřili síly v tří denním zápolení o přebornické tituly LSŠD.

Lyžařské sportovní školy dorostu vznikly podle sovětského vzoru teprve před několika málo lety, ale již dnes můžeme pozorovat jejich velký vliv na zvýšení úrovně lyžování mládeže. Z řad LSŠD vyrostlo již mnoho dobrých závodníků i závodnic, kteří se umístili ve SHM na předních místech. Letošní první přebory LSŠD ukázaly, že školy se již oprostily od prvňáčků, „dětských nemocí“ a že bude nutno s jejich žáky v budoucnu počítat i v nejvyšších soutěžích.

První den se konal po slavnostním zahájení ve Vrchlabí běh přípravných tříd. Závodilo 41 chlapců a 36 děvčat. Chlapci běželi na těžkém rozmoklém sněhu 2 km, dívky 1 km. Všichni závod dokončili. Z chlapců byli nejlepší hoši z Tanvaldu, Nového Města na Mor. a z Vítkovic. U děvčat byly nejlépe připraveny Nové Město a Vítkovice. Druhý den závodů časné ráno odjeli všichni závodníci autobusy do Špindlerova Mlýna, kde bylo nádherné slunečné počasí a mráz —5 st. C. Na pořadu byly běhy 1. a 2. třídy a skoky.

Také druhý den prokázali svou převahu v bězích chlapci a děvčata z Nového Města, kteří se umístili na prvních místech. Dobře si vedli hoši z Jilemnice.

Skok, ve kterém startovalo 42 závodníků, se konal na dorosteneckém můstku ve Sv. Petru. Ve skoku se situace na předních místech změnila. Nejlépe stylisticky skákali chlapci z Vrchlabí a Harrachova.

Třetí den dopoledne jel se sjezdoslalom na Jankově kopci ve Vrchlabí. Na poměrně lehké, ale dobré trati, kterou postavil Zdeněk Pelc, startovalo 89 žáků v několika kategoriích. Při závodě bylo mlhavé počasí a těžký sníh.

Ve sjezdových závodech ukázali se jako nejlepší žáci a žákyně sportovní školy ze Svobody n. Ú., kteří získali většinu předních míst. Celé závody proběhly bez jediného úrazu a byly ceněným přínosem pro všechny účastníky. Pomohly k porovnání výkonnosti žáků jednotlivých sportovních škol, což dosud chybělo. Vedoucí škol si vyměnili treninkové i organizační zkušenosti. Organizace přeborů byla v mezích možností dobrá.

Všechny lyžařské sportovní školy dorostu by uvítaly, kdyby v příštím roce byly

uskutečněny nejen přebory škol z Čech a Moravy, ale i ze Slovenska, to jest v měřítku celostátním.

## Technické výsledky:

**Běh chlapci:** Přípravka (2 km): 1. Breth W., SŠD Tanvald, 10:15, 2. Kadlec J., SŠD Nové Město, 10:56, 3. Mánek J., SŠD Vítkovice, 10:59. 1. třída (5 km): 1. Pelaj J., SŠD Nové Město, 20:35, 2. Beneš O., SŠD Jilemnice, 21:06, 3. Pohanka J., SŠD Nové Město, 21:26. 2. třída (10 km): 1. Fiala J., Nové Město, 39:15, 2. Kuchař F., SŠD Nové Město, 40:04, 3. Mokřý J., SŠD Nové Město, 40:53.

**Běh dívky:** Přípravka (1 km): 1. Ondráčková M., SŠD Nové Město, 8:04, 2. Žaláská H., SŠD Vítkovice, 8:06, 3. Koudelová E., SŠD Nové Město, 8:32. 1. třída (3 km): 1. Krabcová, SŠD Nové Město, 11:23, 2. Kadlecová, SŠD Nové Město, 11:33, 3. Pospíšilová, SŠD Nové Město, 11:58, 2. třída (5 km): 1. Stejskalová, SŠD Nové Město, 23:14, 2. Stehlíková, SŠD Nové Město, 23:45, 3. Kučerová, SŠD Nové Město, 23:49.

**Skok chlapci:** Přípravka: 1. Rázl, SŠD Harrachov, 307,1 (22,5—26,5—26,5), 2. Motejlek, SŠD Harrachov, 306,8 (22,0—25,5—26,0), 3. Mánek, SŠD Vítkovice, 292,3 (22,0—24,0—25,0), I. třída: 1. Kraus H., SŠD Vrchlabí, 299,1 (23,5—24,0—25,5), 2. Pospíšil, SŠD Nové Město, 284,5 (23,0—24,5—23,5), 3. Luňáček, SŠD Tanvald, 280,8 (26,5—26,5—27,5), II. třída: 1. Špindler, SŠD Vrchlabí, 314,1 (27,5—27,0—27,0), 2. Mokřý, SŠD Nové Město, 293,1 (23,0—26,5—27,0), 3. Fiala, SŠD Nové Město, 265,7 (20,5—22,5—23,0).

**Sjezdoslalom dívky:** Přípravka: 1. Hejzmanová Jiřina, SŠD Svoboda, 35,2, 2. Žaláská, SŠD Vítkovice, 36,8, 3. Pešková, SŠD Vrchlabí, 40,4, I. třída: 1. Hejzmanová Hana, SŠD Svoboda, 45,6, 2. Dostálková, SŠD Svoboda, 49,0, 3. Vyšanská, SŠD Vítkovice, 49,2.

**Sjezdoslalom hoši:** Přípravka: 1.—2. Rázl, SŠD Harrachov, 32,8, Malotinský, SŠD Vrchlabí, 32,8, 3. Jeník, SŠD Harrachov, 33,0, I. třída: 1. Hanuš Kamil, SŠD Vrchlabí, 38,0, 2. Kraus, SŠD Vrchlabí, 39,6, 3. Honec Jar. SŠD Jilemnice, 39,8, II. třída: 1. Cerman Zdeněk, SŠD Svoboda, 30,6, 2. Miller Petr, SŠD Svoboda, 37,4, 3. Novotný J., SŠD Jablonec, 37,6.

IVAN HRABĚ



# VRACÍME SE KE KRAJSKÝM PŘEBORŮM

## Krajský přebor MVTVS Praha

Ve dnech 17.—22. ledna 1955 konal se ve Spindlerově Mlýně v Krkonoších krajský přebor MVTVS Praha. Pro nedostatek finančních prostředků musel být rozdělen na 2 části: v první polovině týdne byly uspořádány běžecké disciplíny, včetně závodů ve skoku prostém a sdruženém a v druhé polovině týdne se konaly disciplíny sjezdové. Toto uspořádání, které bylo nouzovým východiskem, ukázalo, že v budoucnosti se přebory tímto způsobem konatí nemohou s ohledem na závodníky samé. Zejména sjezdáři byli touto organizační poškození o možnost lepšího tréninku na sjezdových tratích, které nakonec ani technická komise nestačila upravit, i když na úpravu bylo použito všech činovníků (včetně rozhodčích). Zde nutno podotknouti, že ke zdolání těchto úkolů přispěli i závodníci sami, když se aktivně účastnili úpravy tratí. Běžci pak byli ochuzeni o nejkrásnější běžecký závod — závod rozestavný. Díváme-li se dnes s odstupem času na tento krajský přebor, vyvstávají lépe všechny tyto nedostatky, kterých je bezpodmínečně nutno se v budoucnosti zbavit a které by se vlastně nikdy neměly během různých závodů vyskytnout. Program všech soutěží byl dodržen až na jediný den, kdy pro sněhovou bouři nebylo možno běžecké tratě upravit, a tak pondělní závod žen v běhu na 5 km musel být o den odložen.

### Technické výsledky:

Běh 15 km: 1. Batěk 1:01,18 hod., 2. Seifert 1:03,41 hod., 3. Veselý Karel 1:03,50 hod., 4. Maleňák 1:04,35 hod., 5. Voldřich 1:05,27 hod.

30 km: 1. Batěk 2:06,09 hod., 2. Seifert 2:11,56 hod., 3. Chovanec 2:17,01 hod., 4. Novák Jiří 2:17,25 hod., 5. Štochl 2:17,50 hod.

Skok prostý: 1. Paska 299,1 bodu (37,5, 39,5 42 m), 2. Štoček 290,7 b. (38, 38,5, 41,5 m).

Slalom: 1. Pittl 125,8 vt., 2.—3. Nejdřl 138,6 vt., 2.—3. Louma 138,6 vt., 4. Reis 139,6 vt., 5. Žemlička 141,5 vt.

Obří slalom: 1. Pittl 1:48,9 min., 2. ing. Hromádka 1:54,9 min., 3. Nejdřl 1:56,6 min., 4. dr. Frössl 1:57,7 min., 5. Černoch 2:01,4 min.

Sjezd: 1. Nejdřl 1:39,2 min., 2. Žemlička 1:39,4 min., 3. ing. Sochor 1:39,9 min., 4.—5. Novotný a Šýč 1:43,3 min.

Sdružený závod: 1. Maleňák 425,5 b.,

2. Štoček 425,9 b., 3. Nejdřl 383,4 b., 4. Buchar Jiří 379,4 b.

Sjezdová trojkombinace: 1. Pittl 11,80 b., 2. Nejdřl 12,09 b., 3. ing. Sochor 26,96 b., 4. Chytráček 31,64 b., 5. Reis 34,46 b.

Trojkomboinace: 1. Nejdřl 646,2 b., 2. Buchar Jiří 612,5 b.

Ženy 5 km: 1. Mečířová 26,31 min., 2. Bártáková 26,53 min., 3. Fidlerová 28,32 min., 4. Ingrová 28,51 min., 5. Gířsová 29,30 min.

Ženy 10 km: 1. Mečířová 55,05 min., 2. Fidlerová 58,47 min., 3. Ingrová 1:00,30 hod., 4. Reichlová 1:01,00 hod., 5. Lašková 1:01,44 hod.

Slalom: 1. Balíková 129,3 vt., 2. Matková 130 vt., 3. Vančurová 133,1 vt., 4. Kovářová 140,3 vt., 5. Pánková 145,9 vt.

Obří slalom: 1. Matková 1:41,9 min., 2. Novotná 1:55,8 min., 3. Vančurová



Přebory SHM  
Vítěz běhu starších dorostenců  
Havlín na trati.

1:57,8 min., 4. Zívrová 1:59,9 min., 5. Müllerová 2:05,1 min.

Sjezd: 1. Matková 1:56,2 min., 2. Müllerová 2:01,2 min., 3. Zívrová 2:04,1 min., 4. Vančurová 2:11,2 min., 5. Balíková 2:13,8 min.

Sjezdová trojkombinace: 1. Matková

0,33 b., 2. Vančurová 27,39 b., 3. Zívrová 31,78 b., 4. Novotná 37,07 b., 5. Kovářová 49,14 b.

Dvojkombinace: 1. Matková 480 b., 2. Zívrová 458 b., 3. Hlaváčková 434,3 b., 4. Jurajdová 379,9 b., 5. Girssová 379,8 b.  
MIREK KNOBLOCH

## Přebor v klasických disciplínách Gottwaldovského kraje

Byl uspořádán v Rožnově p. Radh. ve dnech 21.—23. ledna 1955. Pořádající TJ Jiskra Rožnov nebylo dopřáno uspořádat přebory v pěkném valašském městečku Rožnově p. Radh., kde byly běžecské tratě s největší pečlivostí vybrány a připraveny, rovněž tak nově vybudovaný lyžařský mústek s kritickým bodem 57 m. V důsledku zvlášť nepříznivých sněhových podmínek byly běžecské disciplíny přeloženy do prostoru Soláně a závody ve skoku na lyžích do údolí Leskoveho a Velkých Karlovic.

Pořádající oddíl TJ Jiskra Rožnov za spolupráce členů okresní lyžařské sekce ve Valašském Meziříčí zhostil se svého úkolu přes veškeré ztížené podmínky velmi dobře, čímž závod proběhl podle rozpisu soutěže. Běžecské disciplíny se vyznačovaly zvlášť dobrou úrovní u mužů, kde z celkového počtu 45 závodníků startovali 4 nositelé I. a 12 II. výkonnostní třídy. Slabou stránkou byla účast žen, kde startovalo na 5 a 10 km pouze 7 žen. Ve skoku prostém startovalo 13 závodníků a ve skoku sdruženém 8 závodníků. Proti starším zkušeným závodníkům, kteří po několik roků drželi primát v rámci kraje, proboujvali se na vedoucí místa mladí závodníci, jako bratři Solanští z Rožnova, Pospíšil z Otrokovic a loňský dorostenec Janča ze Vsetína. U žen na sebe upozornila zlepšeným výkonem Jarka Horáková

Technické výsledky:

Závod mužů na 15 km: 1. Zdeněk Solanský 55:41 min., 2. Pospíšil 55:44 min., 3.

Ondřej Solanský 57:31 min., 4. Emil Janča 58:13 min., 5. Bohuš Kosour 58:36 min. V tomto závodě splnilo 6 závodníků podmínky I. výkonnostní třídy, z nichž 4 si třídu obnovili a 2 závodníci ji získali po prvé.

Běh žen na 10 km: 1. Jarka Horáková 42:54 min., 2. Zđ. Jugasová 43:45 min. (obě Spartak Gottwaldov), 3. Lola Martínová (Jiskra Otrokovice) 46:21 min.

Běh žen na 5 km: 1. Jarka Horáková 22:04 min., 2. Zđ. Jugasová 22:14 min., 3. M. Charvátová 23:03 min.

Závod v běhu rozestavném: Muži 4X10 km: 1. Spartak Z Vsetín (Jiří Trhlík, Josef Vaněk, Emil Janča, Bohuš Kosour). — Ženy 3X5 km: 1. Jiskra Otrokovice (Marie Tománková, R. Kosková, L. Martínová).

Sdružený závod — skok a běh: 1. Bohuš Kosour (Spartak Z Vsetín) 431,6 bodu, z. Zdeněk Solanský (Jiskra Rožnov) 419,1 b., 3. Ant. Adámek (Jiskra D. Bečva) 393,4 b. Skok prostý: 1. Josef Brettschneider (Spartak Z Vsetín) 310,2 bodu, 2. Milan Žingor (Spartak Rožnov) 302,0 b., 3. Bohuš Kosour (Spartak Z Vsetín) 300,9 b.

Při krajských přeborech byl uspořádán kurs rozhodčích II. třídy, který byl zakončen zkouškami při skoku prostém. Účastníci splnili předepsané podmínky. Jsou to: PhMr. Adolf Vojáček (okres Val. Klobouky), Svata Dvořáčková (okres Val. Meziříčí), J. Dvorský, Jan Marák, Lad. Hovorňa, Mir. Kulišták, Radko Límhart (všichni z okresu Val. Meziříčí).

FRANTIŠEK PAKOSTA,

## Úspěchy gottwaldovských lyžařů

Ve dnech 5.—6. února byla provedena II. část zimní spartakiády kraje Gottwaldov ve sjezdových disciplínách a vytrvalostním závodě v běhu mužů a žen na 30 a 50 km.

Tyto přebory se konaly za velmi nepříznivých sněhových podmínek, na rozbrzděném, místy zledovatěm sněhu. Krajský závod ve sjezdových disciplínách se jel na nové sjezdové trati v Dolní Bečvě, která je jednou z nejtěžších sjezdovek u nás. Délkou a výškovým rozdílem vyžaduje od závodníků vyspělost jak tech-

nickou, tak hlavně odvahu a tvrdost ve sportovním zápolení, kterého vlastnosti postrádá většina našich závodníků lyžařů. Ve speciál slalomu mužů startovalo 67 závodníků a z toho plných 50% bylo diskvalifikováno za neprojetí branek, kterých bylo postaveno celkem 48 podle mezinárodních pravidel. Vítězem a zároveň přeborníkem kraje stal se Zdeněk Fiala (TJ Spartak Gottwaldov) v čase 121,7 vt. Přebornici žen na stejné trati, zkrácené o 5 branek, stala se Milena Pelanová (TJ Spartak Val. Klobouky) za 156,7 vt. Obří

slalom vyhrála Zdena Jurasová (TJ Spartak Gottwaldov) časem 2:05,7 min.

Fiala získal pro sebe vítězství ve sjezdu. Stal se trojnásobným přeborníkem a potvrdil svou houževnatost, že patří do řad našich nejlepších sjezdařů. Původní trať musela být zkrácena a měřila 2400 metrů s výškovým rozdílem 540 metrů, s horní částí zledovatélou a ve spodní části úplně s jarním firnem. Jeho docilený čas byl 1:47,06 min., na druhém místě se umístil Jirí Vlček (Kroměříž) za 1:49,2 min. Přebornický titul žen ve sjezdu získala Irena Pančošková (TJ Spartak Gottwaldov) za 1:51,1 min. Celkem se těchto přeborů zúčastnilo 214 závodníků, zástupců jednotlivých okresů kraje Gottwaldov.

## Přebory KVTVS Plzeň

Ve dnech 28.—30. ledna 1955 se konaly v Hojsové Stráži na Šumavě krajské přebory. Sněhové poměry v těch dnech byly v tomto nově se tvořícím lyžařském středisku kraje Plzeň velmi špatné. Jelikož v Hojsové Stráži nebylo po sněhu téměř ani památky, muselo se za sněhem chodit jednak do vyšších poloh a jednak do lesa, kde ležel místy pěkný prašan. Přesto, že v tomto středisku mají přednější lyžaři postaveny standardní běžecké tratě, které jsou přesně změřeny, musela technická komise stavět tratě nové, a to většinou v lese. Přes velké potíže, které se stavěly v cestu při konání závodů dobrovolným pracovníkům, možno říci, že soutěž měla hladký průběh. To však nutno přičíst k velké obětavosti lyžařských pracovníků. Úroveň závodníků v kraji Plzeň rok od roku stoupá vlivem dobře prováděné celoroční činnosti. Přední závodníci pracují podle celoročního plánu, který je TR kontrolován. Procento výkonnosti mezi 1. a 10. závodníkem se stále lepší. Současně s krajským přeborem byl uspořádán veřejný závod, kterého se zúčastnili ti závodníci, kteří se nekvalifikovali do přeboru.

### Technické výsledky:

Sjezd ženy: 1. Pechová (Plzeň) 1:31,6 min., 2. Mašková (Sušice) 1:37 min.

Sjezd muži: 1. Martínek (Hor. Týn) 0:52,4 min., 2. Pelc (Plzeň) 0:56 min.

St. dorost: 1. Píterman (Plzeň) 0:34,4 min.

St. dorostenky: 1. Kršková (Plzeň) 0:53,4 min. — Ml. dorost: 1. Kořan (Plzeň) 0:58,8 min. — Ml. dorostenky: 1. Šnebergrová (Plzeň) 2:03,4 min.

Obří slalom: muži: 1. Pelc (Plzeň) 1:15,8 min., 2. Zđ. Valeš (Plzeň) 1:20,4

V tomto kraji rostou nám dobří a zdatní lyžaři díky vyspělosti jejich cvičitelů, kteří vychovávají nejen lyžaře-závodníky běžce a sjezdaře, ale také řady pracujících vyučují v jízdě na lyžích. Vytrvalostního krajského přeboru na 30 a 50 km, který se konal v Hostfýnských horách na Tesáku, zúčastnilo se celkem 60 závodníků, kde bojovali taktéž za ztížených podmínek o prvenství. V běhu na 30 km zvítězil Josef Pospíšil (TJ Jiskra Otrokovice) v čase 1:51,21 hod. Běh na 50 km rozhodl pro sebe Zdeněk Solanský (TJ Jiskra Rožnov) za 3:30,08 hod.

JAN VITÁSEK

min. — Ženy: 1. Mašková (Sušice) 1:01 min., 3. Dobrá (Rokycany) 1:16,4 min.

Slalom: muži: 1. Liška (Plzeň) 72,4 vt., 2. Našinec (Plzeň) 81,4 vt. — Ženy: 1. Mašková (Sušice) 111,2 vt., 2. Pechová (Plzeň) 153,6 vt.

Trojkombinace sjezdová: muži 1. Liška (Plzeň) 20,45 b., 2. Našinec (Plzeň) 39,55 b. — Ženy: 1. Mašková (Sušice) 5,75 b., 2. Pechová (Plzeň) 64,47 b.

Běh 10 km dorost st.: 1. Kuželka (Domažlice) 27:46 min.

Běh 5 km dorostenky st.: 1. Stixová (Klatovy) 24:55 min.

Běh 5 km dorostenci ml.: 1. Prokopec (Blovce) 20:16 min.

Běh 3 km dorostenky ml.: 1. Šnebergerová (Plzeň) 12:56 min.

15 km: 1. Jírka (Plzeň) 40:31 min., 2. Šmíd (Plzeň) 40:36 min.

10 km ženy: 1. Peřinová (Plzeň) 43:07 min., 2. Šnebergerová (Plzeň) 43:31 min.

K trati na 15 km nutno uvést, že vlivem kritických sněhových poměrů neměla tato předepsaná délka. Z uvedených výsledků je jasně vidět převahu závodníků z Plzně, kteří až na několik málo výjimek získali téměř ve všech disciplínách přebornické tituly.

Závěrem je nutno podotknout, že je třeba velmi rychle dobudovat lyžařské středisko v Hojsové Stráži, aby byl umožněn lepší trénink plzeňských lyžařů. Je nutno vybudovat chaty, kde by bylo možno závodníky řádně ubytovat, aby nemuseli dojíždět v poslední chvíli z celého okolí. Doufáme, že i tato snaha plzeňských lyžařů bude v brzkou korunována úspěchem a že se dočkají konečně toho, po čem všichni tolik touží.

MIREK KNOBLOCH

# BPN — 23.018 ÚČASTNÍKŮ

Je to radostná skutečnost. Lyžařského běhu na výzvu Pionýrských novin se letos zúčastnilo 23.018 chlapců a děvčát ze 296 škol. Tento závod byl letos, jako pře-



*Ze záběrů na zimní části ICS  
Felix při jednom ze svých skoků.*

dešlá léta, vyhlášen pro chlapce a děvčata ve věku 11—14 let, v těchto kategoriích: děvčata 11—12 let na trati 1 km za 10 min., chlapci 11—12 let na trati 1 km za 10 min., děvčata 13—14 let na trati 1 km za 9 min., chlapci 13—14 let na trati 2 km za 15 min.

I. kolo pořádala pionýrská skupina nebo školní tělovýchovná jednota a úkolem bylo, aby se ho účastnil co největší počet žáků ze školy. II. kola proběhla na okrese mezi jednotlivými školami, které vyslaly do závodu jedno nebo více čtyřčlenných družstev na každou kategorii. Hodnocení závodu bylo jednoduché. Vítězí škola, která má největší procento účastnivších se žáků ze školy a největší procento těch, kteří dojeli závod v stanoveném časovém limitu.

Krásný a velmi výchovný moment na těchto závodech je to, že nejde jen o vítězství jednotlivce v té které kategorii, ale že záleží i na výsledku toho posledního závodníka. Všichni se proto snaží ze všech sil, aby svým výkonem přispěli k nejlepšímu výsledku a konečnému pořadí své školy. V tom je ušlechtilý rys celého závodu. V dopisech, které docházely do redakce Pionýrských novin, jsme četli mnoho pěkných příkladů obětavosti závodníků a někdy i těch, kteří závod ze zdravotních důvodů nemohli jet. Někteří pionýři psali, jak se na závod plánovitě a soustavně po celý rok připravovali. Tak Jaroslava Čechová ze 6a třídy v Novém Městě na Moravě píše, že se na závod začala připravovat již v létě, kdy chodila plavat a otužovala se i za chladného počasí. Na hřišti běhala a skákala a jakmile napadl sníh, hned začala s přípravou na lyžích. Každý den odpoledne běhala, jak píše, nejdřív malý kousek, pak větší, až celou jednokilometrovou trasu. Potom závodila na školních závodech a konečně zvítězila ve své kategorii na okresním kole tohoto závodu. Nakonec slibuje, že se bude ještě více připravovat, aby i v příštích závodech byla první a jako závodnice se mohla podívat i do Krkonoš a do Tater. To je dopis vybraný namátkou z mnoha, ze kterých ze všech se dočítáme radost a chuť do čestného závodění a touhu přispět své škole, svému kolektivu, k nejlepšímu výsledku. V jiném dopise čteme touhu vyrovnat se svým výkonem jednou našim předním závodníkům — reprezentantům, kteří se narodili v jejich okrese a ve kterých právem vidí své vzery. Jako ve Žďáru v Balvínovi nebo ve Frenštátě v Parmovi, Pituchovi a Bajerové.

Výsledky závodů byly velmi vyrovnané a o pořadí rozhodovaly často jen deseti-

ny bodu. Výsledok nakoniec ukázal, že na prvom mieste se umiestili dve školy: osmieletka Hejnice, okres Frýdlant a osmieletka Staré Město pod Sněžníkem. Obě tyto školy nejsou víťazem po prvé. Hejnice v tomto závode zvitězily v roce 1952 a 1953 a Staré Město vloni 1954. Letos musel o víťazí rozhodnout závod mezi oběma školami, který se uskutečnil v pionýrském táboře na Seči. Jako vítěz vyšla z tohoto závodu opět osmieletka Staré Město pod Sněžníkem a získává putovní vlajku Pionýrských novin a pohár věnovaný ÚV ČSM. Další školy, v pořadí až do 100, obdržely věcné ceny a diplomy. Pořadí nejlepších škol:

1. osmieletka Staré Město pod Sněžníkem,
2. osmieletka Hejnice, okres Frýdlant,
3. osmieletka Nové Město na Moravě,
4. osmieletka Nové Město pod Smrkem,
5. I. osmieletka Turnov,
6. osmieletka Brodek u Konice,
7. osmieletka Studenec, okres Jilemnice,

8. jedenáctiletka Nové Město na Moravě,  
9. osmieletka Železná Ruda,  
10. osmieletka Vítkovice, okres Jilemnice.

O provedení tohoto masového závodu v běhu na lyžích se zasloužily hlavně pionýrské skupiny na školách, učitelé a co je potěšující, v hojném počtu i pracovníci lyžařských oddílů a lyžařských sekcí OVTVS, kteří pomáhali vytýčovat tratě, a jako rozhodčí v cíli.

Naším lyžařským cvičitelům a trenérům doporučuji, aby si více všímali naší mládeže na školách, která má tolik elánu a chuti do závodění na lyžích a pomohli jim. Zvláště osmieletky ve Starém Městě a v Hejnicích, které dokázaly tak krásné výsledky. Ale všude, na každé škole, čekají stovky dětí na lyžařské cvičitele a trenéry, kteří by jim pomohli, poradili co jak dělat. Pak nám budou vyrůstat Cardalové, Bělonožníkové a Krajňákové jako houby po dešti k prospěchu naší lyžařiny.

VÁCLAV ČERVENKA,  
předseda komise mládeže LS SVTVS

## VII. zimné olympijské hry v Cortině d'Ampezzo

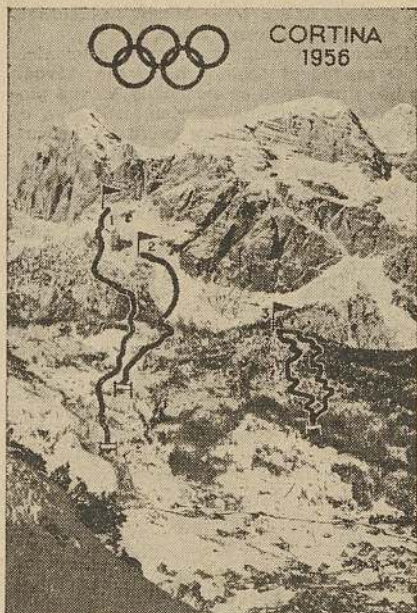
V poslednej časti mojích informatívnych článkov z dejiska VIII. zimných olympijských hier 1956 z Cortiny d'Ampezzo budem sa zaoberať s traťami pre sjazdové disciplíny.

Pre tieto disciplíny má Cortina d'Ampezzo skutočne ideálne podmienky, čo konečne je čiastočne vidieť aj z pripojeného obrázku. Okolné vysoké hory poskytujú vhodnejšie terény pre sjazdové disciplíny ako napr. pre bežecké disciplíny. A možno právom očakávať, že do tejto »Perly Dolomit« zide sa najlepšia svetová sjazdárska konkurencia.

### Sjazdová dráha mužov:

Bola v strednej časti znovu vysekaná a vcelku je celkom odlišná od starej FIS trate 1940. Dĺžka je asi 3600 m, výškový rozdiel 940 m. Štart trate je vo výške cca 2300 m asi 240 m od chaty Duca d'Aosta. Trať začína asi 150 m dlhým dosť rudkým hladkým sjazdom, medzi 2 skaly (šírka asi 5 m), potom ďalší hladký sjazd cca 100 a mierny vybeh na rovinu dlhú asi 50 m, ktorá v počiatkovej rýchlosti neznamená vcelku žiadne zvláštne brzdenie a je

len miernym oddychovým miestom pred najťažšou časťou trate. Výška cca cca 2050 m. Odtiaľto trať prudko klesá v kosodrevinovom a smerkovom lese. Séria prudkých zátačiek, 3 prudké padáky na trati širokej od 25—50 m, posledná prudká zátačka v odvrátenom svahu doprava znamená prechod na miernejšiu spodnú časť. Uvedená zátačka je najnebezpečnejšia, pretože v odklonená oproti svahu vo veľkom uhle. Drevený vysoký plot obložený slamou chráni pred vážnejšími úrazmi. Spodná časť v lese sa vyznačuje »húpačkami« a je veľmi pestrá a poskytuje sjazdárvi radosťný pôžitok (ovšem treba si odmyslieť priamo nadlúckú drinu strednej časti). Z tejto časti prechádza sjazd na lúky mierne sklonené, kde býva opreté slnko a tak táto časť je pomalá a bude tu hodne záležať na mananí. Trať najmä s jej strednou časťou sa radí k vyspelým alpským sjazdárskym traťam.



Tofona — štít z ktorého pôjdu všetky sjazdové disciplíny VII. ZOH v Cortina d'Ampezzo

#### Sjazdová dráha pre ženy:

Tvorí bývala sjazdová trať mužov 1940. Trať má hodne spoločného s tatarskou ženskou sjazdovkou aspoň pokiaľ ide o »generál šūs«. Dĺžka trate je cca 2100 m a výškový rozdiel cca 600 m. Štart trate je niečo vyššie nad chatou odkiaľ pomerne dosť prudkým sjazdom dostávajú sa pretekárky na dlhý svah skoro na vlas podobný tatarskému len asi raz tak dlhému. Z toho svahu prichádza miernejšia, ale vlnovitá časť paralelná mužskému sjazdu a pokračovanie je opať na lúkach ako mužská sjazdovka. Trať je rýchla a technická len v spodnej časti.

#### Obrovský slalom mužov i žien:

Bude s najväčšou pravdepodobnosťou prebiehať na sjazdovej trati ženskej. Trať bude bez zvláštnych terenných, technicky náročných častí.

#### Slalom mužov i žien:

Bude prebiehať na slalomovom svahu Col Druscie, ktorý je všeobecne používaný pre medzinárodné preteky. V roku 1953 bol svah rozšírený, takže je možné na ňom postaviť 2 slalomové trate. Svah je veľmi terénne členitý, v strednej časti pomerne prudký, inak horná a spodná časť je značne miernejšia. Výškový rozdiel trate pre mužov cca 240 m a pre ženy cca 150 m.

Spojenie na všetky tieto trate, ktoré sa nachádzajú v jednom horskom masive, je sedačkovým výťahom. Tento je vzdialený od centra asi 10 min. V prvom úseku výťahu dostane sa pretekár k cieľu slalomu, na konci druhého úseku dostane sa tesne k štartu slalomu. Tu je i ďalšia chata. Štart slalomu je asi 15—20 m od chaty, čiže v prípade zlého počasia môže pretekár byť v chate až tesne pred svojím štartom. Okrem toho bežne sa môže vozit výťahom len v trase slalomového svahu.

Ďalej je mierny sjazd asi 5 min. k tretiemu úseku výťahu, tento končí už pri spomínanej chate Duca d'Aosta. Od chaty asi 5 min. je štart sjazdu žien a obr. slalomu mužov a žien. K štartu sjazdu mužov je potrebné zatiaľ ísť peši asi  $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$  hodinu. Taliani chcú do olympiady vybudovať aj tu malý výťah. V prípade tréningu sjazdu je možno sa ovšem »viezť« až k nástupnej stanici výťahu a znovu len nasadnúť a odvieť sa hore. Teda tréningové možnosti sú veľmi dobré.

V prípade nepriaznivých snehových podmienok ako náhradný terén slúžia svahy Tondi d'Faloria, oproti Tofane (svah už popisovaných tratí — fotografický snímek).

Pokúsil som sa v krátkosti uviesť všetky veci, ktoré by poskytli obraz o rozsahu príprav na VII. ZOH a ktoré by liežarske trate a mostík priblížili našim pretekárom, ktorí sa pokúsia dosiahnuť čestné úspechy farbám nášho štátu na VIII. zimných olympijských hrách v Cortine d'Ampezzo. Všetci im budeme držať palce a oni musia svoju prípravu ešte zintenzívniť, zosilniť, aby v takej silnej konkurencii čestne obstáli.

JÁN MRÁZ

# Společné základy přívratné a snožné techniky

Podíváme-li se na metodické lyžařské řady v době za posledních dvacet let vidíme, že vždy vyčerpávají prvky nejen přívratné, ale i snožné techniky. To se však nemůže tvrdit o mnohých lyžařských kursech posledních dob. V těchto převládalo vyučování buď přívratnou nebo snožnou technikou. Kurzy vychovávaly tak lyžaře jednostranné, kteří tím, že nikdy nezvládli všechny prvky přívratné a snožné techniky spolu s během a skokem, nemohli se pustit do terénu za obtížných sněhových a povětrnostních podmínek. To mělo za následek, že veškerá lyžařina se v poslední dobu zas prováděla v blízkosti chat na upravených terénech.

Od loňského roku zásluhou lyžařské a turistické sekce SVTVS je propagována zimní lyžařská turistika nejen z důvodů braných, ale i pro posílení vlastenecké výchovy. Aby lyžaři takové úkoly dobře zvládli, je nutno, aby byli v kursech všestranně připravováni především pro terénní jízdu. Z obsahu kursu se musí odstranit samoúčelnost a jednostrannost výcviku.

Prozkoumáme-li dosavadní způsob výcviku přívratné a snožné techniky, vidíme, že vyučování mnohdy se nedělo na společných základech.

Rozobereme si proto základní prvky v obou těchto způsobech jízdy.

Chceme-li změnit směr jízdy použitím přívratu, stačí když vnější lyži zatížíme více než lyži vnitřní. Výhodou postavení vnější lyže do přívratu je to, že je již dán nový směr jízdy. Podíváme-li se na stopy lyží, vidíme, že se zatížení obou lyží střídá, takže se nám jeví jako jízda, kde se tíže přenáší s lyže vnitřní na vnější.

Probereme si nyní ze snožné techniky na příklad snožnou kristianí. Měníme-li směr snožnou kristianí, musíme dostat do nového směru obě lyže současně. To se děje odlehčením pater lyží a rotací těla. Odlehčení pater lyží provedeme snížením těžiště nebo ztížením špiček spolu s odlehčením až vykopnutím pater lyží (u spodního tahu). Rotace po odlehčení pater musí nastat bezprostředně, aby odlehčené patky lyží se nám rychle posunuly do nového směru. Nyní se podíváme na pohyby, které mají vliv na střídavé zatěžování lyží. Dobře provedeným rozkmihem zatěžujeme vnitřní lyži. Mnohdy se lyžaři domnívají, že rozkmihu používáme jen jako protipohybu pro rotaci, aby působnost její byla delší. Má tedy rozkmih dvě funkce. Při dokončování snožné kristianie přecházíme vlastně do jízdy šikmo svahem a pro šikmou jízdu platí pravidlo o zatížení vnější lyže. Proto po dokončování rotace musíme postavit tělo nad lyže tak, aby vnější lyže byla více zatížena. Z tohoto vysvětlění je jasné, že pravidlo střídavého zatěžování lyží, to je vnitřní lyže, obě lyže, vnější

lyže platí nejen pro přívratnou techniku, ale i pro snožnou.

V tom případě, že lyžař přežene rotaci, zatíží více vnitřní lyži, která mnohdy mu na nerovném nebo umrzlém terénu podklouzne a lyžař padá. Zatížení lyží v tomto případě se jeví jako jízda po lyži vnitřní, obou, vnitřní. Taktó prováděná kristianie se liší zatížením lyží od zatížení lyží v přívratné technice.

Toto zatížení lyží se při nácviku může provést různým způsobem a nacvičit tak různou metodou. Velkého úspěchu však dosáhneme, když při nacvičování přívratné a snožné techniky použijeme pro zatížení lyží jednoho prvku, který bude pro všechny jízdy společný.

Takovým společným prvkem pro zatížení vnější lyže může být na příklad odklon od svahu. Při šikmé jízdě zatížíme dobře vnější lyži odklonem a snížením vnějšího ramene. Při provádění pluhového oblouku též odklon vydatně pomáhá zatížení vnější lyže. A při snožné kristianii též snížení vnějšího ramene spolu s odklonem ihned po dokončování rotace zatěžuje dobře vnější lyži.

Jestliže nacvičování přívratné a snožné techniky se bude provádět na základě přenášení váhy a postupném zatěžování lyží, může se jejich učení co nejlépe prolínat. Rozvedu na příklad onu část metodické řady, která se zabývá oběma technikami.

Po nacvičování přímého sjezdu učíme brzdění pluhem. Dále zařazujeme pluhový oblouk z přímé jízdy jako prvek pro zastavení. Po nacvičení jízdy šikmo svahem pokračujeme smykem a sesouváním. Navazujeme snožnou kristianii přímo po spádnicí, přívratnou kristianii od svahu, přívratným obloukem se šikmé jízdy a končíme snožnou kristianii od svahu. Při čemž toto rozvedení není dogma. Prvky můžeme si přeargumentovat podle výspěstlosti cvičenců, podle nedostatku provedení určitého cviku, podle terénních a povětrnostních podmínek.

Každý cvičitel, který při učení přívratné a snožné techniky bude dbát těchto zásad pro správné zatížení lyží, usnadní tím žákům jejich provádění.

VLADISLAV ČEPELÁK

# Zprávy z ciziny

## Poolympijské zimní hry v Moskvě

Sovětská lyžaři hodlají uspořádat po olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo velké mezinárodní lyžařské závody v Moskvě a v jiných místech SSSR za účasti všech předních závodníků olympijských her.

## Pět mistrovských titulů v rodině

Při mistrovstvích západního Německa ve sjezdových disciplínách v Berchtesgadenu získali sourozenci Lanigovi pět mistrovských titulů. Evi Lanigová vyhrála obří slalom, sjezd a trojkombinaci, Hanspeter Lanig vyhrál sjezd a slalom. Západoněmeckým mistrem v trojkombinaci je P. Schweiger, který byl druhý ve sjezdu a v obřím slalomu a osmý ve speciálním slalomu.

## Finský trenér sovětským skokanům.

Bývalý mistr Finska ve skoku na lyžích Lauri Pietikainen, starší bratr mistra světa Matti Pietikainena obdržel nabídku, aby trenoval sovětské skokany.

## Z Mekky finských lyžařů

Známé finské zimní sportovní středisko slavilo dvoje jubileum: město Lahti slavilo 50 let svého trvání a tradiční závody Salpausselkä byly pořádány po 30. Těmto závodům přihlíželo první den 40.000, druhý den 50.000 a třetí den (neděle) 80.000 diváků.

## Sjezdové závody v závody v zahraničí

**Sestriere (Itálie):** sjezd 2500/750 m: 1. Oberaigner (Rak.) 1:58,1 min., 2. Duillard (Fr.) 1:59,9 min., 3. Schneider (Rak.) 2:01,3 min. Slalom: L. Pasquier (Fr.) 1:26,5 min., 2. Alberti (Itálie) a Hillbrand (Rak.) 1:26,8 min.

**Chamonix (Švýcarsko):** sjezd — ženy: M. Berthodová (Švýc.) 2:50,6 min., 2. S.

Thiollièreová (Fr.) 2:56,3 min. — Sjezd — muži: 1. E. Oberaigner (Rak.) 2:38,9 min., 2. W. Schuster (Rak.) 2:40,5 min. — Slalom — muži: 1. E. Hinterseer (Rak.) 1:19,6 vt., 2. W. Schuster (Rak.) 1:20 vt. — Slalom — ženy: 1. T. Leducová (Fr.) 1:17,9 vt., 2. L. Blattlová (Rak.) 1:18,1 vt. — Sdruž. závod: muži: 1. Schuster 1:17 b., 2. Hinterseer 2:98 b., 3. Oberaigner 3:85 b., 4. G. Pasquier (Fr.) 5:92 b., 5. J. Couttet (Fr.) 7:07 b., 6. M. Julien (Švýc.) 7:80 b. — Ženy: 1. M. Agnelová (Fr.)

**Holmenkollen (Norsko):** obří slalom — muži: 1. A. Sjaastad (Nor.) 2:07,8 min., 2. A. Nilsson (Švéd.) 2:10,3 min., 3. V. Taljanov (SSSR) 2:10,4 min. — Ženy: 1. E. Sidorova (SSSR) 15:7,1 min., 2. In. Englund (Švéd.) 1:57,7 min., 3. M. Hvammen (Nor.) 1:59,2 min. — Sjezd — muži: 1. A. Sjaastad 2:06,6 min., 2. S. Rokne (oba Nor.) 2:09,9 min. — Ženy: 1. H. Hvammen (Nor.) 1:53,1 min., 2. E. Sidorova (SSSR) 1:59,5 min.

**Mistrovství Francie:** obří slalom: 1. J. Couttet 1:53,8 min., 2. G. Pasquier 1:55,9 min., 3. F. Baud 1:56,1 min., 4. de Huertas 1:58,4 min., 5. Bozon 1:58,7 min. — Ženy: J. Nevière 1:36,3 min., 2. S. Thiollière 1:36,4 min. — Slalom — muži: 1. Lacroix 1:03,2 vt., 2. Couttet 1:03,6 vt. — Ženy: 1. Leduc 96,4 vt. Sjezd — muži: 1. A. Duillard. — Ženy: E. Bolileu.

**Mistrovství USA:** muži: slalom (2 jízd) po 610/270 m, 51 branek: 1. R. Miller 108,8 vt. — Sjezd (2.575/672 m): 1. Ch. Igaya (Japonsk. stud. v USA) a B. Beck 1:53,3 min. — Sdruž. závod: 1. Ch. Igaya 3:11 b. — Ženy: slalom (2 jízd) po 800/203 m, 45 branek: 1. Lawrence-Mead 132,0 vt. — Sjezd (2 jízd) po 800/215 m = 1600/430 m): 1. Andrea Lawrence-Mead 2:13,5 min. Sdruž. závod: Andrea Lawrence-Mead 0 bod.

**V. LYŽAŘSTVÍ**, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha. Praha duben 1955.

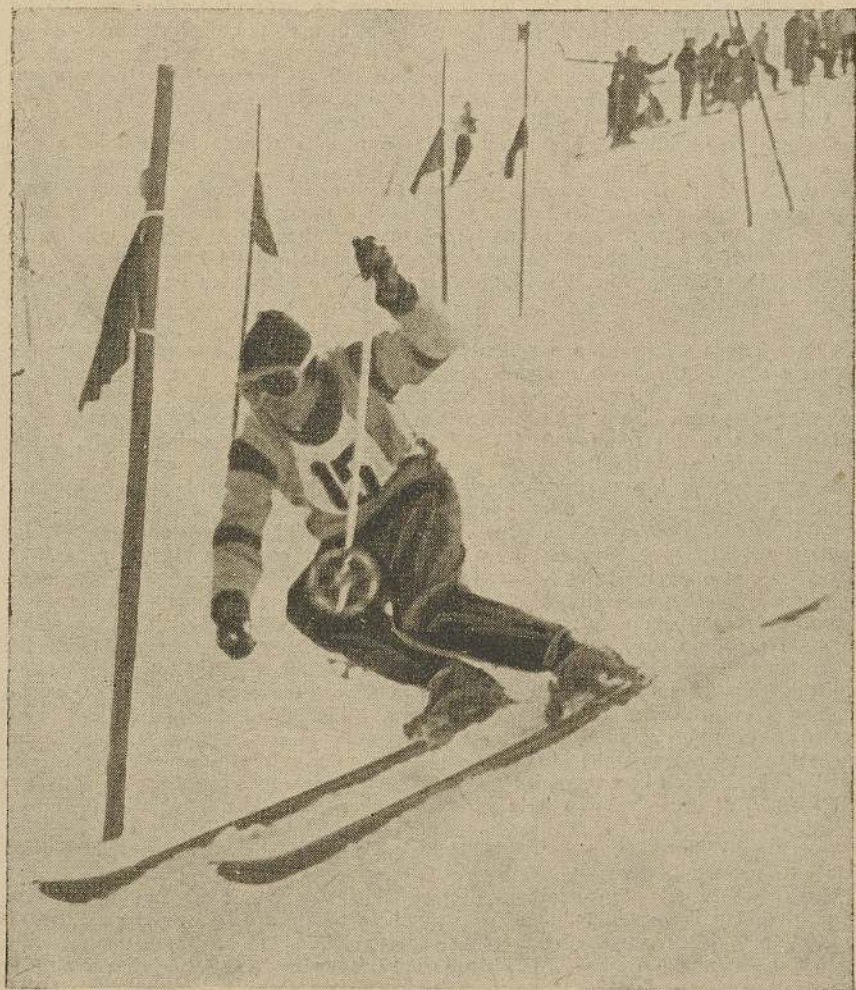


# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 5

PNS 208

KVĚTEN 1955



*Sovětský závodník Taljanov na trati slalomu při Velké ceně Slovenska*

# Deset let výstavby socialismu, deset let rozvoje sjednocené tělovýchovy

KAREL SMOLA,  
předseda lyžařské sekce SVTVS.

Naše vlast žije v roce radostných oslav 10. výročí osvobození naší země Sovětskou armádou. Deset let uběhlo od chvíle, kdy na pražských ulicích hřměly sovětské tanky, které na přímý rozkaz Stalina přišly osvobodit Prahu od besněcích fašistů. Od této doby začíná skvělá kapitola československých dějin. Československý lid se stal znovu svobodným. Svobodným nejen z hitlerovské okupace, ale též se osvobodil od závislosti na západních státech. Po prvé ve svých dějinách se stal pracující lid pánem ve své vlasti, po prvé mohl vzít svůj osud do vlastních rukou. Za doby celých svých tisíciletých dějin neprožil československý lid tak hluboké hospodářské, společenské, politické a kulturní přeměny jako právě v tomto desetiletí. Tento historický přelom v životě našeho národa byl umožněn dík existenci sovětského státu a vítězství, jehož dosáhla hrdinná Sovětská armáda nad německým fašismem. Sovětský svaz nás nejen osvobodil, ale od první hodiny, kdy byly vyhnány fašistické hordy, poskytoval a poskytuje našemu lidu přátelskou nezištnou podporu, a to na všech úsecích hospodářského a kulturního života, tedy i v tělovýchově. Za této podpory buduje náš lid krásné perspektivy socialistického života. Ano, deset let buduje náš lid svou šťastnou budoucnost, svou krásnou vlast.

V souvislosti s desetiletým budováním socialismu v naší vlasti prošla houřlivým vývojem i naše tělovýchova a sport. Po květnové revoluci jsme převzali tělovýchovu a sport, která byla morálně narušena nejen z doby okupace, ale též bývalou buržoasní republikou, a to špatnou výchovou naplněnou buržoasními prvky. Sport nebyl sportem, ale byl obchodním artiklem různých makléřů, kteří mrzачili morálku našich sportovců. Měla-li tělovýchova a sport splnit úkoly, které jsou při budování lidově demokratického státu dány, bylo nutno provést sjednocení a reorganizaci a postavit tělovýchovu a sport na socialistickou základnu. Strana a vláda věnovaly tělovýchovnému dění stálou pozornost a prováděly v průběhu desetiletého vývoje vždy taková opatření, která měla rozhodující vliv na další rozvoj tělovýchovy a sportu. Bylo to usnesení strany a vlády v roce 1952 a poté zákon o organizaci tělesné výchovy a sportu, kde byly před tělovýchovné organizace jasně postaveny úkoly tělovýchovy a sportu k socialismu spějící vlasti. Byly to úkoly velké, avšak radostné a povzbuzující. Tělovýchova a sport se stala nedílnou součástí našeho společenského a kulturního života. Dnes již československá tělovýchova slouží zájmům nejširších mas lidu. Činí pracující tělesně zdatnými, upevňuje jejich zdraví, je přípravou k práci a je součástí a významným prostředkem socialistické výchovy. Naše lidově demokratické zřízení vytvořilo ty nejpriznivější podmínky pro rozvoj tělovýchovy a sportu, které mají skutečně masový charakter. Tělovýchova se u nás provozuje v továrnách, ve školách, úřadech i na vesnici. Na tělovýchovu jsou v naší republice uvolňovány velké finanční prostředky a byla již vybudována celá řada tělovýchovných zařízení.

Tyto prostředky mohou pracující libovolně a bezplatně používat. Zvlášť jsou dávány neomezené možnosti zdokonalování výkonů naším závodníkům.

Mohutnost a síla československé tělovýchovy a sportu spočívá především v masovosti a lidovosti. Vidíme, jak značně je rozšířen sport mezi pracujícími na závoděch, úřadech, na vesnicích i ve školách. Základem masovosti v naší vlasti je plnění disciplin odznaku PPOV, které zlepšilo všestrannou tělovýchovnou přípravu, zabezpečilo další sportovní úspěchy našeho tělovýchovného hnutí. Další podmínkou pro zmasovení sportu jsou Sokolovský závod branné zdatnosti a Dukelský závod, kterého se zúčastní tisíce lidí z celé republiky. Jednou z nejdůle-

žitějších masových sportovních akcí jsou SHM, kde desetitisíce mladých lidí naší nástupní generace závodí o sportovní primát v mnoha technických disciplínách. Zde na tomto úseku, který je základem dalšího rozvoje, odkud nám přicházejí nové naděje, je ještě celá řada nedostatků. Musíme si přiznat, že v tělovýchovném a sportovním životě mládeže je málo využíváno našich a sovětských zkušeností, jak vést tyto mladé lidi k sportovnímu mistrovství. Naše lidově demokratické zřízení prostřednictvím tělovýchovných orgánů nám vychovalo celou řadu nových mladých závodníků, kteří jsou prodechnuti socialistickou myšlenkou bojovat s pevnou vůlí za docílení co nejlepších výsledků pro čest a slávu československého sportu, pro čest a slávu naší vlasti. A docílené výsledky na vnitřním i mezinárodním kolbišti mluví samy za sebe. Jsme dnes světovou sportovní velmocí. Olympiáda v Londýně i v Helsinkách, mistrovství Evropy v Ženevě i celá řada mezinárodních střetnutí ve všech druzích sportu proslavily jméno naší vlasti na celém světě. I naši lyžaři docílili během svého desetiletého vývoje od osvobození celé řady úspěchů, i když ne pronikajících. V minulých letech skvěle reprezentovali naše lyžařství soudruzi Cardal, Brchel a jiní. V letošním roce svým poctivým celoročním tréninkem dosáhli naši závodníci zejména v klasických disciplínách vynikajících úspěchů. Hlavně pak v mezinárodním závodě v Harrachově a Polsku, kde dovedli být rovnocenným soupeřem Severanům, Finům a Norům. V klasických disciplínách je však třeba zvlášť hodnotit skvělé úspěchy našich žen Lauermannové, Krasilovové a Patočkové. Je třeba vyzdvihnout i některé výkony našich sjezdkařů. Zvlášť pak soudruha Šoltze za vítězství v Polsku v minulém roce, kde dovedl porazit i lyžaře světové úrovně, Rakušany. Dále je to pak výkon soudružky Malé ve Švýcarsku, kde vítězila před favorizovanými závodnicemi alpských států. Skvěle reprezentovali naši vlast svými výkony i soudruzi Bodálek a Krajník, a to v západním Německu a zvlášť pak na mezinárodních závodech na Slovensku. Myslím, že po těchto úspěších, kterých dosáhli naši lyžařští reprezentanti, věříce v jejich bojovnost a silnou vůli, můžeme smělé a s plným optimismem věřit i v úspěchy v zimních olympijských hrách v Cortině v Itálii.

Úspěchy, kterých jsme dosáhli v lyžařském sportu ve sjednocené tělovýchově a sportu v desetiletém vývoji od osvobození naší vlasti, se neudělaly neb nepřišly samy. Za těmito úspěchy stojí obětavá práce dobrovolných i aparátních pracovníků. Pracovníků, kteří s nadšením a láskou k našemu krásnému sportu obětavali mnoho svého soukromého času. Byl to především soudruh Štěpán a dále jsou to soudruh Dufek, Mráz, Jelínek, Procházka, Pilař, Müller, Kulišák, Beran a mnoho dalších. Vy všichni, soudruzi, vcházíte do jubilejního roku s hrdoostí a uspokojením dobře vykonané práce. Práce, která přinesla úspěchy, kterou cti tisíce našich lyžařských činovníků a sportovců. Za tuto práci vám patří dík nás všech. Věřím, že do dalšího vývoje budete naší oporou a vychováte nám nové mladé pracovníky vašich kvalit.

## LYŽAŘI NA POMOC SPARTAKIÁDĚ

Již během celé zimy a zvlášť teď se celá řada lyžařů aktivně zapojila do příprav na masové vystoupení letní části I. celostátní spartakiády, celá řada se jich zúčastní okresních a krajských spartakiád.

Je však hodně těch, kteří necvíčí. Proto se dnes obracím k nim s požadavkem zapojení se do pořadatelského sboru. I když se o spartakiáde hodně mluví a píše, přece jen málo lidí si správně uvědomuje obrovitost tohoto tělovýchovného podniku. Vždyť hromadných prostných na okresních a krajských spartakiádách se zúčastní více než půl milionu cvičenců, na Strahově bu-

de cvičit více než dvě stě tisíc lidí. Kromě toho je mnoho dalších ukazatelů, podle kterých bude mocí spartakiáda překonat všechna dřívější masová vystoupení. Na těch vystupovala vždy pouze jediná tělovýchovná organizace, jako na příklad v roce 1945 Sokol, jehož cvičenci od žáků až po členstvo předvedli během sletu osmnáct skladeb prostných. Naproti tomu letos vystoupí samostatně sedm tělovýchovných úseků, které úhrnem předvedou dvacet osm skladeb prostných. V krajích to znamená 448 vystoupení. Tato čísla opravdu zasluhují silný organizační štáb, potřebují velké množství a síly pořadatelské služby.



*Tak jako lyžaři Rudé hvězdy nacvičovali v zimě na I. celostátní spartakiádu, tak i ušichni naši přední lyžaři nacvičovali a již v zimě znali celá prostná cvičení. Setkáme se s nimi ostatně v Praze na Strahově*

Pořadatelů je však doposud nedostatek, a proto, kdo má snahu pomoci, je samozřejmě vítán.

Lyžaři ovšem nevidí ve spartakiádě jen tělovýchovný podnik, ale plně pochopili, že je přehlídkou výstavby lidové demokratického zřízení, pevného spojení se Sovětským svazem, že je ukázkou morálně politické jednoty našeho lidu a tím i jeho rozhodnosti v boji za zachování míru. Tato skutečnost a vědomí určitě mnohokrát násobí nutnost dobrého organizačního zabezpečení. Žádá mnoho práce pořadatele sboru a žádá mnoho lidí. Proto voláme dnes všechny lyžaře k plnění těch-

to drobných funkcí, žádáme je, aby se zapojili do čínorodé práce jak okresních a krajských vystoupení, tak vystoupení na Strahově. Nejen dobrá a obětavá příprava cvičenců a jejich pečlivý nácvik, ale nezištná, obětavá a uvědomělá práce tisíce dobrovolných pracovníků pořadatele sboru, to je předpoklad úspěchu současných okresních a krajských spartakiád a povede k zdárnému provedení I. celostátní spartakiády.

MIROSLAV BLAHOUT,

předseda propagačně výchovné komise  
LS SVTVS

#### SJEZDAŘSKÉ DRUŽSTVO USA

Mezinárodní závody ve sjezdových disciplínách ve Stowe byly podkladem pro sestavení základu sjezdařského družstva USA pro

olympijské hry 1956 v Cortině d'Ampezzo. — Muži: Brooks Dodge (účastník OH v Oslo), Ralph Miller, Marvin Melville, Tom Corcoran, Les Streeter, Dick Mitchell, Buddy Werner a 16letý žák Marvin Moriarty; náhradníci: Bill Beck a Ken Lloyd.

Ženy: Andrea Mead-Lawrence (majitelka dvou zlatých medailí z Oslo), Kathy Rodolph, Gladys Werner, Dorothy Modenese a 16letá Betsy Smit; náhradnice: Jeanette Burr-Bray (účastnice OH v Oslo) a 15letá Penny Pito.

# VELKÁ CENA SLOVENSKA

Zdeněk PARMA

Od 29. března do 3. dubna t. r. probíhal na Chlebu v Malé Fatře náš největší letceňský mezinárodní závod ve sjezdových disciplínách, »Velká cena Slovenska«, ve kterém si měli naši sjezdaři a sjezdařky ověřit svou připravenost na olympijské hry 1956. Tohoto závodu se zúčastnili závodníci osmi národů: Bulharska, Maďarska, Německé demokratické republiky, Západního Německa, Polska, Rumunska, SSSR a ČSR, t. j. celkem asi 80 mužů a 30 žen. Z přihlášených národů v poslední chvíli odřekli účast závodníci Rakouska.

Děšť a teplý vítr způsobil těsně před zahájením VCS nesjízdnou dolní část nové sjezdové dráhy z Chlebu a z toho důvodu musel být pozměněn i původní program závodů v tom smyslu, že sjezd byl nahrazen slalomem, t. zn. že se závodilo ve dvou slalomech a obřím slalomu pro muže a ženy, které byly jednak závody speciálními, navíc pak první slalom a poslední obří slalom tvořily dvojkombinaci.

Na závody se počasí ustálilo, povrch rozmoklého sněhu se změnil v tvrdou ledovou vrstvu, na kterou nasněžilo 5—10 centimetrů prachového sněhu. Všechny závody, až na jedno kolo slalomu žen, se jely za jasného, většinou slunečného počasí a možno říci, že tvrdé tratě bez jam v bránách byly téměř stejné pro první i poslední závodníky.

## JAKÉ BYLY TRATĚ JEDNOTLIVÝCH ZÁVODŮ

Slalomy speciální mužů i žen byly postaveny na severním svahu Chlebu v blízkosti horní stanice výtahu. Výhodou těchto tratí byl jednak, jak již bylo řečeno, tvrdý sníh, který skýtal stejné podmínky všem závodníkům, dále jasné počasí a konečně různí autoři jednotlivých kol, což bylo zárukou, že každý slalom měl odlišný charakter, všechny závody dohromady pak byly dostatečně náročné.

Autory mužských slalomů byli Polák Žobřínský, Rumun Sullica a Čechoslováci Bruk a Parma; ženské slalomy vytvořili Polák Dziedisz a Čechoslováci Benko a Bruk.

První slalom mužů (autor Bruk) měl na začátku volné brány, které však na tvrdém, ledovatěm podkladu vyžadovaly opatrnou jízdu, střední a dolní část byla hustější, většinou složena z vendlovek, úhlů a vlásenek. Nejtěžší figurou byla vlásenka v protisvahu, v níž několik závodníků vyjelo z dráhy, případně obdrželo přírůstek.

Druhé kolo postavil Rumun Sullica velmi nevhodně na traversovitém svahu. Poměrně rychlý slalom pak vyžadoval na ce-

lé trati opatrnou jízdu a přísné držení lyží v každém oblouku doleva, t. j. na odvráceném svahu. Seběmenší rozvinutí jízdy znamenalo většinou vyjetí z dráhy, případně pád.

Charakteristickým rysem slalomu Žobřínského byla nejdivější skupina volných lehkých bran, ve kterých se získala značná rychlost a po ní následovala vždy těžká figura. Tento slalom byl vhodný hlavně pro ty závodníky, jejichž lyže měly perfektní záběr a dovozovaly různé odbrzdění v posledním okamžiku bez zbytečné ztráty času.

Konečně poslední kolo Parmovo obsahovalo volné brány, pak skupiny přesazených zavřených bran, figury v oblouku a konečně několik těžkých figur s jednoznačným najžděním. Na pohled jednoduchý a plynulý slalom vyžadoval na většine trati dokonale vyjetý celý oblouk, včas nasazený s případným odbruslením při vyždění.

Dvě kola prvního slalomu pro ženy, jejichž autorem byl Igor Benko, se lišila již volbou terénu. První, na mírnějším svahu, se jel většinou stále po spádnicích v bránách s naznačenými nedokončenými oblouky a byl zbytečně lehký pro mezinárodní závod. Většina závodnic absolvovala tuto trať bez pádu a časový rozdíl prvních a posledních byl poměrně malý.

Druhé kolo, které již bylo roztáheno víc do šířky a obsahovalo těžší figury — přesazené dvojbřány, obrácenou seelosku a pod., bylo již mnohem náročnější a přes ztíženou viditelnost vlivem mlhy, prosadily se v tomto kole zkušnější závodnice již přesvědčivěji.

Dziediszovo slalomové kolo v druhém závodě mělo na prudké počáteční části dlouhé odbrzdovací oblouky, které končily šikmou tříbrankovou vlásenkou a pak delším traversem přecházelo do mírnější, zato hustěji vytyčené druhé poloviny. Rovněž toto kolo nebylo zvlášť náročné a získávaly v něm ty závodnice, které dovedly pospíchat na dlouhém traversu. Brukovo druhé kolo mělo nejnáročnější místo na přechodu s horní volné rychlé části do husté dolní části. Zde zakolísalo pozdním



*Západoněmecký sjezdař Obermüller projíždí pěkným stylem branku při slalomu na Velké ceně Slovenska*

odbrzděním několik závodnic, zatím co další část ztrácela zbytečným předčasným zpomalením.

Obří slalomy mužů i žen, jejichž autory byly soudr, Balošák a Benko, předčily hlavně volbou ideálního terénu pod chlebským kotlem mnoho mezinárodních tratí.

Rozmanitý terén s prudkými a mírnějšími spády, protisvahy, žlaby a přírodními vlnami umožnil vytyčit hlavně pro muže vysoce technickou trať, která kladla na závodníky maximální požadavky. Obří slalom mužů považují za nejlepší závod Velké ceny Slovenska.

#### **JAK SE NÁM PŘEDSTAVILI ZÁVODNÍCI ZÚČASTNĚNÝCH NÁRODŮ**

Sověti měli mezi sebou celou řadu dobrých slalomářů, kteří byli překvapením pro všechny účastníky. Slalomářem číslo jedna je V. Taljanov. Jeho moderní jízda se vyznačuje lehkostí, včasným nasazováním na začátku a záběrem na konci oblouku. Taljanovovo vítězství v prvním slalomu je zasloužené a v příštích mezinárodních závodech se bude tento závodník jistě řadit na první místa. Absolutní vítězka závodu žen Sidorová dovede v zá-

vodě přesně podle potřeby usměrňovat svou jízdu, rychle projíždět lehké úseky a v pravý okamžik odbrzdít do těžkých figur, a tím vyhrává závody. Před VCS zvítězila na mezinárodním „Severském Kandaharu“ v Norsku.

Poláci mají ze všech závodníků lidové demokratických států největší mezinárodní zkušenosti, protože absolvovali v posledních letech nejvíce startů v cizině. Spolehlivě zajel všechny závody Jos. Marusars. Mladí závodníci Zarycki a Gogulski nedovedou svou jízdu dokonale kontrolovat, často nad poměry najíždějí těžké brány a padají.

Vítězka slalomu Kowalska se značně proti loňsku zlepšila, Grocholská však udívuje pouze v treningu, v závodech na ní není spolehnouti.

Západní Němci se nám představili v čele s B. Obermüllerem, který byl loni na mistrovství světa druhý ve slalomu. Všichni se snaží jezdit moderním způsobem, na přední místa však zapadl pouze Obermüller. Mladé závodnice mají v sobě bojovnost, potřebují ještě více startů a zkušeností.

Východní Němci nešli za letošní sezónu

doředu. Jejich závodníci, kteří nám byli ještě loni rovnocenným soupeřem, zůstali na stejné úrovni.

Rumuní se opírají o bývalého akademického mistra světa ve slalomu Baru, který však již dnes po několikaleté neúčasti na mezinárodních závodech zůstal pozadu. Dobrý úspěch získal v obřím slalomu Christoloveanu.

Na Bulharech se projevila neúčast na loňském MS v Áre a celkový nedostatek mezinárodních závodů, poněvadž dosud jezdí starým způsobem, se kterým se mohou ve slalomech jen těžko prosadit.

Maďaři potřebují více tréningu na technických a rychlých sjezdových drahách. Kowari se projevila hlavně v prvním slalomu žen jako spolehlivá závodnice. Arbócz se značně proti loňsku zlepšila.

Naši závodníci v tomto závodě dokázali, že poctivá příprava a zkušenosti z mezinárodních závodů přinesou úspěchy. Jako nejspolehlivější jezdec se znovu ukázal J. Bogdálek, který byl nejúspěšnějším závodníkem VCS. Rovněž i výkony Vl. Krajiňáka v mezinárodních závodech jsou stále vyrovnanější a zasluhují pochvalu. Miša Soltýs znovu potvrdil, že jeho disci-

plinou je obří slalom, a svým výkonem předčil mnohem zkušenější závodníky.

Pochvalu zasluhují i ostatní členové staršího družstva i družstva mladých, kteří se umísťovali v mezinárodní konkurenci na předních místech.

V ženách nás nejlépe reprezentovala Justa Šubrtová, pro níž byla VCS prvním letošním mezinárodním závodem. Přesto však, že dosáhla krásného druhého místa, nepodařilo se jí takový výkon jako v tréningu. Příjemným překvapením ve všech závodech byly mladé závodnice Richvalská a Fučíková.

#### ORGANISACE VCS

Celkově možno říci, že závod byl organizačně dobře zvládnut. Vytkl bych však technické komisi a jejímu předsedovi soudr. Baligovi, že nedovedli v několika případech prosazovat odůvodněné zájmy československého st. družstva a spíš se snažili je zamítnout (př. rozšířený program závodů, autorství trati trenérům a pod.). Pro příště je nutno si uvědomit, že při malém mezinárodním styku st. družstva je zapotřebí, aby alespoň domácí závody přinesly našim reprezentantům co nejvíce.



Náš přeborník Bogdálek na trati obřího slalomu při Velké ceně Slovenska

V závěru bych chtěl říci, že tento mezinárodní závod byl pro nás všechny, závodníky i pořadatele, další školou, ze které si odnášíme zkušenosti. Závodníci poznali své soupeře jak v treningu, tak při závodech a zároveň poznali i své klady a nedostatky, na které se ještě do olympijských her zaměřit. V těžké konkurenci dovedli naši reprezentanti získat přední místa, která v budoucích závodech budou mít dobrý vliv na zařazování do předních

skupin pro losování. Škoda, že nepřijeli závodníci Rakouska, na kterých bychom si nejlépe ověřili náš růst.

V každém případě udělala naše sjezdárna velký krok dopředu. Abychom však šli nadále s lyžařským vývojem, potřebujeme absolvovat co nejvíce podobných závodů doma i v cizině a být tak v neustálém styku s nejlepšími závodníky na světě. Pak budou výkony našich reprezentantů ještě vyrovnanější.

## ÚSPĚCHY NAŠICH ZÁVODNÍKŮ V ZAKOPANÉM

A. LENEMAJER

Od 18. do 24. března 1955 zúčastnila se početně malá výprava československých lyžařů mezinárodních lyžařských závodů o Memoriál Bronislava Czecha a Heleny Marusarzowny v Zakopaném. Běžci: Cardal, Matouš, Hlaváč. Sdruženáři: Melich a Nüsser. Ženy: Lauermanová, Krasilová a Patočková. Jako jediný závodník v alpských disciplínách byl D. Šlachta. Výprava skutečně velmi malá, ale zúčastnila se všech závodů jak v klasických, tak i v alpských disciplínách kromě žen v alpských sjezdových závodech.

Celá výprava čítala celkem 11 lidí včetně trenérů a vedoucího, 9 závodníků a závodnic reprezentovalo a hájilo naše barvy v silné mezinárodní konkurenci. A tu je třeba říci, že skutečně a velmi čestně naši reprezentanti, i když malí počtem, dosáhli velkých úspěchů.

Mezinárodní účast na těchto závodech byla i početně, co se týče zahraničních účastníků, velmi silná. Finsko obeslalo závody 24 závodníky, Rakousko 10 — Francie 9 — Maďarsko 8 — Rumunsko 7 — NDR 8 — Norsko 3 (jenom skok). Domáci Poláci se samozřejmě účastnili ve velkém počtu.

Ve všech zúčastněných závodech nechali naši reprezentanti za sebou ještě mnoho zahraničních borců zvučných jmen.

Na tiskové konferenci před závody byli

jme dotazováni, proč se Československo těchto velkých mezinárodních závodů v Zakopaném zúčastní jenom s tak zv. druhou garniturou. V Polsku totiž ještě málo znají naše přední závodníky, jako je Matouš, Hlaváč, Nüsser, Krasilová — obvykle jsme se zúčastnili hlavně ve skoku, běhu a sjezdových disciplínách. Letošních závodů vzhledem k malému počtu závodníků zúčastnili jsme se jenom hlavně v klasických disciplínách.

První závod, skok do závodu sdruženého, však hned ukázal sílu našich sdruženářů, když Nüsser přesvědčivě zvítězil před celou řadou výborných finských, polských a rakouských sdruženářů. Rovněž tak Vlasta Melich se velmi dobře umístil na 5. místě.

### VÝSLEDKY VE SKOKU DO ZÁVODU SDRUŽENÉHO:

	Skoky			Bohů
1. Nüsser Josef (ČSR)	67	64,5	70	208,5
2. Kovalski Al. (Polsko)	66,5	67	67	205,5
3. Krzeptowski (Polsko)	59	62,5	58	201,0
4. Wegrzynkiewicz (Polsko)	61,5	63,5	65,5	200,5
5. Melich Vl. (ČSR)	62,5	60	65,5	197,0
6. Katala Ajmo (Finsko)	43,5	60	62,5	194,5
7. Kohl Leopold (Rakousko)	59,5	59	62	192,5
8. Sipponen Aul. (Finsko)	58,5	59	61	191,0
9. Grón Fr. (Polsko)	60,5	61	62,5	189,5
10. Raszka Jan (Polsko)	58,5	57	59,5	188,0
11. Helim Ahti (Finsko)	54	54	61	187,0
12. Ciulacz Woj. (Polsko)	60	55,5	55,5	184,5



Jos. Nüsser zvítězil přesvědčivým způsobem, i když vezmeme v úvahu malou objektivitu polských rozhodčích, kteří jeho stylové skoky hodnotili mnohem méně než na příklad skoky Krzeptowského, které byly o hodně kratší než skoky našeho Nüssera.

Na můstku na Krokwi skákal se na čerstvém sněhu a za mírného větru. Naši sdružení Melich i Nüsser měli velmi dobře namazáno, což mělo jistě i vliv na jejich dobré výkony — co však hlavně ukázali, byla bojovnost, ta pravá skokanská bojovnost a odvaha dokázat všem, jaká že je t. zv. „ta druhá garnitura“.

Druhým závodem byla „patnáctka“ mužů a „desítka“ žen. Patnáctka se jevila současně jako druhá část do závodu sdruženého. Také ženy zasáhly již do bojů o prvenství v běhu na 10 km. Podle očekávání obsadily finské závodnice první místa, avšak v těsném sledu hned za nimi všechny naše závodnice Krasilová, Patočková, Lauermanová. Splnily tak svůj bojový úkol, který si předsevzaly před odjezdem do Zakopaného.

#### VÝSLEDKY ZÁVODU NA 10 km ŽEN

	čas
1. Polkunen Sirkka (Finsko)	45.24
2. Salonen Laila (Finsko)	46.22
3. Rantanen Siiri (Finsko)	47.14
4. Krasilová Olga (ČSR)	47.21
5. Patočková Lib. (ČSR)	47.55
6. Lauermanová E. (ČSR)	47.56
7. Krzeptowska Z. (Polsko)	49.27
8. Zanger Elena (Rumunsko)	50.13

9. Gasienica Dan. (Polsko)	50.17
10. Maruszarz Bron. (Polsko)	50.22

Krasilová, Patočková, Lauermanová a Finka Rantanen se umístily všechny v jedné minutě, což nasvědčuje, že boj byl skutečně velmi tuhý a těžký. Dosáhly skoro o dvě minuty lepšího času než nejlepší polská reprezentantka Krzeptowská. Jely jako stmelení kolektiv ziskat co nejlepší čas a Krasilové se skoro podařilo vtěsnat se ještě mezi finské závodnice, které patřily tohoto roku mezi nejlepší.

V závodě na 15 km zajel nejlépe náš Jarda Cardal na 6. místě a Ilja Matouš na 8. místě. Oba zanechali za sebou ještě několik finských borců a samozřejmě všechny ostatní zahraniční i domácí běžce. Velmi dobře zajel také Vl. Melich jako sdružený na 12. místě v celkovém pořadí a I. na 15 km do závodu sdruženého. Hlaváč, který nebyl momentálně v dobré formě, skončil jako 27. Nebyl ještě zcela zdravý po chřipce a tudíž i jeho výkonnost, jinak velmi dobrá, vlivem nemoci značně poklesla. Nüsser do závodu sdruženého na 15 km skončil na 6. místě.

#### ZÁVOD MUŽŮ NA 15 km

	čas
1. Tisinen Arto (Finsko)	55.23
2. Lohtonen Helkki (Finsko)	55.56
3. Meriläinen Keino (Finsko)	56.22
4. Bergquist Lasse (Finsko)	56.45
5. Kontinen Veini (Finsko)	56.57
6. Cardal Jaroslav (ČSR)	57.04
7. Lonkila Paavo (Finsko)	57.15

## Představujeme vám mladé přeborníky

Krásným znakem zimní bot skončila na druhém části celostátní spartakiády místě jenom o desetinu bylo veliké přátelství a vteřiny za Milkou Rich- vzájemná pomoc mezi zá- vodníky. Přitom dospěle usoko překonalo mláďi.

Ve starších dorosten- kách byly dvě veliké sou- peřky — Eva a Milka.

Oušem po prvním závodě Evi Fučíkovou »pochvala« smůla. V »slzičkách« nara- zila na strom a udělala si výron v kotníku. Přesto jela druhý den další závod v obrím slalomu. Za svůj výkon zasluží obdiv, ne-

\*  
Milka Richvaldská je čtyřnásobnou přebornici. Vyhrála všechny sjezdové disciplíny. Viděla Milka je v Levoči. Sice se totiž, jak to Evě nahoře tam voda točí, jak se zpí- málo jelo. Neměla prostě vá v lidové písni, ale zato dobře namazáno. A proto se tam méně lyžuje. A pro- ihned po závodě přišla to je více v Tatrách než s tímto návrhem: »Viš, Evi, doma. Milku totiž od ma- přišť už budeme mazat líčka přitahoval sniž. Byla takové maličké dračisko. Oušem, jak sama vyprávě- ta, lyže neměla, boty ne- měla — a tak se jenom sniž.

Pěkně vidíte!

8. Matouš Ilja (ČSR)	57.45
9. Rubis Jozef (Polsko)	57.49
10. Kwapien Tadeusz (Polsko)	57.51
11. Sobozak Jozef (Polsko)	57.57
12. Melich Vlad, (ČSR)	58.07
13. Muihonen Arno (Finsko)	58.18
14. Bukovský Stan. (Polsko)	58.48
15. Werner Kuno (NDR)	58.55

#### ZÁVOD SDRUŽENÝ — KLASICKÁ KOMBINACE BĚH A SKOK

	celkem bodů
1. Krzeptowski J. (Polsko)	437.2
2. Melich Vl. (ČSR)	437.0
3. Nüsser Jos (ČSR)	436.9
4. Kowalski Aleks. (Polsko)	430.0
5. Groń Fran. (Polsko)	423.0
6. Sipponen Auli (Finsko)	418.9
7. Hellim Ahti (Finsko)	417.4
8. Kataja Aimo (Finsko)	417.3
9. Razska Jan (Polsko)	406.9
10. Gasienica Jerzy (Polsko)	404.4

Jenom desetinky bodů rozhodovaly o umístění prvních tří závodníků. Vl. Melich byl o pouhé dvě za Krzeptowskim a Nüsser dokonce jen o jednu pouhou desetinku za Melichem. Melich, který skvěle zaběhl „patnáctku“, dostal se tím na druhé místo — Nüsser, který měl značný náskok ze skoku, peče jen tak dobře nezaběhl, jak jsme očekávali, a tím se připravil o jisté vítězství.

Naši sdrůženáři totiž neměli možnost alespoň si prohlédnout trať před závodem,

neboť se museli věnovat treningu na můstku, kterému také a správně dávali přednost.

S výsledky docílenými našimi sdrůženáři můžeme být více než spokojeni. Podali opravdu vřeholné výkony a při troše štěstí by se byli pouze spolu dělili o první a druhé místo.

Po závodě na 15 a 10 km konal se v neděli 20. března závod ve skoku prostém.

Můstek na Krokwi v Zakopaném je jedním z největších můstků ve střední Evropě a bylo na něm dosaženo již skoků přes 90 m. Účast široké a silné mezinárodní konkurence slibovala vřeholné výkony. Skokami z NDR, kteří se během posledních dvou let dostali mezi přední evropské borce, nejlepší skokani z Rakouska, Finska, Rumunska, Maďarska, přední skokani z Norska a velmi dobří skokani Polska bojovali na Krokwi o vítězství a čest své vlajky. Závod samotný, který se konal za silného a nestálého větru, byl velmi napínavý a dramatický svým průběhem. Nejdelšího skoku dosáhl Habersatter (Rakousko) 81 m s bodovým hodnocením od všech rozhodčích 17 bodů. Ve druhém kole měl však tento závodník při 80 m pád, který zavinil náhlý a silnější závan větru a připravil jej o vítězství. Vlivem stálého vzmáhajícího se větru bylo hodné pádů a jeden z nejlepších polských skokanů Jan Kula se při druhém skoku velmi těžce zranil.

Jelikož naše malá výprava neměla skokanů-specialistů, kteří by hájili naše bar-

Teprve, když jí bylo 11 let, tak se na ni usmálo štěstí. Její starší bratři jeli na týdenní lyžařský kurs na Javorínku. Stálo to sice trochu sliček, ale nakonec pan učitel vzal navíc i malou Richvaldskou. Půjčili jí lyžařskou výzbroj i výstroj. A jak už to bývá u lidí, kteří jsou pohybově nadaní, šlo to všechno děvčisku obdivuhodně lehce. Byla prostě talent, jak řekl učitel Michalík. Nelitoval, že tomu dráčetí umožnil spřátelit se s lyžemi. Už první závody, pořádané na závěr kursu, ukázaly, kolik v sobě má Milka

obratnosti a bojovnosti. Porazila mnohé chlapece. Svým výkonem měla zajištěno místo v dalším týdenním kursu příští zimu. Z Milky Richvaldské se stala lyžařka. I když pěstovala i jiné sporty — přece jenom lyže jí nejvíce učarovaly.

Pak se dostala do školy v Kežmaroku. Tatry u ruky a potom také dobré učitele, kterými je beze sporu mistr sportu Vlado Krajňák, Jožo Krasula a další. Pod jejich dohledem Milka vyrůstala ve velmi slibnou lyžařku.

\*

Zotavovna Morava v Tatrské Lomnici byla jako podrážděné vosí hnízdo. Nedivte se! Únor, a v Tatrách prší. Sníh je jako břečka, a v tom aby člověk skákal. A zrovna o přebornický titul.

Opravdu počasí bylo krajně nepříznivé. Ale přes to všichni dorostenci šli nakonec s chutí k můstku. Diváků nepřišlo mnoho, nevěděli o tom. Škoda, protože výkony našich mladých skokanů, to byď opravdu skvělá podívaná.

„Skáče Karel Farský“ — ozvalo se v ampionu. Hlavu se opět zvědavě otočil

vy v této disciplíně, bylo původně stanoveno této soutěže se neúčastnit. Po vzájemné poradě se sdruženími jsme se však dohodli zúčastnit se i těchto závodů, abychom si mohli ověřit výkonnost skokanů-sdružení v porovnání s našimi skokany doma.

Nejllepšího výsledku dosáhl Jos. Nüsser, když ve druhém kole skočil 78,5 metru a umístil se tak na 15. místě. Lenemayer byl 23. a Melich 27. 15. místo sdružení Nüssera je jistě úspěchem v tak silné mezinárodní skokanské konkurenci. Získali jsme však mnoho cenných poznatků a zkušeností, které budeme uplatňovat v našich tréninkových metodách doma.

wi, kde byl start a cíl, ukazoval teploměr 8 stupňů pod nulou. Než jsme však dojeli na stadion, byl již jen 1 stupeň pod nulou. Bylo proto nutno částečně změnit mazání — než však byl závod odstartován, zvedl se silný teplý vítr a úplně změnil strukturu sněhu. Nebyl však již čas prvnímu muži, jakož i ženě, na první úsek ze základu úplně změnit a přemazat lyže. Proto také časy dosažené v prvním kole byly u všech závodníků mnohem horší, neboť nikdo již neměl čas lyže přemazat. V druhém kole sice již měli všichni přemazáno, ale počasí se stále měnilo a čím dále více se oteplovalo. Z našich jeřů v že-

### SKOK PROSTÝ:

	1. Steinegger Walter, Rakousko	76,0, 78,0 m	215,0 bodu
	2. Glass Hary, NDR	77,5, 76,5 m	212,5 „
ex-of.	Heino Pontil, Finsko	76,5, 76,5 m	212,5 „
	4. Lesser Werner, NDR	80,0, 77,5 m	211,0 „
ex-of.	Vitákainen Roino, Finsko	76,0, 78,0 m	211,0 „
	6. Wierczorek Ant., Polsko	75,5, 74,5 m	210,0 „
	7. Reijula Torsti, Finsko	73,0, 78,5 m	207,5 „
	8. Sven Andersen, Norsko	72,0, 78,0 m	207,0 „
ex-of.	Loedelter Alois, Rakousko	73,5, 79,0 m	207,0 „
	10. Marusz Stan., Polsko	73,5, 79,0 m	205,5 „

11. Persen Hugo, Norsko; 15. Nüsser Jos., ČSR; 18. Kataja Aime, Finsko; 19. Holim Ahti, Finsko; 20. Tajner Leop., Polsko.

V pondělí 21. března byly na pořadu štafety mužů a žen. Závody konaly se za velmi nepříznivých povětrnostních podmínek. Před odjezdem na stadion na Krok-

nách první Lauermanová a v mužích K. Hlaváč.

### VÝSLEDKY ŠTAFET ŽEN:

1. Finsko v sestavě: Rantanen Siiri 28,00, Salanen Laila 30,16, Polkunen Sirkka 26,37, v celkovém čase 1:26.53.

nahoru k nájezdové věži. Harrachovák — z Krkonoš! hodnocení. »To je výjimečný talent. Je to slachovec. A vzápětí vydechnuť sružením — 54 metrů! A potom můj taška sdruženář a tím je snad úplně se od druhých odlišuje technickou. Vždyť má jsem, lyže mám rád, a když mistrovské protažení sko-

Jakýsi děda vedle mne tleská. Po prvé. »Saprote, to je číman. Přes dva metry překonal kritický bod a za takového psího počasí, to je opravdu číman.« Úplně se od druhých odlišuje technickou. Vždyť má jsem, lyže mám rád, a když mistrovské protažení sko-

A už s Farského nespustil oči. Ten předklon, to vedení lyží a klid. Skočil mnohem víc než v neděli Remsa. Kolikpak je mu asi let a odkud je ten synek? Dědovi to nedalo, a tak když Farský vystupoval nahoru, zastavil ho na kus řeči. ku. A přitom velikou odvalu. Jeho odraz je mohutný, ale elegantní. Let vzduchem je vybázen a práce rukou bez jediného prudkého trhnutí. Všechno se zdá u něho takové lehké, hravé. Bez zbytečného křečovitého napětí a nejistých pohybů.«

»Vida — říká — trochu nenaučil skákat,« filosofoval děda. A přitom to »houpá« jako starý mazák. Ze je přímo požitek se na něj dívat. A kdykoliv se pak ozvalo z amplionu jméno Farský, ztuhl děda skoro v pozoru, aby mu skutečně i trenér skokanů soudruh nic neuteklo. A po každém skoku rozvíjel dále své zašel jsem ještě za Karlem

A Karel vyprávěl: »Jsem

2. ČSR v sestavě: Lauermanová Eva 30.03, Patočková L. 28.54, Krasilová Ol. 29.26, v celkovém čase 1:28.23.
3. Polsko II. v sestavě: Daniel Helena 30.22, Peksa Jozefa 28.44, Krzeptowska Zof. 29.46, v celkovém čase 1:28.52.
4. Polsko I. v sestavě: Maruszar Br. 29.25, Bukowska M. 30.57, Rajohel Jana 33.36, v celkovém čase 1:33.30.

V tomto závodě skvěle zafela L. Patočková, když ve svém kole byla o více než 1 minutu lepší než Finka Salanen. Překvapením bylo umístění II. polské štafety před první. I v této soutěži potvrdily naše ženy svoji třídu, když se jim podařilo odrazit taktický nápor dvou polských štafet.

#### VÝSLEDKY ŠTAFET MUŽŮ:

1. Finsko v sestavě: Berquist 49.15, Lehtonen 47.38, Merilainen 48.37, Tiaicem 50.13 v celkovém čase 3:15.43.
  2. Polsko I. v sestavě: Bukowski 49.10, Sobozák 48.17, Rubiś 47.30, Kwapien 50.39, v celkovém čase 3:15.44.
  3. ČSR v sestavě: Hlaváč 52.03, Cardal 45.25, Melich 48.01, Matouš 51.01, v celkovém čase 3:16.31.
  4. Finsko II. v sestavě: Lonkila 48.27, Muhonen 50.49, Salonen 46.00, Kontinen 51.06, v celkovém čase 3:16.31.
  5. Polsko III., 6. Polsko II., 7. NDR.
- Nejllepší času dne dosáhl náš Cardal, když ve svém úseku dosáhl o více než 2 minuty lepšího času než běžec I. fin-

ské štafety Lehtonen. Cardal totiž v tomto kole vytáhl naši štafetu z devátého místa na čtvrté, v těsném závěsu hned za II. štafetu finskou. Do třetího kola vyjžděl Melich již se získaným 4. místem a toto ještě časově zlepšil, takže náš Matouš do posledního kola jel již společně s vedoucí čtveřicí závodníků I. finské, I. polské a II. finské štafety. Nyní začalo dramatické utkání, jakého v Zakopaném ještě nebyli svědky. Hlášení, které přicházelo z kontrolních míst na trati, hlásilo každou chvíli změnu ve vedení — sníh, jakož i povětrnostní podmínky se natolik zhoršily, že se v tomto kole jednalo více o taktiku vyhovující v tomto dramatickém kole. Sníh byl již v tomto kole úplně rozbředlý a protivitř na trati tak mocný, že závodníci jedoucí s prudkého kopce na jednom úseku trati museli použít veškeré síly svých paží, aby se vůbec dostali s místa.

Ve vedení se neustále střídali, neboť nebylo vůbec možné, aby jeden z vedoucí skupiny ujel — až v posledním kilometru se podařilo závodníkovi I. finské štafety společně se závodníkem I. polské štafety ujet a tím také získat vítězství. Do cílové rovinky přijeli společně a těsně před cílem se podařilo finskému běžci získat jednovteřinový náskok, který rozhodl o vítězství. Ještě větší boj svedl v cílové rovině náš Matouš s členem II. finské štafety o třetí a čtvrté místo. Do cílové rovinky přijel první finský závodník těsně sledován Matoušem — již se zdálo, že není možné ohrztit finského závodníka, když tu Matouš asi 6—7

Farským, aby mi o sobě řekl, že se těší na léto ský dostal do sportovní školy dorostu, kde mu dali novou výstroj a kde se mu dostalo výběrného vedení od soudruha Lenemayera.

Je pomocným dělníkem v harrachovských sklárnách. Má svou práci rád asi stejně, jako miluje lyže. A za ty by snad dal život. A tady je jedna z podmínek jeho výrazných úspěchů. S láskou se spojuje houževnatost a píle. Karel nemiluje pochybné záliby — kouření, pití, flámování atd., ale každou volnou chvíli věnuje výcviku. Dvakrát týdně chodí běhat, zelo doma Karlovi celkem dvakrát týdně skákat a jednou týdně do tělocvičny, kde nezapomíná ani na spartakiádu.

Říkal, že se těší na léto v Praze — i když to bude bez sněhu.

Karel zavzpomínal i na svoje mládí. Vždyť vlastně jeho skokanská »nemoc« propukla už v dětství. Po prvé to na lyžích zkusil už jako žlutý klučina. A jakmile měl větší jistotu, tak jej to táhlo na každý malinký hrbolek, kde to jen trochu »házel«. Přibývalo let a s nimi i roztrhaných kalhot. Ovšem to procházející doma Karlovi celkem držel ochrannou ruku (inu zkušenosti vlastního mládí). Nakonec se mladý Far-

ský dostal do sportovní školy dorostu, kde mu dali novou výstroj a kde se mu dostalo výběrného vedení od soudruha Lenemayera. A to snad stačí. Karel Farský je opravdu výjimečný talent. A přitom skromný chlapec, nemající sklony k »frajefině«.

»Jestli nezpochybně, bude z Karla výborný skokan a jistě budoucí reprezentant,« řekl nám soudruh Škrbek o novém dorosteneckém přeborníku.

A tato slova Karla Farského zavazují.

FR. VALACH

metrů před cílem vyvinul ještě tolik síly, a bojovností a mohutným skokem se přímo vrhl do cíle a tím získal našim barvám čestné třetí místo v tomto velkém a dramatickém závodě. Naši běžci v tomto závodě vydali ze sebe vše, aby dokázali stoupající úroveň naší lyžařiny i v mezinárodním měřítku. Můžeme proto s výkony našich běžců být plně spokojeni.

Ve sjezdových disciplínách, kde startoval jen jediný náš závodník D. Šlachta sám ojedinelý, nemohl podávat takové výkony, jaké bychom očekávali, kdyby v této soutěži bylo zastoupeno více našich závodníků. Avšak i tak v této silné mezinárodní konkurenci za účasti nejlepších rakouských a francouzských sjezdařů umístil se celkem velmi čestně. Ve slalomu special umístil se jako 9., ve sjezdu 19. a v trojkombinaci jako 9.

Posledním závodem na pořadu byl běh na 30 km. Konal se za krajně nepříznivého počasí ve Czvierku, asi 8 km vzdáleného od Zakopaného. Po dvoudenním lijáku veškerý sníh v Zakopaném zmizel, a proto musel být závod položen do vyšší polohy. Jel se okruh 2x15 km. V tomto závodě našim již tak štěstí nepřálo — Cardal nastupoval po probdělé noci a s bo-

lestmi žaludku a dojel závod jen s velkým sebezapřením. Matouš sice zajel velmi dobře, ale přece jen se na všech projevila únava z vyčerpávajícího boje štafet, Finové, kteří měli skutečně Cardala za favorita tohoto závodu, činili vše možné, aby jim vítězství nikdo nevzal. Obsadili také všechna tři první místa. Čtvrtý byl nejlepší polský běžec Kwapien, 5. náš Matouš, 6. druhý nejlepší polský běžec Bukowski a 7. náš Cardal. I když jsme očekávali větší úspěch v tomto závodě, s ohledem na ztížené okolnosti našich běžců můžeme být spokojeni.

Uvážíme-li, že všechny ostatní zahraniční výpravy byly mnohem početnější a některé neobsadily ani polovinu soutěží, byla naše malá československá výprava jednou z nejúspěšnějších. Všichni naši reprezentanti chovali se vždy vzorně a byli vždy vzorem co do přesnosti v nástupu a dochvilnosti. Všichni byli hodni reprezentovat naši lidově demokratickou republiku na mezinárodním kolbišti. Zkušenosti získané v Zakopaném budou jistě velkou vzpruhou všem k ještě houževnatějšímu a tvrdšímu treningu, aby v příštím závodním období slavila naše lyžařina ještě důraznější a čestnější úspěchy v mezinárodních soutěžích.

## Zvláštosti či nedostatky?

(Překlad nejdůležitějších úseků článku kandidáta pedagogických nauk K. Spiridonova.)

Naši běžci na mistrovství světa ukázali, že jsou dobře vytrénovaní. V běhu na 30 km a 50 km prvně v historii získal dvojnásobný titul mistra světa sovětský sportovec Vladimír Kuzin.

Přece však v běhu na 15 km a ve štafetě 4x10 km největší běžci první nebyli. Příčiny těchto porážek musíme hledat nejen v metodice treningu, ale v technice běhu na lyžích ve velmi členitém terénu.

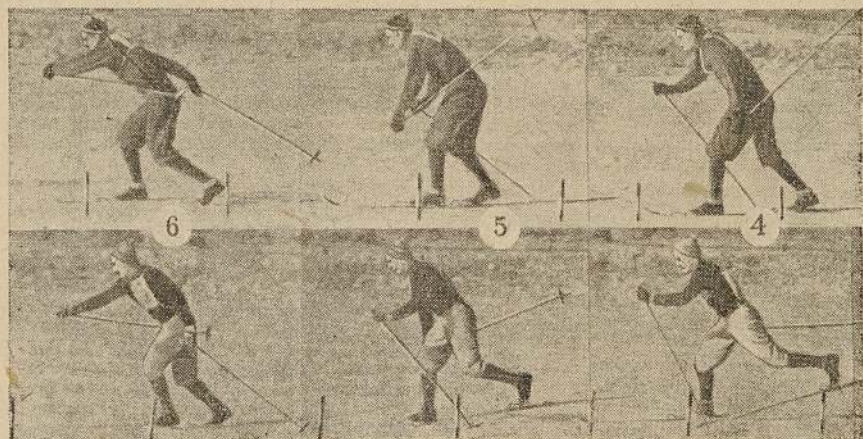
Finové mnohem lépe, volněji a bezpečněji ovládali sjezdy, lehčeji běželi po rovině i ve stoupání,

účelně využívali techniky běhu vzhledem k profilu terénu a jakosti skluzu. Naši běžci mají dosud slabou techniku změny směru jízdy. Napnutý, málo uvolněný postoj našich běžců při sjezdu je velmi vysiluje. Proto v obtížných úsecích, při velké rychlosti nejsou v tomto stavu schopni ovládat lyže, ztrácejí rovnováhu a padají.

Při zdokonalování techniky sjezdu se změnami směru jízdy je třeba získávat uvolněný, přirozený postoj a hlavně správné držení těla. Zatím se dodnes mnozí shodují

v názoru, že pro zachování stability musí být tělo kolmo ke svahu. To je ne-správné. Takový postoj vede jen k častějším pádům. Při špatném skluzu nebo náhlém zmenšení příkrostiti svahu musí se běžec poněkud zaklonit a při dobrém skluzu a náhlém zvýšení příkrostiti svahu se musí naklonit dopředu, jinak zcela jistě upadne. Při sjezdu je rychlost tak velká, že to, co zde bylo řečeno, musíme provést v desetíně vteřiny.

Tím, že běžec ovládá techniku sjezdu a změny směru jízdy, zachovává si



lehkost a rytmičnost běhu pro rovinu i pro stoupání. Naopak, po nezdařilém ztrnulém sjezdu s pádem se běžci těžko běží po rovině, spěchá, ztrácí rytmus a tempo běhu a dělá chyby v technice.

Na první pohled se zdá, že nepatrné nedostatky v technice nemají vliv na výsledek běhu. To je velký omyl. Na trati běžec provádí tisíce různých pohybů, a jestliže v každém pohybu ztrácí nepatrný nedostatek desetinu vteřiny, jeho celkový výsledek se značně zhorší.

Musíme přiznat, že naši nejlepší mistři sportu výborně ovládají základy současné techniky běhu na lyžích. Ale každý z nich má svůj individuální způsob jízdy. Na pohled je tento rozdíl vidět. Jedni běží širokým, valivým krokem, druzí běží drobným krokem, rychlou frekvencí atd. Jsou všechny tyto rozdílnosti v technice individuálními zvláštnostmi?

Právda to tak úplně není. Základem techniky

běhu je silné, energické zakončení odrazu nohy a paže. Podívejme se na naše přední mistry sportu.

Na obrázcích 1. je odraz dokončen. Vzorně je proveden odraz nohy přeborníkem země v roce 1954 F. Těrentěvem a zasloužilým mistrem sportu V. Oljaševem. Odrazová noha se zcela natahuje. Odraz dokončují do špičky nohy. Totéž bychom chtěli pozorovat u účastníků mistrovství světa V. Jerošina, A. Kuzněcova a mladého mistra sportu N. Anikina. Bohužel, u nich noha v době odrazu se zcela nenatahuje. Jerošin, Kuzněcov a Anikin nedokončují odraz špičkou nohy. Je přirozené, že tyto nedostatky zmenšují sílu odrazu, což znamená i zmenšení rychlosti běhu. Musíme však říci, že nejlepší běžci světa, Kazin (SSSR) a Hakulinen (Finsko), vzorně provádějí odraz.

Abý byl odraz nohy větší, musíme napřed pokrčít odrazovou nohu, jakoby

na ni »přisednout« a mírně předklonit trup. Následkem toho se protahují svaly, které se účastní odrazu, a poněkud se zmírňuje zatížení nohy.

U Těrentěva jsou dobře zřejmé tyto přípravné fáze. Srovnajte kinogram 1. a 6. Na obrázku 6. je noha silně ohnuta a předklon trupu větší než na obrázku 1. v době zakončení odrazu. Kdo viděl Těrentěva, ten ví, že Těrentěv napomáhá pohybu nepatrným předkloněním a vzpřímením trupu. (Toto jasně vidíme z rovnoběžných čar, které jsme vedli středem trupu Těrentěva na obr. č. 1. a 6. — pozn. překl.). Nedostatečné přisednutí má mistr sportu Anikin, následkem toho má odraz slabší a délka je kratší.

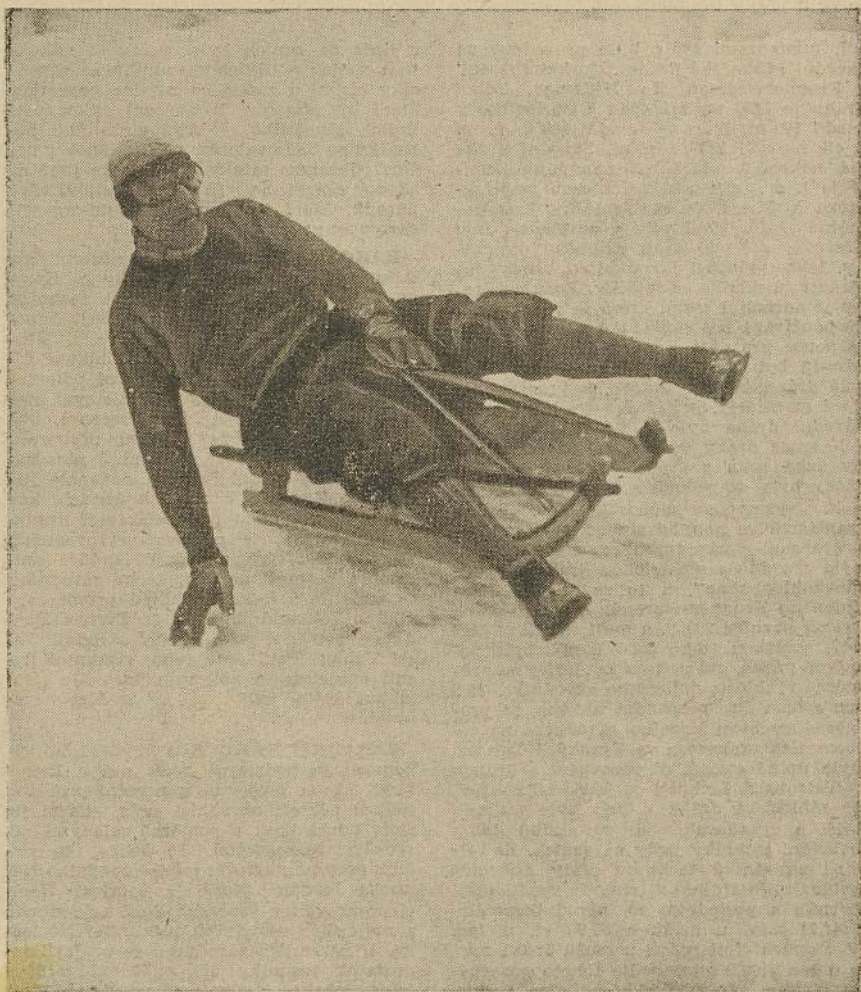
Těrentěv má délku 3 m 25 cm, Kuzněcov — 2 m 60 cm; Anikin — 2 m 55 cm, Jerošin má 2 m 25 cm.

Některí mistři sportu, aby si prodloužili délku kroku, vysunují holerá

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I. Č. 4

KVĚTEN 1955



*Přeborník ČSR v jízdě na jednosedadlových saních — J. Heller*

# I. MISTROVSTVÍ SVĚTA V JÍZDĚ NA SANÍCH

Poznatky a zkušenosti z cesty na kongres sánkařské sekce FIBT

V letošním roce byl norský sánkařský svaz pověřen uspořádáním I. mistrovství světa v jízdě na saních. Toto mistrovství se konalo ve dnech 5. a 6. února 1955 na Frognerseterenu, známém zimním středisku v blízkosti hlavního města Norska — Oslo. Původně se mělo tohoto mistrovství zúčastnit 10 států, avšak Američané a Jugoslávci nepřijeli, takže na startu se sešlo 52 závodníků a závodnic z 8 států. Byli to Rakušané, Poláci, záp. Němci, Švýčari, Italové, Norové, Švédové a jeden Čechoslovák.

I. mistrovství světa bylo provedeno na závodní sánkařské dráze „Korktrekeren“ z Frognerseterenu do Midstuen. Délka dráhy je 1460 m, má spád 9,4%, výškový rozdíl 160 m. Start je ve výšce 400 m n. m. a cíl ve výšce 240 m n. m. Závodní dráha má celkem 9 zatáček, z toho nejobtížnější je t. zv. „S“ zatáčka, kterou tvoří zatáčka č. 5 a 6. Ostatní zatáčky jsou poměrně malé. Mantinely v zatáčkách jsou dřevěné, v horní části skloněné do dráhy, takže vylučují jakoukoliv možnost vylétnutí závodníka ze zatáčky. Podklad dráhy je normální cesta, která je však výlučně používána pro sánkařské závody a v létě pouze pro pěši. Spodek dráhy po dobu závodů byl poměrně ledový a rovný. Po celé dráze, kromě zatáček, byly nízké leďové mantinely, asi 15 cm vysoké. Vlastní závodní dráha byla 2—2,5 m široká. Po celé trase dráhy byla podél závodní dráhy úzká cesta pro pěši a závodníky. Zatáčky byly do poloviny dřevěných mantinelů vystavěny sněhovou kaší. Výška mantinelů se pohybovala od 1—4 m. Doprava saní a závodníků od cíle ke startu byla prováděna elektrickou dráhou „Hollenkokenbahne“, a to ze stanice Midstuen do Frognerseterenu. Závodní dráha kromě prvních 300 m a mezi zatáčkou „S“ a 7. zatáčkou (také asi 300 m) byla poměrně mírná, což se také projevovalo na průměrné rychlosti nejlepšího závodníka, 43,2 km v hod. Pro porovnání uvádím, že průměrná rychlost prvního závodníka na celostátních přeborech ve Vysokých Tatrách byla úplně stejná. V porovnání s dráhou v Tatranské Lomnici je však nutno říci, že sánkařská dráha v Oslo byla techničtěji a vyžadovala od závodníků dobré ovládní techniky jízdy na saních. Že většina závodníků techniku jízdy dokonale ovládala, je zřejmé z toho, že rozdíl mezi prvním a posledním 40. závodníkem činí 1:44,11 min. u mužů a 55,95 vt. u žen. V Tatrách činil rozdíl u mužů 5:49,1 min. a u žen 2:03,9 min. Podle tohoto porovnání vidíme, jak tuhé byly boje na I. mistrovství světa v jízdě na saních. Jedním z našich úkolů na I. mistrovství světa

v jízdě na saních bylo porovnat výkonnost našich předních závodníků se závodníky cizími a získat co nejvíce poznatků, které by přispěly k zvýšení výkonnosti našich závodníků. I když získanými poznatky se bude zabývat příští článek v našem odborném měsíčníku, nebude jistě na škodu ukázat na výkonnost jednotlivých národů, které byly na tomto mistrovství zastoupeny:

**RAKOUSKO:** Podle mého názoru jsou Rakušané nejlepšími závodníky v Evropě. Všichni ovládají dokonale techniku jízdy na saních, což jim umožňují zvláště výkonné saně typu GASER a WEISSNICHT. Velmi odvažně jezdí hlavně ženy. Všechny se umístily v první polovině závodnic. To platí hlavně o mistryni světa Karle Kienzlové a Marii Isserové. Obě ženy by se umístily na našich přeborech v Tatrách jistě mezi prvními 5 závodníky-muži. Rakušané ovládají dokonale jízdu v zatáčkách a v rovných úsecích, kde tak zv. „rovnou stopou“ získávají drahocenné vteřiny. O poměrné vyrovnanosti všech rakouských závodníků svědčí skutečnost, že mezi prvními deseti závodníky se umístilo 5 Rakušanů. Nad průměr vyniká několikanásobný mistr Evropy Paul Aste a poměrně velmi mladý závodník Josef Tahler. Paul Aste velmi riskantní jízdou v posledním kole se připravil o titul mistra světa, jelikož v „S“ zatáčce havaroval.

**ZÁPADNÍ NĚMECKO:** Průměrná výkonnost je podstatně horší než u Rakušanů. Zde se projevuje generační problém, jelikož někteří závodníci svým stářím již stěží udrží krok s poměrně mladými závodníky rakouskými. Je škoda, že pro úraz nemohl startovat mistr západního Německa Jordán, který je samými Němci považován v současné době za jednoho z nejlepších závodníků západního Německa. U některých závodníků se projevily nedostatky techniky při najíždění zatáček (Bartoschek). Nejlepší závodník západního Německa byl Erhard Grundman, který se umístil na 7. místě.



**NORSKO:** Velmi dobré umístění norských závodníků má několik důvodů. Především je to poloha závodní dráhy, která spíše vyhovuje železným saním norským než závodním saním, na kterých jezdí ostatní závodníci. Neméně důležitým činitelem byla znalost dráhy. A konečně to byla havarie Paula Asteho, která způsobila, že mistrem světa se stal Nor Tony Salvesen. Nechci tím říci, že norští závodníci jezdili špatně, ale jistě je, že způsob řízení saní pomocí dřevěné tyče nevyhovuje již plně dnešní moderní technice jízdy na saních, a je otázkou několika roků, kdy i norští závodníci budou jezdit na saních našich — středoevropských.

**ŠVÝCARSKO:** Nejlepším závodníkem je Hans Frey, který je také předsedou švýcarského sáňkařského svazu. Je však zvyklý na jedinou umělou dráhu v Evropě — Schatzalp v Davosu, která vyžaduje podstatně jinou techniku jízdy, než tomu bylo v Oslo. Jistě není bez zajímavosti, že švýcarský sáňkařský svaz dal příležitost k získání mezinárodních zkušeností také jednomu dorostenci Rudolfu Trauferovi, který se umístil na 26. místě o 4.15 vt. před našim jediným závodníkem ing. Bronislavem Hanákem. Jediná žena May Torriani, manželka známého hokejisty Bibi Torrianiho, jezdí poměrně dobře, ale i zde je vidět, že svým věkem již nebude stačit mladším závodnicím.

**ITALIE:** Tak jako Švýcaři měli i Itálové malý počet závodníků v soutěži. Za předpokladu, že to byli jejich nejlepší závodníci a závodnice, je nutno říci, že jsou průměrné výkonnosti a asi velmi těžko zasáhnou v nejbližší budoucnosti nějak podstatněji mezi prvenství Rakušanů, jak mi také potvrdil závodník Walter Hofer při soukromé rozmluvě.

**POLSKO:** Uvážíme-li, že v Krynicí je v provozu jedna z nejlepších závodních drah ve střední Evropě, na které polští závodníci převážně trenují, pak jejich jíz-

da v Oslo byla pro nás poměrně zklamáním. Polští závodníci ztráceli hlavně špatnou jízdou v zatáčkách. Jejich nejlepším závodníkem vůbec byla žena Barbara Gorgonová, která je velkým příslibem do budoucna. Jezdí velmi odvážně, ale její „bohování“ při jízdě jí v Oslo nikterak neprospělo, ba naopak, právě v nejprudším úseku trati ztrácela vteřiny neklidnou jízdou.

**ŠVÉDSKO:** Nováčky v tomto sportu. Proto se umístili mezi posledními. Všichni jezdí na nových saních typu WEIS-SNIGHT s kovovými nožičkami. Jezdí dost odvážně, ale neovládají dosud techniku jízdy.

Podle průměrného umístění by tabulka I. mistrovství světa v jízdě na saních vypadala následovně:

1. Rakousko	umístění 8,6
2. Norsko	umístění 16,8
3. Itálie	umístění 17
4. Švýcarsko	umístění 18,5
5. západní Německo	umístění 24
6. Československo	umístění 27
7. Polsko	umístění 32,6
8. Švédsko	umístění 33,4

I když tato tabulka nevyjadřuje naprosto správný poměr výkonosti mezi jednotlivými národy, vzhledem k různému počtu startujících (na př. ČSR 1 závodník atd.), přesto ukazuje jasnou převahu Rakouska.

I. mistrovství světa v jízdě na saních v podstatě ukázalo, že sáňkařský sport v Československu je poměrně na výši, a naši přední závodníci se mohli v Oslo umístit mezi 10.—15. místem a v klasifikaci národů, podle našeho názoru, na 3. místě.

Doufejme, že v příštím roce bude dána našim závodníkům příležitost potvrdit dobrou úroveň závodního sáňkaření, na mistrovství Evropy v Rakousku.

MILOSLAV BELDA,  
člen čs. delegace.

## PRÁCE V PŘECHODNÉM OBDOBÍ

Závěr hlavního období je vždy podnětem k úvahám jednak o průběhu hlavního období a dále k práci v přechodném a přípravném období. A právě letošní rok, který je rokem 10. výročí osvobození Československé republiky a rokem I. celostátní spartakiády, nám dává hodně příležitosti k úvahám nejen o naší práci a činnosti v době hlavní sezóny, ale také pro naši další práci v přechodném období bobového a sáňkařského sportu. Hlavní ob-

dobí bylo více než úspěšné jak po stránce sportovní, tak i po stránce dalšího rozvoje sáňkařského a bobového sportu. Skoda, že bobové období bylo tak násilně zastaveno v důsledku událostí v průběhu I. celostátní spartakiády — zimní části. Právě podstatný rozvoj hlavně sáňkařského sportu nás zavazuje k prvním úkolům v přechodném období. Je to úkol, který nám pomůže při zvyšování výkonosti našich předních závodníků, totiž při-

mět naše bobové a sáňkařské oddíly, aby pracovaly podle celoročního plánu a aby neusnuly po skutečně bohaté hlavní sezóně. Dát se se stejnou chutí do práce při cvičení tělesné připravenosti závodníků pomocí všeobecné průpravy v oddílech, s jakou jsme šli do našich vřeholných soutěží. Je potřeba, aby všichni naši závodníci a závodnice navštěvovali pravidelně cvičení oddílů všeobecné průpravy ve svých ZTJ. Na těchto cvičeních se zaměříme především na výcvik síly a obratnosti a připravíme naše závodníky po tělesné i duševní stránce na úspěšné splnění jednotlivých disciplín odznaku PPOV I. stupně a případně i PPOV II. stupně. Nebude ke škodě, jestliže naši závodníci a závodnice budou během letního období pěstovat též některý letní sport. Je na nás, abychom jim doporučili sporty, při kterých zesílí hlavně břišní svalstvo, tak důležitý činitel při jízdě na saních. Ze sportů je to hlavně sportovní gymnastika, některé disciplíny lehké atletiky, jako sprinty, skok daleký a skok do výšky, dále šplh po laně atd. To je jeden úkol přípravného období. Druhý, neméně důležitý, je získat co největší počet bobových a sáňkařských závodníků a závodnic na nácvik prostných na I. celostátní spartakiádu. Splníme tím nejen závazek, který jsme si dali na aktivu bobafů a sáňkařů ve Vysokých Tatrách, ale dopomůžeme tím k udržení všestranné fyzické připravenosti závodníků. Tak jako jiné sporty, musíme i my vidět v I. celostátní spartakiádě událost, která má nám ukázat, jak vysoká je úroveň naší sjednocené tělovýchovy a sportu. Toto jsou dva nejdůležitější úkoly v přípravném období. Při plnění těchto úkolů leží hlavní tíha odpovědnosti na našich cvičitelích. A zde máme příležitost si ověřit, jak plní své úkoly cvičitelé, kteří vyšli z první ústřední školy pro cvičitele bobového a sáňkařského sportu. Je zapotřebí, aby krajské komise hlavně v přechodném období, s ohledem na celostátní spartakiádu, věnovaly daleko větší pozornost činnosti cvičitelů bobového a sáňkařského sportu ve svých krajích. Dále je nutné, aby cvičitelům pomohli také naši rozhodčí, kteří jistě nebudou během letního období nečinně přihlížet k naší práci, ale podle svého nejlepšího vědomí a svědomí přispějí k dalšímu zlepšení práce ve svých oddílech, případně v krajských komisích.

I když udržerí všestranné fyzické připravenosti našich závodníků a závodnic je nejdůležitějším úkolem, nesmíme zapomenout v přechodném období také na naše dráhy, boby a saně. Ze zkušenosti hlavní sezóny zjišťujeme, že stavba našich saní se musí přizpůsobit saním rakouským, po-

kud se týče jejich výkvnosti, a dále, že to jsou naše bobové dráhy, které jsou největším problémem dalšího rozvoje bobového sportu u nás. Tomuto problému je třeba věnovat nejen se strany ústřední sekce, ale od krajských komisí a oddílů co největší pozornost. Je nám celkem jasné, že nemůžeme vybudovat prvotřídní bobovou dráhu v letošním roce. Z toho důvodu je potřeba opravit a zlepšit co nejvíce dosavadní bobové dráhy tak, aby odpovídaly těm nejzákladnějším podmínkám bezpečného provozování bobového sportu u nás. U sáňkařských drah je nutno zlepšit zemní úpravu letní, aby při závodech byly dráhy co nejregulérnější. Bude nutné, aby ústřední sekce věnovala ještě větší pozornost rekonstrukci sáňkařské dráhy z Ještědu, jestliže se chceme dobře zhostit úkolu pořadatele mistrovství Evropy v jízdě na saních v roce 1958.

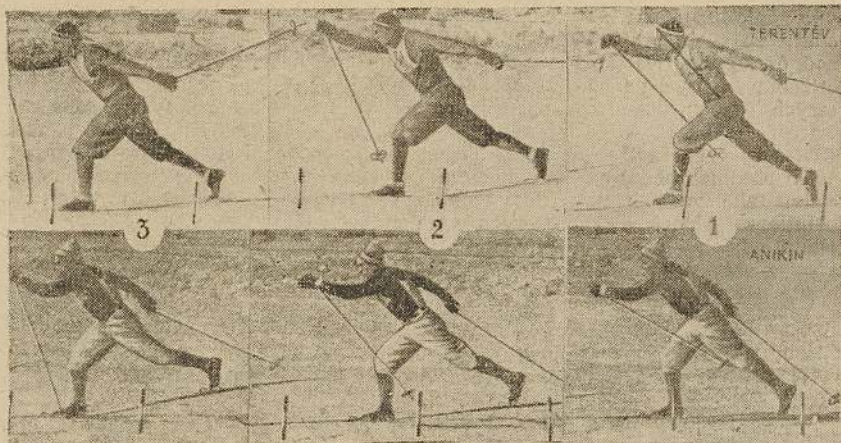
Ke splnění všech těchto úkolů v přechodném období nám také pomohou krajské srazy cvičitelů a závodníků, jak se provádějí na př. v kraji Liberec. Na těchto aktivech nejenom že seznámíme účastníky s částí úběbní látky podle celoročních plánů, ale splníme s nimi také některé disciplíny PPOV I. nebo II. stupně. Zkušeností z těchto srazů je třeba využít ve všech krajích, hlavně v těch, kde bobový a sáňkařský sport začíná.

---

## R Ů Z N Ě

V uplynulém hlavním období bylo konáno 11 bobových závodů, kterých se zúčastnilo celkem 276 závodníků. Statistiku sáňkařských závodů nelze dosud uzavřít, neboť vzhledem k chladnému počasí a dobrým sněhovým podmínkám pořadatelé liberečtí sáňkaři ještě v dubnu závody na dráze ve Smržovce.

Oprava: U výsledků z přeboru republiky 1955 v jízdě na saních uveřejněných ve 3. a 4. čísle byly omylem uvedeny nesprávné údaje o tech. limitech pro výkonnostní třídy získané na přeboru. Správné znění je toto: v kategorii mužů zůstává první a druhá výkonnostní třída, v kategorii žen první výkonnostní třídu získává 1.—4. závodnice a ve II. v. t. 5.—8. závodnice; v kategorii dvojic mužů I. v. t. 1.—8. dvojice, II. v. t. 8.—14. dvojice; v kategorii dvousedadlových saní žen I. výk. tř. získává 1.—3. dvojice. Ve smíšených dvojicích získává technický limit I. výkonnostní třídy 1.—4. dvojice a II. v. t. 5.—9. dvojice.



opěrné přední nohy šikmo vpřed. Je to správné? Jestliže odraz nohy byl dostatečně velký, potom je přípustné nepatrné vysunutí holeně opěrné nohy (Těrentěv — obr. 1). Příliš vysunuje holeň Kuzněcov, což při silném odrazu není účelné — způsobuje to přepadání a vede to i ke skluzu, při zatížení obou nohou.

U některých mistrů sportu holeň opěrné nohy naopak zůstává šikmo vzad — koleno zůstává nad špičkou nohy, toto zkracuje délku kroku, vede k nevyužití pohybu.

Proto při zdokonalování techniky běhu nedoporučujeme ani nechávat holeň šikmo vzad, ani přílišné vysunutí holeně opěrné nohy vpřed. Především je důležité provést silný, dokončený odraz nohy, věnovat velkou pozornost nikoliv vnějším formám pohybu, ale jejich kvalitě.

Jistě bude zajímavé se zmínit, že střídavý běh na lyžích má dva varianty. Je to vidět na uvedených kinogramech.

První, aktivní variant spočívá v tom, že běžec po odrazu vykryvuje nohu lehce pokrčenou, takže se nedotýká sněhu. Při tom stehno švihové nohy předstihuje uvolněnou holeň. Tímto způsobem se provádí klouzavý krok na dvě doby: první doba — odraz, druhá doba — švih (kinogram 2.).

Druhý, pasivní variant spočívá v tom, že běžec po dorazu z počátku spouští nohu dolů (lyže se lehce dotýká sněhu celou skluznicí) a potom ji začíná přenášet vpřed. Při posunu nohy vpřed je lyže částečně zatížena váhou těla. Klouzavý krok se nyní provádí na tři doby: první doba — odraz, druhá doba — spuštění, a třetí doba — vysunutí nohy vpřed (kinogram 1.).

První, aktivní variant, který používá mistr světa Kuzin, mistr sportu Baranov, Kozlov, Kolčín a Anikin, je účelnější. Zlehčuje přepadání (pěrekat), zvětšuje sílu svihu, vytváří podmínky pro větší, pozdější přenesení váhy.



Tento variant však vyžaduje dosti velkou tělesnou zdatnost.

Druhý, pasivní variant nejčastěji používá Těrentěv a Oljašev. Je méně

účinný, ale umožňuje hospodařit se silou, proto je vhodné ho používat při obtížném skluzu a na některých úsecích 50metrové trati.

Zvláštnost v práci paží našich předních běžců nezřídka také vede k nedostatkům. Mnozí nedokončují odpích zápěstím a paže zůstávají v lokti ohnuté. Někteří po skon-

čení odrazu vyšvihují paže příliš vysoko a přímo vpřed. To není účelné. Paže přenášíme vpřed volně, mírně poohnuté, se spuštěným loktem dolů.

Naši přední mistři sportu správně provádějí základy techniky běhu. V některých prvcích techniky se dopouštějí větších chyb, které pokládají za svoji individuální zvláštnost.

Musíme se snažit tyto nedostatky, které mají vžitě, odstranit. Naši běžci musí častěji používat běhů s odpichem soupaž a kombinovaných běhů v závislosti na profilu trati a skluzu. Nepochybujeme, že to zlepši jejich výsledky.

FIZIKULTURA I SPORT,  
č. 12/1954 —  
přeložila DP

## Mezinárodní studentský lyžařský tábor 1955

Činnost Mezinárodního svazu studentstva je opravdu rozsáhlá a bohatá. Mezi jiným organizuje MSS mezinárodní studentské vědecké konference, prázdninové exkurse studentů do zahraničí, výměnu studentských kulturních delegací a pod.

K těmto akcím nyní ve stále větším měřítku přistupuje také čilý mezinárodní studentský sportovní ruch. Tak na příklad v letošní zimní sezóně byly uskutečněny z popudu a pod patronátem MSS dva mezinárodní studentské lyžařské kursy. První kurs, zaměřený k výcviku začátečnicků, se konal začátkem ledna 1955 v Rakousku, v Semeringu — dějišti X. světových zimních akademických her 1952, za účasti četných zahraničních delegací. Uspořádáním druhého mezinárodního studentského lyžařského tábora, zaměřeného pro vyspělé lyžaře a závodníky, byla pověřena spolu s ÚV ČSM naše studentská sportovní organizace DSO Slavia.

Kurs se uskutečnil v době od 13. do 23. března 1955 v Jasně dolině pod Chopkom. V chatě ROH se v té době rozléhala směsice různých evropských jazyků. Pod vedením souduha F. Ortociegra z ÚV ČSM a jeho zástupce souduha J. Kopala z ÚV DSO Slavia, strávili zde deset krásných a nezapomenutelných dnů v družném výcviku i zábavě studenti z Anglie, Bulharska, Francie, Maďarska, NDR, Rakouska spolu s jedním Norem a českými studentskými závodníky. Velká škoda, že studenti Sovětského svazu se mohli zúčastnit tábora jen v posledních třech dnech.

Účastníci tábora byli rozděleni podle výkonnosti do družstev, o které se starali soudruh Ing. Václav Klozar a Míla Jirsa. Skupinu běžců, ve které mimo jiné byl Magne Finsrud, účastník mezinárodních závodů v Harrachově, a dále reprezentantka NDR Gertrude Applt, juniorský mistr NDR 1954 Horst Schlangart a mladá bulharská závodnice Zdravka Dimitrova, vedl Felix Chovanec. Ve skupině sjezdařů prokázali dobrou úroveň Rakušané, zejména Erika Eichler, akademická mistryně Rakouska 1954. Všichni Rakušané byli vybaveni nejlepšími rakouskými lyžemi »Kneissel«, zn. Atom a Rekord. Pravým opakem byli studenti z Anglie a Francie, kteří tvořili družstvo začátečnicků.

Měřítkem výkonnosti účastníků tábora byly dva »domácí« slalomové závody. Vítězem prvního se stal Fr. Novotný před Zd. Matějovským a Rakušanem Dietrichem Endlem. V druhém závodě, který se konal již za účasti sovětských lyžařů, prokázali titó své umění a zvítězil Gaj Severin před Fr. Novotným a Viktorem Kurbesovem. V ženách byla v obou závodech první Rakušanka Erika Eichler. Také běžci si změřili výkonnost kontrolním měřením při intervalovém tréninku a nejlepší výkon podal J. Balatka před Magne Finsrudem.

Velmi krásný terén pod Chopkom spolu s příznivým počasím a dobrými sněhovými podmínkami napomáhal zdárnému průběhu kursu. Všichni účastníci se snažili získat navzájem od těch zkušenějších co nejvíce rad a zkušeností, »odkoukat« jejich jízdu a přivést do své vlastní nejvíce nových poznatků. Tomu dodala mnohdy na zajímavosti neznalost cizí řeči, ale i ta se dobrou vůlí a náladou za pomoci tlumočnicků snadno překonávala.

Lyžařskou část kursu vhodně doplňoval večerní program. Ve formě besed a diskusí byli zahraniční účastníci seznámeni s čs. tělovýchovou a sportem, zejména s problematikou studentského sportu, s geograficko-hospodářskou si-

tuací naší republiky a jedna beseda byla také věnována naší mládeži a ČSM. Ve zbylých večerech se promítaly filmy, rušné debaty se střídaly se zpěvem a zábavou.

Opravdu těžké bylo loučení. Mínění všech účastníků tábora vyjádřil francouzský student práv z Grenoblu Marius Simond při večírku na rozloučenou: »Jsme vděční Mezinárodnímu svazu studentstva a československým mládežnickým organizacím za uspořádání tohoto tábora. Je možné, že zapomeneme, jak jsme tady spali a jedli, jak jsme lyžovali, ale navázaných přátelských styků, jež jistě přispějí k posílení míru, nikdy nezapomeneme!«

## CO BUDE SE ZÁVODEM VE SJEZDU?

O. KULHÁNEK

V roce 1927 navštívil Angličan Arnold Lunn Sv. Anton na Arlbergu, aby si prohlédl tehdy již známou lyžařskou školu Hanese Schneidera. Před návratem do Švýcarska napíchal na svazích pod St. Christophem slalom, první novodobý slalom, který byl v Rakousku postaven. Školní mládež byla slalomem nadšena a o rok později v roce 1928 byl ve Sv. Antonu proveden první veřejný závod v nové lyžařské kombinaci, ve sjezdu a slalomu, pro který Lunn, respektive Ski Klub Kandahar věnoval pohár. Tak vznikla nejstarší a dnes jistě nejpopulárnější veřejná soutěž v alpské kombinaci, t. zv. »Arlberg—Kandahar—Rennen«.

Úspěch prvního sdruženého závodu sjezdového přiměl Mezinárodní lyžařskou federaci (FIS), aby jak sjezdu, tak slalomu dala mezinárodní uznání. O uznání sjezdu nebylo pochybnosti, avšak krátce před zahájením zasedání FIS v Oslo v r. 1930 dohodli se Švédové, Norové a Finové na společné schůzi hlasovat proti uznání slalomu. Nakonec však přec vše dobře dopadlo; v r. 1931 bylo provedeno první mistrovství světa v alpské kombinaci a od zimních olympijských her v Garmisch Partenkirchenu v r. 1936 staly se sjezdové disciplíny podstatnou součástí zimního olympijského programu.

Sjezdové disciplíny jsou tudíž ve srovnání s klasickými disciplínami poměrně mladým odvětvím lyžařského závodního sportu. O to mohutnější byl jejich vývoj v posledních 25 letech, vývoj, který nebyl zcela přímočarý a který zdaleka ještě není ukončen.

Hlavním znakem tohoto vývoje je neustále stupňovaná rychlost, zejména u závodu sjezdového. Průměrné rychlosti do-

sahované na mezinárodních sjezdových tratích v letech třicátých se pohybovaly kolem 50—60 km za 1 hodinu; dnes se tyto rychlosti přibližují 100 km hradle. Sjezdaři fíťci se stokilometrovou rychlostí po spádnici do údolí ovšem dobře ví, že za každou terénní vlnou naň číhá nebezpečí, které se mu může stát osudným. Odvahu a statečnost, se kterou jde sjezdař do závodu, lze srovnat opravdu již jen s odvahou automobilisty, motocyklisty nebo bobisty. Dochází k častým, někdy i k tragickým úrazům a neudivuje proto, že se světová lyžařská veřejnost znovu a znovu vrací k tematice pro a contra sjezdu jako závodní disciplíně.

Ostře odmítavé stanovisko ke sjezdu zastávají Skandinavci. Jejich mluvčím se stal Nor Einar Bergland, člen sjezdové a slalomové komise FIS, který na počátku letošní sezóny oficiálně navrhl skřtnutí sjezdu jako závodní disciplíny a jeho nahrazení obřím slalomem. Tím se odpůrcům sjezdového sportu dostává přímého zastoupení v mezinárodní lyžařské federaci,

instituci, která v poslední instanci řídí a je odpovědná za vývoj lyžařského sportu v měřítku mezinárodním. Proti Skandinávum se ostře stavějí Středoevropané, zejména Rakušané a Švýcaři. Oficiální stanovisko rakouského lyžařského svazu lze shrnout asi takto. Je třeba rozlišovat mezi sjezdem mužů a sjezdem žen. Nahrazení sjezdu žen obřím slalomem se zdá být nevhodným, avšak sjezd mužů musí být zachován. Pro těžké trať, zejména pro mistrovství světa a olympijské hry, je možno zavést kvalifikační jízdy a vyloučit ony jezdce, kteří svou výkonností nedorostli rychlým traťm. Stejně je stanovisko Švýcarů a obdobné bude jistě stanovisko Francouzů. Stanovisko Sovětského svazu dosud známo není.

A tak stojí proti sobě dvě ostře vyhraněná stanoviska, stanovisko severských států nemajících vhodných terénů a příležitosti ke sjezdování, avšak země s dlouhou a bohatou tradicí v klasických disciplínách, a stanovisko zemí z alpské oblasti, jichž doménou jsou právě disciplíny sjezdové. Pokusme se najít objektivní pravdu!

Nelze upřít, že sjezdový sport je provázen značnou úrazovostí, okolnost, která je hlavním argumentem oponentů sjezdu. Avšak nerozřešenou dosud zůstává otázka zcela zásadní povahy, totiž zda těžké pády a zranění při sjezdu tkví v samotné povaze této sportovní disciplíny, jinými slovy, je-li úrazovost nutným průvodním zjevem sjezdování, který nelze vyloučit ani omezit, anebo je-li příčinou úrazovosti nutno hledat také jinde.

V roce 1952 byly zimní olympijské hry pořádány v Nonsku v Norefjellu. Velitelem a autorem sjezdové tratě byl sám Einar Bergland. Měl k dispozici celý pluk vojáků a dělal, co mohl. Uměle mantinely, slamené polštáře na sloupech vysokého napětí, stroje a skaliska obalená slámou svědčily o nebezpečnosti tratě. A přesto se jezdci v 90kilometrové rychlosti vrhali do lesních průseků s bezpříkladnou odvahou. Tenkrát se po prvé na hlavách jezdců objevily ochranné přilbice, znamená, že i jezdci pokládali trať za nebezpečnou. Totéž se o 2 roky později opakovalo na mistrovství světa v Are ve Švédsku. Je nesporné, že takto budovaná trať jsou plně vážných rizik a že nepůsobí zvláště povzbudivě. Pád na otevřené pláni i ve velké rychlosti zřídka kdy zavíní vážnější zranění jezdce. Zeela jiná jsou ovšem rizika při nárazu na strom, na skálu nebo na jakoukoli jinou pevnou překážku.

Primární povinností při každém závodě ve sjezdu tudíž je a zůstává eliminovat objektivní nebezpečí vyhledáním

vhodné tratě a její dokonalou úpravou. Nelze sjezdovat v lesních průsecích poseřezaných zjeznými stožáry od vysokého napětí. Nelze také sjezdovat v průsecích příliš úzkých. Pro obřím slalom předpisují pravidla lyžování trať nejméně 30 m širokou; sjezd vyžaduje trať jistě ještě širší. Víme ovšem, že i na tratích s předepsanou šíří může dojít k vážným nehodám vzhledem k tomu, že závodníci nejedí středem dráhy, nýbrž velmi často blízko okraje lesa. Je proto nutné, aby autoři sjezdových tratí si zvykli stavět více kontrolních bran, a tím trať učinili bezpečnou.

Sjezdový závod je závodem rychlostním. Je zkouškou odvahy a technické vyspělosti jezdce, je zkouškou jeho fyzické připravenosti. Závod ve sjezdu však nikdy a za žádných okolností se nesmí stát hrou s nepočítatelným nebezpečím. Takto chápaný závod, provedený na bezpečné sjezdové dráze, není o nic nebezpečnější než kterýkoliv jiný druh rychlostního závodu.

Mám za to, že riziko úrazovosti netkví v povaze sjezdového závodu, ale především ve sjezdové dráze a v její úpravě. Nestačí upravit trať jeden až dva dny před závodem; sjezdová dráha musí být od podzimu do skončení hlavního závodního období pod neustálou kontrolou. Obzvláštní pozornost je nutno věnovat sjezdové trati v době treningu. Je známo, že k nejvážnějším úrazům dochází nikoliv v závodě, ale právě při treningu. Trening má jen tenkrát opravdový smysl, je-li prováděn za stejných podmínek jako samotný závod. Jestliže se však trať po treningu zcela nově upraví (odstraní boule, zahází koryta a pod.), stává se, že závodník nevládně zvýšenou rychlost, při které pak jede závod. Je samozřejmé, že i závodník nese odpovědnost za průběh závodu. Jestliže si jezdce v treningu neprojel trať v závodním tempu, nemůže vydržet zvýšenou rychlost a zvýšenou fyzickou námahu, která jej čeká v závodě. Jezdec, který v závodě chce přípravu nahradit odvahou, nepochopil smysl sportu a nebezpečně zvyšuje riziko úrazovosti. To se týká především mladších a nezkušených závodníků, jimž by dobrou radou měli být nápomocní trenéři.

Lyžařská pravidla vydaná FIS a také naše pravidla lyžování dávají autorům tratí dostatek možností a prostředků, aby sjezdovou trať přizpůsobili technické vyspělosti závodníků. Každou trať lze v zásadě upravit jak pro jezdce s vysokou výkonností, tak pro jezdce s výkonností průměrnou. Postavením kontrolních bran je možno se vyhnout nebezpečným místům a zmírnit nadměrné rychlosti. Na mistrov-

ství světa a na velkých mezinárodních závodech je trať ovšem nutno přizpůsobit nejménějším jezdcům. Totéž platí o státních mistrovstvích jednotlivých zemí, kam podle mého názoru patří zas jen nejvýkonnější jezdci.

Ve shrnutí lze o sjezdovém závodě říci, že mu jistě nelze odeprít jeho existenční oprávnění. Závod ve sjezdu také nelze označit za závod mimořádně nebezpečný, pokud je dobře připraven, pokud je proveden ve vhodném terénu a je-li sjezdová trať přizpůsobena technické vyspělosti jezdců. To vše platí pro sjezd mužů. O sjezdu žen prohlásil nedávno prezident FIS Marc Hodler, že sport vyžadující odvahy ženy zvláště nepřitahuje. Přestože pro závod ve sjezdu žen byly vydány zvláštní předpisy ohledně vybavení trati

a dovolených rychlostí, klesá počet sjezdařek rok od roku. Tento vývoj je pečlivě sledován a FIS v příhodné době nebude váhat učinit pronikavá opatření k zachráně alpského lyžařského sportu pro ženy.

Nevíme, zda a do jaké míry bude naše lyžařská veřejnost souhlasit s mými vývody. Návrh Nora Berglanda nahradit sjezd obřím slalomem má zcela určitě i své pozitivní stránky a najde jistě i u nás četné zastánce. Mým úmyslem toliko bylo upozornit lyžařské pracovníky, trenéry a sjezdaře na aktuálnost předmětného tématu, aby nás případně rozhodování v Mezinárodní lyžařské federaci o tak závazné otázce nezastihlo nepřipraveny. Mé vlastní stanovisko je stanoviskem ryze osobním.

## Za obnovení lyžařské tradice v Jilemnici

MILADA MEČÍŘOVÁ

V dřívějších letech byla Jilemnice známým místem závodů a společlivým dodavatelem lyžařských závodníků. Její tradice, sahající skutečně do začátků čs. lyžařství, byla přerušena druhou světovou válkou a od té doby se prakticky neuzpamatovala. Často se mluví o tom proč? Staří funkcionáři přestali pracovat a mladí nezačali. Tak to bylo nejen v Jilemnici, ale na př. i v Novém Městě na Moravě a leckde jinde. Chybou také bylo, že jsme měli až dosud v terénu mezi tělovýchovnými pracovníky při ONV množství tělovýchovných tajemníků, kteří se z počátku neorientovali správně v místě, v kterém pracovali, a tak nedovedli podchytit hned od začátku sport, který v tom místě byl domácí. A tím nám vznikly přerušeni a nedostatky, které dnes překlenout dá větší práci.

K překlenutí všech těchto a jiných chyb na různých místech je třeba předně to, co se konečně letos povedlo v Jilemnici: spolupracovat staří funkcionáři s mladými a skutečně začít!

A tak po mnoha letech Jilemnice — lyžařský oddíl Slovana Jilemnice uspořádal koncem února první závody. A to docela symbolicky — závody mládeže. I přes špatné počasí (sníh, vítr) zúčastnilo se závodů téměř 150 dětí

z Jilemnice a okolí ve všech disciplínách. Výsledky jednotlivých kategorií jsou velmi zajímavé.

B ě h :

3. km: 1. Mánek, SŠD Vítkovice, 14,36 min.





2 km: 1. Faistauer, SŠD Vítkovice 10,50 min.

2 km: 1. Žalská, SŠD Vítkovice 11,24 min.

1 km: 1. Hykyš, Jilemnice.

1 km: 1. Skálová, SŠD Vítkovice.

700 m: 1. Mánek V., SŠD Vítkovice.

700 m: 1. Erlebachová, Jilemnice.

Vidíme z toho, že v běžeckých disciplínách převážně vítězí mládež přespolní, která dojíždí do školy na lyžích nebo dochází v létě pěšky, takže má pravidelný training zajištěný. Jsou to právě příslušníci sportovní školy mládeže ve Vítkovicích, kde je s nadšením vede soudruh učitel Č. Kozíšek. A tak stejná jména, která jsme kdysi slyšeli v čs. lyžařství, se nám vyskytují znovu, neboť se dědí i s lyžemi a tak právě vzniká tradice.

Bylo radostné všechny ty »nové závodníky« pozorovat, jak vážně bojují a jak pěkně přirozeně běží všichni, ti nejmenší i větší.

Ve skoku prostém zvítězili Franců, Ott a Čech pěknými skoky. Skákalo se

na sněhovém můstku, skoky 16,5 m max. A zde jsou v Jilemnici před úkolem na léto: postavit malý treningový můstek, aby chlapci mohli ve výcviku pokračovat a nemusili zanechat skokanské slávy proto, že jim ten starý můstek »na Kozinci« spadl. I ve sjezdu se závodilo, ovšem jilemnické terény jsou málo sjezdové, takže, kdo u toho vytrvá, musí si za náročnějším terénem dojet do blízkého okolí.

Bilance po závodech byla celkově velmi radostná. Vždyť z ničeho nic získat 150 dětí pro závod, je úspěch! Nejmladším závodníkem byl Mirek Tryzna (kategorie r. 1949 — ml.), který s radostnou tváří vítěze si šel pro cenu.

A i když si jilemníční diváci odvykli chodit na závody a zapomněli svoje staré »Ať to frčí!«, důležité je, že jsou tu noví závodníci (Eva Benešová, Vajka Mečířová a jiní) a že jsou tu pracovníci, kteří se o ně začínají starat.

A zde stojí před úkolem jilemníční učitelé tělocviku, kteří mají před očima ty talentované chlapce a dívky, aby se hlavně oni víc o ně starali, aby oni vši-



chní pracovali tak dobře jako s. učitel Tryzna. A co se funkcionářů týká, je tam teď několik mladých soudruhů, kteří už to nesměji pustit z ruky. Ještě se tu o uspořádání závodů nejen pro mládež, ale i pro dospělé. Jilemnice skýtá skutečně nedoceněné terénní možnosti a jistě všichni sami měli radost z tratě, kterou postavili na štafetový závod a která potřebuje jen ještě v létě »projít«. Je třeba nepřestat v právě za-

čatém a obracet se o pomoc na okresního tělovýchovného tajemníka, který jistě v tomto novém úkolu za obnovu jilemnické tradice pomůže a naopak sám půjde dobrovolným pracovníkům naproti, protože on jako my všichni si dobře uvědomuje, že nová, obnovená lyžařská tradice v Jilemnici bude mít v tělovýchově význam nejen krajový, ale i celostátní. Přejeme jim všem hodně úspěchů!

## O zkušenostech z utkání DSO Slovan — DSO Slavia

FELIX CHOVANEC

Lyžařské soutěže ve formě utkání dvou nebo více celků jsou velmi dobrou formou zlepšování a rozvoje závodního lyžařství. V poslední době se tato utkání začínají užívat a vžívat, nemají však dosud ustálené a oficiální směrnice a řády. Počátkem tohoto způsobu závodění v poslední době můžeme pokládat utkání lyžařských celků ÚDA a Volkspolizei Berlin v lednu 1953.

Letošní sportovní kalendář lyžařských soutěží byl obohacen o několik takových utkání. V příštích závodních obdobích bude těchto vzájemných střetnutí ještě více, a bude proto jistě ku prospěchu, uvedu-li zde některé zkušenosti a poznatky získané v přípravě a průběhu utkání DSO Slovan—DSO Slavia na Pustevnách ve dnech 20. až 27. 3. 1955.

Jedním z problémů, které jsme řešili, byl počet členů družstva pro každou disciplínu. Bylo zde několik eventualit a navíc ještě, zda má mít družstvo náhradníky, zda má být jmenováno předseda a pod. Celkový počet závodníků je jistě závislý na více činitelích, na finančních, organizačních a jiných okol-

nostech. Nikdy by však neměl klesnout pod určité minimum (6—8 závodníků v disciplíně za DSO). Vždyť náklady na rozhodčí, technický personál a jiné jsou takřka stejné, ať už startuje 10 nebo 50 závodníků. Je však třeba také stanovit určité maximum. Je nutno přihlížet k úrovni a jakosti soutěže. Málokterá DSO může, myslím, postavit více než 10 vyrovnaných závodníků ve všech disciplínách. Větší počet závodníků by sice svědčil o masovosti, ale úroveň soutěže by poklesla. Nehledě k tomu, že by to bylo drahé, vzhledem k tomu, že o závodníky II. výkonnostní třídy pečují krajské výběry DSO, a ty je jistě používají k nominaci na utkání krajských celků.

Nejvhodnějším se tedy ukazuje, budeme-li tato utkání organisovat ve formě troj-, případně čtyřutkání. V jednotlivých disciplínách bude startovat více a vyrovnanějších závodníků, takže soutěž získá na kvalitě a pro závodníky bude přitažlivější. Rovněž výlohy spojené s úhradou rozhodčích a ostatní, připadající na jednu DSO, budou menší a z toho důvodu nebude těžké tato utkání dobře finančně zajistit. Nemalá úloha zde připadá lyžařské sekci tělovýchovného oddělení ÚRO, která by řídila a koordinovala spolupráci jednotlivých DSO.

Mnoho jsme diskutovali o tom, zda má být družstvo postaveno s náhradníky nebo bez nich. Dnes je možno říci,

---

Hodnocení mezinárodních závodů (Harrachov, Zermatt a další) budeme postupně přinášet v dalších číslech měsíčníku »Lyžařství«.

že obdobně jako to praktikují gymnasté při soutěžích družstev, kdy soutěží osmičlenné družstvo a šest nejlepších je bodováno, i v lyžařských soutěžích bude tento způsob velmi výhodný. Už z toho praktického důvodu, že na utkání mezi DSO zveze závodníky z celé republiky a tu se mnohdy stává, že mnozí z nich, i když účast přislíbí, nemohou z toho nebo onoho důvodu přijet. S náhradníky musíme tedy počítat a je jistě lepší, jestliže se mohou soutěže zúčastnit jako členové družstva, než aby jeli mimo soutěž.

Hodnocení dosažených výsledků bylo dalším problémem. Zde je zase mnoho možností, jakým způsobem výsledky, to jest umístění jednotlivých závodníků, přepočítávat na body, a tak vyhodnotit sílu soupeřů. Jako vzor nám zde může sloužit bodování při lehkotletických soutěžích, kdy se bodují na příklad čtyři místa body 5, 3, 2, 1. Je kladen zřetel na to, že první místo je cennější. V lyžařském utkání při osmičlenných družstvech a při bodování prvních šesti, t. j. celkem dvanácti závodníků, by mohla být lépe hodnocena prvá dvě místa a pak by bodování vypadalo takto: 15, 12, 10, 9 až 1 bod za místo první až dvanácté. Při dvou tříčlenných štafetách za DSO pak 30, 18, 10 a 6 bodů za místo první až čtvrté (dvojnásobek místa prvního, čtvrtého, osmého a desátého). Hodnocení výsledků podle lyžařských výpočtových tabulek by neukázalo správný poměr sil soutěžících celků. Vyjádřilo by sice lépe rozdíly ve výkonnosti mezi jednotlivými závodníky v disciplíně, ale skresilo by poměr sil mezi jednotlivými disciplinami. Nehledě k tomu, že štafetové závody nemůžeme podle nich vůbec vyhodnotit.

Bylo také nutno najít jednotné stanovisko k losování a k „nasazování“ předních závodníků. Bylo mnoho názorů co a jak. Přiklonili jsme se k tomuto způsobu: losovalo se pouze o to, která DSO bude mít lichá nebo sudá čísla, a takto vylosovaná čísla trenér DSO si obsadil svými závodníky. Tento způsob má zase řadu výhod, jako například naprosto stejné podmínky pro obé

DSO, trenér může nasadit podle zvolené taktiky závodníky na jednotlivá čísla podle jejich skutečné nebo případně podle jejich momentální výkonnosti. Na tratích tak bojují mezi sebou závodníci vyrovnaných kvalit.

Většina DSO nemá stejně kvalitní závodníky ve všech disciplínách. Velkým kladem utkání mezi DSO je právě ta skutečnost, že tato utkání velmi dobře odhalí disciplíny, které jsou jejich slabinami. I my ve Slavii na základě přeborů i veřejných závodů jsme věděli o slabé úrovni a malém počtu našich skokanů a sdruzenářů. Ale teprve utkání se Slovanem nám tuto skutečnost ukázalo v pravém světle a donutilo nás k nápravným opatřením, abychom při příštích utkáních měli i v těchto disciplínách dostatečný počet dobrých reprezentantů.

Jedním z mnoha kladů utkání také bylo, že zdůraznilo všem závodníkům jejich příslušnost k DSO, za jejíž barvy startovali, a stmelilo kolektivitu jednotlivých DSO. Jednotlivci si byli vědomi toho, že nebojují jen o své lepší umístění, ale také pro vítězství svého družstva, za svou DSO. A radovali se z úspěchu každého kamaráda svého družstva jako ze svého.

Také pro trenéry znamená utkání nemalý přínos. Při přebornických a veřejných závodech je úloha trenéra důležitá a odpovědná. Ale teprve při utkání, kde nejde jen o umístění nebo vítězství jednotlivce, ale o úspěch celého družstva, vzrůstá význam a odpovědnost trenérový práce. A s větší odpovědností vzrůstá také jeho autorita, projeví se jeho péče o závodníky a ve výsledcích závodu pak jeho dobrá práce.

Závěrem bych chtěl říci, že již samotný fakt každým rokem větší počtu vzájemných utkání svědčí o jejich velkém významu a o kladech, které s sebou přinášejí. Je proto nutné, aby odpovědní činitelé organizovali tato utkání na těch nejlepších základech a přispěli tak k dalšímu růstu našeho závodního lyžařství.

# PŘEBORY LYŽAŘSKÝCH ŠKOL DOROSTU

ZDENĚK PELC

V únoru uspořádala SŠD lyžování ve Vrchlabí lyžařské přebory SŠD. Po loňských přeborech krajských pozvali jsme letos všechny SŠD z Čech a Moravy. Lyžařských přeborů se zúčastnilo 12 lyžařských škol a v jednotlivých závodech startovalo celkem 231 závodníků. Závod v běhu pro kateg. přípravku se konal ve Vrchlabí, závod ve skoku a v běhu pro I. a II. třídu se konal ve Špindlerově Mlýně. závody proběhly hladce, bez úrazů, ačkoli organizačně měly nedostatky, protože celé závody nakonec musili zajišťovat instruktoři vrchlabské školy, když činovníci AZNP Vrchlabí pro své úkoly na pracovišti se nemohli závodů zúčastnit. Jako pomocní funkcionáři se dobře osvědčili žáci vrchlabské školy. Pro příští rok bude nutno tento závod dobře zajistit, protože se dá předpokládat, že se na startu objeví ještě větší počet startujících.

Závod přinesl největší úspěch SŠD v Novém Městě na Moravě, jejíž žáci zvítězili v běžecích disciplínách téměř ve všech závodech. V celkovém hodnocení škol zvítězilo Nové Město před SŠD Vrchlabí a Svobodou nad Úpou. Na dalších místech se umístily SŠD Vítkovice, Harrachov, Tanvald, Jilemnice, Jablonec, Vysoké atd. Tak jako ukázali Novoměstští převahu v běžecích disciplínách, tak zase Krkonošáci z Vrchlabí, ze Svobody, z Harrachova a z Vítkovic byli lepší v technických disciplínách: ve skoku a ve sjezdu.

## TECHNICKÉ VÝSLEDKY

Běh 2 km — příprava: hoši: Breth Winter (SŠD Tanvald) 10:15, dívky: Ondráčková (Nové Město). — Běh I. tř. chlapci: 5 km: 1. Pelaj J. (Nové Město) 20:35; I. tř. dívky: 3 km: 1. Krabcová (Nové Město). II. tř. chl.: 10 km: Fiala Jos. (Nové Město) 39:15. — dívky II. tř.: 5 km: Stejskalová (Nové Město) 23:14.

Skok prostý — příprava: Rázl (Harrachov) 307,1 bodu. — I. tř.: Kraus Herald (Vrchlabí) 299,1 bodu. — II. tř.: Špindler (Vrchlabí) 314,1 bodu.

Obří slalom — chlapci: příprava: 1. 2. Malotínský (SŠD Vrchlabí) 32,8 — dívky: Hejmanová (SŠD Svoboda) 35,2 — chlapci: 1. 2. Rázl (Harrachov). — I. třída chl.: 1. Hanuš Kamil (SŠD Vrchlabí) — I. třída dívky: 1. Hejmanová (SŠD Svoboda) 48,6 — II. třída chl.: 1. Cerman Zdeněk (SŠD Svoboda).



Motejlek z Harrachova, který se umístil v kategorii přípravky na 2. místě. Velmi dobře vede lyže.

Na četné dotazy našich čtenářů sdělujeme, že měsíčník »Lyžařství« možno objednat a předplatit pouze u Poštovní novinové služby, u každého poštovního úřadu a přímo u poštovního doručovatele.

# ZPRÁVY Z KRAJŮ, OKRESŮ A JEDNOT

Jihočeši uvítali čs. lyžaře. Jihočeské lyžařství si vede v posledních letech opravdu dobře. Pracovníci krajské sekce vedené soudruhem Josefem Bízem tvoří soudružský a dobře pracující kolektiv, který se stará o rozvoj lyžařství v kraji s opravdovou pečlivostí. V jejich práci jim pomáhá několik okresních sekcí a lyžařských oddílů, z nichž v této práci na prvním místě nutno jmenovat Spartak ČZ Strakonice. Tuto skutečnost vzala krajská sekce v Č. Budějovicích v úvahu také v letošní sezóně a uspořádala ve Strakonících besedu s našimi reprezentanty-lyžaři, Sekce KVTVS v Č. Budějovicích již po tři roky koně svou sezónu pořádáním besed pro sportovní veřejnost. Letos pozvala mistry sportu Jaroslava Cardala a Mildu Bělohožníka a uspořádala dne 20. dubna tuto sportovní besedu ve Strakonících. Oba reprezentanti přijeli do Č. Budějovic a hned po svém příjezdu byli v doprovodu předsedy lyžařské sekce KVTVS přijati předsedou MNV v Č. Budějovicích soudruhem Fr. Pilouškem na radnici. O zájezd Jar. Cardala a Mil. Bělohožníka projevil zájem též Čs. rozhlas v Č. Budějovicích, který natočil s nimi rozhovor na zvukový pás. Jihočeští lyžaři si návštěvy našich předních lyžařů opravdu vážili. Do posledního místa naplněný sál Závodního klubu ČZ Strakonice uvítal milé hosty bouřlivým potleskem. Po uvítání předsedou oddílu uvedené jednoty, který odevzdal soudruhům Cardalovi a Bělohožníkovi upomínkové dárky, pozdrvil strakonickou sportovní veřejnost předseda sekce soudruh Jos. Bizek. Jar. Cardal vypravoval o svých zájezdech do ciziny, hlavně pak o zájezdu čs. lyžařů do SSSR, Mil. Bělohožník pak o závodech letů vzduchem, kterých se v letošním období v Oberstdorfu sám zúčastnil. Oba měli ve strakonické sportovní veřejnosti vděčné posluchače. Po diskusích, která se po jejich přednášce rozvinula, byly promítány filmy z letošní zimní spartakiády ve Vysokých Tatrách. -K.

Pěkné úspěchy mladých. Po skončení hlavního období v lyžování v Tatranu Jilové u Děčína využili příslušníci lyžařského oddílu za vedení soudr. Hollingera z KV DSO Tatran příznivých sněhových podmínek a uspořádali závody mládeže na lyžích. Dne 10. března odpoledne (v tomto termínu ještě v zádném roce lyžařské závody v Jilovém nebyly) nastoupilo 62 závodníků — žáků a záků z národních a středních škol a několik záků z Děčína. Žáci byli ve stáří od 9—13 let a dívky od 10 do 13 let. Všichni svými výkony dokázali, že nám rostou nadějní lyžaři. Závod se konal ve sjednotěném, když před týdnem se konal v běhu na lyžích. V závodě žáků byla první žákyně 7. třídy Jar. Černá ze střední školy v Jilovém, když předtím před týdnem zvítězila v běhu na lyžích. Po žákyních nastoupili žáci v počtu 52, mezi kterými byli i 9letí žáci národních škol Jirka Hanzl a Jenda Zima. Vítězem závodu se stal 12letý J. Hollinger z Děčína, který zvítězil s velkou převahou před Zikmundem a Kodatem z Jilového. P.

Jak pracovala LS OVTVS Bruntál. Tak jako každým rokem, tak i letos děláme konečné hodnocení práce LS OVTVS Bruntál za období 1954—1955. Lyžařská sekce byla ustavena a doplněna v říjnu 1954 novými členy, přesto všichni nepracovali tak, jak se od nich očekávalo. Proto veškerá práce zůstala na bedrech zbývajících členů, kteří úkoly svěřené jim OVTVS a krajskou sekcí splnili. Členové lyžařské sekce OVTVS pomáhali jednotlivcům nejen tam, kde byla jejich přítomnost nutná, ale i v jednotlivých závodech, především na venšiejích, se zúčastňovali závodů přímo, ne ve funkci pořadatelů a rozhodčích. V okrese byl uspořádán lyžařský kurs pro pomocné učitele. Byla ukončena jen theoretická výuka, praktické doškolení z technických důvodů nebylo uskutečeno. Kursu se zúčastnilo 14 soudruhů, kteří již nyní se zapojili v jednotlivých dočítelské práce, a tím se získal v mnoha případech ještě užší styk s jednotlivými lyžařskými oddíly našeho okresu. Sekce má doposud jen 4 cvičitele a 4 rozhodčí II. třídy, z nichž dva již prošli dalším doškolením. Plán rozvoje uloží sekcí rozšířit masovou základnu lyžování na Bruntálsku. Tento úkol byl splněn. Směrná čísla plánu byla překročena. VTM získalo 15 sportovců, III. VT 6 a II. VT 2. Mnoho dalších závodníků a závodnic má splněno technické limity k získání VT a VTM, avšak nemají PPOV. Proto se sekce zaměřila také na závody, ke kterým byli zváni i nečlenové lyžařských oddílů a tím si splnili lyžařské disciplíny PPOV. Toto bylo přijato ve většině případů s velikým ohlaselem. Na OVTVS docházely dotazy mnohých soudruhů, kdy opět bude uspořádán lyžařský závod tohoto druhu, aby se mohli zúčastnit a také si splnit disciplínu pro odznak PPOV. V těchto závodech se podařilo získat mnoho nových členů, kteří jsou již dnes v lyžování a v tělovýchově a sportu vůbec zapojeni. Závody, které pořádala LS OVTVS: Byl uspořádán lyžařský prebor

okresu pro všechny kategorie ve všech disciplínách kromě skoku, který pro nezpůsobilý můstek nebyl uspořádán, za účasti 150 závodníků z 240 přihlášených. Byl uspořádán okresní přebor SZBZ v Malé Morávce, dále dva veřejné závody v běhu a v sjezdových disciplínách. Z toho se jel jeden jako Putovní pohár MNV. Sekce organizovala a zajišťovala průběh a doprovod dálkové jízdy lyžařů a horolezců: Ještěd—Tatry. Byla uskutečněna beseda s účastníky této jízdy za velké účasti bruntálského občanstva, především mládeže. Z této účasti a účasti při všech závodech vidíme, že o tak důležitý branný sport, jako je lyžování, má v Bruntále zájem nejen mládež, ale i dospělí. Na okrese jsou čtyři lyžařské oddíly: Slavoj Bruntál, Jedenáctiletka, Jiskra Lenes Bruntál a Spartak Vrbno. Ostatní se zúčastňovali a pořádali závody v rámci všeobecné práce. Kladně musíme hodnotit DSO Sokol, která uspořádala 7 lyžařských přeborů jednot s průměrnou účastí 15 závodníků a závodnic.

J. P.

Z lyžařského odboru TJ Lokomotiva Česká Třebová. V neděli 20. února t. r. jel se již 11. štafetový závod o přebor města České Třebové. Je to závod v České Třebové tradiční a již před lety ocenila ČOS snahu a obětavost česko-třebovských lyžařů a tento závod prohlásila za přebor ČOS v závodě štafetovém. V době válečné se tyto závody nekonaly, a když byly po válce obnoveny, nebyly to již ty závody jako dříve. Teprve letos podařilo se pořadatelům provést závod tak, jak jsme si v duchu představovali. Start a cíl byl „Na Horách“. V 10 hodin odstartovali starší dorostenci, po nich ženy na 5 km a za nimi muži na 3×10 km. Nakonec dorost mladší na 3 km. Závod se jel na čerstvě napadaném sněhu za pěkného počasí a všem závodníkům se trať a celý závod velice líbily. Hladký průběh závodu pomohly zvládnout ozbrojené složky, které se svými krátkovlnnými vysílačkami postaraly o zprávy z trati, takže obecenstvo, které přišlo tyto závody v hojném počtu zhlédnout, bylo stále informováno o průběhu závodu a sportovních bojích, které sváděli závodníci na celé trati. Vítězem hlavního závodu stala se štafeta TJ Lokomotiva Šumperk časem 2:03:02 hod., získala putovní cenu MNV a stala se přeborníkem města České Třebové pro rok 1955. Na druhém místě se umístila štafeta TJ Lokomotiva Česká Třebová časem 2:09:15 hod., na třetím místě TJ Sokol Kunvald časem 2:13:09 hod. V závodě žen na 5 km zvítězila po tuhém boji třebovská Marcela Prokopová z TJ Lokomotivy Česká Třebová časem 30:59 min. před Honou Pospíšilovou z Prahy, která měla čas 32:28 min., a Mir. Hofmanovou z Pardubic, která tuto trať ujela za 34:25 min. Závod 3×5 km staršího dorostu vyhrála štafeta VPSŽ Česká Třebová I časem 1:26:28 hod. před štafetou Jiskra Žamberk 1:31:26 hod. a VPSŽ Česká Třebová II časem 1:33:20 hod. Nejlepšího času dne dosáhl soudruh Olda Stránský z TJ Lokomotiva Česká Třebová. Pěkná podívaná byla i na závod dorostenců mladších, kteří jeli trať dlouhou 3 km. Zvítězil Zdeněk Neruda ze zdejší osmiletky časem 20:55 min., druhý byl Fr. Friml časem 22:08 min. a třetí Mil. Pakosta časem 22:57 min.

Lyžařský oddíl TJ Lokomotiva Česká Třebová

Lyžařský oddíl Jiskry Železnobrodské sklo v Železném Brodě uspořádal v neděli 27. března 1955 IV. ročník obřího slalomu na Kotli v Krkonoších. Z 59 startujících mužů bylo klasifikováno 51, žen startovalo a dokončilo závod 9. Zvítězil čet. Slaviček z DA Šumava za 1:18,0 min. před Pacholíkem (Slovan Špindlerův Mlýn) 1:22,1 min. a Kramářem (Spartak AZNP Mladá Boleslav) 1:22,8 min. Závod žen vyhrála Novotná (Slovan Praha) v čase 1:42,8 min. před Nedvídkovou (ÚDA) 1:55,2 min. a Poloprudskou (Slavia Jablonec n. Nis.) 1:57,7 min. Trať byla vytyčena Velkou Kotelnou roklí, byla 1000 m dlouhá s výškovým rozdílem 250 m a měla 39 branek. Výkony, které podali závodníci, hlavně mladí, přes krajně nepříznivé povětrnostní podmínky, hustou mlhu a těžký sníh, si zaslouhují, aby podobných závodů bylo v Libereckém kraji uspořádáno během sezóny více.

Přes tři kopce. Letos tomu bylo již 28 let, které uplynuly od doby, kdy se jel po prvé tento závod. Jistě tenkrát v roce 1927 nikomu z pořadatelů nenapadlo, jakou tradici a popularitu závod „Přes tři kopce“ jednou bude mít. Vzrůstal z velmi malých počátků, ale brzy se začal těšit velké oblibě u závodníků. Pročítáme-li dnes staré záznamy, dočteme se o různých těžkostech a potížích pořadatelů, o zajímavých rozhodnutích a na výsledcích setkáváme se s jmény našich významných závodníků-běžců, z nichž mnozí zúčastnili se tohoto závodu již jako junioři. Setkáváme se zde se jmény Šimůnka, Buchara, ing. Nováka, Cardala, Lukešové a dalších jiných. Co je však dále zajímavé u tohoto běžeckého závodu, že se k němu vždy přihlásí velký počet závodníků. Nikterak nás nepřekvapí, čteme-li, že se k závodu přihlásilo 110 závodníků. Ani letošní ročník v počtu přihlášených nezůstal pozadu za předcházejícím. Vždyť letos přihlásilo se celkem 120 závodníků a 30 závodnic. K oblibě tohoto závodu jistě nemálo přispěla dobrá organizace a dobře volená trať závodu, která byla vždy dobře

pořadatelé vyznačena, ať se jel tento závod za příznivého nebo nepříznivého počasí. Ne vždy však byla trasa závodu dodržena. Přišla okupace a Krkonoše českým lyžařům byly nepřístupny. V té době pořadatelé přeložili trať do nitra Čech a tak v roce 1941 jel se tento závod nedaleko Prahy — ve Velké Chuchli. Zpráva, která tenkrát byla o tomto závodu napsána v denním tisku, byla velmi zajímavá. Závod neztratil tímto přeložením nijak na tradici a zájmu závodníků. Denní tisk po závodu píše o organizaci a docela doporučuje, aby všichni adepti lyžařských činovníků se tohoto závodu povinně zúčastnili, aby poznali, jak se závody mají organizovat. Porovnáme-li poslední ročníky tohoto závodu s ročníky minulými, vidíme zde určité rozdíly, z nichž některé nejsou k prospěchu závodu tak velké tradice. Je třeba, aby trasa závodu v příštích ročnících byla opět vedena přes Mechovince, Černou skálu a Šeřín a ne tak, jak tomu bylo na příklad letos, kdy trať závodu byla vedena jen v okolí Horních Míseček. Dále bude nutno lépe organizačně zajišťovat tento závod, aby i po této stránce se v budoucnosti vyrovnal s ročníky minulými. V jednom se letošní ročník vůbec nepřiblížil ročníkům minulým a to je vlastně to nejbolestivější. V minulosti byli jsme svědky, že tohoto závodu zúčastnil se velký počet juniorů, dorostenců a dorostenek. A letos startovali pouze 2 dorostenci a 1 dorostenka. Doufáme, že MVTVS Praha i KV DSO Spartak budou příštím ročníkům věnovat více péče a pořádající jednotě Spartak Meopta Košice poskytnou veškerou pomoc, kterou bude potřebovat k zdoání všech potíží při organizování tohoto u závodníků tak oblíbeného závodu. Přestože ani letošního ročníku počasí nepřálo — závod se jel na mokrém sněhu, za husté mlhy a deštivých přeháněk — bylo dosaženo pěkných výsledků: Muži 15 km: 1. Prokeš (ÚDA Praha) 0:52:59 hod., 2. Stebel (ÚDA Praha) 0:54:05 hod., 3. Okuliár (Baník Trutnov) 0:56:08 hod., 4. Žanda (ÚDA Praha) 0:58:38 hod., 5. Seifert (Spartak Sokolovo) 0:59:30 hod. Ženy 5 km: 1. Bartáková (ÚDA Praha) 26:40 min., 2. Střížová (ÚDA Praha) 27:29 min., 3. Lášková (ÚDA Praha) 28:58 min., 4. Jerábková (Spartak AZNP Ml. Boleslav) 31:06 min., 5. Hlušová (Spartak AZNP Ml. Boleslav) 32:05 min. Dorost. st.: 1. Honeč Jirí (Sokol Horní Branná) 25:33 min. Dorostenky st.: 1. Kořínková (Spartak Meopta Košice) 36:07 min.

M. K.

**Kurs cvičitelů:** Ve dnech 6.—10. IV. proběhl kurs učitelů školení lyžařských cvičitelů v tělovýchovném středisku SVTVS v Krkonoších. Předsednictvo LS SVTVS schválilo návrh UMK LS SVTVS k jmenování učitelů školení lyžařských cvičitelů tyto absolventy: Červenka Antonín — KVTVS Ústí, Eidpes Karel — MVTVS Praha, Bohuslav Karel — KVTVS Ústí, Farkač Josef — MVTVS Praha, Hubička Václav — MVTVS Praha, Kopal Jiří — MVTVS Praha, Lisý Čeněk — Liberec, Navrátek Ferdinand — Ostrava, Novotný Jiří — KVTVS Praha, Nový Vjačeslav — Liberec, Pasela Antonín — MVTVS Praha, Říha František — MVTVS Praha, Sirůček Otakar — KVTVS Pardubice, Sucharda Egon — KVTVS Hradec Králové, Škoda František — MVTVS Praha, Štengl Vladimír — MVTVS Praha, Vaneč Jaroslav — Liberec, Weigert Jaroslav — MVTVS Praha. Ke jmenování učitelů školení lyžařských cvičitelů schválilo předsednictvo LS SVTVS rovněž instruktory tohoto kursu, a to: Götze Jiří — MVTVS Praha, Červenka Václav — MVTVS Praha, Houdek Igor — MVTVS Praha, Jelínek Jiří — MVTVS Praha, Valdhans Miroslav — MVTVS Praha.

**Cvičitel'ský kurs pro změnu v Krušných horách.** Začalo to docela nenápadně. Došly přihlášky na okresy, pak jednoty a nakonec se ve stanovené lhůtě vrátili na lyžařskou secei KVTVS Ústí n. L. v počtu 32 účastníků. Pracovníci UMK je prohlédli a napsali všem pozvánku na theoretickou část, která byla 2denní. Přišli všichni, neboť netušili, komu se upsali. Od rána do pozdní noci je pak učili, předváděli jim filmy, diapozitivy a nakonec navštívili i tělocvičnu. Když jim rozdali kontrolní otázky (bylo jich 25) k zpracování, poslali je domů. Již po cestě domů se jim ledacos nezdálo a stěžovali si: „To bude vojna.“ A byla. K uspořádání praktické části vybrali si opuštěný úsek Krušných hor Ládunek (911 m), kde je jen rekreační chata elektrárny Ervěnice a lišky zde dávají dobrou noc. Místo 32 přišlo jich jen 17. Kurs nemohl začít jinak nežli bouřkou, která v noci zle řádila; po dva večery pak nesvítla elektrína, netekla voda a mytí bylo jen ve sněhu. To však nevadilo instruktorem, kteří řádili tak, že jeden málem si zlámal nohu. Nic mu to však nevadilo, aby po celý kurs se nebelhal za frekventanty a neorganizoval tajně orientační noční cvičení. Nejvíce se však těšil na závěrečné zkoušky a připomínal neustále heslo „Lidem nechybí síla — chybí jim vůle.“ A zkoušky přišly. Pátek nešťastný den a hned ráno smůla. Terénní skok. Že má někdo takovou smůlu, když si sáhne po otázku. Nástup před chatou a to „Nazdar!“ dnes nějak neseděly. Všichni jedou na cvičnou loučku jako zmoklé slepice, kde se bude i filmovat. Zkoušky probíhají, instruktory se zdají

být spokojeni. Všechno jde jak na drátku, až ta „čistá“ a nakonec „terénní skok“. Zazní povel, jede první, aby se nerešlo, jen tak, tak se odrazil. Dopadne. Vyvalí se oblak bílé hmoty a frekventanta není. Instruktoři, ač zmrzlí, se řehoní, ale již velí další, a tak jak první, tak i ostatní v důsledku přitažlivosti zemské jen se odrazí, dopadnou, pak nic, jen bílé opojení, objeví se tyčka, pak druhá a nakonec se vyhrabe — budoucí cvičitel. Skončilo zkoušení a jede se domů, nikdo neví, jak dopadly zkoušky, ale všem je jasné, jak říkal často vedoucí kursu — a svým příkladem dokazoval, že „Lidem nechybí síla — chybí jim vůle“.

K. B.

## Zprávy z ciziny

### NEJLEPŠÍ ZÁVODNÍCI SEZÓNY V ALPSKÝCH DISCIPLINÁCH

Pařížský sportovní časopis „L'Equipe“ vyznamenává již po několik let nejlepší závodníky v alpských disciplínách „zlatou lyží“. Letos bylo sestaveno pořadí takto: Muži: 1. Walter Schuster (Rakousko) 66 b., 2. Anderl Molterer (Rakousko) 64 b., 3. Ernst Oberaigner (Rakousko) 55 b., 4. Toni Sailer (Rakousko) a Ernst Hinterseer (Rakousko) oba 39 b., 6. Martin Julien (Švýcarsko) 36 b. Ženy: 1. Lotte Blättl (Rakousko) 67 b., 2. Madeleine Berthod (Švýcarsko) 66 b., 3. Evi Lanig (záp. Německo) 49 b. Klasifikace národů: 1. Rakousko 622 b., 2. Francie 345 b., 3. Švýcarsko 155 b., 4. Itálie 70 b., 5. záp. Německo 55 b., 6. Norsko 5 b.

### ADOLF ATTENHOFER ZEMŘEL

V Curychu zemřel známý výrobce lyží a dalších sportovních potřeb Adolf Attenhofer ve věku 62 a půl roku.

### „VĚTRNÝ TUNEL“ POMŮŽE NORSKÝM SKOKANŮM

Norští skokani dostávají v přípravách na olympijské hry v Cortině pomoc od vědců. Norská vysoká technická škola provádí aerodynamické pokusy na „větrném tunelu“. Norští skokani se mají tímto způsobem seznámit se zákony aerodynamiky a jejím využitím při skocích.

### ÚRAZ OLYMPIJSKÉHO VÍTEZE

Olympijský vítěz a mistr světa Nor Stein Eriksen při návštěvě švýcarských a rakouských závodníků-sjezdářů a sjezdařek v Sun Valley (USA) startoval mimo soutěž v závodě ve sjezdu. Jeho jízda však skončila pádem, při kterém utrpěl Stein Eriksen zlomeninu.

### PER-ERIK LARSSON NADĚJÍ ŠVĚDŮ NA OLYMPIJSKÉ HRY

Již delší dobu se mluví v Delarne — místě velkých lyžařů švédska — o Larssonech. Mají obnovit tradici známého klubu IFK Mora, v němž končili svou závodní dráhu tři velcí lyžaři Nils Karlsson, Anders Törnqvist a Gunnar Ericsson. Jimi také končila nejen velká epocha klubu, ale i velká doba švédského lyžařství. Suno Larsson se dříve rychle vpřed a Gunnar Larsson má stálon velmi dobrou formu. Největší nadějí je však 25letý zemědělec Per-Erik Larsson, který na mistrovství světa 1954 ve Falunu naznačil své možnosti a letos chtěl ukázat, co dovede. Avšak těžká infekce v prosinci přerušila jeho trening a Per-Erik Larsson se jen těžko dostával do formy. Dva z posledních velkých mezinárodních závodů ve Finsku ukázaly však nejlépe jeho vynikající výkonnost. Po vítězství v Lahti vyhrál Per-Erik Larsson i druhý 15km závod v Rovaniemi. Je to vel-

ký úspěch, neboť Finové jsou dnes v lyžařství nejlepšími Severany. Dosáhnutí vítězství ve Finsku je velmi těžké. Mora-Nisse vyhrál za své slávy ve Finsku jen jeden závod. Dvou vítězství dosáhl jen „starý“ závodník Enar Josefsson. V závodech, v nichž P. E. Larsson vyhrál, startovali všichni nejlepší finští lyžaři Viitanen, Hakulinen a jiní. Mezi 15 prvními závodníky bylo 14 Finů, avšak vítězství si odnesl švéd Per-Erik Larsson. V něj také a v Sixtena Jernberga vkládají Švédové své největší naděje.

### VÝSLEDKY ZE ZAHRANIČÍ

FINSKO: K n o p i o: Lyžařské závody „Puijo“ v Kuopio byly jednou z posledních mezinárodních soutěží sezóny. — Výsledky: 15 km: 1. V. Hakulinen 1:03:28 hod., 2. H. Kauvo 1:03:55 hod., 3. A. Hiiva 1:04:29 hod., 4. V. Räsänen 1:04:37 hod., 5. P. Lonkila 1:04:38 hod. — nejlepší zahraniční závodníci: 14. H. Brusveen (Norsko) 1:07:00 hod., 15. A. Johansson (Švédsko) 1:07:04 hod. — 50 km (za velmi těžkých podmínek) dokončilo závod jen 15 běžců, mezi nimiž nebyl žádný zahraniční závodník: 1. A. Viitanen 3:51:19 hod., 2. V. Vellonen 4:00:13 hod., 3. J. Suomalainen 4:03:04 hod., 4. I. Sipilä 4:12:40 hod. — 10 km — ženy: 1. T. Mikkola-Poysti 48:30 min. — skok: 1. V. Salmenranta

(Fin.) 224.1 b. — skoky: 77 a 87.5 m, 2. M. Bolkart (záp. Něm.) 221.7 b. — 81.5 a 82 m, 3. E. Kirjonen 216.6 b. — 81.5 a 80 m. — Kokkola: 15 km: 1. P. E. Larsson (Švéd.) 52:03 min., 2. T. Alatalo 52:06 min., 3. V. Hakulinen 52:19 min. — 13. M. Stokken (Nor.) 53:32 min., 15. M. Lundström (Švéd.) 53:36 min., 19. S. Larsson (Švéd.) 53:54 min. — 30 km: 1. Hakulinen 1:42:45 hod., 2. N. Kautto 1:43:12 hod., 3. S. Larsson (Švéd.) 1:43:25 hod. — 9. P. E. Larsson 1:44:03 hod., 17. M. Lundström 1:44:47 hod., 34. M. Stokken 1:49:37 hod. — skoky: 1. E. Kirjonen 228.3 b. — skoky: 36 a 36 m. — sružený závod: 1. P. Korhonen 455.9 b. — 10 km — ženy: 1. S. Kiero 38:57 min., 2. S. Edström (Švéd.) 39:21 min., 3. M. Hietamis 39:27 min.

**ŠVÉDSKO:** Luulaja: 20 km: 1. A. Petäjaniemi (Fin.) 1:02:25 hod., 2. J. Warg (Švéd.) 1:03:27 hod., 3. L. Larsson (Švédsko) 1:04:44 hod., 4. P. Mikkola (Fin.) 1:04:54 hod., 5. I. Westerlund (Švéd.) 1:06:16 hod., 6. M. Mattsson (Švéd.) 1:08:03 hod. — 10 km ženy: 1. E. Hög (Fin.) 42:00 min., 2. S. Edström (Švéd.) 42:41 min., 3. M. Hietamis (Fin.) 42:57 min.

**ZÁPADNÍ NĚMECKO** — Felberg: skoky: 1. M. Bolkart (z. N.) 225.7 b. — 80.5 a 77 m, 2. W. Lesser (NDR) 214 b. — 75.5 a 78 m, 3. F. Habersatter (Bak.) 211.5 b. — 76 a 80 m, 4. W. Steinegger (Bak.) 205.5 b. — 77 a 76 m, 5. A. Däscher (Švýc.) 204 b. — 73 a 75 m.

Závody severských lyžařů přinášejí stále zajímavé výsledky.

**FNSKO:** Lahti: 50 km: 1. A. Viitanen (Fin.) 3:04:30 hod., 2. M. Lautala (Fin.) 3:07:07 hod., 3. V. Karkia (Fin.) 3:10:39 hod., 4. J. Suomalainen (Fin.) 3:10:53 hod., 5. F. Terentev (SSSR) 3:13:01 hod. — sružený závod: 1. G. Gundersen (Nor.) 439.3 b., 2. S. Stenersen (Nor.) 435.7 b., 3. P. Korhonen (Fin.) 431.5 b., 4. K. Maradalen (Nor.) 425 b., 5. E. Niemine (Fin.) 423.4 b. — skok prostý: 1. E. Kirjonen (Fin.) 237.5 b. — 68.5, 70 m, 2. V. Heinonen (Fin.) 225 b. — 70, 69.5 m, 3. O. Laaksonen (Fin.) 224 b. — 71, 66 m, 4. K. Berg (Nor.) 222.5 b. — 68.5, 70 m, 5. S. Stenersen (Nor.) 217 b. — 67.5, 67.5 m — 18 km: 1. P. Myyrä 1:01:05 hod., 2. K. Hämäläinen 1:01:17 hod., 3. P. Kolfin (SSSR) 1:01:24 hod., 4. P. Lonkila a P. Huhtala 1:01:34 hod., 6. E. Koistinen 1:01:46 hod. 10 km — ženy: 1. M. Hietamis 39:41 min., 2. L. Kozyreová (SSSR) 39:50 min., 3. Polkunen 40:12 min.

**Mistrovství Finska v Hyvinkää:** 15 km: 1. A. Viitanen 54:17 min., 2. J. Kortelainen 54:22 min., 3. P. Lonkila 54:42 min., 4. E. Koistinen 54:58 min. — 50 km: 1. A. Viitanen 3:26:57 hod., 2. K. Monone a V. Kontinen 3:27:17 hod., 4. E. Kolehmainen 3:29:36 hod. — 10 km — ženy: 1. Pirkko Korkee 41:43 min., 2. S. Kiero a M. Hahl 42:10 min., 6. S. Rantanen (mistr. 1954)

43:10 min. — sružený závod: 1. P. Suhonen 442.65 b., 2. J. Meriläinen 442.03 b., 3. E. Nieminen 439.83 b. — skok prostý: 1. E. Kirjonen 216.2 — 49, 50 m, 2. V. Salmenranta 212.5 — 50, 48.5 m, 3. H. Hyvärinen (mistr 1954) 212.4 bodu.

**ŠVÉDSKO:** Sundsvall: mistrovství na 15 km: 1. S. Jernberg 56:05 min., 2. L. Larsson 56:29 min., 3. Per-Erik Larsson 56:44 min., 4. S. Gunnarsson 56:48 min., 5. G. Larsson 56:52 min., 6. G. Eriksson 56:57 min. Sixten Jernberg vyhrál také mistrovský titul na 50 km.

**NORSKO:** Holmenkollen: 15 km (146 startujících Švédska, Norska a Finska): 1. A. Hiiva (Fin.) 1:00:39 hod., 2. A. Kiurü (Fin.) 1:01:07 hod., 3. L. Larsson (Švéd.) 1:01:34 hod., 4. P. Olsen (Nor — prvý sruženář) 1:01:36 hod., 5. P. Myyrä (Fin.) 1:01:43 hod., 6. Brenden (Nor — olympijský vítěz 1952) 1:01:44 hod. — ženy 10 km: 1. J. Kozyreová (SSSR) 49:25 min., 2. V. Carevová (SSSR) 50:27 min., 3. E. Jerošimová (SSSR) 50:48 min., 4. M. Hahlová (Fin.) 51:07 min., 5. M. Hietamisová (Fin.) 51:31 min. — skok prostý: 1. A. Kallakorpi (Fin.) 225 b. — 69.5, 68.5 m, 2. T. Falkanger (Nor.) 222 b. — 67.5, 69 m, a E. Kirjonen (Fin.) 222 b. — 67.5, 69 m — sružený závod: 1. S. Stenersen (Norsko) 438.625 b., 2. E. Nieminen (Fin.) 433.063 b., 3. Olsen (Nor.) a Barhaugen (Nor.) 432 b.

**V. LYŽAŘSTVÍ**, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.



# LYŽAŘSTVÍ

ČERVEN 1955

FNS 208

ROČNÍK 41 • Č. 6



# Zlepšit propagačně výchovnou práci v lyžařství

MIROSLAV BLAHOUT,

předseda propagačně výchovné komise LS SVTVS

(výťah z referátu předneseného na zasedání plena lyžařské sekce SVTVS)

V polovině jubilejního roku, v němž slavíme desáté výročí osvobození Sovětskou armádou, bude Praha svědkem slavné události — I. celostátní spartakiády. S vědomím odpovědnosti za zdar a úspěch tohoto velkého podniku připravují se stotisíce cvičenců na hromadná vystoupení, která budou důkazem rozvoje pokrokové tělovýchovy v našem státě. Je samozřejmé, že jsou mezi nimi i lyžaři, a tak se tato velkolepá událost stane i přehlídkou mimo jiné i jejich politické uvědomělosti a bude odrazem dobré politicko-výchovné práce některých našich činovníků.

Přes tento potěšující fakt nemůžeme být vcelku se stavem výchovné práce v lyžařství spokojeni, neboť zejména výchovná činnost měla velmi malé výsledky a byla prováděna často neodpovědně a formálně. Důvody této skutečnosti spočívají v tom, že naši funkcionáři, trenéři, cvičitelé, závodníci i lyžaři-turisté často nechápu, že tělovýchova je jednou z částí komunistické výchovy. To pro nás znamená, že úkol, který má hnutí plnit, není jenom ve zvyšování sportovních výkonů a přivedení lyžování na masovou základnu, ale je i v uvědomování a ve výchově člověka.

Současný stav v hnutí je takový, že většina našich krajů a ústředních výborů DSO přechází nutnost provádět propagačně výchovnou práci a předpokládají, že tím že ustavily příslušnou komisi nebo určily pracovníky, lépe řečeno v mnohých případech jen jména, tím že je celá problematika vyřešena, neboť bylo učiněno zadost směrnicím. Důvodů a příčin je mnoho. Jednou z nich je fakt, že naše funkcionářské kádry — vlivem prostředí, ve kterém vyrostly, a doposud malého samostudia marxismu — nejsou ještě dostatečně uvědomělé a získaly malé vychovatelské znalosti. I zde je nutno provést nápravu. Vitáme každého funkcionáře, který přichází s poctivým úmyslem pomoci vývoji lyžařství, je však nutno, aby se každý z nich oprostil od zbytků zastaralého a škodlivého myšlení, starých zvyků a nevhodných způsobů vystupování. Vždyť nejenom přesvědčováním, ale i vystupováním a organizační práce, prostě svým příkladem funkcionář vychovává. Výchovná činnost je prováděna nepřetržitě, ať chce nebo nechce každý z pracovníků hnutí. Jde tedy o to, dát jí správný směr a komunistický obsah. Správné výchovné činnosti je třeba všude, ať při srazech cvičitelů, soustředění reprezentantů, prostě při každé naší práci. Je nutno zlepšit poměr mezi činovníky z českých a slovenských krajů, neboť všichni pracujeme na jedné věci — na rozvoji našeho lyžařství. Nikdo nechce úmyslně poškozovat práci druhého národa, nebo pro chyby jednotlivce odsuzovat celek. Dále je třeba poučit některé pracovníky, kteří ještě zájem jednotlivce nebo oddílu dávají před zájem celého lyžařství nebo jednají svévolně, že tím porušují usnesení, zásady centralismu, což narušuje vnitřní jednotu hnutí.

Druhou základní příčinou nedostatků je, že komise v kraji nemají jasný obsah své činnosti, a proto je zde uvádím.

K práci propagačně výchovné komise v kraji patří tyto povinnosti:

1. Řízení propagace lyžařství a jeho soutěží v rámci kraje, zejména pokud se týká usměrnění redaktorů krajských časopisů a rozhlasu a spolupráce s městským rozhlasem. V souvislosti s tím spolupracovat s národním podnikem Turista v oboru propagace a názorné propagace. Dále pak registrování výsledků soutěží a jiných akcí.

---

*Ke snímku na titulní straně: Eva Malá se přičinila o výbornou propagaci našeho lyžařství v zahraničí, když na závodech v Zermattu obsadila ve slalomu první místo před světovou elitou. — Náš snímek je z tohoto závodu.*

2. Řízení a přesné organizování výchovné práce, která se uskutečňuje prostřednictvím všech komisí a řízení propagačně výchovných pracovníků v rámci okresů nejméně jednou společnou schůzí v roce, osobním stykem, pravidelným ukládáním úkolů a jejich vyhodnocování přes předsednictvo krajské sekce. Vydávat přesné pokyny, založené na zásadách sovětské psychologie a pedagogiky, je jimž základem a obsahem je marxismus-leninismus a studium současných mezinárodních a vnitřních událostí.

3. Zaměřit se na výchovu a vštěpování zásad komunistické výchovy všem funkcionářům krajské sekce, zejména trenérům, cvičitelům a rozhodčím. Nenechat žádný krajský podzimní nebo jarní sraz cvičitelů, žádné soustředění reprezentantů kraje. ani krajské soutěže a výcvik a školení trenérů, cvičitelů i rozhodčích bez řádného studia jeho obsahu s důrazem na výchovnou část. Provést rozbor kádrového obsazení, zda odpovídá požadavkům kádrové práce.

4. Vést krajské reprezentanty k samostatnému studiu klasiků marxismu-leninismu, spolupracovat na jejich plánu osobního růstu, kontrolovat jeho plnění a organizovat pravidelnou konsultační službu. Zajistit účast propagačně výchovného pracovníka na každém soustředění krajských reprezentantů, studiem a podrobným rozbořem zevšeobecňovat dobré výchovné metody a odstraňovat nedostatky.

5. Žádat pomoc stranických orgánů a řídit se jejich směrnicemi. Kromě toho stejným způsobem spolupracovat s KNV.

V souvislosti s tím je nutné zdůrazňovat zásadu práce komisí na krajích: není možná provádět politiku odtrženosti a separování komise od práce krajských sekcí, ale podporovat její činnost a upevňovat její autoritu. Přitom je nutno vštěpovat zásady komunistické výchovy krajským funkcionářům a prostřednictvím nich je uvádět v život.

V celkové propagační činnosti je nutno zvýšit zájem sportovního tisku o lyžařství, vzhledem k dobré sportovní úrovni, masovosti tohoto sportu, ale zároveň i k jeho brannosti. Tim se bude zabývat komise při ústřední sekci a projedná celou věc se sekci sportovních novinářů při Svazu čs. novinářů.

Zbývá se ještě zmínit o propagační činnosti v souvislosti s pořádáním soutěží. Dobrých příkladů úpravy míst a výtoby je již hodně. Zde je nutno zejména vyzdvihnout kraj Ústí nad Labem za vkusnou vlahkoslávu při Krušnohorském poháru, stejně jako dobrou činnost činovníků Žilinského kraje při Velké ceně Slovenska a pracovníků z Hradeckého kraje při krajské spartakiádě. Celá řada pracovníků vykonává na tomto poli dobrou, obětavou práci, aby pomohli při všestranné propagační soutěži a povzbudili tak zájem diváků. Bohužel, však doposud neví, jak výchovnou práci dělat s účastníky závodu. Nechá se říci, že formy individuálního přístupu provádějí zejména trenéři a ostatní činovníci, ale starosti pořadatele je organizovat formy kolektivního působení. Jsou to zejména kulturní podniky, společné besedy, politické informace a další, čímž se vytvářejí předpoklady k správné individuální výchově.

Čeká nás v tomto úseku činnosti ještě kus práce. Stane-li se však záležitosti nás všech, splníme-li i požadavky komunistické výchovy, pozvedneme tím hnutí na nový, vyšší stupeň.

## ZE ZASEDÁNÍ PLENA LYŽAŘSKÉ SEKCE

Ve dnech 14. a 15. května zasedalo v Klánovicích u Prahy plenum lyžařské sekce SVTVS, které hodnotilo průběh hlavního období a jednalo o úkolech, které čekají lyžařské tělovýchovné složky všech stupňů a lyžařské pracovníky v přechodném a přípravném období. Zasedání se zúčastnili lyžařští pracovníci z celé republiky, ehybou bylo, že na jednání chyběli zástupci krajů MVTVS Bratislava, Nitra, B. Bystrica, MVTVS Vysoké Tatry (omluveni), Prešov a Gottwaldov (omluveni), zástupci lyžařských sekcí ÚV DSO Slavoj a Lokomotiva a zástupci armády, Pracovních záloh (omluveni), Rudé hvězdy a DSO Sokol.

## Zhodnocení hlavního období 1954—1955 s hlediska sportovně technického

Desáté výročí osvobození naší republiky Sovětskou armádou je pro nás, sportovce, zvláště významné. Nejen že nám dovoluje, abychom další rok v míru zvyšovali svoji sportovní úroveň, a tak díky podpoře strany a vlády dosahovali světového prvenství v různých sportech, je pro nás rokem přehledky zdraví a síly našeho lidu v boji za mír a v budování socialismu, je rokem I. celostátní spartakiády. Velký význam tělovýchovy a sportu pro výchovu nového člověka zdůrazňují všichni vládní činitelé a dokazují tak, že dokument strany a vlády o opatřeních k rozvoji tělesné výchovy a sportu je stále živý. Vzpomeňme jen slova našeho presidenta soudruha Antonína Zápotockého při letošním novoročním projevu: „Budeme plnit svoje plány, rozvíjet svoje akce, obzvláště připravovat I. celostátní spartakiádu jako výraz nezadržitelného rozvoje fyzických a duševních sil naší mládeže, záruky našeho vítězství.“

### MASOVÁ ZÁKLADNA

Jen z masovosti může vyrůstat světové prvenství. Heslo: „Za masovost — za rekordy“ musí se stát základem naší činnosti. Plnění tohoto úkolu je obsahem zvláštního referátu soudruha dr. Jelínka. Přesto rád konstatuji, že v rámci zimní rekreace ROH a při rekreaci školní mládeže naučily se lyžařit další desetitisíce pracujících a mládeže. Naše spolupráce s nár. podn. Turista přivedla další desetitisíce pracujících k soustavnému pěstování lyžařství, i když na tomto úseku nemůžeme být ještě plně spokojeni pro řadu nedostatků.

### VÝSTAVBA ORGANISAČNÍ

Provedení přeborů po územní línii přispělo k vybudování organizační sítě lyžařských sekcí výborů pro tělesnou výchovu a sport téměř ve všech okresech. Kalendář soutěží byl téměř všemi složkami včas sestaven a předložen a obsahoval přes 150 veřejných závodů. Většina těchto závodů byla vypsaná i pro dorost, což znamená podstatné zlepšení proti minulému roku.

Ve vlastní organizaci soutěží jsme však nepostoupili mnoho kupředu. Nepřipravujeme soutěže stále ještě včas, spoléháme na zkušené, osvědčené pracovníky a na jejich zkušenosti, neprovádíme všechny přípravy do podrobnosti, při provádění závodů pak často improvizujeme. Proto sportovně technická komise ústřední sekce vypracovala návrh směrnic pro pořádání soutěží, který ještě během léta bude předán všem složkám jako základ pro přípravu, organizaci, pořádání a provádění závodů.

Línie úseků v mnoha případech nepochopila správné svoje úkoly, které měla plnit v tomto roce, kdy neprováděla přebornické soutěže.

Ústřední rada odborů neřídila dostatečně a správně práci svých složek, chyběla spolupráce s řídicí sekcí, chyběly správné a jednotné směrnice do hnutí. Byl ponechán živelný vývoj, závislý zcela na aktivitě lyžařských sekcí ÚV DSO a mnohdy i ne zcela správně chápaný se strany orgánů ÚV DSO. Jeden z příkladů: příprava Velké ceny Slavojů a znemožnění jejího provedení. Projevila se nejednotnost v řízení a pořádání lyžařských akcí jednotlivými DSO. DSO také nemají dostatečný kontakt se svými závodníky, které mají vést a vychovávat. Dokladem je přihlášení závodníků na přední soutěže (výběrové a mezinárodní závody) svými DSO a jejich neúčast.

Školy: Značné zlepšení práce proti minulým rokům, zvláště spolupráce v krajích a nižších složkách. Ve vedení se vyskytují dosud organizační obtíže, i když i zde se již projevily začátky zlepšené spolupráce s ústřední sekcí SVTVS. Dokladem je zvláště výběr 10 nejlepších dorostenců a dorostenek na V. zimní mistrovství školní mládeže v Oberhofu v NDR.

Pracovní zálohy: Ústřední sekce podstatně zvýšila od podzimu roku 1954 svoji činnost a proti minulému roku dosáhla pěkných úspěchů. Zajistila soustředění reprezentantů PZ (jen 10% dospělých), provedla 2 náhradní soutěže, vypracovala pokyny pro training mládeže podle specialisace přizpůsobených podmínkám PZ. Na spartakiádu se probojovalo 58 příslušníků PZ, kteří byli předem soustředěni ve St. Smokovci. Přesto je však jisté, že dosud není zajištěn jednotný postup ve všech střediscích, protože struktura PZ po oblastech ztěžuje značné spolupráci s KVTVS. Tak někde je práce dobrá, jinde však obří dorostenci po zařazení do PZ zcela mizí ze závodního lyžařství. Je nutno především odstranit organizační nedostatky a prohloubit péči o sportovce, pak jistě i PZ budou na poli sportovním plnit dobře svoje úkoly.

Sokol: Dobrá práce jak řízení, tak i rozvoje lyžařství na vesnici. Brzdou je roztráštěnost tělovýchovy v malých městech. Je nutno ještě prohloubit práci do hnutí, více využívat nových forem soutěží (utkáni na dálku!). Příkladem mohou být před lety uspořádané běhy vesnické mládeže.

**Rudá hvězda:** Dobrý příklad patronátní spolupráce se Sokolem. Tento úsek se zaměřil hlavně na prohloubení spolupráce s ostatními úseky a tento úkol plnil dobře.

**ÚDA a armáda:** Příkladná práce, umožnění dalšího růstu nejlepšími lyžařům, zlepšení treningových metod. Bylo by účelné ještě zlepšit treningové možnosti dalším dobrým lyžařům v základní službě, kteří nemohou být zařazení do reprezentačních celků, aby jejich vývoj nebyl základní službou zastaven. Je také třeba řídit se zásadními směrnicemi SVTVS (lékařské prohlídky na přeborech a pod.) a nevyžadovat zvláštních výsad proti ostatním reprezentantům.

U všech složek možno konstatovat velmi dobrou péči o přední závodníky. Méně dobrá práce v celku se jeví u závodníků slabších a u závodníků mladých. Není dobře využívána masová základna (účastníci SZBZ a pod.).

### HLEDISKO KVALIFIKAČNÍ

V uplynulém období bylo možno pozorovat určité zlepšení a prohloubení práce klasifikačních komisí. Stále však chybí přesný přehled nositelů II. a III. výkonnostní třídy a třídy mládeže v krajích a okresech a chybí tak správný podklad pro plánovitě řízený rozvoj lyžařství na podkladě jednotné sportovní klasifikace. V mnohých krajích je téměř stejný počet závodníků II. a III. výkonnostní třídy a třídy mládeže jako závodníků I. Je samozřejmé, že by měl být počet nositelů II. výkonnostní třídy nejméně dvojnásobný a počet závodníků III. třídy a třídy mládeže alespoň čtyřnásobný, než je počet nositelů I. výkonnostní třídy. Také v administrativě klasifikační činnosti vyšktovala se ještě řada nedostatků, které byly podrobně probrány na aktivu předsedů STK. Je třeba, aby členové klasifikační komise úzce spolupracovali s příslušnými referenty OV a KVTVS. Často je poukazováno na nedostatky v aparátu TVS. Musíme si však uvědomit, že těchto pracovníků na nižších složkách je málo, že mají na starosti vždy několik sportů a že je proto povinností dobrovolných pracovníků tyto úkoly jim usnadnit a převzít na sebe. Naproti tomu je třeba, aby si pracovníci aparátu v nižších složkách všude uvědomili závažnost práce dobrovolných pracovníků.

Vzrůst výkonnosti závodníků v uplynulém hlavním období u nejlepších závodníků lze nejlépe posoudit z výsledků dosažených na mezinárodních závodech ať doma či v zahraničí.

Prvním zájezdem byl zájezd do Sovětského svazu k závodům v klasických disciplínách, konaný v posledním týdnu měsíce ledna. Vlastnímu závodu předcházela mezinárodní treningový tábor. Vlastní závod se konal v běhu žen na 5 a 10 km, v běhu mužů na 15 a 30 km, ve skoku prostém, v závodě sdruženém a ve štafetách mužů 4×10 km a žen 3×5 km. Závodů se zúčastnili závodníci a závodnice 7 národů: SSSR, Bulhaři, Rumuni, Poláci, Norové, Švédové a my. Závodníci SSSR vyhráli běh na 15 km a také vyhráli štafetu mužů, také všechny soutěže žen. Z našich závodníků nejspěšnějšími byli sdruženáfi Nüsser, Melách a Janoušek, kteří v závodě sdruženém obsadili 4., 5. a 7. místo. Je to výsledek zcela mimořádný vzhledem k tomu, že se před nimi umístili jen mistr světa Nor Stenersen, další Nor Gjelten a Polák Krzeptowski. Dalším úspěchem bylo umístění naší štafety mužů na 4. místě. V tomto závodě zaběhl Matouš druhý nejlepší čas závodu a byl o 1,26 min. rychlejší než Kuzin na stejném úseku. V běhu na 30 km zaběhl Cardal 7. místo a byl předstížen jen jedním Norem, jedním Švédem a čtyřmi nejlepšími sovětskými běžci. Běh žen patřil zcela sovětským běžkyním. Z našich běžkyň je nutno vyzdvihnout výkon mladé Patočkové, která v prvním úseku štafety na 3×5 km dosáhla 4. nejlepšího času v tomto závodě a zůstala svým časem jen 6 vt. za vítězkou závodu na 5 km. V závodě na 10 km se umístila naše Lauermannová jako první cizinka na 7. místě. Předběhla 23 sovětských běžkyň, všechny Švédky, Bulharky a Rumunku. Patočková byla o 1,30 min. horší než Lauermannová a obsadila 14. místo. Treningový tábor a závody dokázaly, že naši závodníci včasou a plánovitou přípravou jsou schopni se dostat do výborné formy již koncem ledna. To je cenné poznání pro nastávající přípravu na olympijské hry, které budou provedeny koncem ledna a začátkem února 1956 v Cortině v Itálii. Znamenal pro nás také získání řady cenných zkušeností, jejichž správné využití pomůže dalšímu růstu našeho lyžařství.

Druhým zájezdem do zahraničí byla účast našich skokanů na druhém mezinárodním závodě v létání vzduchem v Oberstdorfu v západním Německu. Závod byl proveden již podle nových mezinárodních ustanovení pro pořádání těchto závodů. V závodě startovalo celkem 25 závodníků 8 národů. Závod vyhrál Fin Silvennoinen. Naši skokani se v celkové klasifikaci umístili na 13., 15. a 16. místě v pořadí H. Rieger, Remza, Bělonožník. V Oberstdorfu byla po prvé v historii čs. lyžařství překročena hranice 100 m. H. Rieger skočil 111 m, Bělonožník 107 a Remza 105 m. Uvážíme-li, že od roku 1948 to byla zase první naše účast v závodě na mamutím můstku, můžeme letošní výsledky našich skokanů v Oberstdorfu označit za obdivuhodné. Poznatky získané na mamutích můstcích

jsou velmi cennou zkušeností i pro skoky na můstcích menších, normálních, konkrétně na můstcích našich, zejména při dnešním pojetí létání, kdy skoky na mamutích můstcích svým technickým prováděním i jejich hodnocením se v závodě neliší od skoků provedených na můstcích s kritickým bodem do 80 m, při čemž však na mamutím můstku jsou všechny chyby a nedostatky v provedení skoku zmožňovány.

Na pozvání ministra školství NDR zúčastnilo se 10 našich nejlepších dorostenců a dorostenek V. zimního mistrovství školské mládeže v Oberhofu v NDR. Naši z 22 soutěží vyhráli 16. Dorostenci, kteří startovali ve 12 soutěžích, získali 9 prvních, 3 druhé a 2 třetí místa. Dorostenky se zúčastnily celkem 7 soutěží, v nichž obsadily všechna první místa. Zájezd přispěl podstatně také k prohloubení přátelských styků mezi sportovci obou národů, zejména mezi mládeží.

Koncem února se zúčastnila malá výprava 5 sjezdářů a sjezdařek závodů ve sjezdu a slalomu v Rottachu v západním Německu. Závodů se zúčastnili také Rakušané. Ve sjezdu žen se Merendová umístila jako třetí, ve slalomu Eva Malá byla 6. a Merendová 10. Ve sjezdu mužů z 31 startujících se umístil Bogdálék na 4., Vlado Krajňák na 6. a Hendrych na 11. místě. Ve slalomu obsadil Bogdálék 4., Vlado Krajňák 9. a Hendrych 13. místo. I tento závod potvrdil, že výkonnost našich sjezdářů stoupá. Ukázal však také, že ve sjezdových disciplínách nám značně chyběl dostatečný mezinárodní styk v minulých letech. Zde se jasně ukázalo, jak potřebují i sjezdáři účast na závodech v zahraničí k získání potřebných zkušeností a k možnosti bedlivého sledování vývoje mladých sjezdových disciplín (technika, lyže, mazání). Další sjezdové závody tuto skutečnost jen potvrdily.

V březnu se 8 našich sjezdářů a sjezdařek zúčastnilo IX. mezinárodního závodu Gernergrat-Derby v Zermattu ve Švýcarsku. Závod ve sjezdu na těžkých tratích znamenal pro naše muže 18. (Šoltys), 19. (Hendrych), 21. (Vl. Krajňák), 22. (Čermák) a 23. (Fučík) místo. Naše ženy obsadily velmi krásná 5., 6. a 9. místo v pořadí Merendová, Frösslová a Eva Malá. Slalom žen se jel na stejné trati jako mužů. Světovou sensaci zde způsobila naše Eva Malá, která v obou kolech zajela nejlepší čas a stala se tak vítězkou slalomu před nejlepšími sjezdařkami světa. Musíme jen litovat, že B. Frösslová, která v prvním kole měla velmi dobrý čas, se v druhém kole zranila a závod nedokončila. Ve slalomu se umístil Čermák na 6. místě (před Rakušanem Obereignerem), Fučík na 10. a Vl. Krajňák na 16. místě. Ve sjezdovém dvojboji byl Čermák 10., Fučík 15., Eva Malá 3. a Květa Merendová 10. V dalším závodě ve sjezdu na neobyčejně dlouhých tratích (muži 6,5 km, ženy 4,5 km) se umístili naši muži na 15.—20. místě v pořadí Vl. Krajňák, Hendrych, Čermák, Bogdálék a Fučík, Merendová byla 6. a Eva Malá 7.

Posledním zájezdem do zahraničí byl zájezd 10členné výpravy do Polska do Zakopaného na mezinárodním závodě o memorii Bronislava Czecha a Heleny Maruszarzowny. Byli zde Finové (24členná výprava), Rumuni, Maďari, Rakušané, Francouzi, závodníci z NDR a my. V běhu na 15 km obsadili prvních 5 míst Finové, 6. místo náš Cardal, 7. místo další Fin a 8. místo Matouš. V běhu na 30 km obsadili Finové první 3 místa, 4. místo obsadili Poláci, na 5. místě se umístil Matouš. Cardal byl 8. Krásného úspěchu dosáhli v silné konkurenci naši sdružení Melich a Nüsser, když obsadili 2. a 3. místo s 2 desetinami, resp. 3 desetinami bodového rozdílu proti vítězi. V běhu na 10 km se naše ženy umístily za prvními 3 Finkami na 4., 5. a 6. místě v pořadí Krasilová, Patočková, Lauermannová. To je velmi krásný úspěch. Dobrého umístění dosáhly také naše štafety, ženská štafeta na 2. místě za štafetu finskou, mužská štafeta na 3. místě. Ve štafetách triumfoval Cardal, když ve svém úseku zaběhl nejlepší čas dne.

Jako první mezinárodní závod u nás byl uspořádán v březnu v klasických disciplínách v Harrachově. Běžecské tratě byly upraveny vzorně a zahraniční hosté, zejména Finové a Norové, se o nich vyslovovali velmi pochvalně. Také o můstcích v Harrachově a ve Vysokém se zahraniční hosté vyjadřovali velmi příznivě. Závodů se zúčastnilo celkem 27 zahraničních závodníků a závodnic z Finska, NDR, Norska a Rumunska. Závod se stal především velkým úspěchem našich běžkyň. V běhu na 5 km obsadily Lauermannová, Patočková, Krasilová a Weisshäutlová první čtyři místa před Finkou Voutilalnen, jejich ložskou přemožitelkou, a před oběma Norskami. V běhu na 10 km se umístila na 1. místě Krasilová před Norkou Wahl a oběma Finkami. Výsledky našich běžkyň ve srovnání s ložskými výsledky v Harrachově ukazují na značný vzrůst jejich výkonnosti. Krásným výsledkem je také umístění našich sdružení Nüssera a Melicha na 2. a 3. místě za vítězem Norem Barhaugenem, letošním 4. nejlepším sdružením na Holmenkolnu a ložským 6. nejlepším sdružením na mistrovství světa ve Falunu. Hodnotné je i Kubicovo 5. místo za Norem Lars Riou. Slabší byly výkony našich skokanů s výjimkou Remzy, který se umístil na 3. místě za Finem Laitinenem a Norem Barhaugenem.

Druhým mezinárodním závodem u nás uspořádaným byl mezinárodní závod ve sjezdových disciplínách na Chlebu. Závodu se zúčastnili závodníci z 8 států: SSSR, Polsko, NDR, Bulharsko, Maďarsko, západní Německo a my. Z našich závodníků byl nesporně nejúspěšnější státní trenér Bogdálék, který byl ve vynikající formě. Vyhral obě slalom, slalom do sjezdového dvojboje a sjezdový dvojboj. Ve slalomu prostém byl druhý. Velkým soupeřem mu byl sovětský sjezdař Taljamon, který vyhrál prostý slalom. Zklamaly naše ženy, které tentokrát přenechaly všechna prvá místa zahraničním hostům. Dobře se držely naše mladší závodnice, zejména Richvaldská.

Celkové zlepšení ostatních závodníků velmi dobře potvrzují výsledky výběrových závodů a veřejných závodů, kde se zvýšil počet účastníků a zvýšili průměry prvních deseti, dvaceti a padesáti závodníků. Také počet závodníků vzrostl a letos byl dostatečný počet závodů od prvního do posledního sněhu, i když v příštím roce je třeba tento počet závodů ještě dále zvyšovat. Velkou pomocí v růstu mladých závodníků byly výběrové závody ve všech disciplínách, které umožnily další růst a čerpání zkušeností pro mnoho závodníků.

V bězích téměř ve všech disciplínách se podstatně snížil časový rozdíl proti vítězům, i když tito značně zlepšili svoji úroveň, jak jsem již poukázal při mezinárodních závodech. Tak na příklad v roce 1954 bylo s časovým zpožděním 5% proti vítězi 4 závodníci, letos 11, o 15% 20—42. V ženách sice nestačily ostatní v růstu našim předním závodnicím, takže v 5% rozdíl došlo k malému snížení počtu, za to však podstatně zlepšení nastalo v dalších skupinách, t. j. s rozdílem 10 a 15%.

Ve sjezdových disciplínách se jeví zlepšení jak u předních závodníků a závodnic, tak i u ostatních. Značně se zlepšila technika provádění svihů i jízda v rychlosti. Zlepšila se proti loňsku i letní příprava. U žen je poměrně značný rozdíl mezi nejlepšími závodnicemi a dalšími. Je vidět nedostatečná trenovanost a technická vyspělost závodnic II. a III. třídy.

Ve skoku je stále citelný nedostatek ve výkonnosti závodníků II. a III. třídy. V letošním hlavním období zakolísali ve výkonnosti i nejlepší skokani, což bylo způsobeno jejich prací na změně důležitých prvků. Všichni skokani nevládli dosud dynamický odraz, který umožňuje dlouhé skoky. Ve skoku máme také nedostatek dorostenců, i když se jeví malé zlepšení v tomto směru zvláště na Slovensku.

Ve sdruženém závodě se podstatně zlepšila výkonnost našich závodníků a Melichovi vyrostl v Nüsserovi rovnoocenný soupeř. U prvních deseti se podstatně zlepšila výkonnost ve skoku i běhu. U ostatních je však úroveň stále ještě slabá a chybí nám hlavně masová základna.

Hodnotíme-li všechny tyto závody, pak vidíme podstatné zlepšení téměř ve všech disciplínách. Nejvíce se sjezdových závodech mužů a žen, v běhu žen a v závodě sdruženém. Radostná je skutečnost, že vedle zkušených závodníků — reprezentantů, jako je mistr sportu J. Cardal, mistr sportu Vl. Melich, J. Bogdálék, Eva Malá, E. Lauermannová, se podstatně zlepšili a dosahují velmi dobrých výsledků mladí závodníci I. Matouš, J. Prókeš, E. Benešová, Fialová, Patočková, Čermák, Nüsser, Šoltys, Vašut, Bulín, Fučíková, Richvaldská a další.

Také práce trenérů se podstatně zlepšila, i když tento úsek má ještě vážné nedostatky a problémy. Chybí jednotné základní směrnice ve všech disciplínách o nácvikových metodách, technice a dávkování tréninku. Z toho pramení nejednotnost v práci, a to i u trenérů státních družstev.

V závodění mládeže jsou také stále ještě vážné nedostatky. I když závodění mládeže se o něco zlepšilo a máme velmi dobré přední dorostence a dorostenky, je to jeden ze slabých úseků naší práce. Účast mládeže na závodech není dostatečná, technika a taktika mladých závodníků není uspokojivá.

V tomto roce se nám podařilo natočit několik desítek kinofilmů našich nejlepších závodníků a některých zahraničních závodníků, které jsou zpracovávány a budou postupně uveřejňovány pro zlepšení nácviku techniky.

V letošní zimě byly také natočeny trenéry krátké instrukční a dokumentární snímky z těchto závodů: I. celostátní spartakiády — zimní část (několik dílů), Harrachov, Zermatt, závody v SSSR. Radostné je to, že v uplynulém období filmy, které byly pořízeny v zimě 1953—1954, vidělo na 80 představeních 14.000 lyžařů.

## PRÁCE ROZHODČÍCH

Práce se dále zlepšila. Všechny závody byly po této stránce dobře zajištěny a výkon rozhodčích byl dobrý, bez podstatných závad. Plán rozvoje byl na tomto úseku většinou kraji splněn a překročen. Ústřední školení bylo dobře zajištěno. Výběr do školy rozhodčích I. třídy byl kraji proveden odpovědně. Chyběl seminář rozhodčích ústředních

a I. třídy, hlavně k prohloubení znalostí a k jednotnému posuzování stylu skoku. Nedostatký se projevily hlavně v evidenci rozhodčích. I v rozhodčích ústředních a I. třídy projevily se ještě nesrovnalosti s evidencí slovenských rozhodčích. To je nutno urychleně odstranit. Evidenci rozhodčích II. a III. třídy vedou kraje a okresy, které nám nedodaly podklady. Rovněž spolupráce rozhodčích na výchově závodníků a na výchově obecnstva je ještě nedostatečná.

## SOUTĚŽE

**Mládež.** Přes řadu nedostatků můžeme se v uplynulém období pochlubit několika radostnými výsledky, které znamenaly dobrý krok kupředu. Běhu na výzvu Pionýrských novin se zúčastnilo letos 23.018 závodníků z 296 škol. Celá soutěž byla organizována vzorně a průběh byl opravdu úspěšný. Pionýrské organizace na školách, učitelé, ale i pracovníci lyžařských oddílů a sekci zasluhují uznání za tento významný pokrok. Zvláštní zmínky pak zasluhuje další péče o školní mládež v některých krajích (Hradec Král., Ústí n. L. a j.), kde pro vybrané žáky byly uspořádány ještě vyšší soutěže v okresním nebo i krajském měřítku. Bylo by třeba dále rozšířit tyto soutěže, organizovat je ve vyšším měřítku (až do kraje) a reorganizovat je na závody školních družstev a pod. Také ministerstvo školství přispělo letos ke vzrůstu úrovně lyžařství v řadách školní mládeže, zvláště uspořádáním výběrové soutěže pro zájezd žactva na mezinárodní závody.

**Dorost.** Méně spokojeni můžeme být se svojí prací pro dorost. V tomto směru zvláště úseky ROH a PZ zůstaly mnoho dlužny. SHM přivedly letos na start v prvním kole mnohem méně účastníků proti minulým letům. Výsledkem je také velmi rozdílná výkonnost dorostenců, kde za několika výbornými jedinci, kteří vyrostli z individuální péče v některých místech horských oblastí, zůstává citelná mezeira. Kladem bylo zařazení soutěží dorostu do programu většiny veřejných závodů, nedostatkem špatné využívání této příležitosti zvláště jednotlivci. V uplynulém období ukázalo se i několik případů příkladné péče o dorost (na příklad DSO Tatran, Sokol a jiné).

**Dospělí.** Nově zavedené výběrové soutěže se plně osvědčily. Po zkušenostech z tohoto roku bude určen dostatečný počet veřejných závodů (ve všech krajích) jako závody postupové (výběrové), na nichž bude závodníkům možno splnit podmínky zařazení nebo obnovy I. výkonnostní třídy. Výběrové soutěže přivedly na start do různých krajů republiky nejlepší závodníky. Závodníci těchto krajů měli možnost učít se od reprezentantů, změřit si nimi svoje síly. Výběrové závody byly vesměs dobře uspořádány. Zvláště pečlivě byly provedeny závody v Novém Městě na Moravě TJ Jiskra a Tatran, v Novém Městě v Krušných horách (KV DSO Baník Most) a na Luční hoře Pohár Osvobození (SL KVTVS Hradec Král.).

Počet veřejných závodů byl letos dostatečný (přes 150) a vhodně bylo využito příznivých podmínek sněhových na konci období k uspořádání dalších doplňkových soutěží. Výhodou pro závodníky byl náš lyžařský kalendář, na jehož podkladě si mohl závodník předem naplánovat svoji závodní činnost. Příští kalendář musíme ještě doplnit adresou, na níž mají být zasílány přihlášky a jejich konečných termínem. Bohužel však nemáme dosud zprávy a výsledky ze všech veřejných závodů, čímž je stěžována činnost kvalifikační komise.

Soutěž přebornická proběhla ve všech kolech díky jejímu provedení po územní líně za spolupráce všech zkušných a osvědčených lyžařských pracovníků hládců a bez podstatných závad. Přivedla na start v prvních kolech více závodníků proti minulým letům. Některé okresy uspořádaly společné přebory. I když jsme si vědomi, že důvodem byly finanční i organizační obtíže, musíme se snažit napříště tento nedostatek odstranit. Velká část krajských přeborů byla uspořádána jako zimní část krajských spartakiád.

Celostátní přebor uspořádáný jako zimní část I. celostátní spartakiády po stránce sportovní technické splnil svoje poslání. Byl výsledkem obětavé práce velkého počtu zvláště slovenských pracovníků. Ukázal nám však také některé nedostatky. Nemůžeme být s jeho průběhem zcela spokojeni, když prezident republiky, který svojí osobní přítomností dokumentoval nejen zájem svůj a zájem strany a vlády o rozvoj lyžařství, ale vyzvedl tím i význam zimní části I. celostátní spartakiády, hodnotil přebor ČSR v lyžařství těmito slovy: „Tato část zimní spartakiády nevyzněla jako přehledka úspěchů naší lidové demokracie, síly a jednoty našeho lidu, ale nanejvýš jako dobře organizované, až na časté zpoždění jednotlivých soutěží, celostátní přebory.“ Tato závazná slova z úst nejpovolanějších musí pro nás znamenat zvýšené úsilí ke zlepšení a prohloubení naší práce. Jsme si jistě všichni dobře vědomi obtíží, které museli pracovníci zimní části I. celostátní spartakiády překonat, ať už to byly obtíže vzniklé rozdělením ubytování pracovníků a závodníků, nepříznivé povětrnostní poměry či obsáhlost programu v úzkém časovém rozmezí. Přesto však spokojeni s průběhem být nemůžeme. Pořadatelé také



správně provedli závěrečné hodnocení, v němž vyzvedli klady provedení, ale ukázali i na nedostatky, které se v celé práci vyskytly. Toto kritické zhodnocení zinní části I. celostátní spartakiády bude dobrým podkladem pro zlepšení naší práce.

**Sokolovský závod branné zdatnosti.** Dobrá spolupráce ústřední sekce s ÚV Svazarmu, zlepšené směrnice podle našich návrhů, to vše znamenalo podstatné zlepšení spolupráce ve všech stupních a další zkvalitnění této soutěže. Až na nepatrné výjimky (Olomouc, Bratislava) nedocházelo téměř k žádným diferencím a prohloubení spolupráce s orgány Svazarmu znamenalo i další rozmach této vysoce hodnotné branné soutěže. Přestože plánovaný počet účastníků na letošní rok byl snižen na 230.000 s úkolem zlepšit přípravu a dokonale využít dosaženého výsledku, účast 321.471 startujících v prvních kolech značně překročila očekávání a je nečekaným přínosem našemu lyžařství. Dokazuje, že při dobré práci lze opravdu neustále zvyšovat masovou základnu našeho závodního lyžařství. Potěšitelný je i vzestup úrovně v plnění branných disciplín. Je to opravdu výsledek, který ale také zavazuje. Rovněž finale SZBZ bylo uspořádáno za spolupráce SL KVTVS Hradec Králové opravdu vzorně.

**Nové formy soutěží:** Účelem těchto nových soutěží bylo:

- podchytit naši mládež a umožnit jí dobrým vedením a stálou kontrolou zvyšovat výkon a zkvalitňovat přípravu jak před, tak i během hlavního období.
- umožnit nejširší masě lyžařů účast v soutěžích, což předpokládá vytvoření vhodných podmínek pro podchycení jejich účasti,
- prohloubit práci trenérských rad v tom směru, aby si všímaly nejen vysoce výkoných závodníků, ale aby z množství lyžařů vybraly mladé běžce zapálené pro závodění, aby jim pomohly z dětských nemocí a vedly je dál — na závodní tratě,
- umožnit DSO novou formu soutěží bez velkých finančních nákladů,
- zvyšit těmito propagačními závody zájem o lyžařské závodění u široké veřejnosti,
- u orientačních závodů naučit lyžaře pohybovat se i v neznámém terénu, orientovat se podle buzoly a mapy a plnit daný úkol, t. j. zaměřit se i na takové závody, které mají branný charakter.

Uplynulé hlavní období přineslo v tomto směru několik dobrých akcí, celkový výsledek však není uspokojivý.

Utkání na dálku se dosud nevžila, ačkoliv svoji snadností a nenákladností uspořádání by znamenala přivedení dalších lyžařů na závodní tratě a umožnění dalšího růstu zvláště slabším závodníkům — začátečnickům. DSO, stejně jako města, vesnice i okresy, měly využít této jednoduché formy soutěží k popularisaci závodění na lyžích. Za zmínku stojí utkání na dálku Liberec—Harrachov, provedené po školském úseku na podkladě plnění podmínek odznaku BPPOV.

Veřejnost upoutala dálková jízda devítičlenné hlídky Ještěd—Tatry, dobře organizovaná, technicky i propagačně připravená, organizovaná k zahájení zinní části I. celostátní spartakiády. Při projíždění horských oblastí vedle propagace celostátní spartakiády prováděli účastníci výpravy praktické instruktáže a pohovory s mladými zájemci o lyžařský sport spojené s promítáním lyžařských filmů. Tato jízda stane se jistě základem dálkových nebo etapových jízd, zaměřených především na zaktivisování lyžařských v některých místech.

Orientační závody, pořádané původně pouze v Gottwaldovském kraji, nalézají oblibu i na dalších místech. Tento závod, vyžadující nejen ovládnání lyží, ale i znalosti orientace v terénu, je závodem kolektivů (hlídek) a najde jistě pro svoji vhodnou formu hodné následovníků ve spolupráci s turistickými složkami. (Dobře byl proveden orientační závod s cílem v Lázních Bělohradě.)

Hvězdicové jízdy uspořádané v několika horských oblastech ukázaly rovněž svoji vhodnost a účelnost a hlediska propagace lyžařství při různých oslavných příležitostech.

Některé DSO uspořádaly vzájemná dvojtukání až čtyřtukání, jimiž vhodně doplnily závodní program svých závodníků a přesvědčily se tak o svoji technické úrovni. Tak na příklad byla uspořádána dvojtukání DSO Sokol—Rudá hvězda ve Spindlerově Mlýně, DSO Slovan—DSO Slavia na Pústevnách, DSO Dynamo—Tatran—Jiskra—Lokomotiva v Harrachově, Spartak Plzeň—Spartak Pardubice v Plzni atd. Tato utkání ukázala další možnosti soutěží kolektivů, které musíme ještě rozšířit, chceme-li dále rozšiřovat masovou základnu našeho závodního lyžařství.

I když s rozvojem nových forem soutěží v uplynulém období nemůžeme být spokojeni, přece toto období znamenalo určitý přelom v otázce jejich pořádání a zavádění. Je jen třeba, aby při provádění soutěží kolektivů, z nichž některé již mají svoji tradici (na příklad utkání moravských krajů), bylo ještě více využíváno formy utkání na dálku, která účast na soutěžích daleko většímu počtu lyžařů za menších finančních nároků.

**Vícekombinace.** V uplynulých letech jsme se dopustili několika chyb, které nepříznivě ovlivnily rozvoj této nové disciplíny. Byl to především nedostatek v určeném bodovém systému, který letos jasně v trojkombinaci mužů preferoval sruženáře, tím spíše, když stavitel obřího slalomu nedodržel stanovené technické podmínky. Největším nedostatkem však bylo to, že organizační složky lyžařské nevyvovaly rozvoji této disciplíny ve hnutí vůbec žádnou pozornost, že vyčíslily výsledky z normálních přeborů, a tak vůbec nepřispěly k výchově specialistů — vícekombinářů. Zůstal jen přebor ČSR, který se tak stal téměř samoučelným. Škoda, že takto dobrá myšlenka bez pochopení a podpory lyžařských složek je zatlačována do pozadí. Budoucnost nám ukáže, zda jsme v tomto směru postupovali správně.

**Mezinárodní závody.** Veškeré soutěžení má být organizováno jako součást výchovného procesu, jehož nejdůležitější část se uskutečňuje v tělovýchovných jednotkách na závoděch, školách a na vesnicích. Soutěžení tudíž musí vycházet z masové základny, jen tak jsou dány předpoklady pro vysokou úroveň sportovní výkonnosti. Vedle masového provádění sportu je našim dalším velkým úkolem zvyšovat sportovní výkonnost.

Zvyšovat úroveň lyžařského sportu znamená nejen podřítit soutěže, ale celou sportovní výchovu našich lyžařů určitým pravidlům, jejichž souhrn tvoří vlastní náplň obsáhlé učebně sportovní práce. Jednou částí, a to velmi důležitou, učebně sportovní práce v lyžařství je nepochybně mezinárodní styk. Mezinárodní styk může být organizován dvojným způsobem, a to jednak jako zájezdy našich nejlepších lyžařů do zahraničí a jako domácí závody, ke kterým jsou pozváni zahraniční účastníci.

Každá z forem mezinárodního styku má svoje výhody a nevýhody. V závodech je však třeba říct, že jak účast na mezinárodních závodech v cizině, tak soutěže s mezinárodní účastí pořádané u nás, jsou pro naše lyžařství školou dosud nedoceneného významu. Při poměrně již vysoké sportovní výkonnosti našeho lyžařského sportu je pro její další růst správně řízený mezinárodní sportovní styk naprostou nutností.

Letos mohou být lyžaři jak s počtem mezinárodních utkání, tak i s dosaženými výsledky vcelku spokojeni. Zhodnocení úrovně našich závodníků bylo provedeno v dřívější části. Nyní jen několik slov k technickému provádění závodů. Zkušenosti, které jsme letos získali na závodech v zahraničí, nám ukázaly, že máme dostatek schopných pracovníků, kteří dovedou i u nás uspořádat závody světové úrovně. Ukázaly však současně, že mnohdy nevěnujeme některým úsekům této práce (příprava, organizace, propagační) potřebnou péči. Nové poznatky, které naši pracovníci v zahraničí načerpali, budou urychleně přeneseny do hnutí (v nově zpracovaných pravidlech lyžování, v nových směrnících organizačně technických pro přípravu a provádění soutěží a v dalších pokynech k zlepšení propagačně výchovné práce). Je pochopitelné, že velkým přínosem byly oba zdařilé mezinárodní závody u nás, které se již stávají tradičními a získávají v cizině stále lepší zvuk, které dovolují daleko většímu počtu závodníků získat mezinárodní zkušenosti než závody v zahraničí. Oba závody ukázaly, že dovedeme uspořádat hodnotné závody mezinárodní úrovně. Vzorně upravené tratě a zvláště dobré a dobře upravené můstky v Harrachově stejně jako dobrá organizace závodů na Chlebu i ve Vysokém byly všemi zahraničními účastníky hodnoceny velmi příznivě.

**Propagačně výchovná činnost při soutěžích.** Uplynulé hlavní období ukázalo, že směrnice naší propagačně výchovné komise neproklikly ještě dostatečně do hnutí. I po této stránce je uplynulé období hodnoceno ve zvláštním referátu. Přesto však považují za nutné zmínit se o některých nedostatcích při soutěžích.

Besedy závodníků a činovníků trpí často nedostatkem vhodných místností. Zúčastňují se jich přední závodníci, závodníci I. třídy a činovníci. Malý zájem projevují ostatní závodníci, ačkoliv zde mají právě nejlepší možnost získat cenné poznatky pro svůj další růst. Otázce hlasatelů nevěnujeme patřičnou péči. Zapomínáme, že hlasatel musí kromě hlášení výsledků být propagátorem lyžařství a vychovatelem diváků.

Tisk, i když zaznamenal malé zlepšení v rozsahu lyžařského zpravodajství, nedovede odborně informovat čtenáře, popularisovat dostatečně lyžařství a správně oceňovat dosažené výsledky.

**Lékařská a zdravotní práce.** Byla téměř bez závad. Zřízení tělovýchovných poraden a tělovýchovných lékařů-specialistů začíná přinášet kladné výsledky. Není možno přitom opomínat obětavé spolupráce příslušníků horské služby, kteří v mnoha případech vedle svých vlastních úkolů byli i nejobětavějšími technickými pracovníky.

**Hospodářsko-plánovací hledisko.** Nedovedeme ještě vždy dobře plánovat, nedovedeme také dobře a co nejučelněji využít všech prostředků, které máme k dispozici. Přípravy stále zaměřujeme podle množství finančních prostředků, aniž bychom si uvědomili, jak velké prostředky jsou vynakládány na rozvoj lyžařství. Je nutno být hospodáři na svém pracovišti i v dobrovolné práci v lyžařství, umět uspořádat hodnotné závody s pokud možno nejmenšími finančními prostředky a tyto co nejučelněji umět využít.

**Boby a saně.** V uplynulém období jsme uspořádali naposledy tyto vrcholné soutěže společně. Po utvoření samostatné ústřední sekce bobů a saní při SVTVS je jejím úkolem zhodnotit vlastní činnost v uplynulém období. To však neznamená, že bychom se neměli již tohoto úseku vůbec všímat. Naopak, v krajích dosud nejsou ustaveny samostatné sekce a v některých krajích ještě dlouho tomu tak nebude. Tu je nutné, aby krajské lyžařské sekce pečovaly zvláště o rozvoj sánkařského sportu a o provádění sánkařských soutěží v těchto krajích a aby i tam, kde již začnou v budoucnu pracovat samostatné orgány, byly jim nápomoeny v jejich počátečních obtížích.

## ZÁVĚR

Uplynulé hlavní období po sportovně technické stránce můžeme hodnotit přes uvedené nedostatky jako velký krok kupředu v našem lyžařství. Ať jde již o rozšíření masové základny soutěžení, o organizaci a uspořádání závodů, o správný základ v kalendáři soutěží o dobré technické provádění závodů, o zvýšení celkové úrovně ve všech disciplínách, můžeme být spokojeni. Toto konstatování však nás nesmí ukolébát v sladkou nečinnost. Naopak zavazuje nás k dalšímu zlepšení a prohloubení práce na úseku sportovně technickém, protože jen správně připravované, organizované a prováděné soutěže přivedou na start další účastníky, a tak pomohou ke zvyšování úrovně našeho lyžařství a přivedou je v plném rozsahu na světovou úroveň. Jen tak dokážeme, že péče strany a vlády není vynakládána nadarmo, jen tak dokážeme celému světu, že naše cesta, cesta socialistická, je správná i ve směru růstu tělovýchovy a sportu.

Musíme neustále usilovat o rozšiřování základny lyžařských soutěží zvláště využíváním nových forem soutěží přístupných a přitažlivých co největším vrstvám lyžařů (okresní a krajské orgány tělovýchovných úseků), za účelem plánovitého a soustavného zvyšování úrovně lyžařství lépe využívat jednotné sportovní klasifikace a dále prohlubovat učební sportovní práci založenou na celoroční činnosti oddílů, zlepšovat výchovné působení jak na závodníky, tak na diváky a dále upevňovat organizaci lyžařských soutěží.

Pro přechodné období je samozřejmým úkolem nás všech, úkolem, který snad ani není potřeba zdůrazňovat, aktivně se zapojit do příprav, provedení a účasti na I. celostátní spartakiádě.

Hodně dobré práce bylo již udučáno, ale ještě více práce na nás všechny čeká. Je to jistě práce radostná, protože přináší viditelné výsledky. Práce radostná již, oč lépe se nám nyní všem pracuje, oč lépe máme zajištěny všechny potřebné podmínky pro rozvoj našeho sportu. Proto kupředu za plný zdar této naší práce, kupředu za plný úspěch I. celostátní spartakiády.

M. DUFEK,

předseda sportovně technické komise SL

## Formy učebně metodické práce v lyžařství

Na minulém plenu LS SVTVS v říjnu 1954 jsme hovořili o nutnosti zlepšení učebně metodické práce a o formách této práce. Tehdy jsme si zde jasně řekli, že učebně metodická práce není jen úkolem učebně metodických komisí a cvičitelů, ale že musí prolínat prací všech našich činovníků.

Po našem plenu se konala v polovině listopadu I. celostátní poradě učebně metodických pracovníků, kde se hovořilo o důležitosti učebně metodické práce a o jejích nedostatecích.

Je třeba, abychom si uvědomili některé tyto zásadní otázky učebně metodické práce, chceme-li ji zlepšovat. Cituji z jednání na celostátní poradě učebně metodických pracovníků: Učebně metodickou práci rozumíme nejen vlastní metodiku výcviku a tréninku, na což bývá obsah učebně metodické práce zúžován, ale všechny tyto otázky: Vytyčování úkolů a cílů tělovýchovné teorie a praxe. Sledování a vysvětlování otázek tělovýchovné teorie a praxe, získá-

vání nových poznatků, zpracovávání a zpřístupňování jich cvičitelům a trenérům. Ze všeobecnování zkušeností získaných při přípravě k vrcholným výkonům. Rozšiřování pokrokových výchovných a cvičivých metod vhodným způsobem. Usměrnování tělovýchovné a sportovní činnosti v duchu zásad socialistické výchovy člověka a socialistického systému tělesné výchovy a sportu, jako její nezbytné součásti. Hovořeme-li o práci učebně sportovní, máme tím na mysli pojem širší než je práce učebně metodická. Rozšiřuje se na vše o zajišťování a organizování tohoto obsahu práce při výcviku, tréninku, soutěžích a pod. Zatím co se tedy učebně metodická práce zabývá především metodikou výcviku a tréninku, tak učebně sportovní práce ještě navíc sleduje zajištění, organizaci a uskutečnění této činnosti.

Abyste se zlepšila péče o široké vrstvy lyžařů, musí se zlepšit organizace této péče a musí se zlepšit podstata cvičitelské práce, jejich výchovná práce. Rozhodně ne-

stačí, aby cvičitelé byli stále lepšími organizátory, lepšími odborníky v technice a metodice, ale musí lépe vychovávat naše lyžaře. Dosud v mnohém dobře nevychovali, mnozí nevychovali vůbec. Proto se musíme ve školení a doškolování cvičitelů soustředit na otázky výchovného působení cvičitelů. Ovšem působit výchovně na široké vrstvy lyžařů musí nejen cvičitelé, ale i rozhodčí, trenéři, reprezentanti, činovníci, zkrátka všichni, kteří stojí v popředí lyžařského dění. Jinak by nejen nepodporovali dobrou výchovnou práci cvičitelů, ale bourali by ji. Tyto úkoly také jasně vidí naše propagačně výchovná komise a snaží se je uskutečňovat. Tyto snahy o výchovné působení musí prolínat celé naše lyžařské hnutí. Řešit výchovné úkoly je nyní naším nejpřednějším úkolem. Co je to ale výchovné působení? Stále to slyšíme, nebo čteme a mluvíme o tom, ale přesněji si to obvykle nevybavujeme. Řekněme si tedy několik slov o tom, co máme mít na mysli při slovech výchovné působení, výchova.

Kalininova definice výchovy zní: Výchova je určité, cílevědomé a soustavné působení na psychiku člověka, aby mu byly vštípeny vlastnosti podle přání vychovatele.

Výchova musí působit na člověka komplexně, nejen na některé jeho stránky. Výchova má proto čtyři neřídinné části: výchovu tělesnou, rozumovou, mravní a estetickou. To, že je tělesná výchova uváděna v sovětské pedagogice na prvním místě jako základ výchovy mládeže, nám ukazuje důležitost a odpovědnost tělesné výchovy ve výchově člověka. A tu je třeba si dobře uvědomit, jak naše sportování ještě málo plní svůj výchovný úkol. A je tu třeba jasně vidět pojem výchovy člověka tělesnou výchovou na rozdíl od samoúčelného technického sportovního výcviku nebo dokonce od zhoubného vlivu nespportovního jednání ať hráčů nebo publika, což je opakem výchovy.

Při dobré výchově je třeba působit na své svědence a rozvíjet jejich síly i schopnosti, aby byli všestranně vyspělými a aby jejich činy vedly k prospěchu celku. Konkrétně to značí na příklad: Aby z nich byli uvědomění budovatelé socialismu, pracovití, obratní, zdatní, zdraví, rozvázní, čestní a optimističtí občané. Aby měli smysl pro kolektiv, byli družní, byli nesobečtí, ukáznění a měli rádi lidi. Aby byli branně připraveni a odhodláni hájit světový mír.

Jak lze působit výchovně? Předně vlastním příkladem. Dále věcným přesvědčováním. Kritikou a sebekritikou. Výchovným působením kolektivu.

Takovéto otázky budeme muset promýšlet a na nich budeme muset stavět svoji práci. Dnes je ještě třeba se zmínit o hlavních

nedostatečích ve výchově lyžařských cvičitelů, jak se nám projevíly v uplynulém období. Jsou čtyři.

Prvním nedostatkem bylo to, že nám některé naše kraje nedodaly zprávu o tom, kolik mají cvičitelů a kolik jich vyškolily v uplynulém hlavním období. To nám zabraňuje získat celkový přehled cvičitelů a potřebu školení dalších. Potřebujeme naplánovat pro rok 1956 kolik máme vyškolit cvičitelů, a to kolik v kterém kraji. To je vaším úkolem, zástupci krajů, zajistit, aby lyžařské ústředí dostalo zprávy o počtech rádně evidovaných cvičitelů. Vy budete pak za svůj kraj odpovědní, zda vám bude stanoveno správné směrné číslo nových cvičitelů.

Dostí nejistoty a někde i trochu zmatku natopilo to, že jsme vám naznačili na pod-



Josef Kutheil, jeden z našich mladých nadaných skokanů, při závodech v Oberhofu (NDR) na mistrovství školské mládeže.

zinním aktivu předsedů UMK, který byl společně s plnem LS, jak je připravováno školení cvičitelů a pomocných cvičitelů. O tom řekl vedoucí oddělení školení SVTVS, soudruh Havla, na celostátní poradě učebně metodických pracovníků toto: „Praxe ukázala, že je třeba přesnit funkci cvičitele tak, aby pojem cvičitel svým obsahem představoval organisátora základního výcviku a výchovy. Bude to tedy především cvičitel v oddělech všeobecné přípravy. Jeho úkolem je zajistit základní výcvik a výchovu v těchto oddělech v rozsahu základní tělesné výchovy, počítaje v to i výcvik nejrozšířenějších sportů a her. Jeho nižší stupeň bude pomocný cvičitel, který ovládá základní prvky vedení hodiny všeobecné přípravy, zejména návěky prostých, pořadových, základní tělesné výchovy a zná organisaci cvičební hodiny. Výchova těchto pomocníků může být potom masová, výchova cvičitelů však přísně výběrová a bude podmíněna vykonáváním funkce pomocníka. Cvičitel zůstane i nadále v některých sportech, v nichž je třeba základního masového výcviku, jako je zejména lyžování, plavání, bruslení, cyklistika, jezdeckví a turistika. V některých z uvedených sportů bude i nižší stupeň, t. j. pomocný cvičitel, jako na příklad v lyžování.“

Věříme, že skutečně již bude tato otázka vyřízena, abychom mohli už na podzim školit jak cvičitele, tak i pomocné cvičitele.

Třetím nedostatkem ve školení lyžařských cvičitelů v uplynulém období byl zásah ROH do plánu školení cvičitelů. Řada DSO (snad všechny) si řádně naplánovaly školení cvičitelů, ale na podzim 1954 jim ústřední výbory odmítaly školení uskutečnit, protože tělovýchovné oddělení ROH se rozhodlo provádět školení na úseku ROH ústředně. Vypsalo a provedlo také 2 lyžařské cvičitelské kurzy po 50 účastnících. Jak proběhlo školení a jak se prováděly zkoušky, to nevíme, protože ani lyžařská sekce ani jeho UMK nebyly o kursech vůbec informovány, neřku-li, aby byl vyžádán jejich souhlas a dozor. Tento způsob centrálního školení provedlo ROH proto, že některé sportovní složky dělaly školení cvičitelů špatně a neodpovědně. Paušální rozhodnutí ROH, že bude školit cvičitele sportů samo a centrálně, bylo však nesprávné

a nám, lyžařům, hodně poškodilo splnění plánu školení, který nám ukládal vyškolit 600 cvičitelů v roce 1955. Je proto třeba, aby se plenum LS SVTVS celou svojí vahou zasadilo o to, aby v příštím období bylo zajištěno odpovědné školení lyžařských cvičitelů v krajských složkách, ať už DSO nebo VTVS, nebo centrální školení by nejen nezajišťovalo dostatečné přírůstky cvičitelů, ale bylo by krajně nevhodné převážet účastníky školení přes celou naši zem, nehledě k tomu, že by tento nezdravý centralismus dusil nutnou péči krajů, okresů a jednot o školení a doškolování cvičitelů i ostatních činovníků.

Čtvrtým nedostatkem ve výchově cvičitelů byla malá péče a přisnost při výběru účastníků cvičitelských škol. Na úrovni cvičitelů, trenérů a rozhodčích bude záviset vzestup našeho lyžařství. Je proto třeba vybrat cvičitele, trenéry a rozhodčí co nejdopovědněji.

Letos na jaře se nekonaly srazy cvičitelů. Při zhodnocení podzimních srazů 1954 se ukázalo, že provádění cvičitelských srazů v okresech se podařilo jen málo krajům, jen výjimečně. Připravujeme proto na podzim letošního roku srazy cvičitelů v krajích. Jádrem jejich náplně bude výchovná péče.

Závěrem budu citovat z hlavního referátu I. celostátní porady učebně metodických pracovníků v listopadu 1954: „Naše tělesná výchova prodělala i na učebně metodickém úseku hluboké přeměny. Vytváření socialistického systému v tělesné výchově a sportu znamená zvláště v učebně metodické oblasti podstatně nový způsob práce. Naši tělovýchovní pracovníci se s touto skutečností nevyrovňávají stejně rychle. Je proto nutné postavit učebně metodickou práci do popředí zájmu všech našich pracovníků, zejména však výborů pro tělesnou výchovu a sport i výborů našich dobrovolných sportovních organizací. Musíme probojovat názor, že zlepšení úrovně učebně metodické práce, již v praxi představuje náš cvičitel a trenér, podstatně přispěje k zlepšení situace nejen na učebně sportovním úseku hospodářském, organizačním a sportovním agitačním.“

Dr. JIŘÍ JELÍNEK,  
předseda učebně metodické komise

## Usnesení zasedání plenu lyžařské sekce SVTVS

Ve dnech 14. a 15. května 1955 zasedalo v Klánovicích plenum lyžařské sekce SVTVS, které zhodnotilo průběh hlavního období 1954—1955 po stránce sportovní technické, učebně metodické, propagačně výchovné a s hlediska sportovní úrovně dosažené závodníky. Současně jednalo o úkolech, které čekají lyžařské tělovýchovné složky všech stupňů a lyžařské pracovníky v přechodném a přípravném období.

Plenum lyžařské sekce SVTVS přijalo toto usnesení:

I. Ve snaze poskytnout co nejužitečnější pomoc přípravám a úspěšnému průběhu I. celostátní spartakiády zapojí se všichni lyžařští pracovníci do přípravy a pro-

vedení okresních a krajských spartakiád. Zaměří se především k udržení dnešního stavu cvičení a k vysvětlování politického významu spartakiády.

## II. Předsednictvu lyžařské sekce SVTVS se ukládá:

1. Věnovat zvýšenou pozornost morální a fyzické přípravě olympijského družstva pro olympijské hry 1956, a to systematickou osobní proškolením plnění individuálních trénin-  
gových plánů jednotlivých členů družstva.

Odpovídá soudruh Pácl

2. Vypracovat směrnice pro jednotné vedení tréningu a návuku techniky a zlepšit práci dobrovolných trenérů prověřováním jejich činnosti v přírodním, přípravě a hlavním období.

Odpovídá soudruh Pácl

3. Dobudovat a prohloubit výchovnou práci činovníků, zejména trenérů zaměřené ke komunistické výchově závodníků.

Odpovídá soudruh Blahout

4. Věnovat zvýšenou péči mládeži a dorostu a hned po spartakiádě je podchytit k celoroční přípravě pro provádění lyžařského sportu.

Odpovídá soudruh Červenka

5. Projednat s tělovýchovným úsekem ROH nedostatky v dosavadní spolupráci mezi lyžařskou sekci SVTVS a tělovýchovným oddělením ÚRO a dohodnout se na prostředcích, jak spolupráci mezi oběma složkami zlepšit.

Odpovídají: soudruh dr. Jelínek,  
soudruh Duffek,  
soudruh Ženka

6. Projednat s tělovýchovným úsekem ROH, aby školení lyžařských cvičitelů na podzim roku 1955 a v zimním období 1955—1956 nebylo prováděno ústředně tělovýchovným oddělením ÚRO, nýbrž krajskými tělovýchovnými složkami.

Odpovídá: soudruh dr. Jelínek

7. Vyhlásit k 15. VI. 1955 soutěž o nejlepší lyžařskou sekci KVTVS a ÚV DSO.

## III. Předsednictvu lyžařské sekce SVTVS se ukládá:

Dobudovat a zaktivisovat učební metodickou komisi sekce.

## IV. Tělovýchovným úsekům a ÚV DSO se ukládá:

Naplánovat a vřadit do sportovního kalendáře doplňkové soutěže DSO, mezisektorová utkání DSO, utkání na dálku, dálkové a hvězdicové jízdy, orientační závody a pod.

## V. Předsedům lyžařských sekcí KVTVS se ukládá:

1. Věnovat zvýšenou pozornost učební metodické práci v krajích. V tomto směru, zejména tam, kde pro to jsou dány podmínky (horské oblasti), zaktivisovat činnost lyžařských sekcí OVTVS případně lyžařských oddílů.

2. Vyplnit připravené krajské sportovní kalendáře doplňkovými soutěžemi mládeže a dorostu, aby bylo lépe využito celého hlavního období také mládeži, prověřit práci ředitelů a instruktorů škol dorostu a mládeže a navázat styk s domy pionýrů, středisky PZ a školskými tělovýchovnými odbory v kraji.

3. Zpracovat ve stanovených termínech návrhy krajských lyžařských kalendářů ve smyslu usnesení celostátního aktivu předsedů sportovních technických komisí všech KVTVS, ÚV DSO a tělovýchovných úseků ze dne 27. IV. t. r.

4. Ustavit a dobudovat propagačně výchovné komise v krajích a zaměřit jejich činnost v převážné míře k výchově činovníků, t. j. dobrovolných trenérů, cvičitelů a rozhodčích pořádáním přednášek, seminářů a konzultací.

5. Provéřít do příštího zasedání plna sekce činnost cvičitelů a rozhodčích v období 1954—1955 a zavést jejich přesnou evidenci. Zajistit doškolení cvičitelů a rozhodčích jakož i vyškolení nových cvičitelských a rozhodčích kádřů.

6. Založit do příštího zasedání plna sekce přesnou evidenci závodníků podle výkonostních tříd.

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I. Č. 4

KVĚTEN 1955

## ZKUŠENOSTI Z NORSKA

BRONISLAV HANÁK

V minulém článku se zmínil soudruh Belda také o tom, že jedním z našich úkolů norského zájezdu bylo, abychom přirovnali, hlavně pozorováním, výkonnost zahraničních závodníků k výkonnosti našich nejlepších sáňkařů. Toto porovnání nemohlo být samozřejmě provedeno do té míry, jak bychom byli potřebovali, vzhledem k tomu, že za ČSR startoval jen jeden závodník průměrné výkonnosti a nikoliv vybrané a dobře připravené reprezentační družstvo nejlepších šs. závodníků. Vzniká tedy otázka, je-li správný závěr soudruha Beldy, když říká, že naši přední závodníci se mohli v Oslo umístit mezi 10.—15. místem a v klasifikaci národů jako třetí. Chtěl bych k tomu říci toto:

Na I. mistrovství světa v jízdě na saních v Oslo jsem se umístit z 50 přihlášených závodníků na 27. místě. Po 4 jízdách závod dokončilo a bylo klasifikováno 40 mužů. Z lidových demokracií bylo zastoupeno ještě Polsko 3 muži a 1 ženou, z nichž Jerzy Włodzynski se umístit na 25. místě, mistr sportu v jízdě na saních Janusz Wojtyński na 35. místě a Ryszard Pedrak na 38. místě. Barbara Gorgononová se umístita jako šestá ze třinácti žen.

Koncem února na přeborech ČSR v jízdě na saních jsem byl 3. za soudruhem Hellerem a Peukertem.

Snad by někoho napadlo, aby srovnal mé umístění v Oslo — 27. místo — s umístěním v Tatrách — 3. místo — a aby z tohoto porovnání vyvozoval výkonnost našich předních závodníků a šance na umístění na mezinárodním poli v příštím roce. Taková úvaha by byla nesprávná, a to z těchto důvodů:

1. Do Norska jsme jeli především jako delegáti na kongres a k němu byla zaměřena celá naše příprava (korespondence, návrhy k jednání, připomínky k mezinárodním pravidlům, propagační materiál), která si vyžádala v lednu většinu mého volného času. O tom, že budu startovat na mistrovství světa bylo rozhodnuto až těsně před odjezdem.

2. To se odrazilo v naprosto nedostatečném treningu, zvláště proto, že jsem přecházel na nové saně (z Tietzovek na Soukupky) a musel jsem se s nimi teprve seznamovat. Před odletem do Norska jsem absolvoval pouze 2 závody a trochu jsem trenoval při krajských přeborech Ostravského kraje na neupravené cestě v Bílé. To jsem se stále seznamoval s novými Soukupkami.

3. Již před odjezdem jsem si byl vědom toho, že nemám pro tak důležitý závod vhodné saně. Soukupky vyrobené v roce 1954, na kterých jsem začal jezdit, jedou sice na sněhové dráze dosti rychle, mají však málo šikmé skluznice a jsou bez hran, takže se nehodily na ledovou umrzlou dráhu, jakou dráha Koketrekkeren při první jízdě byla. Kromě toho jsou zbytečně vysoké (měřeno u nožiček vpředu 22 cm a vzadu 19 cm, zatím co saně zahraničních jezdců byly vysoké 18,5 a 17 cm) a tím méně stabilní, konečně proti zahraničním málo uvolněné a měkké v čepch, zvláště ve vlhkém počasí a při oblevě — tedy tíže řiditelné. Vzhledem k okolnostem, které vyličily později, jsem těchto rychlejších saní pro vlastní závod nepoužil, ačkoliv jsem na nich trenoval a startoval jsem na rezervních Tietze-saních, na kterých jsem nejezdil. Tyto saně jsou krátké a lehké (váží pouze 15 kg), tedy jedou pomaleji a k tomu mají méně skluznou ocel, která nejede na čerstvém sněhu a na rozmoklé dráze při oblevě. Jsou schopny konkurence jen na prudké a naprosto tvrdé dráze, kde mnozí jezdci jsou nuceni přibrzdit. Jejich předností je dobrá řiditelnost. Myslel jsem až do mistrovství světa, že jsou vhodné jen pro ledovou dráhu, avšak zjistil jsem, že ani pro ledovou dráhu nejsou dostatečně přizpůsobeny. Teprve v Norsku jsem získal tuto zkušenost (bohužel při mistrovství světa, ovšem jinak bych ji nezískal dodnes a vy se mnou také ne), že pro naše poměry dosti ostré brany byly stále ještě na skutečně ledovou dráhu s přírodními, v dolním úseku trati i ven klopenými zatáčkami, tu pé.

Za pomoci soudruha Belda a Soukupa jsme se ještě před odletem snažili vypůjčit pro zájezd lepší saně, které samozřejmě naši přední závodníci mají, naše snaha však vyšla naprázdno.

4. V Norsku jsem se teprve učil mazat skluznice a používat správné vosky. Měl jsem základní znalosti z lyžování, ovšem mezi našimi závodníky na našich nerovných drahách nebylo mazání až do našeho zájezdu rozšířeno, s výjimkou soudruha Hella. Zkušenosti, které jsme přivezli, byly uplatněny ve větším měřítku až na letošním přeboru v Tatrách a tam vlastně začali naši závodníci mazat. Správné mazání je velmi důležité a zvláště na norské dráze (tak jako ostatně i v Tatrách) hrálo velkou úlohu.

5. V soutěži o mistrovství světa jsem byl nováčkem a jako jediný závodník za ČSR jsem měl těžkou posici mezi zkušenými a ostřílenými borci, z nichž mnozí jeli z jednoho mezinárodního závodu na druhý, právě proto, že jsem byl sám. Proto jsme se soudruhem Beldou neurčili velkou zádnou zvláštní taktiku závodu, těžko se manévruje jedním čs. závodníkem proti 6—12 jezdcům, kteří representovali ostatní národy. Po úspěšné práci na kongresu jsme se soustředili při mistrovství světa na získání co nejvíce poznatků a zkušeností, soudruh Belda jako pozorovatel s hlediska organizačního i technického provedení a já jako závodník jsem si všiml přípravy saní před závodem, mazání, výstroje a při treningu techniky jízdy svých soupeřů.

V těchto několika bodech jsem stručně uvedl hlavní nedostatky a podmínky, za kterých jsem startoval v Oslo a kterých jsem se snažil vyvarovat a nebo které již nepůsobily na přeborech ČSR v Tatrách. Účast na mistrovství světa mi pomohla zvýšit svou výkonnost, získal jsem určité zkušenosti i taktické, což se projevilo v dobrém umístění v Tatrách. Vždyť jsem na přebor ČSR měl nejlepší training, jaký je si vůbec možno přát, v konkurenci s nejlepšími evropskými závodníky na mistrovství světa. A mělo by to být naopak.

Příště vás seznámím s vlastním průběhem mistrovství světa.

## Po hlavním období radostně do další práce

Bohaté letošní závodní období, které přineslo mnoho zkušeností bobistickým a saňkařským závodníkům Brněnského kraje, kteří v tomto sportu teprve začínají, je za námi. Stalo se základnou pro další práci naší sekce, ukazatelem nastoupené cesty k dalšímu rozšíření a zmasování tohoto, dnes ještě málo známého sportovního odvětví. A tento úkol splnit, k tomu nestačí jen krátká zimní sezóna, ale v prvé řadě pravidelná systematická práce i během letního přípravného období. Všichni členové tří oddílů brněnské sekce rozhodli se pravidelným nácvikem prováděným jednou týdně splnit do začátku zimního období podmínky PPOV II, aby tímto způsobem zvyšovali svou tělesnou zdatnost. Pracovních závazků se zúčastní ve dvou směrech: v případě uskutečnění stavby saňkařské a bobové dráhy odpracují na její výstavbě každý nejméně 40 hodin, nebo se zúčastní jiné pracovní brigády, kterou vyhlásí KV DSO Slavia nebo KVTVS. Technické opravy bobů a saní bude provádět všech aktivních 20 závodníků v rámci svého 20hodinového závazku. Dalším velmi pěkným rozhodnutím v tomto směru je společný závazek všech závodníků uzavřený při příležitosti 10. výročí osvobození naší vlasti, vyhlášení plnění zátopkovských úctů zaměřených zejména na zdokonalování v tělesné a tech-

nické zdatnosti a na pracovní a studijní závazky. Aby se saňkařský a bobistický sport stal předmětem nejširšího zájmu, uspořádá sekce propagační výstavku spojenou s besedou a promítáním instruktážních filmů. Za účelem získání dalších zkušeností navázali jsme písemný styk s bobisty s NDR, kde zejména výměna technického a dokumentačního materiálu nám mnoho prospěje do další práce. Nejdůležitějším úkolem letního období stane se kampaň směřující k zakládání saňkařských oddílů mezi mládeží Pracovních záloh a škol druhého a třetího stupně jak v Brně samém, tak ve všech terénově výhodných okresích Brněnského kraje. Členové sekce převzou patronáty nad jednotlivými okresy a prováděním instruktáží a přednášek přímo v těchto nově založených oddílech budou se snažit co nejvíce upevnit základ v rozvoji saňkařského sportu. Výsledkem musí být uskutečnění okresních přeborů v nastávajícím zimním období a získání pěti dalších saňkařských oddílů.

Členové sekce rozhodli se po přešetření technických a regionálních podmínek předložit návrh na stavbu saňkařské a bobové dráhy v Pisárkách. Uskutečnění tohoto projektu dostalo by se brněnské mládeži a celé brněnské veřejnosti další podstatné možnosti ke sportov-



nímu vyžití. Bude ovšem záležet na pochopení odpovědných institucí a na výsledcích projekčních prací, které dnes v terénu provádíme. K rozšíření naší činnosti přispěje v nemalé míře dvoudenní kurs rozhodčích třetí třídy, který hodláme uspořádat v podzimním období. Věříme,

že splnění všech těchto úkolů stane se nám zárukou úspěšné práce do budoucna, abychom se mohli čestně zařadit mezi naše nejlepší saňkaře a bobisty Ústeckého a Libereckého kraje.

LUBOMÍR PÁSEK,  
předseda sekce bobů a saní, Brno

## Žebříček bobových závodníků za rok 1955

Žebříček jest sestaven z přeborů 1955 pořádaných ve Vysokých Tatrách v rámci I. celostátní spartakiády (zimní část).

1. Hejný Václav, Ústí n. L., 14 bodů, 2. Šimek, Ústí n. L., 14 b., 3. Kurňava, Vysoké Tatry, 7 b., 4. Merta, Ústí n. L., 7 b., 5. Kraft, Ústí n. L., 7 b., 6. Lukačovič, Vysoké Tatry, 7 b., 7. Kaňka, Liberec, 5 b., 8. Kaňka, Liberec, 5 b., 9. Svršek, Vysoké Tatry, 5 b., 10. Novyzedlák, Vysoké Tatry, 5 b., 11. Gardelán, Vysoké Tatry, 4 b., 12. Lavička, K. Vary, 4 b., 13. Matějka, Vysoké Tatry, 4 b., 14. Pláteník, K. Vary, 4 b., 15. Pavela, Vysoké Tatry, 4 b., 16. Mezej, Vysoké Tatry, 4 b., 17. Martinec, Liberec, 3 b., 18. Bužek, K. Vary, 3 b., 19. Kračík, Liberec, 3 b., 20. Neuman, K. Vary, 3 b., 21. Holý, Liberec, 3 b., 22. Hofman, Liberec, 3 b., 23. Urban, Liberec, 2 b., 24. Brožek, Liberec, 2 b., 25. Ruta, Liberec, 2 b., 26. Patrman, Liberec, 2 b., 27. Halbhüber, K. Vary, 1 b., 28. Hrubeš, Brno, 1 b., 29. Skuthan, K. Vary, 1 b., 30. Matějček, Brno, 1 b., 31. Vít, K. Vary, 1 b., 32. Ježek, K. Vary, 1 bod.

Bodováno podle olympijských tabulek 7, 5, 4, 3, 2, 1. Brána v úvahu jízda na dvou- a čtyřsedadlových bobech, každá samostatná sečtena a vyhlášeno pořadí. Při stejném počtu bodů bylo bráno pořadí — řidič čtyřsedadlového bobu, řidič dvousedadlového bobu, brzdář čtyřsedadlového bobu, brzdář dvousedadlového bobu, počet odjetých jízd a výsledný lepší čas.

1. kraj Ústí n. L. 42, 2. kraj Vysoké Tatry 40, 3. kraj Liberec 30, 4. kraj Karlovy Vary 18, 5. kraj Brno 2, 5. kraj Praha 0.

M. HORA

## Krátce ze světa bobů a saní

### JÍZDA NA SANÍCH OLYMPIJSKOU DISCIPLINOU

Na kongresu Mezinárodního olympijského výboru v Athénách bylo dne 13. května 1954 přijato závodní saňkařství do programu Zimních olympijských her místo skeletonu. Podle poslední zprávy mezinárodní saňkařské sekce SL pěstuje saňkařství závodně 12 národů s 30 tisíci aktivními sportovci. Členy SL jsou tyto státy: Československo, Polsko, Rakousko, Německo, USA, Francie, Holandsko, Itálie, Jugoslavie, Norsko, Švédsko a Švýcarsko.

Saňkařství bude zařazeno do olympijského programu v roce 1960. Podle sdělení mezinárodní sekce navrhované země záp. Německo, Švýcarsko, příp. Rakousko s jízdou na saních v programu zimní olympiády 1960 počítají. Budou-li Zimní olympijské hry v roce 1960 uspořádány v záp. Německu, ve Švýcarsku nebo v Rakousku, bude rozhodnuto letos v červnu na zasedání IOC v Paříži.

Do programu příštích Zimních olympijských her v Cortině (Itálie) v roce 1956

nemohlo být ještě saňkařství zařazeno z toho důvodu, že Itálie již dříve přijala uspořádání her s podmínkou, že v programu budou jen ty disciplíny jako na poslední zimní olympiádě v Oslo v roce 1952.

### XIV. MISTROVSTVÍ EVROPY V JÍZDĚ NA SANÍCH 1956

Příští mistrovství Evropy v jízdě na saních bude uspořádáno ve dnech 14. a 15. ledna 1956 v Imst, Tyroly v Rakousku.

O uspořádání II. mistrovství světa v jízdě na saních v roce 1957 se uchází Polsko a Švýcarsko.

### POLÁCI ČTVRTÍ NA MISTROVSTVÍ EVROPY JUNIORŮ V JÍZDĚ NA BOBECH

Krásného úspěchu dosáhl na letošním mistrovství Evropy juniorů ve Sv. Mořici polský dvousedadlový bob s posádkou O l e s i a k — H a b e l a, když v silné mezinárodní konkurenci zkušených jezdců

získal 4. místo. V závodě skeletonů startoval polský mistr sportu Ciapala a umístil se na 7. místě z 46 startujících závodníků.

#### NA MISTROVSTVÍ SVĚTA VE DVOUSEDADLOVÝCH BOBECH VE ŠVÝCARSKU

získali překvapivě 2. místo nováčci Rakusané ing. Paul Aste a Heini Isser. Aste je nám známý čtyřnásobný mistr Evropy v jízdě na saních. Na letošním mistrovství světa v Oslo ho připravil pád v poslední jízdě o vítězství, a tak skončil na 4. místě. Na XIII. mistrovství Evropy v Hahnenklee (záp. Německo), které se konalo o týden později, však obhájil starý titul a stal se mistrem Evropy v jízdě na saních pro rok 1955. Henry Isser (mezi přáteli a závodníky zvaný Heini) byl na mistrovství světa v jízdě na saních v Oslo šestý.

Jak je vidět, i za hranicemi jezdí sáňkařští závodníci úspěšně na bobech.

#### MISTRE SVĚTA FEIERABEND PŘEDÁVÁ ZKUŠENOSTI!

Po mistrovství světa v jízdě na čtyřsedadlových bobech prohlásil Fritz Feierabend na dotaz, čemu vděčí obě švýcar-

ské posádky, které se umístily na 1. a 2. místě, za tak pronikavý úspěch, toto:

„Za prvního tréninku, jezdím na bobu již od 10 let, a dlouholetým mezinárodním zkušenostem,

za druhé tomu, že nejezdíme „německým způsobem“ s hlavami zabořenými mezi lopatky předního jezdce jako kachny do vody, ale s hlavami zpřímá, takže chlapeci mají přehled o situaci, myslí a pomáhají vyrovnávat bob.“

Na dotaz, proč jezdí s lankovým řízením a ne s volantem, Feierabend řekl, že „lankové řízení umožňuje lepší kontakt s drahou, je citlivější a umožňuje řídicí okamžitou reakci a kontrolu jízdy bobu.“ Když se ho ptali, proč tedy většina posádek jezdí s volantem, odpověděl, že „lankové řízení vyžaduje fyzicky zdatné řidiče a hlavně sílu v rukou. Většina řidičů zde přítomných však této podmínce neodpovídá.“

Je třeba poznamenat, že všechny čtyřsedadlové boby na letošním mistrovství světa byly stejně konstruované, neboť byly vyrobeny v dílně u Feierabendů. Lišily se jenom v řízení. Za Švýcarsko startující boby měly lanka a ostatní volant. Záleželo tedy především na technické vyspělosti, umění a fyzické zdatnosti jezdců.

BH

## Hodnocení sáňkařského období na Liberecku

Závěr sáňkařského hlavního období je vždy důvodem k tomu, abychom udělali z dosavadní práce uzávěr, ukázali si nedostatky a dali linii pro další práci v přechodném a přípravném období. Tak jako jiná léta bylo v popředí zájmu v kraji Liberec, kromě lyžařství, také sáňkařství. Hodnotíme-li letošní sezónu co do počtu závodů a startujících, zjišťujeme, že došlo k vzestupu hlavně v počtu startujících. Horší je to již s výkonností libereckých závodníků. Jak bylo již řečeno při hodnocení celostátních přeborů, nastalo určitě ustrnutí ve výkonnosti libereckých sáňkařů. Důvod je jediný — nedostatečný pravidelný trénink, hlavně u dvousedadlových saní, a malá péče věnovaná dorostencům a dorostenkám. Na příklad v příští sezóně přestupem M. Novotného a J. Hásky do kategorie mužů nastane značný pokles ve výkonnosti dorostenců, jelikož výkonnost ostatních dorostenců byla značně horší. Skutečně nejradostějším poznatkem letošní sezóny byly závody školní mládeže. Je jenom litovat, že krajská komise bobů a saní a jednotlivé oddíly se tomuto úseku nevěnovaly s takovou intenzitou již v předcházejících letech. Jistě bychom nestáli dnes před problémem, jak zajistit dobrou úroveň našich dorostenců a dorostenek. V tomto směru je nutno hlavně vyzdvihnout dobrou práci oddílů saní Jiskry Textilana Liberec, ředitelství Parku kultury a oddechu v Liberci a TJ Sokol Jistebsko, kde celkem startovalo 184 závodníků z řad školní mládeže. Směrné číslo — 300 startujících na závodech školní mládeže, které si dala krajská komise bobů a saní, je již splněno a bude ještě překročeno. V kraji Liberec bylo již uspořádáno 6 organizovaných závodů pro školní mládež. Pokud se týče dospělých a dorostu, bylo do dubna uspořádáno 8 závodů s celkovou účastí 289 závodníků. Kromě toho se libereckí závodníci zúčastnili přeboru ČSR v Tatrách, Velké ceny Teplé a Štítu Krušných hor, kde se umístili vždy na předních místech. Letní činnost sáňkařů bude dobrou přípravou pro období 1955/56, ve které dojde s největší pravděpodobností k účasti š. sáňkařů na mezinárodních závodech.

MILOSLAV BELDÁ, předseda krajské komise

# O PRÁCI TRENÉRSKÉ RADY

Na nedávném zasedání předsedů ústředních sekcí SVTVS byla lyžařská sekce SVTVS hodnocena jako jedna z nejlepších. Na tomto úspěchu má nemalou zásluhu také dobrá práce trenérské rady. Ve dnech 6.—8. května sešlo se ve stálém tělovýchovném středisku v Klánovicích plenum trenérské rady spolu s předsedy trenérských rad lyžařských sekcí KVTVS a ÚV DSO, aby zde zhodnotili uplynulé závodní období, vyzdvihli klady i zápory své práce a podle toho usměrnili svou další činnost.

Toto zasedání našich předních pracovníků, v jejichž ruce spočívá řízení našeho závodního lyžařství, bylo o to významnější, že se konalo ve dnech desetiletého výročí osvobození naší vlasti a v době, kdy vstupujeme do rozhodující etapy příprav na zimní část olympijských her, které se budou konat v lednu 1956 v Itálii v Cortině d'Ampezzo.

V hlavním referátě předseda TR LS SVTVS soudruh Vl. Pácl poukázal na veliký rozvoj našeho lyžařství a porovnáním výsledků z předválečných let i z doby nedávné vyzdvihl, že i když nemůžeme mluvit o takových pronikavých úspěších, jaké prokazují lehcí atleti, přece jen naši závodníci dosahují nyní lepších výsledků než kdykoliv předtím. Zejména pak úspěchy v právě uplynulém závodním období nás opravňují doufat, že na příštích olympijských hrách čestně obstojíme.

Rozebírající podání státní trenéři soudruzi B. Tvrzník (běh), M. Bělohožník (skok a závod sdružený), a J. Bogdálék (sjezd). O práci trenérů na Slovensku promluvil soudruh J. Terezčák. O své trenérské práci se státními družstvy referovali soudruzi D. Charvát a ing. M. Kumpošt, jehož referát byl účastníky velmi kladně hodnocen pro své konkrétní připomínky ke zlepšení trenérské práce.

Velmi cenným přínosem byl referát dr. Fr. Macha o spolupráci trenéra s lékařem a o boji za zmenšení úrazovosti v lyžařském sportu.

Značná část aktivu byla věnována referátu a metodice nácviku nejnovější techniky jednotlivých disciplín

o plánování a dávkování tréninku, o všestrannosti a specializaci atd. O těchto problémech se pak dále diskutovalo v jednotlivých komisích — běžecké, sjezdové, skokanské a sdruženářů. V těchto komisích pak byly projednány návrhy na olympijská družstva a družstva mladých závodníků. Škoda jen, že nebylo možno pro malou účast uskutečnit pracovní poradou komise žen a lékařů.

Během aktivu byla zhodnocena činnost jednotlivých TR KVTVS a ÚV DSO. Jako nejlépe pracující byly označeny TR KVTVS České Budějovice a ÚV DSO Slavia, kterým byly předány čestné vlajky. V soutěži o vzorné plnění trenérských povinností byli vyhlášeni jako první tři soudruzi ino. M. Kumpošt, Felix Chovanec a Fr. Kovář a byli odměněni diplomy a věcnými cenami.

V bohaté diskusi, která se rozvinula ke každému referátu, byly zejména hodnotné připomínky týkající se na příklad rozpracování metodiky tréninku sjezdu v hlavním období, doškolování dosavadních dobrovolných trenérů, zvýšené péče o mládež, zlepšení kvality výroby lyží a vosků a další.

Závěrem aktivu byla řada závažných usnesení. Je nyní na ústřední trenérské radě a všech ostatních, aby s plnou odpovědností přistoupily k jejich plnění, aby mohli předstoupit před další aktiv s vědomím dobře vykonané práce ve prospěch našeho závodního lyžařství.

FELIX CHOVANEC

# ZKUŠENOSTI Z PRÁCE TRENÉRA SDRUŽENÁŘŮ

Výtah z referátu M. Kumpošta na celostátním aktivu před TR LS KVTVS a ÚV DSO.

Dnes chápeme výchovu reprezentanta, jako proces postupného formování socialistického uvědomění, rozvojem volních a charakterových vlastností, kterými vlastností utváří profil našich reprezentantů a závodníků a mají je přivést k vyšší tréninkové a závodní morálce, nakonec i k vyšší výkonnosti tak, aby byl učiněn další krok k získání světových prvenství pro tábor míru a pokroku. Současně s vývojem těchto charakteristických vlastností sledujeme ve výchově závodníků zvyšování jejich zdraví, pracovní schopnosti, tělesného růstu a vývinu a jiných vlastností pro zvyšování sportovního výkonu pro práci i pro obranu vlasti. Náš zákon zdůrazňuje, že tělesná výchova a sport je neoddělitelnou součástí socialistické výchovy. Proto naše státní zřízení nám dává ty nejlepší předpoklady pro masové pěstování lyžařského sportu i k provádění závodního soutěžení v kolektivech, oddílech, DSO, reprezentančních družstvech v užším měřítku mezinárodním či v širším světovém. Takové podmínky neměli nikdy závodníci starší generace a my je dosud nedovedeme dokonale využít, proto je třeba provádět důkladné rozborů naší práce, jak po stránce výchovné a organizační, tak i metodické. Zde je nutno konstatovat, že trochu pokulháváme ve výchově reprezentantů, jejichž dlouhodobé plány osobního růstu (sebevzdělání) nejsou kontrolovány, a proto ani dodržované během přípravného a hlavního období.

Snaha a úsilí o zvyšování osobních kvalit výkonnostních i charakterových je hlavním motivem dlouhodobé tréninkové náplně. Vedení správné životasprávy nebo odpírání si i malých zábah a radostí, po případě strádání při zdolávání těžkostí a překážek je projevem vůle a kázně jednotlivce na cestě za splněním vytčených cílů.

Mým úkolem bylo v době neintenzivnějších činnosti reprezentantů bedlivě sledovat jejich psychický stav, který ať v kladném, či záporném smyslu je nakažlivý pro silný kolektiv a právě proto může vyvolat jak příznivé, tak i nepříznivé podmínky pro náladu v tréninku nebo jiné duševní činnosti. Ze zkušeností známe, že takovýto psychický stav kladného významu nelze udržet nepřetržitě. Během denního režimu může nastat třeba i několik kulminačních zvrátů k lepší či horší náladě, zvláště u závodníků ve vrcholné formě. Mojí snahou bylo vyvolávání příznivých stavů při tréninku za tím účelem, aby oslabily ne-

příjemné subjektivní pocity (ochromující částečně pohybovou schopnost závodníka), a tím více podpořily jejich bojovnost. Zdůrazňuji, že podrobná znalost povahy jednotlivce a jeho reagování na vjemy, tak i získání jeho bezmezní důvěry je rozhodujícím faktorem pedagogického procesu. Čím lze získat tuto bezmeznou důvěru? V první řadě obětavou činností za odstraňování chyb a charakteristických technických nedostatků v takové disciplíně, která je jeho slabinou. Vždy jsem zavrholal dresuru ve výeviku, zaměřenou na osvojování si pohybových návyků. Vztah trenéra i svěřence musí být stoprocentně přátelský a jejich společné zájmy se musí odrazet ve výsledcích jejich společně vykonané práci.

Dále je to vědomí, že trenér je vede nezištně správnou cestou za dosažení vysokých cílů osobních i společenských. Toto vědomí je posilováno být jen nepatrnými pokroky ve výkonnosti i technice, o nichž je závodník přesvědčen, že nejsou náhodné, ale že se opírají o zákonitost pohybové mechaniky, fyziologie atd. Právě tak dobře organizovaný kolektiv, v němž je jednotlivcem jasno, co chtějí a jak toho chtějí dosáhnout a kterým je jasné, že zájem kolektivu je i zájmem každého jednotlivce a že uspokojení osobních vrtochů, přílišné sebevědomí a povýšení oslabuje kolektiv, což má současně vliv i na náladu a růst ostatních kamarádů.

Usměrnující silou mojí vlastní práce na úseku trenérské činnosti u sruženářů byl jejich dobrý kolektiv, jehož páteří je několik výborných jedinců, kteří uvědomělou kritikou i sebekritikou jako nejučinnější metodou zabezpečují postup sportovní pedagogického procesu výchovy jednotlivce kolektivem a naopak kolektivu jednotlivcem. V žádném případě nemůže být tato zásada v rozporu, protože čím větších výkonů dosahuje jednotlivce, tím více je odkázán na kolektivní posudek a kritiku. Na podkladě těchto zkušeností bych chtěl dokázat, že systém kolektivního tréninku je jedine správným a ovlivňujícím rozvoj funkčních schopností. Na rozdíl od individuálně trenujících sruženářů ÚDA, kterým samostatný trénink snižuje bojovnost i kladné podmínky psychického stavu.

Jsem toho názoru, že bych si tím značně zlehčoval trenérskou práci, kdybych ponechával svoje svěřence denně sobě samým a nestaral se o jejich výevik. Nelze však kategoriicky individuální trénink za-

mítat, to by bylo chybné, ale trenéři si musí být vědomi toho, že individuální training svádí povahově slabé svěřence k nedůslednému dodržování plánovaných dávek a jejich intenzity. Jeho vůle dohrávat training, dávky a intenzitu je oslabována negativními pocity, samotné trenující svěřence snadno podléhá únavě, nechuti či jiným pocitům, takže není-li hlídán po případě povzbuzován, tak příliš často přerušuje dávky a příliš často odpočívá.

V praxi se mi osvědčilo trenování běhu ve dvojicích po případě trojicích, přibližně stejné výkonnosti, za střídavého vedení a udávání různé rychlosti. Výsledky zde docílené byly daleko příznivější a potvrzují jen můj názor, že u sdruženářů není takového jednotlivce, jemuž by vyhovoval individuální training.

Celoroční přípravou závodníků, vedenou trenérem buď přímo nebo nepřímo zkvalitňuje trainingový proces, který současně vede svěřence k důslednosti a smyslu pro organizovaný pořádek, dále k sebepoznání při průběžných kontrolách. Touto výchovou zajišťujeme plánovitý růst výkonnosti za předpokladu rozvoje houževnatosti a vůle, čímž zároveň odstraníme zdraví neprospívajícím nárazovým akcím trainingovým, které znamenají často jak poruchy ve vývoji, tak i znechucení pro další sportovní činnost.

Z psychologického hlediska není na místě důsledně trvat na plánech, jež nemusí být vždy trenérem správně sestaveny. Podněty kolektivní pro zkvalitnění trainingu byly pro mne impulsem k reorganizování trainingového režimu, aby nenastalo akumulování negativních pocitů (strach, nechuť, hněv, tréma atd.) u svěřenců.

Nebylo by však na místě přizpůsobovat training po vůli jednotlivce, který pod vlivem negativních pocitů by byl brzdou dalšího rozvoje i práce trenéra vůbec.

Působivé a přesvědčující, nikoliv nařizující slovo trenér má velký vliv na odstraňování negativních pocitů závodníků, zvláště jedná-li se o výevik za ztížených sněhových či povětrnostních podmínek, jehož občasné absolvování rozvíjí funkční schopnost organismu a tím i dobré předpoklady pro pěstování odvahy, odhadu sil, sebevědomí a schopnosti správně reagovat na zevní podmínky (vítr, sněžení, nesprávně upravený sklon můstku, volba nájezdu atd.).

Důležitým předpokladem úspěšné trenérské práce jest síla kolektivu a jeho jednotnost v názorech. Není třeba zdůrazňovat, aby trenér s vyspělými jedinci tvořil duši kolektivu a stal se tím též jeho řídicí složkou.

Nejhlavnější z povinností trenéra jest vést svěřence po správné metodické cestě nácviku pohybových návyků a k vypěstování funkčních vlastností potřebných pro dosažení vrcholných výkonů.

Na počátku vlastní trenérské praxe byl jsem na rozpacích, čemu kláští větší důležitost, technice nebo stylu? Dnes již nechybují o svém názoru, že je to technika, která staví své pevné základy na zákonitostech pohybové mechaniky, reakčních sil (přitažlivost zemská, tření nebo odpor prostředí, setrvačnost atd.) a jejich využití ve prospěch akčních sil, jejichž velikost podmiňuje výsledný pohyb a jeho vývoj.

Stanovením přesných pohybových charakteristik byl dán sdruženářům úkol, jehož splněním zlepší své technické nedostatky. Postupným osvojováním techniky vytvářeli si osobitě styly, odpovídající jejich pohybovým i funkčním schopnostem. Technika stejná, ale styly různé. Kdo měl možnost vidět a porovnávat tyto změny, pak mi dá jistě za pravdu, že tomu tak skutečně u sdruženářů bylo.

Další přednosti podle mého názoru byla vhodná volba způsobu trainingu a jeho dávkování na jednotlivce podle vlastností, schopností i předpokladů.

Na prvním sněhu byla provedena podrobná technická analýza běhu a skoku na lyžích u členů státního družstva i u členů družstva mladých, na jejímž podkladě a ve spolupráci s vyspělými jednotlivci družstva byly postaveny postupné cíle výcviku závodníka po technické stránce. Předcházely tomu kolektivní besedy, které měly všem objasnit vlastní technické klady a zápery. Vznikaly zde rozličné názory v otázkách trainingu na nastávající závodní období.

Tyto společné diskuse mají pro trenéra největší význam, protože musí z nich získat pro sebe důležitou zkušenost v otázkách uplatňování didaktických zásad, aby jeho práce byla záživná pro svěřence i pro jeho samotného a aby tak konečný výsledek mohl být úspěšný.

Přesvědčujícím způsobem je třeba vyvolat u svěřenců souhlasný myšlenkový názor na uplatňování správných zásad pro vypěstování diferencovaných pohybových návyků, tvořících v pohybovém sledu závodníkův styl.

Tyto zásady jsou:

1. Podrobnou analýsou pohybového návyku svěřence, v němž prokazuje určité nedostatky, najít původ vzniku chyby, resp. její subjektivní či objektivní příčiny a z ní vyplývající důsledek.

2. Logické a populární zdůvodnění příčiny vzniku chyby na podkladě všeobec-

ných vědomostí z oblasti přírodních věd (mechanika, statika, aerodynamika).

3. Vyslovení správného předpokladu pro organizování změny v dosavadním způsobu cvičení.

4. Důsledně a systematicky pak vyžadovat provádění změn pohybových návyků při výcviku s přihlédnutím k plánovitému a metodickému postupu vytváření osobnosti svěřence.

K těmto posledním dvěma bodům třeba dodat závažnou poznámku, bez níž by pedagogický proces nebyl neúčinnějším. Trenér musí získat naprostou důvěru kolektivu, jinak by nebylo správně organizovat změny pohybových návyků u jednotlivců, resp. u celého kolektivu, není-li jim předem jasný smysl organizované změny a její závislosti na odstranění dalších chybných prvků tvořících osobitý profil stylové práce sportovce. Není-li dosud stoprocentní jistoty o důvěře kolektivu k trenérovi, pak nedoporučuji používání přímého pedagogického působení na svěřence v zásadách 3. a 4. a přejít k výchově, kdy trenér nepřímým zášahem prostřednictvím kolektivu působí na jednotlivce. Tuto zásadu nemůžeme považovat za rozpor, protože ze zkušenosti víme o závodnících vysokých výkonností, jak jsou odkázáni na kolektivní posudek, na jeho hodnocení a kritiku. Cesta schůdnější pro nedostky zkušeného trenéra v otázkách pedagogické výchovy je rozhodně tato:

1. Vytvoření správné organizace kolektivu, který je neustále v úzkém spojení s trenérem za každých okolností trénin-gových při ostatních fázích trénin-gového režimu dne.

2. Vytvoření přátelského vztahu trenéra ke kolektivu a kolektivu k trenérovi.

3. Na podkladě zkušeností z praxe i vědomostí v otázkách teorie řídit v kroužcích disciplin diskusi o technických problémech ve výcviku, jež mu dávají tolik příležitosti promyšlenými rozborů a úvahami přesvědčovat postupně jednotlivce i celý kolektiv o vlastních názorech, které musí mít opravdu pevné základy, aby obstály kritice kolektivu. Kladný význam těchto diskusí se projeví aplikací nových technických poznatků na osobitý růst jednotlivce, který na podkladě získaných nových vědomostí a pohybových návyků upevňuje vědomí poznání rozumovými city.

4. Uvědomělé vztahy jednotlivců k novým trénin-govým zásadám či technickým prvkům se podstatně zvyšují, souvisí-li tyto s nějakým úkolem, jež mají vykonat. Na př. při nácviku techniky běhu na lyžích dostávali sdruženáři úkol instruovat jeden druhého tak, jak za sebou jezdili podle předem stanovených zásad, čímž byl sledován ten účel, aby se zvýšil uvě-

domělý vztah nejen k vlastnímu výkonu jako celku, ale i k jeho diferencovaným pohybovým detailům, jejichž vylepšování podmiňuje nakonec celkový výkon. Při nácviku skoku na lyžích byl tento systém praktikován rovněž v místech, kde nebyl instalován rozhlas. Skupina družstva sdruženáři jezdila pohromadě, a bylo-li třeba u některého jedince přímého citového zaměření pro plnění daného úkolu, měl za úkol následující sdruženář svou připomínkou vyvolat tyto příznivé podmínky pro plné soustředění se na zvládnutí daného úkolu při trénin-govém skoku.

V místech, kde jsem měl možnost použít zařízení místního rozhlasu na můstku, jako na př. v Harrachově, odpadala tento způsob nepřímého působení trenéra na jednotlivce, ale kontakt byl daleko užší a účinnější. Sdruženáři byli vědomě zaměřováni na odstraňování technických nedostatků předchozím zopakováním daného úkolu a jeho zhodnocením bezprostředně po provedeném výkonu v kladném či záporném smyslu. Významným dodatkem bylo zdůraznění opakované chyby pohybového návyku a vyslovena příčina jejího vzniku.

5. Aby naše trenérská práce byla ekonomická, neunavující a záživná pro kolektiv, je třeba se řídit systémem didaktických zásad, z nichž je nutno vňovat zvláštní pozornost zásadám uvědomělosti a všestrannosti a systematicčnosti.

V předcházejícím byl již dostatečně na příkladech z praxe rozveden pojem uvědomělého vztahu k vlastnímu výkonu jako celku i k jeho diferencovaným pohybovým tvořícím základům.

Pod pojmem všestrannosti třeba vysvětlovat rozvoj jak tělesný, tak i politický, kulturní i odborný všestranný. Treba neustále zdůrazňovat, že všestrannost je základem, na němž úspěšně mohou vyrůstat výkonní specialisté. V podstatě sdruženář není specialistou, protože trénin-gová náplň je již sama o sobě všestranná, proto zde nemůže vzniknout stav zanedbaných vlastností závodníka-specialisty, který rozvojem jedné vlastnosti brzdí rozvoj ostatních. Všeobecně však i v našem případě musíme brát zřetel na všestranný rozvoj organismu, což jako trenéři musíme mít neustále na zřeteli.

Didaktická zásada systematicčnosti ve výchovném procesu znamená udržování postupnosti při nácviku pohybových prvků, takže postupujeme při tréningu od jednodušších návyků ke složitějším a nakonec stálým opakováním dílčích pohybových úkonů.

Proto je třeba dodržovat metodickou řadu nácviku naší disciplíny, čímž bude respektovat i zásadu systematicčnosti. K nácviku nových prvků přistupovat tel-

dy, když jsme si opakováním osvojili předcházející prvky metodické posloupnosti.

I počáteční neúspěchy zocelují lásku trenéra k výchovné práci, natož pak docílené úspěchy svěřenců jsou radostnější prožívané než u závodníků samých. Nedovedu vám ani těmi nejvybranějšími slo-

vy popsat, jakou vnitřní radost jsem prožíval při poslechu zpráv o úspěších našich sdruženářů v SSSR nebo v Polsku, kde se zúčastnili velkých mezinárodních závodů. Takové momenty jsou přímými podněcovateli pro nezištnou práci trenéra-vychovatele, ale i pro zkvalitnění jeho další činnosti.

## Usnesení celostátního aktivu předsedů trenérských rad

Celostátní aktiv předsedů trenérských rad lyžařských sekcí všech složek a plenum ústřední trenérské rady se usneslo:

1. Schválit zprávu předsedy TR LS SVTVS soudruha Pácla.
2. Schválit přednesené referáty soudruhů Terezčáka, Bělonožníka, Bogdálka, Tvrzníka, Ing. Kumpošta a Charváta.
3. Uložit všem trenérským radám, aby zdárně dokončily nácvik a přípravu na I. celostátní spartakiádu a do konce září 1955 podaly o výsledku zprávu.
4. Uložit všem TR, aby podaly do konce září připomínky k dosavadním směrnicím SVTVS o práci trenérských rad, které vyšly v „Pokynech a směrnicích SVTVS“ v roce 1953, čís. 6.

### Uložit trenérské radě LS SVTVS

1. Aby zvýšila péči o trenérské rady, které slabě pracují.
2. Ustavit pracovní komise podle disciplín, které vypracují metodiku nácviku techniky jednotlivých disciplín a metodiku tréninku v hlavním období do konce října 1955.
3. Zajistit, aby trenérské rady KVTVS a ÚV DSO byly seznámeny s novým postupem nácviku a techniky sjezdu.
4. zajistit dostatek kvalitních vosků a zlepšení domácí výroby, rovněž i lyží.
5. Rozmnožit a distribuovat referát soudruha Ing. Kumpošta (k zápisu).
6. Provést doškolení dosavadních trenérů.
7. Lépe organizovat překladatelskou činnost a uveřejňování překladů v časopise Lyžařství.
8. Projednat s LS KVTVS a ÚV DSO pořádání etapových závodů na konci hlavního období.
9. Uveřejnit ve zprávách sekce kandidáty a vyškolené dobrovolné trenéry.

### Uložit trenérským radám KVTVS a ÚV DSO:

1. Zlepšit výběr posluchačů trenérských škol a sledovat jejich činnost.
2. Usilovat, aby dobrovolní trenéři přispívali do Lyžařství a tak rozšiřovali své dobré zkušenosti.
3. Usilovat o zvýšení počtu závodů ve sjezdu na začátku hlavního období.
4. Zvýšit péči o mládež.
5. Usilovat, aby při každém závodě dospělých byla vypsána soutěž pro mládež.
6. Úzce spolupracovat s krajskou lékařskou tělovýchovnou poradnou, zabývat se otázkou zmenšení úrazovosti.
7. Zajistit prodloužení platnosti průkazek dobrovolných trenérů a navrhnout trenéry svého kraje ke zkouškám a jmenování.
8. Zaslát do 15. VII. 1955 jména a adresy trenérů pro členy státních družstev.
9. Zaslát jména trenérů přidělených závodníkům I. výkonnostní třídy v kraji.

## Usnesení celostátního aktivu předsedů učebně metodických komisí lyžařských sekcí

1. Jednotlivým UMK lyžařských sekcí KVTVS, ÚV DSO a úseků se ukládá, aby do 30. IV. 1955 provedly kontrolu usnesení celostátního aktivu z 23. X. 1954 v Klánovicích a podaly písemnou zprávu UMK LS SVTVS o splnění úkolů tímto aktivem uložených, pokud zprávu již nepředaly.
2. Aktiv projednal zprávy jednotlivých komisí, schválil jejich návrhy a ukládá všem jmenovaným složkám, aby provedly úkoly, které jsou jim tím uloženy. Úkoly viz záznamy z jednání v komisích.
3. Ukládá se UMK LS SVTVS, aby ve spolupráci s organizační komisí LS SVTVS vypracovala adresář předsedů UMK všech LS KVTVS, ÚV DSO a úseků včetně vy-

- covníků UMK LS SVTVS s vyjmenováním jejich pracovní náplně a rozeslala jej do 30. VI. 1955. Tím bude umožněna nejužší spolupráce a vzájemná výměna zkušeností.
4. Ukládá se UMK LS SVTVS projednat s SVTVS, co nejrychlejší dořešení otázky školení cvičitelů (pomocník cvičitele, cvičitel, vysokohorský cvičitel).
  5. Ukládá se UMK LS SVTVS, aby uveřejnila během přípravného období v časopise Lyžařství článek o odpovědnostním pojištění lyžařských cvičitelů a úrazovém lyžařském pojištění.
  6. Složkám, které nevyšlaly své zástupce a neomluvily se, vyslovuje celostátní aktiv důtku. Jsou to kraje Karlovy Vary, Olomouc, Gottwaldov, Ostrava, Nitra, Žilina, MVTVS Vysoké Tatry, Prešov, DSO Baník, Dynamo, Jiskra, Slavoj a úseky škol, ROH a Rudé hvězdy. Zároveň se jim uložilo, aby písemně vysvětlily svou neúčast do 15. V. t. r. LS SVTVS.
  7. Všem UMK se ukládá soustavně prohlubovat svou řídicí činnost a spolupráci s nižšími složkami a zaměřily těžiště své učebně metodické práce k organizování lyžařské výchovy a získávání nejširších mas pro lyžařství.
  8. Ukládá se všem UMK LS KVTVS, ÚV DSO a úseků, podat do 14 dnů před konáním příštího aktivu písemnou zprávu o splnění usnesení tohoto aktivu.

## Usnesení celostátního aktivu předsedů sportovně technických komisí

Celostátní aktiv provedl zhodnocení průběhu závodního období 1954—1955 s hlediska sportovně technického a současně jednal o úkolech, které čekají sportovně technické pracovníky v přechodném a přípravném období.

Účastníci aktivu přijali toto usnesení:

1. Ve snaze poskytnout co nejučinnější pomoc přípravám a úspěšnému průběhu I. celostátní spartakiády zapojí se všichni sportovně techničtí pracovníci do příprav a provedení okresních a krajských spartakiád.
2. Ústřední sportovně technické komisi se ukládá:
  - a) do 30. VI. 1955 projednat s ÚV Svazarmu formu spolupráce za účelem odstranění nedostatků, které se ještě letošního roku v malé míře vyskytly při zajišťování Sokolovského závodu branné zdatnosti;
  - b) do 31. VII. 1955 zaslat krajským sekcím návrh ústředního kalendáře, k němuž se krajské sekce vyjádří do konce srpna 1955. Krajské sekce zpracují návrhy svých krajských kalendářů, které zašlou ústřední sekci nejpozději do 30. IX. 1955;
  - c) do 31. V. uveřejnit ve Zprávách sekce seznam rozhodčích FIS, mezinárodních rozhodčích, ústředních rozhodčích a rozhodčích I. třídy. Současně zveřejnit seznam závodníků, kteří splnili v závodním období 1954—1955 technický limit pro udělení I. výkonnostní třídy nebo pro její obnovu;
  - d) na základě připomínek krajů k směrnicím pro organizování soutěží, které kraje zašlou do 11. V. 1955 ústřední sekci, vydat přednáškovou osnovu do 31. VII.;
  - e) do 30. VIII. zpracovat směrnice a technické podmínky pro soutěže juniorů;
  - f) do 30. IX. vypracovat tabulku pro hodnocení různých vícekombinací.
3. Tělovýchovným úsekům a ÚV DSO se ukládá: Napiánovat a vřadit do sportovního kalendáře doplňkové soutěže DSO, mezisektorová utkání DSO, utkání na dálku, dálkové jízdy, hvězdicové jízdy, orientační závody a pod.
4. Krajským sportovně technickým komisím se kromě úkolů vyjmenovaných pod bodem 2. dále ukládá:
  - a) věnovat zvýšenou péči soutěžím mládeže tím, že v připravovaných sportovních kalendářích bude dostatečně pamatováno na zařazení doplňkových soutěží mládeže, aby bylo lépe využito celého závodního období také mládeží. Doporučuje se při každém veřejném závodě vypsát také soutěž dorostu;
  - b) do krajských sportovních kalendářů zařadit také soutěže kolektivů, na příklad soutěže mezi krajské, meziměstské, mezi jednotlivými DSO, případně i mezi oddíly a pod.;
  - c) v podzimních měsících uspořádat ve zvýšené míře lesní a přespolní lyžařské běhy;
  - d) prověřit důkladně činnost rozhodčích z uplynulého závodního období a podle výsledků prověrky zavést přesnou evidenci rozhodčích. Nepracující rozhodčí z evidence vyřadit;
  - e) v letních, zejména však v podzimních měsících uspořádat kurzy pro nové rozhodčí a kvalitu již evidovaných rozhodčích zlepšit pořádáním doškolovacích seminářů;
  - f) do 31. VII. nahlásit počet frekventantů do kursu pro rozhodčí I. třídy.



# OLYMPIJSKÁ DRUŽSTVA JMENOVÁNA

Před hlavním obdobím 1954—1955 určila trenérská rada lyžařské sekce SVTVS pro všechny disciplíny několik výběrových závodů, podle nichž byl sestaven žebříček výkonnosti a ten byl hlavním vodítkem pro sestavení družstev, která se budou připravovat na čestný úkol, reprezentovat naši vlast na VII. zimních olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo v Itálii. Po skončení závodního období byly výsledky těchto závodů propočítány podle předem stanovených zásad. Byl vypočten průměr prvních 5 závodníků a tento výsledek byl považován za 100%. Do- sažené výsledky všech závodníků se pak převedly na procenta.

Do žebříčku byli pojeti všichni zá- vodníci, kteří se zúčastnili dostatečného počtu výběrových závodů. Nejhorší závody se do celkového žebříčku nezapočítávaly. V případě, že se někdo nezúčastnil všech závodů, byl do jisté míry v nevýhodě, neboť mu pak byly počítány všechny závody. (Na příklad státní reprezentanti, kteří byli v době závodu za hranicemi.) Kdo se zúčast- nil méně závodů, než kolik jich v té které disciplíně bylo započítáno (větši- nou 3), nemohl být do žebříčku zařa- zen, i když v závodech, jichž se zúčast- nil, dosáhl pěkných výsledků (na příklad soudruh Hlaváč, Melich pro běh na 15 km a podobně). Níže uvedené žebříčky ukazují nám současně i situaci v jed- notlivých disciplínách, a to jak po stránce výkonnosti — sledujeme-li rozdíl v % mezi jednotlivými závod- níky, tak i co do masovosti, díváme-li se na počty závodníků v jednotlivých disciplínách.

V běhu na 15 km bylo do žebříčku započítáno 30 závodníků, na 30 a 50 km 20, skokanů 15, sruženářů 14, sjez- dařů 15, běžkyň na 5 km 22, na 10 km 17 a sjezdařek 7. Ukazuje se jasně, že skok, závod sružený a sjezd žen mají velmi úzkou základnu, a proto také i výkonnost nejlepších deseti je mnohem méně vyrovnaná než na př. u běhu mužů, kde máme základnu nej- širší. Můžeme říci, že způsob výběro- vých závodů pro sestavování žebříčku výkonnosti se osvědčil, a budeme jistě i v příštích letech podobným způsobem postupovat.

## POŘADÍ BĚŽCŮ:

15 km:

1. Prokeš Josef	101.000%
2. Matouš Ilja	100.672%
3. Cardal Jaroslav	100.133%
4. Okuljár Emil	99.035%
5. Hrnčiar Ludevít	97.981%
6. Šír Jaroslav	97.929%
7. Batěk Vladimír	97.924%
8. Stebel Josef	97.726%
9. Lahr Vítězslav	97.519%
10. Šimůnek Vladimír	96.842%

30 a 50 km:

1. Cardal Jaroslav	103.000%
2. Matouš Ilja	101.270%
3. Prokeš Josef	100.889%
4. Malinský Josef	99.406%
5. Stebel Josef	96.981%
6. Šimůnek Vladimír	96.437%
7. Jon Ladislav	95.544%
8. Húska Milan	94.900%
9. Rusko Ondřej	94.776%
10. Šír Jaroslav	94.233%

## Konečné pořadí:

1. Cardal Jaroslav	101.566%
2. Matouš Ilja	100.971%
3. Prokeš Josef	100.944%
4. Malinský Josef	98.105%
5. Stebel Josef	97.353%
6. Šimůnek Vladimír	96.665%
7. Šír Jaroslav	96.081%
8. Seifert Václav	94.095%
9. Čepčianský	93.904%
10. Húska Milan	93.713%

## POŘADÍ BĚŽKYŇ

5 km:

1. Lauermanová Eva	103.057%
2. Patočková Líbuše	101.269%
3. Krasilová Olga	100.562%
4. Střížová Sylva	97.926%
5. Fialová Anna	97.503%
6. Weisshäutlová Marie	97.028%
7. Bartáková Marie	96.075%
8. Mačířová Marie	94.835%
9. Lelková Květa	94.506%
10. Mečířová Milada	94.178%

**10 km:**

1. Krasilová Olga	103.610%
2. Patočková Libuše	101.867%
3. Lauermanová Eva	101.223%
4. Weisshäutelová Marie	98.268%
5. Střížová Sylva	97.548%
6. Leiková Květa	95.577%
7. Mečířová Marie	94.632%
8. Mečířová Milada	94.607%
9. Fialová Anna	93.398%
10. Lukešová Miroslava	92.011%

**Celkové pořadí:**

1. Lauermanová Eva	102.140%
2. Krasilová Olga	102.086%
3. Patočková Libuše	101.568%
4. Střížová Sylva	97.737%
5. Weisshäutelová Marie	97.643%
6. Fialová Anna	95.450%
7. Leiková Květa	95.041%
8. Mečířová Marie	94.733%
9. Mečířová Milada	94.342%
10. Lukešová Miroslava	90.821%

**POŘADÍ SKOKANŮ:**

1. Remsa Zdeněk	102.7 %
2. Rieger Hubert	102.25%
3. Jebavý Drahoš	98.7 %
4. Bulín Jáchym	98.2 %
5. Felix František	97.9 %
6. Nüsser Josef	97.2 %
7. Lenemayer Antonín	96.65%
8. Gyalog Zdeněk	96.65%
9. Farský Karel	94.4 %
10. Chroust Antonín	93.9 %

**POŘADÍ SDRUŽENÁŘŮ:**

1. Nüsser Josef	104.2 %
2. Melich Vlastimil	103.06%
3. Kubica Jan	99.09%
4. Lahr Vítězslav	99.4 %
5. Šablatura Ludvík	99.16%
6. Janoušek Milan	97.06%
7. Marek Miloš	96.6 %
8. Horník Zbyněk	96.5 %
9. Voňka Zdeněk	95.3 %
10. Nesvada Josef	93.7 %

**POŘADÍ SJEZDARŮ:**

1. Bogdálék Jaroslav	101.937%
2. Krajňák Vlado	99.662%
3. Fučík Antonín	99.487%
4. Čermák Evžen	98.225%
5. Hennrich Kurt	98.200%
6. Šlachta Daniel	97.775%
7. Šoltys Michal	97.770%
8. Patočka Vladimír	96.625%
9. Stiehl Petr	95.725%
10. Šincl Jaroslav	95.50 %

**POŘADÍ SJEZDÁŘEK:**

1. Šubrtová Justa	103.80%
2. Malá Eva	102.60%
3. Merendová Květa	97.74%
4. Králová Olga	97.46%
5. Strnišťová Jindra	96.00%
6. Zaccpálková Malu	95.81%
7. Krajňáková Marie	92.80%

Na základě těchto žebříčků a s přihlednutím k možnostem vývoje mladých závodníků navrhla ústřední trenérská rada olympijská družstva a družstva mladých a předložila je k doplnění a schválení celostátnímu aktivu předsedů trenérských lyžařských sekcí KVTVS, ÚV DSO a úseků. Doplněné návrhy schválilo předsednictvo lyžařské sekce SVTVS.

**OLYMPIJSKÁ DRUŽSTVA:**

**Běžci:** Prokeš Josef, Matouš Ilja, Cardal Jaroslav, Okuliár Emil, Hnčiar Ludevít, Hlaváč Karel ing., Malínský J., Stebel Josef.

**Běžkyně:** Lauermannová Eva, Patočková Libuše, Krasilová Olga, Střížová Sylva, Benešová Eva, Fialová Anna.

**Skokani:** Remsa Zdeněk, Rieger Hubert, Jebavý Drahomír, Bulín Jáchym, Felix František, Stuchlík Mjmir, Vašut Václav.

**Sdruženáři:** Nüsser Josef, Melich Vlastimil, Kubica Jan, Lahr Vítězslav, Šablatura Lud., Janoušek Milan.

**Sjezdaři:** Bogdálék Jar., Krajňák Vlado, Fučík Antonín, Čermák Evžen, Hennrich Kurt, Šlachta Daniel, Patočka Vlad., Šoltys Michal, Stiehl Petr.

**Sjezdařky:** Šubrtová Justina, Malá Eva, Merendová Květa, Králová Olga, Bajerová Ludmila, Fučíková Eva, Richvalská Milka, Frösstová Božena.

**DRUŽSTVA MLADÝCH**

**Běžci:** Kaláček Miloš, Balatka Jarosl., Podešva Lud., Kolařík Frant., Honců Jiří, Harvan Štefan, Kolár Jan, Žák J., Pešť Frant., Doležal Jarosl., Teplý Ant.

**Běžkyně:** Lukešová Mir., Paráková Marie, Kohoutová M., Kamlerová Vl., Leischnerová Vl., Nováková Vl., Stejskalová Jana, Stehliková Nna, Králová Lída, Průchová Zd.

**Skokani:** Morávek Jiří, Řehák Milan, Vráblík Jan, Dolňan Vojtěch, Nevlud Ant., Lupták Lub., Jindra Josef.

**Sdruženáři:** Marek Miloš, Zemánek Bohumil, Kuthel Josef, Farský Karel, Voňka Zdeněk, Mazánek Karel, Lukeš Vlad.

**Sjezdaři:** Mohr Zbyněk, Vokatý Vlad., Scheib Josef, Brúna Mirosl., Pastierik Jaroslav, Vlček Jiří, Cerman Jiří, Belda Jiří, Moravec Jan, Novotný Jindř., Richvalský L.

**Sjezdařky:** Žebráková Jiřina, Pecánková Marie, Králová Eva, Slavíčková Magda, Lukešová L., Králová Hana, Rubešová Jarosl., Strnišťová Jindra. M. B.

# Hlavní zásady pro trening skokanů v první části přípravného období

Červnem začíná přípravné období i pro skokany. V přechodném období jste jistě všichni dali dostatečně odpočinout své nervové soustavě a jste připraveni k systematickému a cílevědomému treningu. V tomto článku se chci stručně zmínit o náplni skokanského treningu v první části přípravného období, t. j. v měsících červnu, červenci a srpnu. V tomto období je hlavním cílem zvýšit povšechnou zdatnost. Treningová náplň nemůže být u všech skokanů stejná. Každý skokan by měl svůj trening zaměřit podle svých hlavních nedostatků. V hrubých rysech musí však být dodržován poměr jednotlivých treningových složek, což by se dalo názorně vyjádřit asi takto:

červen	obratnost	rychl.	síla		
červenec	obratnost	rychlost	síla	vytrv.	
srpen	obratnost	rychlost	síla	vytrv.	speciální cv

Z toho je jasně vidět, že převládá obratnost po všechny tři měsíce. V červnu je složena treningová náplň kromě obratnosti (již je asi 60%) též z cvičení rychlosti a síly. V letošním červnu ovšem k tomu patří navíc nácvik na I. celostátní spartakiádu. Máme mnoho zpráv o dobrých výsledcích lyžařských závodníků při společných vystoupeních na okresních i krajských spartakiádách a mnozí se již těší na slavné dny celostátní spartakiády v Praze. Prostná mužů ROH jsou na příklad v mnohých taktích přímo jakoby stvořena pro skokany. Četné předklony o napjatých nohou dobře protahují zadní svaly stehenní a lýtkové, a i když si to ani mnohý ze skokanů neuvědomuje, jsou tyto cviky velmi prospěšné pro zlepšení pohybu v kloubu hlezenním, který umožňuje správné přitažení špiček při letu vzduchem. Zvláště pak šestý takt pátého oddílu je při správném provádění dobrým napodobovacím cvikem odrazu. A dalo by se podobných, skokanům prospěšných cviků jmenovat mnohem více a ve všech skladbách.

Vraťme se však k vlastní skokanské přípravě, a to především k její hlavní složce — obratnosti. Víme, že k nácviku obratnosti je možno volit různé prostředky, z nichž nejdůležitější jsou:

- akrobatika
- cvičení na nářadí
- různé skoky a přeskoky
- hry

Jak je vidět na shora uvedeném náčrtku, má skokan věnovat obratnosti ve všech 3 měsících přibližně stejnou dobu. Je však důležité v jednotlivých měsících měnit prostředky. Pro lepší přehlednost můžeme si opět udělat malý náčrtek.

červen	akrobat. nář.	skoky	hry	
červenec	akrobatika	nářadí	skoky	hry
srpen	akrobatika	nářadí	skoky	hry

Vidíme, že hry nám měsíc od měsíce tvoří stále menší náplň obratnosti a jsou nahrazovány ostatními prostředky, které jsou více zaměřeny k vlastnímu skoku

na lyžích. O detailní náplni se šíře nerozepisují a odkazují zájemce na přednáškové osnovy č. 27 »Směrnice pro plánování tréninku v lyžování«, vydané SVTVS v lednu 1955.

Rovněž i trénink sdruženářů v těchto měsících je velmi podobný tréninku skokanů.

Nezapomeňte na začátku přípravného období přezkoušet svou zdatnost na měřitelných disciplínách, a to ve všech hlavních tréninkových složkách (obratnost, rychlost, síla, vytrvalost), abyste průběhem přípravy mohli sledovat, zda a jak rychle se vykonnost lepší.

MILOSLAV BELONOŽNÍK, státní trenér

## K ČINNOSTI BĚŽCE V PŘÍPRAVNÉM OBDOBÍ

Coloroční plánovaná činnost byla z větší části nejen našimi špičkovými, ale i krajskými závodníky a mládeží pochopena a je také stále širšími řadami prováděna. Není již třeba usilovného přesvědčování a prokazování její nutnosti a začíná být k naší velké radosti samozřejmostí. Je však třeba stále ji podle současných potřeb a získaných zkušeností usměrňovat a zdokonalovat. Jak zaměříme s ohledem na okamžitý stav a světový vývoj činnost v přípravném období v běžecké disciplíně?

Především k všestrannosti. Všestranný rozvoj je stále a zůstane i nadále základem pro růst výkonnosti. Zajišťuje bohatou zásobu pohybových návyků, které zvláště vyžaduje běh na lyžích, prováděný stále v jiném prostředí, za stále se měnících podmínek, na které je třeba každým okamžikem jinak reagovat. Úspěšně, t. j. i hospodárně můžeme jen tehdy, máme-li dostatečný výběr dobře zvládnutých pohybů. Nezáiskáme je nikdy jednostrannou přípravou — jedním oblíbeným sportem cvičením, nebo prací. Příkladem všestrannosti nám musí být normy PPOV. Ne svou obtížností, která je poměrně nízká s ohledem na potřebu prvotřídních závodníků, ale právě všestranným obsahem, ve kterém v různých formách jsou obsaženy všechny čtyři hlavní cvičební skupiny, t. j. rychlost, síla, obratnost a vytrvalost. Tyto musí také bezpodmínečně obsahovat cvičení, která jsme si pro přípravné období naplánovali. Teprve po jejich určitěm zvládnutí uplatní se účelná skupina speciálních cvičení.

Dalším středním úkolem pro běžecskou disciplínu je všeobecné zvýšení obratnosti. — Vývoj v technice běhu sleduje především hospodárnost. Hospodárnost pohybu je podmíněna krátkou nárazovou prací svalu, vystřídanou

dokonalým a co nejdělsím jeho uvořením. Projevem takového pohybu je lehká, švihová jízda, kterou nemůže zvládnout těžkopádné a neohybné tělo. Cvičení obratnosti, představované rušnými hrami, přízemní lehkou akrobatickou a gymnastikou, musí být proto hlavní náplní tréninkových hodin v prvních měsících přípravného období. Ve snížených dávkách i celého hlavního období.

Nedostatkem, na který je nutno poukázat, je malá znalost podmínek fyziologického rozvoje, které musí být plněny, má-li dojít k zvýšení tělesné zdatnosti závodníka. Projevuje se celkovou měkkostí cvičební hodiny, které chybí ruch, všestrannost a dostatečný stupeň namáhavosti, jak jsem se přesvědčil na několika cvičeních krajských závodníků v loňském roce na podzim. Základní chybou, které se dopouštějí trenéři a cvičitelé, je přehlížení nedokonalého provádění cviků, které tak naprosto ztrácejí svůj význam pro zvýšení trenovanosti. Na příklad předklon při pokrčení nohou v kolenu zapažení, při kterém nepocítíme taž v pletenci ramenním, nebo jakýkoli jiný cvik, ve kterém se nesnažíme překročit dosud dosahovanou hranici, ale provádíme jej tak, aby nás nic nebolelo, není žádným přínosem, protože

mu chybí kvalita. Takto prováděná cvičení nemohou ani při vysokém počtu hodin přinést očekávaný výsledek. Ne délka, ale především jakost dělá tréninkovou jednotku tréninkem.

Nebyl dosud doceněn význam theoretické a ideové politické přípravy, které je třeba zbavit formálnosti. Zvládnutí základní teorie fyziologie a metodiky tréninku urychlí podstatně náš výcvikový proces. Ideové politická příprava všestranně rozvíjí osobnost cvičenců. Rozšiřuje jejich znalosti o zákonitosti vývoje v přírodě i společnosti. Rozvíjí mravně volní stránku. Je to výchova citů, socialistického uvědomění, vůle a charakteru. Vede k uvědomělosti, která násobí síly člověka k překonávání překážek.

Nakonec shrnutě požadavky na lyžařské trenéry:

- a) Nezapomínejte na všestrannost. U mladěje musí být hlavní náplň cvičebních hodin, u dospělých je jí třeba stále rozšiřovat.
- b) Ve všestrannosti je pro nás zatím nejvyšší potřebou zvýšení obratnosti, t. j. pružnosti, lehkosti, postřehu, rychlosti reakce. Po té teprve rychlost, vytrvalost a síla.
- c) Dbejte na kvalitu cvičení. Určujte postupně vyšší úkoly. Sledujte a měřte výkonnost.
- d) Nezapomínejte na theoretickou a ideové politickou přípravu. Dovede vás rychleji k cíli.

B. TVRZNÍK

## PŘÍPRAVA NA OLYMPIÁDU V CORTINĚ

V italském městě Cortina d'Ampezzo se letos v únoru konaly důležité lyžařské závody, kterých se účastnili i sovětsí lyžaři. Cortina d'Ampezzo je vysokohorské lázeňské město ve východních Alpách. Zima je zde měkká, slunečná, sněhová pokrývka je hluboká. Malebné městečko je obklopeno načervenalými skalami, které se jako reliéf rýsují na modré, bezoblačné italské obloze. Tyto charakteristické skály jsou vyobrazeny na odznaku zimních olympijských her, které zde budou probíhat příštím rokem.

Letošní závody nejlepších lyžařů Evropy byly organizovány proto, aby závodníci, trenéři, organizátoři a rozhodčí mohli prohlédnout tratě. Ze začátku se předpokládalo provést závody jen na těch tratích, které přijdou v úvahu na olympiádě. Poněvadž však nebyli zastoupeni závodníci všech zemí, bylo zde nebezpečí, že účastníci olympijských her nebudou mít stejné podmínky. Proto byly tratě poněkud změněny a zlehčeny. Přesto však tyto zlehčené tratě byly dost technické, obsahovaly různé prudké sjezdy s obtížnými zákruty. Výškový rozdíl dosahoval 260 m.

Závodů se účastnili sportovci Rakouska, Itálie, Norska, Polska, SSSR, Finska, Francie a Švédska. Na pořadu byl běh mužů na 15 a 30 km, běh žen na 10 km, závody ve sjezdu (sovětsí lyžaři se neúčastnili) a závod ve skoku prostém.

Jako při loňském mistrovství světa ve švédském městě Falunu ukázali se nejlepšími na běžecké, sprinterské tratě finští lyžaři s tím rozdílem, že tehdy byl Hakulinen první a Vitanen druhý a při letošních závodech si tato místa vyměnili. Čas vítěze Vitanena byl 49,48 min. Na třetí místo se dostal mladý švédský běžec Jernberg, na čtvrtém skončil jeho

krajan Larsson, na pátém a šestém sovětsí běžci Baranov a Těrentěv. Vladimír Kuzin byl v tomto závodě 11. (proti mistrovství světa, kde byl 16.). Po jednodenní přestávce byl závod v běhu na 30 km. Zde od počátku až do konce měl nejlepší čas Jernberg. Mezičasy: 10 km 31,24 min., 20 km 1:07,12 min., 30 km 1:40,20 hod.

Při loňském běhu na 30 km při mistrovství světa měl taktéž prvních 10 km nejlepší čas Jernberg, ale po 20 km byl již

## Mezinárodní rozhodčí

Jako dodatek a opravu k naší zprávě v únorovém čísle Lyžařství na str. 53 uvádíme přesný seznam mezinárodních rozhodčích v lyžování pro rok 1955:

Bělonožník Miloslav, Důbalík Karel, Duffek Miloš, Holan Václav, Jarolímeček Karel, dr. Jelínek Jiří, Kunc Jan, ing. Němecek Zdeněk, Petr Karel, Procházkova Miloš, Mráz Jan, dr. ing. Šimčísko Josef, Müller Josef, Kocum Václav, Kroner Laco.

druhý a při posledních 10 km odpadl již až na 4. místo. Při letošním závodě na 30 km Kuzin po 10. km byl horší o 5 vteřin proti Jernbergovi a po 20 km již o 17 vteřin. Předhonit ho na posledních 10 km se zdálo být téměř nemožné. Kuzin však mohutným závěrem skončil závod ve stejném čase jako Jernberg. Je zajímavé, že na mistrovství světa byl Kuzin po 20 km třetí a v posledních 10 km se mu podařilo připravit o vítězství Hakulinen a Jernberg. Boj o 3. a 4. místo na 30 km trati v Cortině d'Ampezzo vybojovali mezi sebou Těrentěv s Finem Vitanelem. Po 10 km byl Těrentěv o 5 vteřin lepší, na 20 km již jen o 2 vteřiny a v závěrečných 10 km zvýšil svůj náskok z 20 km o 2 vteřiny, takže konečný výsledek byl: Těrentěv v čase 1:40,55 hod., 3. místo, Vitanel v čase 1:40,59 hod., 4. místo. Z dalších sovětských lyžařů se do nejlepších 10 dostali ještě Pavel Kolčín, 7. místo, čas 1:41,46 hod., a Baranov, 10. místo, čas 1:43,05 hod.

V závědě žen na 10 km vítězila mistryně světa Ljuba Kozyreovová. Na 5 km měla mezičas 17,59 min. a celou 10km trať proběhla za 36,57 min. Druhá byla Finka Hietamiesová v čase 37,16 min. (tato byla na mistrovství světa třetí). Na třetím místě skončila Švédka Sonja Edströmová v čase 37,28 min. (Na mistrovství světa obsadila 7. místo), čtvrtá Alevtina Kolčínová, 37,31 min. (na mistrovství světa pá-

tá). Po 5 km byla Kolčínová za Švédkou Edströmovou 10 vteřin a do konce závodu dokázala snížit tento rozdíl na pouhé 3 vteřiny. Do dalších 10 nejlepších se dostaly ještě tyto sovětské lyžařky: Rada Jerošínová, páté místo, čas 37,37 min., Anna Kaalesteová, sedmé místo, čas 37,57 min., Margita Maslenníková, osmé místo, čas 38,19 min.

Mnohem lépe než na loňském mistrovství světa si vedli sovětské skokani. Tehdy Kamenskij, který byl mezi sovětskými skokany nejlepší, skončil na 20. místě. Skvorcov byl 31. Nyní v Cortině byl Skvorcov sedmý. Prvním skokem skočil 73 m, a druhým skokem 76 cm. Vcelku je to jen o 1 m méně než vítěz těchto závodů Fin Hivarinen, skoky 74 m a 76 m. Stylově byl však Skvorcov horší, takže obdržel za tyto dva skoky pouze 205,5 bodů, zatím co vítěz dostal 218,5 bodu. Druhý sovětský skokan, Šamov, obdržel 208 bodů, a zaujal tak šesté místo. Jeho skoky byly dlouhé 74 a 77 m. Trusov skočil 72 a 74 m, ale měl lepší styl než Skvorcov, Šamov a finský závodník Heinonen, který byl na 5. místě, takže Trusov obsadil čtvrté místo s 210,5 bodu. Sovětské skokani v konečné fázi letu vzduchem se příliš brzo připravovali k dopadu. Při dopadu na zem byl jejich dopad příliš široký a nepružný. Vcelku je možno říci, že se technika skoků u sovětských lyžařů hodně zlepšila.

VI. ŠÍMŮNEK

## ZMĚNY V SOUTĚŽI LYŽAŘSKÝCH TRENÉRŮ

Již po tři roky probíhá mezi lyžařskými trenéry soutěž o nejlepší výsledky v trenérské činnosti. Soutěž měla přivést k větší aktivitě co nejvíce našich trenérů a tak zlepšit lyžařskou úroveň. Výsledky soutěže byly každým rokem hodnoceny a nejlepší trenéři byli na celostátních aktivech trenérů odměňováni. Když posuzujeme soutěž a její dosavadní výsledky, můžeme říci, že u řady trenérů vedla soutěž k zlepšení jejich trenérské práce i k správné organizaci jejich trenérské činnosti v místech jejich působnosti. Je však správná námitka, že hodnotit práci, jak ji kdo sám popíše, není ideální. I když při průzkumech i podle konkrétních výsledků, ku př. v závodech, se ukázalo, že trenéři, kteří se zúčastňovali soutěže, jsou většinou velmi dobře pracujícími trenéry, přece řada dobrých trenérů zůstala stranou, protože se nechťeli o své vlastní práci a jejich výsledcích rozepisovat. Tak v průběhu posledních let se zúčastnili soutěže většinou titíž osvědčení zkušení trenéři a málo přibývalo v soutěži trenérů nových. Proto při letošním hodnocení na aktivu trenérů v Klánovicích dospěla komise, která výsledky soutěže hodnotila, k tomuto závěru:

Soutěž v této formě nesplňuje zcela své poslání, proto, že

- a) nezúčastňuje se jí dostatečný počet trenérů a
- b) podkladem pro hodnocení jsou zprávy, které podávají trenéři sami a nemohou být ideálním měřítkem.

Dále se navrhuje, aby v příštím roce jednotlivé krajské trenérské rady hodnotily práci nejlepších trenérů a hodnocení zasly Ustřední trenérské radě sou-

časně se zprávou o své činnosti v závodním období. Při vyhodnocování výsledků jednotlivých trenérů bude přihlíženo i k výsledkům práce Krajské trenérské rady.

Vyzýváme proto všechny trenérské rady i všechny trenéry, aby ještě zlepšili svoji trenérskou činnost, která bude i v příštích letech každoročně hodnocena podle výše uvedených zásad. Ústřední trenérská rada bude i nadále nejlepší trenéry na základě tohoto nového posuzování odměňovat a do příštího roku přeje všem trenérům hodně úspěchů. Věříme, že v příštím hodnocení budou touto formou zúčastněni všichni naši lyžařští trenéři!

## ZPRÁVY Z KRAJŮ, OKRESŮ A JEDNOT

**LYŽAŘI SLOVANU HODNOTÍ SVOU PRÁCI.** Lyžařská sekce ÚV DSO Slovan provedla zhodnocení činnosti za uplynulé hlavní období 1954—1955. Sekce a komise pracovaly v uplynulém období dobře. Organisačně dobře plánovanou prací zajistila spolupráci s krajskými sekcemi KV DSO, ÚMK, STK a rozhodčími, což se obzvláště projevilo v uspořádání mezisektorových utkání, veřejných a jiných závodů, ať již byly pořádány kraji neb ústřední sekcí. Všechny tyto závody byly po stránce organisační a technické velmi dobře připraveny a zajištěny a měly hladký průběh. V krajích byly vyškoleny nové kádry cvičitelů, rozhodčích a instruktorů. Celkem bylo vyškoleno 126 nových činovníků pro práci úběbné metodickou a sportovně technickou. Sekce uspořádala kurs pro cvičitele na Petrovce za účasti zástupce ÚMK LS SVTVS. Kurs byl velmi dobře organisačně a technicky připraven a přinesl prospěch všem účastníkům, neboť přispěl ke zvýšení jejich technické vyspělosti. Vedení a organisace kursu bylo vzorné, přednášky a praktický výcvik byly na dobré odborné výši. Sekce nezapomínala ani na propagačně výchovnou práci a kromě instruktaží uspořádala Besedy se závodníky a činovníky za účasti státního trenéra M. Bělohožníka, mistra sportu, a Jarky Cardala, mistra sportu, s promítáním filmů ze zimní spartakiády za čestné účasti. Mezisektorové utkání v jízdě na lyžích s ÚV DSO Slavia na Pustevnách bylo ukázkou dokonalé organisační a technické připravenosti a zajištění úpravy všech tratí i můstku přes nepříznivé sněhové podmínky a malou účast činovníků. Závodníci Slovana a SHM byli v letošním roce velmi úspěšní. Získali na přeborech ČSR 6 přebornických titulů a více předních míst, vítězství ve velké mezinárodní ceně Slovenska na Chlebu, čestné úspěchy v závodech mezinárodních, výběrových a veřejných. SHM získali 2 přebornické tituly, několik předních míst a 8. místo v mezinárodním závodě v Harrachově. Sekce si obzvláště cení úspěchů dorostenek Benešové Evy, Stehlíkové Niny, Řeháka Milana, Moravce a jiných. Sekce uložila trenérské radě, aby se pečlivě starala o zajištění růstu těchto mladých závodníků, a poskytne jim veškerou podporu prostřednictvím krajů. Sekce děkuje všem činovníkům, závodníkům a spolupracovníkům z krajů za jejich úspěšnou činnost.

ST. KUBÍN

**ODMĚNA ZA VZORNOU PRÁCI.** Již delší dobu je hodnocena řídící sekce lyžařů v Československém kraji jako dobrý kolektiv, který ukazuje ostatním správnou cestu. Pracuje podle celoročního plánu práce, uplatňuje na všech úsecích nové metody práce a vychovala tak tělovýchovnému hnutí řadu obětavých pracovníků. Na těchto dobrých výsledcích má nemalý podíl předseda sekce soudruh Josef Bizek, člen TJ Dynamo RČB Č. Budějovice, kterého v minulých dnech vyhodnotil KVTVS v Č. Budějovicích jako vzorného dobrovolného pracovníka a oměnil jej čestnou medailí za zásluhy o rozvoj jihočeské tělovýchovy. Čestná medaile KVTVS byla letos udělena po prvé a ze 3 odměněných v kraji obdržel ji též lyžařský pracovník. Pro jihočeské lyžařství je to jistě pocta.

**NA KVĚTNOVÉM SNĚHU.** U nás v Československu nemáme tak dobré sněhové podmínky jako v některých jiných zemích, přesto se však dá říci, že je u nás zima půl roku. Někdy již v říjnu se ukáže na horách sníh a ještě koncem května se dá na některých místech lyžovat. Je však jen málo lyžařů, kteří dovedou prvního i posledního sněhu využít. Právě z jara, když není třeba tak intenzivně trenovat, mohou závodníci pilotovat svůj styl a techniku jízdy. Trenérská rada Hradeckého kraje uspořádala na květnovém sněhu — 8. května — na Luční boudě v Krkonoších veřejný závod v běhu štafet a ve slalomu. Bylo velmi potěšující, že se na startu sešlo asi 100 závodníků ve slalomu a 17 štafet. Na zmrzlém sněhu byl ráno odstartován závod štafet. Jely v kombinovaných

sestavách, takže došlo k zajímavým bojům. První úsek jel muž 8 km (2×4 km), druhý žena — 4 km a třetí opět muž 8 km. V prvních dvou kolech sváděly mezi sebou boj štafety hradecká (Zemánek, Lelková, Cardal) a brněnská (Junek, Fialová, Hlaváč), ve třetím kole rozhodl závod ve prospěch Hradce Cardal. Zajímavé byly i boje dorostu, kde zvíťazila rodina Honců — Jarka, Eva, Jirka. Kombinované štafety se osvědčily a myslím, že se podobný závod nejel naposledy. Slalom se jel na pěkném jarním firnu. Zvítězil zcela bezpečně Čermák, dobře jel také Scheib, v ženách Nedvídková. Výsledky štafet: 1. KVTVS Hradec (Zemánek, Lelková, Cardal) 1:21,54, 2. Brno I. (Junek, Fialová, Hlaváč) 1:25,18, 3. Liberec (Weißshäutlová, Kosina). Časy jednotlivců: muži: Cardal 30,12, Junek 32,33, Zemánek 32,47, Hlaváč 33,16, ženy: Patočková 18,45, Lelková 18,53, Weißshäutlová 19,00, Fialová 19,29. Dorost: 1. DSO Sokol (rodina Honců) 1:03,05, Meta Machov (Čech, Zápotecká, Dostál) 1:05,23. Výsledky ve slalomu: dorostenci: 1. Čerman 90,1 vt., 2. Hanuš 97,2, Slavíček 101,8, dorostenky: Slavíčková 116,2, ženy: 1. Nedvídková 104,4, 2. Vančurová 104,7, 3. Králová 118,0, muži: 1. Čermák 77,3 (40,3 a 37,0), 2. Scheib 80,7 (41,8 a 39,9), 3. Nejděl 83,3 (44,3 a 39,0).

B. ZEMÁNEK

## Zprávy z ciziny

Běžecská komise Mezinárodní lyžařské federace (FIS) navrhla členským lyžařským svazům, aby v budoucnu byly při běhu na lyžích měřeny časy s přesností na desetinu vteřiny. Mění se tím dosavadní ustanovení, podle kterého se měřily časy v běhu jen na celý vteřiny.

Podkladem pro to rozhodnutí byla skutečnost, že v uplynulém období skončily ve dvou významných závodech na 1. místě ve stejném čase vždy 2 lyžaři a museli být oba vyhlášeni vítězi. Bylo tomu tak při mezinárodních závodech v Moskvě, kde dosáhli Nor Martin Stokken a Švéd Sixten Jernberg v běhu na 30 km stejného času a při předolympijské zkoušce v Cortině d'Ampezzo, kde měl znovu v běhu na 30 km Sixten Jernberg stejný čas se sovětským závodníkem Vladimírem Kuzinem. V Cortině bylo zjištěno, že Jernberg byl o 23/100 vt. rych-

lejší než mistr světa Kuzin, ale podle existujících pravidel (měření času na celou vteřinu) museli být oba vyhlášeni vítězi tohoto závodu.

Mistrovství Norska v Opdalu: obří slalom: 1. A. Sjaastad 1:55,1 min., 2. S. Rokne 1:56,5 min., 3. B. Arentz 1:57,3 min., 4. T. Berge 2:00,5 min.; obří slalom ženy: 1. B. Niskin 1:52,2 min., 2. M. Hvammen 1:53,7 min., 3. I. Bjørnebakken 1:56,3 min.; slalom: 1. Rokne 2:42,8 min., 2. F. Larsen 2:44,6 min., 3. Arentz 2:45,3 min.; slalom ženy: 1. B. Niskin 2:29,8 min., 2. I. Bjørnebakken 2:33 min., 3. M. Hvammen 2:35,1 min. — sjezd: 1. Sjaastad 2:27,0 min., 2. Rokne 2:29,4 min., 3. Arentz 2:31,4 min. — sjezd ženy: 1. M. Hvammen 1:50 min., 2. B. Niskin 1:51 min., 3. B. Lien 1:52,5 min.

USA: Po mezinárodních mistrovstvích byly druhou velkou událostí závody v Sun Valley o Harrimanův pohár. — Výsledky: sjezd muži: 1. M. Strolz (Rak.) 2:32,2 min., 2. R. Miller (USA) 2:34,6 min., 3. A. Molterer (Rak.) 2:34,8 min., 4. O. Schneider (Rak.) 2:35,2 min., 5. M. Melville (USA) 2:36,6 min.; sjezd ženy: 1. M. Berthod (Švýc.) 2:12,2 min., 2. T. Hochleitner (Rak.) 2:13,2 min., 3. J. Bray (USA) 2:14,3 min., 4. S. Thiollière (Franc.) 2:15,4 min., 5. L. Wheeler (Kanada) 2:19,4 min.; slalom muži: 1. M. Julen (Švýc.) 93,8 vt., 2. A. Molterer (Rak.) 94,6 vt.; slalom ženy: 1. T. Hochleitner (Rak.) 96 vt., 2. M. Berthod (Švýc.) 96,4 vt.; alpská komb. muži: 1. A. Molterer, 2. R. Miller, 3. M. Strolz, 4. M. Melville; alpská komb. ženy: 1. M. Berthod, 2. T. Hochleitner, 3. J. Bray, 4. L. Wheeler.

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.

A-14015

Praha, červen 1955.

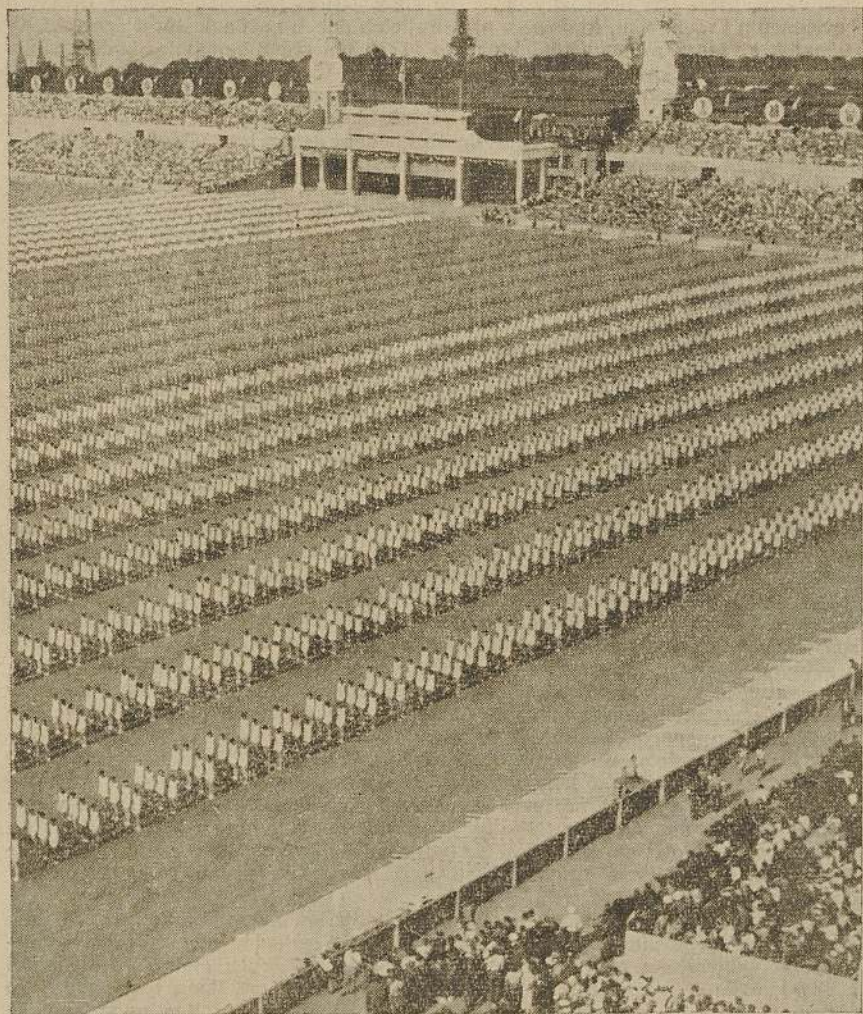


# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 7

PNS 208

ČERVENEC 1955



*Pohled na strahovský stadion při cvičení dorostu ROH*

# PROJEV PRESIDENTA REPUBLIKY ANTONÍNA ZÁPOTOCKÉHO

při zahájení hlavních dnů I. celostátní spartakiády

Vážení spoluobčané, soudružky a soudruzi, účastníci I. celostátní spartakiády! Zahajujeme dnes slavnostně naši největší celonárodní tělovýchovnou slavnost — naši I. celostátní spartakiádu. Dovoďte mně, abych při této příležitosti tlumočil vám všem, kteří jste účastníky dnešního slavnostního zahájení, hostům, divákům i cvičencům i všem těm, kteří se v následujících dnech naší celostátní spartakiády zúčastní, i všemu našemu lidu, který ve všech oblastech republiky bude průběh spartakiády nedočkavě sledovat, srdečný pozdrav Ústředního výboru naší Komunistické strany Československa i vlády Národní fronty.

Zahajujeme slavnostně I. celostátní spartakiádu, netajíme nikterak svoji radost nad velkými úspěchy, kterých jsme dosáhli během deseti let budování naší lidově demokratické republiky. Netajíme ani svůj vděk našemu velikému příteli a spojenci Sovětskému svazu a jeho vítězné armádě za to, že byli nezapomenutelnými strůjci našeho osvobození z potupného jha fašistické okupace.

Komunistická strana Československa zdůrazňovala vždy zásadu budovat náš stát tak, aby se neustále rozvíjela životní i kulturní úroveň všeho našeho lidu. Budovat jej tak, aby se již nikdy nevrátily doby starého, kapitalistického panství, nezaměstnanosti, krizi a bídy. Stále měla na paměti snažit se o to, aby náš lid šel neustále kupředu cestou budování šťastného a radostného života pro všechny.

Pod tímto programem sjednotila Komunistická strana Československa všechny pokrokové, poctivé smýšlející a vlastenecky citící občany našeho státu v Národní frontě. Národní fronta, toť pevný svazek dělníků, rolníků a pracujících inteligence. Toť bratrský svazek dvou rovnoprávných národů Čechů a Slováků.

Díky vybudované jednotě mohli jsme při letošních květnových oslavách desátého výročí osvobození naší vlasti radostně a hrdě konstatovat velké úspěchy, kterých jsme při budování našeho lidově demokratického státu dosáhli.

Nedílnou součástí naší úspěšné desetileté práce je i naše I. celostátní spartakiáda. Dnes i v následujících dnech naší spartakiády budou zde na Strahově mluvit masy. Masy dětí, školního, řemeslného dorostu, masy zaměstnanců z továren, úřadů, obchodů a polí, masy mládeže — mužů a žen — z měst i vesnic. Budou mluvit řečí jasnou a srozumitelnou. Budou hlásat celému světu, že stát, ve kterém se lid dovede sjednotit k tak velkému dílu, jako je naše I. celostátní spartakiáda, který dovede v proudu své socialistické výstavby, v proudu boje o zvýšení výroby v továrnách i na polích, v proudu soutěžení o zvýšení produktivity práce a zvětšení národního důchodu, v proudu boje o snižování výrobních nákladů i cen zmobilizovat statisíce nadšených cvičenců pod prapory sjednocené tělovýchovy a sportu a uspořádat taková vystoupení, jakých budeme svědky dnes i v následujících dnech zde na Strahově, že takový stát je skutečně lidově demokratickým státem a jeho lid opravdu svobodným lidem. Takový stát nemůže myslit na výboj a na loupeže, nemyslí na vykořisťování ani svých vlastních obyvatel, ani na vykořisťování a olupování jiných národů. Takový stát, jako je naše lidově demokratická Československá republika, myslí jen na uhájení míru, uhájení své samostatnosti a dosažení nejvyššího blahobytu i radosti pro všechny.

Rozhlédněte se kolem, přátelé. Po našem krásném stadiu, který trůní zde nad Prahou na strahovské pláni! Nebylo něco tak velkolepého, krásného a mohutného vybudováno nikdy u nás ani v období sokolských sletů, ani olympiád a spartakiád. Přes mohutné rozměry našeho krásného stadionu nepojmou jeho plochy všechny ty cvičence a cvičenky, kteří by cvičit chtěli a na cvičení se připravovali. Ani když v různých dnech budou vystupovat různí cvičenci, ne-

může být přání všech po vystoupení vyhověno. To je důkazem, jak široké masy lidu naše spartakiáda zmobilizovala.

To je také důkazem, že u nás masy lidu v českých zemích i na Slovensku stojí za Komunistickou stranou Československa, schvalují nastoupení cestu přeměny staré, kapitalistické společnosti v novou společnost. Sjednocený lid naší republiky stojí i za vládou Národní fronty, usilující o výstavbu socialismu v naší zemi. Náš lid se zařazuje jednotlité do světového tábora míru a stál by stejně jednotlité za svou vládou, kdyby bylo potřeba proti zločinným útokům nepřátel hájit svobodu našeho občanstva i samostatnost naší drahé vlasti.

V první zahajovací den naší spartakiády věřím, že tlumočím přání všeho našeho lidu, když volám naše staré socialistické i národní heslo zdůrazněné našim nezapomenutelným presidentem soudruhem Klementem Gottwaldem: »Kupředu, kupředu — zpátky ni krok!« Kupředu pod vedením naší Komunistické strany Československa a vlády Národní fronty! Kupředu, k dalšímu rozkvětu naší země!

Ať hrdě a vítězně vlají naše vlajky!

Kupředu, k novým vítězstvím na poli výrobním, uměleckém, duchovním i tělocvičném. Kupředu ve velkém táboru míru v čele s našim osvoboditelem — Sovětským svazem — za šťastnou budoucnost našeho lidu i naší drahé vlasti — Československé republiky!

## Uznání nejlepším pracovníkům

V rámci hlavních dnů I. celostátní spartakiády v Praze byli odměněni nejlepší dobrovolní pracovníci v jednotlivých sportech čestným spartakiádním odznakem. V lyžařství se této odměny dostalo pracovníkům, kteří se zasloužili o úspěšný průběh lyžařských podniků v rámci I. celostátní spartakiády. Čestný odznak obdrželi:



Členové sekce a pracovníci při uspořádání lyžařských soutěží I. celostátní spartakiády: Karel Smola, Dr. Jiří Jelínek, Miroslav Sležofer, Jan Mráz, Jiří Pilař, Jan Terežčák, Jiří Beranovský, Jožo Müller, Josef Sokol, Štefan Varga, Štefan Kovalčík, ing. Vlado Šimo, ing. Edo Hrom, Josef Stollar, Dr. Stanislav Pospíšil, Igor Benko, Bruk Karol, Ferro Mrazík a Marta Šimová.

Účastníci dálkového pochodu Ještěd—Tatry: Bohuslav Sýkora, Vladimír Procházka, Oldřich Kopal, Miroslav Nový, Karel Trousilík, Mirek Karásek, Josef

Janovský, Oldřich Valkoun, Jaroslav Materna a Dr. Čestmír Nápravník.

Pracovníci na úseku Sokolovského závodu branné zdatnosti: Jan Kunc, Jiří Čejka, pplk. František Navrátil, Václav Holan, Karel Frinta, plk. Břetislav Hrubý, Václav Sobotka, Oldřich Rejsek, kpt. Josef Kočí a Oldřich Věchet.

## Prípravné obdobie v lyžiarskom oddiele

V prípravnom období u každého druhu športu vrcholí intenzívna činnosť v snahe dosiahnuť čo najlepšiu pripravenosť-trénovanosť, ktorá by dávala predpoklady k dobrým výsledkom v hlavnom období. V lyžiarskom športe sa činnosť lyžiarskeho oddielu jednoty delí na dva smery; jedným sú pretekári všetkých disciplín, druhým je činnosť-príprava všetkých členov, ktorí prevádzajú lyžovanie turis-

ticky, rekreačne atď. U pretekárov je príprava presne plánovaná tréningovými plánmi, u ostatných má byť tiež pravidelná, plánovaná, ovšem menej intenzívna a ináč zameraná. Ako pomôcku pre prácu cvičiteľa uvádzam niekoľko námetov pre náplň cvičebných jednotiek a konspekt cvičebnej jednotky v prípravnom období.

Najlepšie a najvhodnejšie je využívať terén — prírodu — a menej telocvičnú. Prípravovať sa, cvičiť v lese, na horských lúčkach je vlastne znovu-privykanie na prostredie, v ktorom prevádzame lyžovanie v hlavnom období, a terén nám poskytuje veľa rozličných možností bez použitia náradia k cvičeniam akéhokoľvek druhu. Celkove náplň prípravného obdobia môže vyzeráť asi takto: koncom augusta, celý september a začiatok októbra je vhodné venovať jazdeniu na vode, ak sú na to podmienky. V rámci cvičebnej jednotky previesť zoznámenie sa s pádlovaním na prámici a kanoe, precvičiť rovnováhu premieňaním miest, naučiť sa jazdiť na háčku a na kormidle, prípadne zoznámiť sa so spôsobom závodného pádlovania v kľáku. Je správne totiž každé cvičenie prevádzať nielen informatívne, ale aj celkove zvládnuť techniku toho ktorého pohybového návyku (platí pre akékoľvek cvičenie, aj v telocvični). Vhodným zakončením alebo doplnením tejto formy prípravy na hlavné obdobie sú jeden-dva (v sobotu a nedeľu) výlety vodnej turistiky. V jeseni je obyčajne dobrý stav vody a výlet na prámici má okrem toho, že je to cvičenie sily a vytrvalosti, kladý v tom, že poznávame svoju vlasť a utužujeme kolektív členov oddielu. Obdobne možno prevádzať rovnako hodnotnú prípravu jazdením na bicykli — turistikou na bicykli. Prípravu na bicykli možno prevádzať ešte o mesiac dlhšie. Najlepšie je striedať obidve navrhované formy a doplniť kolektívnymi hrami — basketbalom, volejbalom a futbalom — na ihrisku a v telocvični. Neskoršie s blížiacou sa zimou (koniec októbra, november, december) začíname zaraďovať vychádzky do prírody, terénne pochody, behy a vôbec cvičebné jednotky v prírode so zameraním na získavanie vytrvalosti, obratnosti, sily — používame terénne predmety ako náradie. V tejto záverečnej fáze prípravného obdobia nezabúdame ani na bri-

gády na údržbe a úprave lyžiarskych zariadení!

Každý cvičiteľ pozná svoje podmienky pre činnosť oddielu a je možné podľa týchto podmienok (prírodné, materiálne, záujem členov) prispôbiť, napláňovať a hlavne prevádzať a vykazovať túto činnosť. Dobre pripravená beseda s lyžiarskym filmom pomáha povzbudzovať záujem členov o celoročnú činnosť v lyžiarskom oddiele.

#### KONSPEKT CVIČEBNEJ JEDNOTKY DO TERÉNU NA NOVEMBER

Cieľ jednotky — nácvičná, s prvkami cvičení vytrvalosti a obratnosti.

- I. časť úvodná — 5 min.;
- nástup, pozdrav, vysvetlenie cieľa hodiny, organizačné pripomienky.
- II. prípravná — 25 min.;
1. zahriatie, cestou do prírody mierny poklus striedaný chôdzou (presunutú z úvodnej časti);
2. rozcvičenie — na lúke alebo aj medzi stromami, mäkký podklad;
  - a) gymnastika PPOV — 4X;
  - b) 300—400 m voľného behu, ku koncu zrýchľovať, 2—3 krátke rovinčky — šprint;
  - c) v miernom pokluse rozcvičovanie a posilovanie dolných končatín výskokmi odrazom jednoňož s dosahovaním vetiev stromov, prechod do chôdze, vydychať.

III. hlavná — 60 min.;

1. obratnosť na zemi — na lesnej lúke — kotúle napred, nazad za sebou, kotúľ cez chrbty cvičencov odrazom znožmo 2—3X, kotúľ plavmorýbička (nácvik) odraz, let, správne dohmatnutie na zem a stlmenie, postupne preskakovať ponad cvičencov dvoch, troch, príprava na nácvik salta — prekot napred zavesením pod paže dvom cvičencom 2—3X, nácvik sklopky na zemi — všetci cvičia naraz.
2. a) Beh z kopca a do kopca — na lesnej cestičke alebo lúke. Z kopca voľne vypustiť predkolenie, záklon, do kopca predkloniť trup,

- stehno — koleno dvíhat vyšší, vybehúvať krátke kopečky 20 až 30 m o pretek, 2—3X.
- b) **Preskakovanie prekážky** — strom, jama. Odrazom jednoňož, preskok jamy, dopad do telemarského postoja v podrepe, 4—5X.
- c) **Švihy-kristiánie** na suchu. Výskoky z podrepu odrazom znožmo, chodidlá pri sebe, doskokom meníme smer asi o 60°, po precvičení slalom pomedzi nalámanými vetvičkami, po docvičení uvoľnit a vyklepať končatiny.
- d) **Prebehý po kmeni stromu** opretek pre družstvá alebo jednotlivcov. V prípade družstiev možno prevádzať s družstvami vedľa

seba alebo na jednom ležiacom kmeni na čas;  
 e) V chôdzi vydýchať, vyhlásenie víťaza prebehov.

IV. záverečná — 25—30 min.:  
 zhodnotenie, odchod pomalou chôdzou, nástup, pozdrav v šatniach alebo na ihrisku, sprchovanie-umývanie.

**Metodická poznámka:** úbor tepláky, obuv tenisky alebo inú polovicňú obuv, pretože cvičením a behaním v lesnom teréne spevňujeme zhyb členka, čo je veľmi dôležité pre lyžiara. Intenzitu cvičenia je potrebné zameriavať podľa toho, či ste cvičili pravidelne a kto tvorí kolektív cvičencov. Konspekt hodiny možno časove prispôbiť podľa podmienok. MICHAL ŽUREK

## MEZINÁRODNÍ ZÁVODY V ZERMATTU

Usnesením predsedníctva SVTVS bylo uloženo ústřední lyžařské sekci zlepšit výkonnost závodníků ve všech disciplínách tak, aby se reprezentanti na olympijských hrách 1956 probodovali mezi 10 nejlepších závodníků. Mezinárodní závody v této zimě byly prověrkou postupu vpřed. Závodníci sjezdových disciplín měli dva závody: Velkou cenu Slovenska a Zermatt.

Zájezd nejlepších sjezdařů a sjezdařek do švýcarského zimního střediska na úpatí Matterhornu do Zermattu se uskutečnil ve dnech 13.—21. března. Zúčastnili se závodníci: mistr sportu V. Krajňák a dále J. Bogdalek, M. Šoltys, A. Fučík, K. Henrich, E. Čermák a ženy E. Malá, B. Frösslová, K. Merendová, trenéři: Parma a D. Charvát.

Tyto mezinárodní závody se konaly za účasti závodníků z Francie, Itálie, západ. Německa, Rakouska, Anglie, Austrálie, Švýcarska a ČSR. Mezinárodní konkurence byla velmi dobrá. Tak na příklad OBERAIGNER E. se umístil na mistrovství světa 1954 na III. místě, SIMOND André na IV. místě a FORRER H. na V. místě ve sjezdu. B. Obermüller se umístil na mistrovství světa 1954 ve slalomu na II. místě. L. Jaretz a E. Lanigová jsou počítány mezi 5 nejúspěšnějších lyžařek na světě v zimě 1954—1955.

Několik poznámek k tomuto zájezdu, neboť o technických detailech a zkušenostech jistě napíší v dalších číslech



Ernst Hinterseer (Rakousko), vítěz závodů v Zermattu.

zúčastnění trenéři a závodníci jako K. Hennrich, B. Frösslová, E. Malá, jak nám slíbili. Naše účast na závodech v Zermattu byla významná po všech stránkách. Prostí lidé přijímali naši účast velmi dobře, všude jsme byli vítáni a museli jsme zodpovídat množství dotazů o životě v naší vlasti. Poznali jsme totiž v praxi t. zv. »neutralitu« Švýcarska. Oficiální rozhlas a tisk jsou plně pod vlivem reakčního západního světa. O zemích lidové demokracie nejsou občané Švýcarska prakticky informováni nebo jsou informováni skresleně. Proto se naše výprava těšila velké pozornosti, neboť mnoho lidí mělo zájem dovědět se pravdu o Československu. O tom, jak jsou všeobecně málo informováni, svědčí otázky, které jsme dostali. Na příklad: »Máte u vás také lanovky?«, »Vyrábí se u vás sjezdové závodní lyže?«.

Naše účast byla velkým překvapením pro zahraniční novináře, kteří nejprve o naši výpravu nejevili velký zájem, ale po prvních závodech a zvláště po vítězství E. Malé v komentářích, po závodech, byli naši závodníci a zvláště závodnice posuzováni jako technicky velmi vyspělí.

Místní lyžařský klub vedený panem Binerem se velmi dobře o nás staral po stránce sportovně technické. Na večírku na rozloučenou ve svém projevu pan Biner zdůraznil, že v Zermattu byli zvláště potěšeni účastí československých závodníků, kteří ukázali velmi dobré výkony v tak silné mezinárodní konkurenci.

Hodnotíme-li tento zájezd, můžeme být spokojeni s výkony žen, zvláště E. Malé ve slalomu. Muži v silné mezinárodní konkurenci podali pouze dobrý výkon. Zájezd přinesl četné zkušenosti a ukázal, že ve slalomu máme nejbližší ke světové špičce. Odryl také některé nedostatky v taktice závodníků, která na příklad způsobila, že ve slalomu někteří dostali zbytečně přírážky, nebo byli diskvalifikováni. Ukázalo se, že pro slalom máme vcelku již dobré lyže, ale pro sjezd potřebujeme lyže ještě rychlejší. Ke kladným stránkám našich reprezentantů patří také jejich dobrá fyzická příprave-



Švýcarské zimní středisko Zermattu s majestátným Matterhornem (4505 m) v pozadí.

nost. V závodech projevili také v dostatečné míře bojovnost. Zájezd svůj úkol splnil a naši reprezentanti mohou docílit na OH v Cortině uložené úkoly.

#### SJEZD BLAUHERD

Muži: délka 3500 m — výškový rozdíl 1000 metrů.

1. Hinterseer (Rakousko)	3:28,2
2. Oberraigler (Rakousko)	3:31,2
3. Ferrer (Švýcarsko)	3:33,0
18. Šoltys (ČSR)	3:49,8
19. Hennrich (ČSR)	3:51,8
21. Krajňák (ČSR)	3:54,7
22. Čermák (ČSR)	3:58,2
23. Fučík (ČSR)	3:58,4

Ženy: délka 2700 m — výškový rozdíl 700 metrů.

1. Jaretz L. (Rakousko)	3:25,2
2. Bonlieu E. (Francie)	3:28,1
3. Reichenbach (Švýcarsko)	3:41,0
5. Merendová (ČSR)	3:45,5
6. Frösslová (ČSR)	3:48,4
9. Malá E. (ČSR)	3:56,5

Slalom — muži:		I.	II.	celkem
1. Hinterseer (Rakousko)		45,4	45,7	91,1
2. Grosjean (Švýcarsko)		47,4	47,4	94,8
3. Pasquier (Francie)		49,0	48,2	97,2
6. Čermák E. (ČSR)		49,6	50,6	100,2
10. Fučík (ČSR)		54,3	52,0	106,3
16. Kraijnák V. (ČSR)		51,3	61,3	112,6
25. Hennrich K. (ČSR)		63,4 +10	58,1	121,5
Ženy:		I.	II.	celkem
1. Malá Eva (ČSR)		55,7	55,0	110,7
2. Reichenbach (Švýcarsko)		57,3	57,5	114,8
3. Jeretz L. (Rakousko)		56,4 +5	55,8	112,2
10. Merendová (ČSR)		106,5	69,3	175,8
Kombinace:		sjezd	slalom	celkově
1. Hinterseer (Rakousko)		—	—	—
2. Forrer (Švýcarsko)		2,20	5,74	7,94
3. Reudi (Švýcarsko)		3,34	5,61	8,95
10. Čermák E. (ČSR)		13,62	5,94	19,56
15. Fučík A. (ČSR)		13,80	9,91	23,71
17. Kraijnák V. (ČSR)		12,11	14,02	26,13
20. Hennrich K. (ČSR)		10,78	26,35	37,13
Ženy:		sjezd	slalom	celkově
1. Jeretz L. (Rakousko)		—	3,48	3,48
2. Reichenbach R. (Švýcarsko)		7,23	2,19	9,42
3. Malá E. (ČSR)		14,31	—	14,31
10. Merendová (ČSR)		9,28	34,87	44,15

#### SJEZD GERNERGART

Muži délka 6500 m — výškový rozdíl 1500 metrů:	19. Bogdálek (ČSR)	8:03,6
	20. Fučík (ČSR)	8:10,6
Ženy: délka trati 4500 m — výškový rozdíl 1100 metrů.		
1. Hinterseer (Rakousko)	6:56,1	
2. Pasquier (Francie)	6:59,0	
3. Oberraigner (Rakousko)	7:00,2	
15. Kraijnák (ČSR)	7:52,4	
16. Hennrich K. (ČSR)	7:56,5	
17. Čermák E. (ČSR)	7:57,3	
18. Šoltys (ČSR)	8:02,8	
	1. Jeretz (Rakousko)	6:02,0
	2. Forrer E. (Švýcarsko)	6:20,2
	3. Lánig (západní Německo)	6:22,3
	6. Merendová (ČSR)	6:54,1
	7. Malá (ČSR)	6:55,5

V. PÁČL

## Běh s odpichem soupaž dvoudobý

V. PÁČL

Sluníčko konečně páli jak se patří na červenec. Jsme na začátku přípravného období, kdy každý, kdo chce docílit dobrých výsledků, se již nyní pilně připravuje na zimní soutěže. Zvláště se to týká těch, kteří jsou v olympijském družstvu, neboť od nich čekáme za necelý půl rok ty nejlepší výsledky v Cortině. Přestože je léto, uveřejňujeme pokračování kinogramů z běžecké techniky tak, aby si je každý mohl dobře prostudovat, v duchu

si zopakovat techniku běhu s odpichem soupaž a uvědomit si některé nedostatky. V dnešním čísle navazujeme na kinogram zaslužilého mistra sportu V. Kuzina, na kterém je znázorněn přechod ze střídavého běhu dlouhodobého do běhu s odpichem soupaž. Běh s odpichem soupaž je velmi důležitý způsob jízdy a je bohužel nesprávně opomíjen. Jeden z důvodů nedostatečného používání je ten, že tento způsob, je-li správně používán, vyžaduje

silné paže a dobře trenované svalstvo zad a mnozí závodníci nejsou v tomto smyslu dobře připraveni. Tyto nedostatky můžeme právě v této době odstraňovat tím, že zařadíme dostatek cviků na posílení pletence ramenního a svalstva trupu (brigáda v lese, cvičení s plnými míči, některá cvičení na nářadí, speciální cviky s péry a pod.).

Druhým důvodem malého používání je to, že jsme si zvykli příliš na šablonovitě používání střídavého běhu dvoudobého. Musíme více střídát způsob jízdy podle terénu a využívat běhu s odpichem soupaž k urychlení jízdy. Změna charakteru práce slouží částečně jako aktivní oddech v závodě. Podle zkušeností a podle měření, která prováděli sovětské pracovníci na mezinárodních závodech ve Sverdlovsku v roce 1954, na mistrovství světa ve Švédsku 1954 a dalších závodech, je běh s odpichem soupaž (je-li správně používán ve správném terénu a příslušných podmínkách skluzu) rychlejší o 6—90% než běh střídavý dvoudobý.

Na kinogramech je zachycen (A 1 až 9) J. Prokeš a (B 1—5) F. Těrentěv. Obecný popis tohoto způsobu je známý, proto se omezují jen na některé důležité fáze a poznámky.

Kinogram A obr. 1.—2. ukazují správný mezikrok při běhu s odpichem soupaž (správný základní postoj, přenesení váhy těla na vedoucí lyži pravou, uvolnění, přenašení holi vpřed).

Obr. 3.—5. kinogramu A, obr. 1.—3. kinogramu B ukazují přeпад (nalehnutí na hole) a zapíchnutí hole.

Na kinogramu A závodník nesprávně strká hlavu mezi ramena a odraz pravou nohou nebyl zcela dokončen. Dokonalé provedení této fáze je na kinogramu B. Je třeba se zmínit v této souvislosti o poloze hlavy. Hlava při každém pohybu je jakési kormidlo. J. Prokeš nejedí vždy s takto skloněnou hlavou, ale tak jako u některých našich závodníků také u něho vidíme nesprávnou polohu hlavy.





Zátah holemi, A obraz 5—8, B obraz 2—5, musí být proveden energicky a rychle s využitím váhy těla. Poslední část zátahu, A obraz 7—8, B obraz 5 a dále, musí být zvláště důrazná. Kinogram A ukazuje velmi hluboký předklon, který by závodníka zbytečně vyčerpával. Takový postoj není hospodárny.

Je samozřejmé, že hloubka předklonu je individuální u závodníků a odpovídá trénovanosti závodníka a kvalitě skluzu. Typické provedení je na kinogramu B obraz 5. Zakončení odpichu soupaž je dobře provedeno na kinogramu A obraz 9.



A kinogram  
(K. Novák — Vl. Pácl)

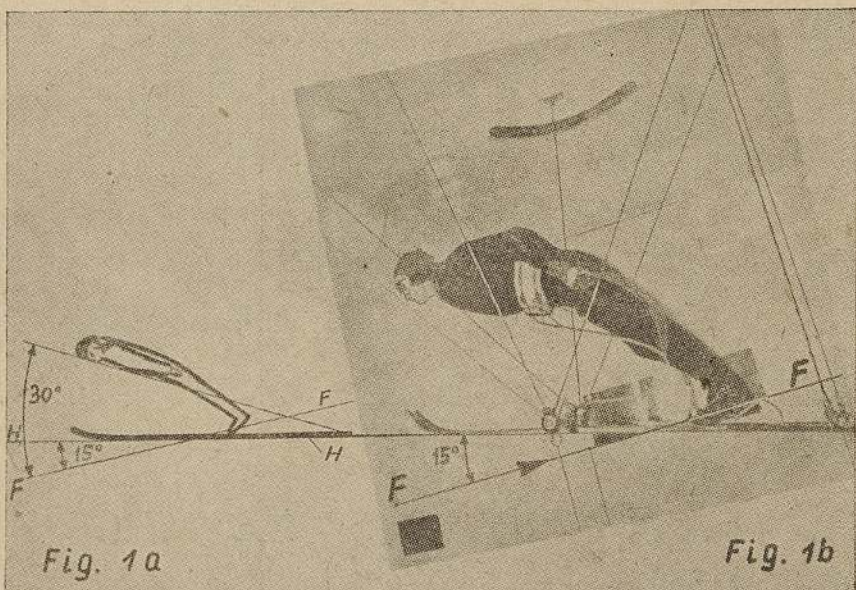
# Technika skoku na lyžích podložena vědeckými výzkumy a přesným měřením

Jedním z hlavních bodů zasedání skokanské komise FIS v rámci XX. kongresu byla přednáška Dr. ing. R. Straumanna o aerodynamice a jejím vlivu na vývoj stylu i stavby můstků. Přednáška byla vhodně doplněna praktickými zkouškami v zkušebním aerodynamickém tunelu letecké továrny v Emmen.

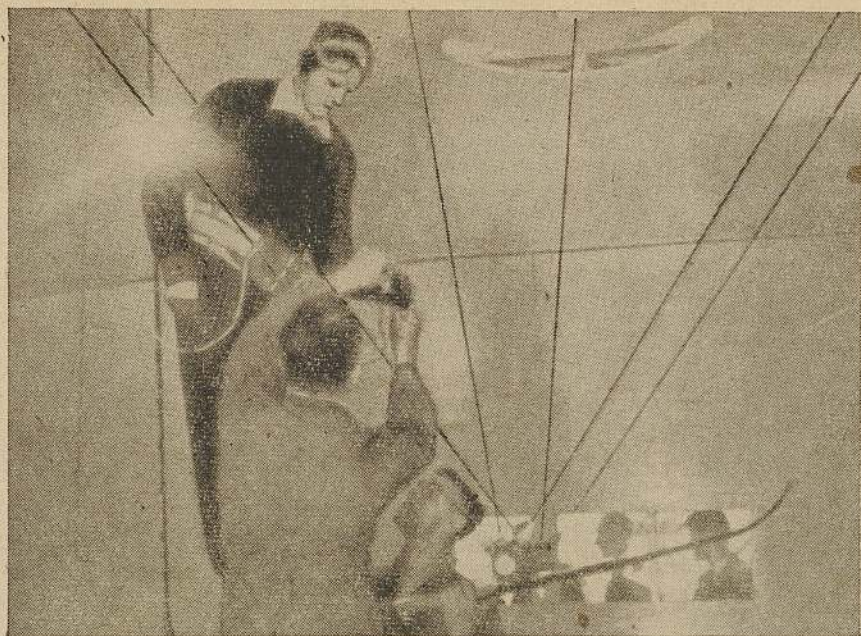
V nynější době si už ani neuvědomujeme, jak pracně se vyvíjely stavby lyžařských můstků a s nimi ruku v ruce i technika skoku. Bude proto jistě velmi zajímavé některé skutečnosti si zopakovat a vzít si z nich ponaučení. Starší skokani, z nichž mnozí jsou nyní rozhodčími, mohou potvrdit, že můstky, na jakých oni skákali, se jen velmi málo podobaly nynějším. Tehdy byly můstky stavěny jen zcela nahodile, bez jakýchkoliv propočtů. Skoky na těchto můstcích byly ovšem mnohem těžší a nebezpečnější.

Již v roce 1926 provedl Dr. Straumann první měření ve zkušebním tunelu v Göttingen na modelu skokana a své poznatky uveřejnil v ročenice švýcarského lyžařského svazu ročník 1927. Výsledky jeho měření umožnily výpočet křivky letu, která byla pak základem pro můstkové normy, jak je nyní nacházíme v mezinárodních pravidlech. Pro nás je potěšitelné, že od samého začátku tvoření těchto norem spolupracoval jako člen skokanské komise FIS zasloužilý mistr sportu arch. Karel Jarolímek.

Při zkouškách s modelem již v roce 1926 Dr. Straumann došel k závěru, že trup s křivkou letu má svírat úhel 23—30 stupňů, v kyčlích má být tělo lehce zlomeno a že poloha paží vzadu při těle je nejlepší. Takováto ideální poloha modelu skýtala nejmenší a tím také nejpříznivější kluzný úhel 39 stupňů. (Obr. 1.) V té době však technika skoku byla značně pozadu. Nejlepší skokani svým držetím těla a lyží ve vzduchu nedosahovali lepších výsledků než asi 50 stupňů úhlu klouzavosti. (Tento úhel je tím menší,



1.a) Nejpříznivější poloha modelu skokana při zkouškách v roce 1926. — 1.b) A. Däscher v zkušebním aerodynamickém tunelu v roce 1954. Rychlost vháněného vzduchu 25 m/vt.



2. Příprava skokana před ovíváním.

čím větší je předklon skokana). Proto také pro stanovení můstkových norem byl vzat za základ kluzný úhel 50 stupňů. K stanovení normy pro délku nájezdu byly použity hodnoty naměřené na letním kilometru ve Sv. Mořici (odpor vzduchu, tření sněhu). Na různých můstcích byly pak měřeny nájezdové rychlosti a propočítávány křivky letu. Tyto propočty prováděl prof. Dr König. Tím byly stále kontrolovány a v detailech i opravovány či doplňovány můstkové normy.

Jelikož nyní nejlepší skokani dosahují kluzný úhel kolem 40 stupňů, znamená to, že se přiblížili ideálnímu skoku, a současně to znamená, že můstkové normy bude nutno poopravit. Jedná se však jen o malé změny, které již byly do jisté míry provedeny stanovením malých rozpětí nájezdu.

I když byly dosaženy dobré výsledky na můstcích stavěných podle norem FIS, přece jen byly domněnky, že naměřené hodnoty při použití modelu neodpovídají skutečnosti. Z toho důvodu přistoupil Dr Straumann v r. 1954 k měření ve zkušebním tunelu v Emmen s živými skokany. K dispozici mu byli švýcarští skokani A. Däscher a B. Spytten. Toto měření v hrubých rysech potvrdilo dřívější měření s použitím modelu.

## 1. POROVNÁNÍ

1926 — nejmenší kluzný úhel 39 stupňů.

1954 — nejmenší kluzný úhel 39,4 stupně.

1926 — nejpříznivější úhel trupu s křivkou letu 23—30 stupňů, nejvyš 40 stupňů.

1954 — nejpříznivější úhel trupu s křivkou letu 30 stupňů, dobrý od 25 do 35 stupňů.

## 2. DŮLEŽITÉ VÝSLEDKY MĚŘENÍ V ROCE 1954

a) Držení těla: Jako nejpříznivější se ukázalo mírné zlomení v kyčlích, trup proti křivce letu v úhlu 30 stupňů, nohy ve křivce letu co nejmenší úhel, maximálně však 50 stupňů, záda rovná nebo s mírným obloukem (bez nahrbení a bez prohýbání

v kříží), držení paží vzadu při těle. Držení paží v předu v prodloužení trupu, těsně u hlavy a ruce u sebe působící jako kormidlo dávají stejně dobré výsledky. Při rychlostech přes 24 m/vt. (skok 80 m) je podle Straumanna držení paží vpředu nestabilní a vede k neklidnému letu s kroužením paží. Jakýkoliv pohyb paží při letu zvětšuje odpor vzduchu a je proto nutno takovým pohybům se vyhnout. Při držení paží vzadu i při největších rychlostech, které odpovídají délce skoku 200 m, zůstává poloha těla úplně stabilní a klidná. Proto držení paží vzadu se shora popsaným držením těla se zdá být nejpříznivější.

- b) **V e d e n í l y ž í:** Lyže s křivkou letu mohou svírat úhel mezi 10 stupňů a 30 stupňů, aniž by to mělo vliv na klouzavost. V praxi se tento úhel rychle zvětšuje od 0 stupňů na 20 až 30 stupňů a během letu se u dobrých skokanů udržuje na 30 stupňů až k dopadu. Vedení lyží u sebe je lepší než široké (otevřené) vedení lyží. Poněkud širší stopa ve vzduchu je stabilnější, ale aerodynamicky horší.

### 3. MOJE VLASTNÍ ZKUŠENOSTI

Jako delegát a člen skokanské komise FIS měl jsem možnost dne 31. května t. r. sledovat pokusy v Emmen. Členům komise je známo, že ještě průměrně skáči, a proto uvítali, když jsem se na výzvu Dr. Straumanna přihlásil jako druhý skokan. Prvním byl A. Däscher. Mohl jsem tedy po několik minut využívat pocitu letu vzduchem, který při skutečném skoku trvá tak krátce — jen několik vteřin (3—5). Nejdříve se zmíním o zařízení a upevnění lyží v tunelu. Lyže jsou připevněny ve 2 bodech, a to asi uprostřed přední a zadní části. Tyto body se před zahájením pokusu dají přemístit a tím nařídít žádaný úhel lyží ke směru vháněného vzduchu. (Při zkouškách 31. V. bylo použito 25 až 30 stupňů). Lyže jsou asi 3 m nad zemí a skokan do nich vystoupí po žebříku, normálně zapne vázání, zapne ochranný pás (podobný, jakého používají čističi oken), navlékne rukavice, na nichž jsou přípevněna tlačítka, jejichž zmáčknutím se rozsvítí u měřicího aparátu zelená nebo červená žárovka. Těmito signály se dorozumívá skokan



3. Poloha skokana, při rychlosti vháněného vzduchu, která by odpovídala skoku 200 m. Při zkouškách v Emmen roku 1955. (Úhel lyží 30°.)

s inženýry, kteří pozorují měřicí zařízení (obr. 2.). Provádí se to takto: Jakkmile vhnáný vzduch dosáhne žádané rychlosti, zmáčkne inženýr tlačítko a před skokanem na zemi se rozsvítí červená žárovka. Tím skokan dostal znamení, že má zaujmout správnou polohu těla. Jakkmile je skokan v rovnováze v maximálním předklonu a má pocit nejlepší nosnosti, zmáčkne tlačítko v levé ruce, čímž rozsvítí zelenou žárovku na měřicím přístroji. V tom okamžiku se čtou jednotlivé hodnoty, které přístroj zaznamenává. Tlačítko v pravé ruce skokana je jen pro případ nebezpečí. Jeho zmáknutím se rozsvítí červená žárovka na měřicím přístroji a vyjádří tím žádost o zastavení vhnání vzduchu.

Rychlost vhnávaného vzduchu se postupně zvyšuje. Byly prováděny zkoušky při rychlosti 20 m/vt. — odpovídá skokům kolem 50 m 25 m/vt. — odpovídá skokům 80 m, 30/vt. pro skoky kolem 120 m a v rychlosti odpovídající skokům 200 m. Měl jsem pocit opravdového letu. Zkoušel jsem maximální předklon s polohou paží vzhůru a vpředu, jakož i pohyb při odrazu. Až do rychlosti 25 m/vt. lze provádět téměř se stejným výsledkem předklon s pažemi vzhůru a vpředu (úplně přitisknuty k hlavě). Při pokrčených pažích nebo pažích držných daleko od těla je cítit zvýšený odpor. Měřicí aparátů to také dokazuje. Při větších rychlostech je nejstabilnější držení paží vzhůru při těle. Seběmenší vychýlení paže je cítit. Poloha paží vpředu je podstatně méně stabilní. Pohyb paží ze zadu dopředu se dá provést jen s naprostou přesností. Seběmenší nepřesnost způsobuje neklid. Při maximálních rychlostech se vůbec nepodaří přenést paže z polohy vzhůru dopředu.

#### NEVÝHODY NYNĚJŠÍHO ZAŘÍZENÍ

Lyže jsou pevně zavěšeny a na lyžích je vázání s velkým spodním tahem. Z toho důvodu je možno zaujmout větší předklon než by bylo možno ve skutečnosti. (Zavěšení do per). Pro zkoumání techniky skoku dalo by se objasnit ještě mnoho závažných problémů a zařízení celkem lehkou zdokonalit.

#### 4. MOŽNOST OBJEKTIVNÍHO HODNOCENÍ SKOKU PŘESNÝM MĚŘENÍM

Z protokolů o měření v aerodynamickém tunelu z r. 1954 jasně vysvítá, že i seběmenší chybička v držení těla, v poloze paží neb vedení lyží podstatně zvětšuje kluzný úhel a tím má nepříznivý vliv na délku skoku. Tyto chyby podle dosavadního způsobu hodnocení skoku sledují rozhodčí a vyjadřují je bodovou srážkou. Jelikož každá chyba má nepříznivý vliv na délku skoku, je možné vyjádřit hodnocení podle Dr Straumannem navrhovaného vzorce  $N = t \times L$ , při čemž „t“ = doba, kterou skokan potřeboval k projetí stanovené vzdálenosti před hranou můstku (obvyčejně 40m), a „L“ = délka skoku. Výsledek „N“ = konečná známka za délku i styl. „t“ i „L“ jsou přesné měřitelné hodnoty, a proto tento způsob hodnocení lze nazvat objektivním. Projetá vzdálenost 40 m se měří s přesností na setinu vteřiny aparátem, který ve své továrně vyrábí Dr Straumann. Je to jednoduché zařízení, které protknutím paprsku prvé fotobuňky spustí stopky a druhá fotobuňka, která je umístěna na hraně můstku, stopky zastaví. Tímto způsobem získá nejlepší ocenění ten skokan, který při stejné nájezdové rychlosti dosáhne nejdelšího skoku. Aby toho dosáhl, musí se přesněji odrazit a lépe letět než ostatní, kteří při stejné nájezdové rychlosti skočili méně. Tento způsob hodnocení má jedinou nevýhodu, a to, že neregistruje chyby při doskoku a po něm. Naproti tomu velmi dobře zachycuje chyby při odrazu a letu vzduchem. Spojením obou dvou způsobů hodnocení tím, že se sečtou body za skok podle pravidel a podle objektivní metody a výsledek se dělí dvěma, přináší další zlepšení a zpřesnění hodnocení. Skokanská komise na svém letošním zasedání v Montreaux přijala usnesení, že Straumannova metoda hodnocení skoku se může používat na všech závodech kromě mistrovství světa a olympijských her, a to buď samostatně, nebo kombinované s dosavadním hodnocením. Straumannovo zařízení pro objektivní hodnocení skoku by ovšem mohlo sloužit jako výborná tréninová pomůcka.

M. BĚLONOŽNÍK, člen skokanské komise FIS.

## Byla přírážka nebo nebyla?

Strážcům branek připadá při závodech ve slalomu důležitá úloha. V poslední době se jejich funkce stává

stále obtížnější vzhledem k zostření posouzení správného projetí podle mezinárodního závodního řádu a hlavně

proto, že slalomové tratě jsou stále rychlejší a obtížnější. A při dnešní vyrovnanosti závodníků, kdy o vítězi rozhoduje desetina vteřiny, znamená nesprávně přirčená přírážka ztracený závod. Musíme však bohužel konstatovat, že na většině závodů u nás i za hranicemi bylo mnoho strážců branek, kteří na tuto funkci nebyli dostatečně připraveni a nemohli rozhodovat tak, jak je při důležitých závodech zapotřebí. Touto otázkou se zabývala letos v květnu na kongresu FIS sjezdová komise FIS. Po zhodnocení zkušeností za uplynulé dva roky zpracovala pod vedením jejího předsedy Itala Menardiho tyto pokyny (jako doplněk k mezinárodnímu závodnímu řádu), pro ředitele závodu a strážce branek:

1. Trať slalomu musí být ohraničena tak, aby se diváci nemohli přiblížit více než na 5 metrů. Doporučuje se ohradit provazem, vytyčit větvíčkami a pod.

2. Strážce branek musí stát tak, aby ho závodník mohl i v rychlé jízdě rozeznat od diváků.

3. Všichni strážci branek mají být vybaveni nářadím na úpravu terénu v jim svěřených brankách. Po každém závodníkovi mají upravovat trať.

4. U těžkých figur anebo na místech, která vyžadují zvláště pečlivou úpravu, má být strážce branek přidělen pomocník.

5. Den před závodem musí být provedeno školení strážců branek.

6. Strážce branek musí bezpodmienečně znát všechna ustanovení závodního řádu pro slalom.

7. Strážce branek musí být vždy klidný, pozorný a obezřelý; jeho rozhodnutí jasná a nestranná.

8. Při průjezdu závodníka brankami, které kontroluje, se musí plně soustředit, aby mohl přesně určit, jak závodník brankou projel. Musí pozorovat především nohy a lyže závodníka.

9. Závodníka má potrestat přírážkou jen tehdy, když se stoprocentně přesvědčil, že branku správně neprojel. V případě protestu musí jasně vysvětlit,

lit, jak k chybě došlo. Jestliže má pochybnosti, musí provést přesný rozbor (ohledání stop lyží, odření tyčí a pod.), i za cenu krátkého přerušení závodu. Mínění publika nesmí ovlivnit jeho rozhodnutí.

10. Během závodu nesmí nikomu podávat informace o přírážkách a diskvalifikaci.

Nakonec upozorňuji na ustanovení závodního řádu, podle něhož smí dát závodníkovi pouze povel »vперед« nebo »zpátky«, a to jen v případě, že se ho závodník zeptá.

Zároveň bylo na zasedání sjezdové komise zpřesněno v závodním řádu posuzování chybného projetí branky takto: »závodník obdrží přírážku, protne-li spojnicí brankových tyčí pouze jednou nohou a přední částí stejné lyže.« — »Závodník je diskvalifikován, neprotne-li spojnicí brankových tyčí nejméně jednou nohou a přední částí stejné lyže.«

Věřím, že organizátoři závodů věnují na základě těchto doplňků a připomínek větší pozornost výběru strážců branek v příštím závodním období. Tak pomohou závodníkům i trenérům zvyšovat úroveň slalomových závodů po všech stránkách.

JAROSLAV BOGDÁLEK

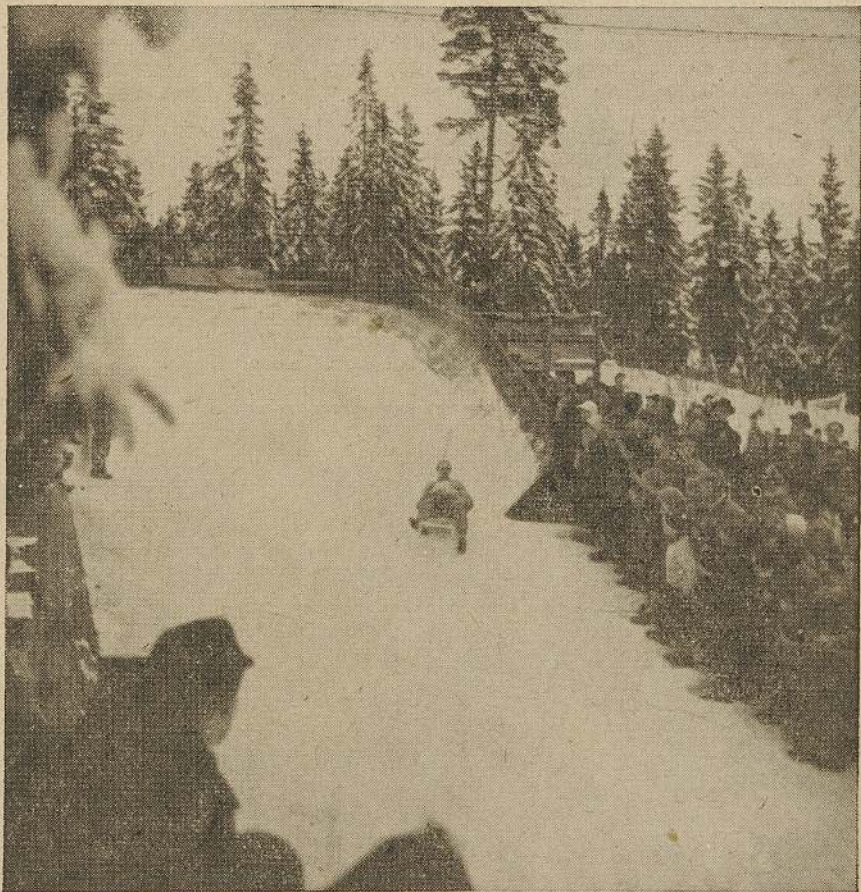


K našemu článku o práci trenérské rady z čísla 6. — Za nejlepší práci byly odměněny trenérské rady KVTVS České Budějovice a ÚV DSO Slavia. Na snímku vidíte jejich předsedy. Vlevo F. Chovanec, vpravo M. Hlavatý, Č. Budějovice.

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I . Č. 6

ČERVENEC 1955



*Mistr světa — Nor Salvescu — projíždí první částí zatáčky S. Všimněte si stopy saní na prknech dřevěného mantinelu.*

# ZKUŠENOSTI Z NORSKA

BRONISLAV HANÁK

Před každým mistrovským sánkařským závodem je organizován povinný training. Při trainingu se závodníci seznamují s tratí, vyzkouší saně a určí techniku projíždění obtížných zatáček. Během trainingu si mohou závodníci vyměnit zkušenosti, vzájemně se »otukat« a jít do finalového závodu s důvěrou a vědomím, že znalost dráhy i soupeřů umožní bojovnou, rychlou a přitom bezpečnou jízdu, jak se říká »tutovku«.

Aby těch blahodárných účinků trainingu na zvýšení výkonu závodníka mohlo být využito, je třeba jednoho — totiž dostavit se k trainingu včas a dobu určenou pro training dostatečně využít. Nám se to však pro špatné počasí nepovedlo. Místo v úterý večer jsme přiletěli do Oslo ve čtvrtek po poledni. K trainingu jsem se dostal až v pátek, tedy den před vlastním závodem, zatím co většina ostatních závodníků trenovala již od začátku týdne. Absolvoval jsem celkem tři trainingové jízdy na rozmoklé trati. Prošel jsem dráhu od cíle ke startu, abych se seznámil s jednotlivými zatáčkami a určil místa najíždění a výjezdu. Zbytek odpole dne jsem věnoval trainingu zatáčky S, která byla obtížná tím, že sněhová kaše dosahovala jen asi do dvou metrů a výš se jezdilo po prknech politých mýdlovou vodou. V této části měla dráha dosti velký spád (asi 12—14%), takže rychlost nájezdu se při finalových jízdách pohybovala okolo 60 km v hodině. Za dohledu technického vedoucího rakouské výpravy T. Weissnichte a soudruha Beldy jsem projel několikrát zatáčkou S. Trenoval jsem plynulý vjezd do druhé části zatáčky točící se doleva a pak hlavně výjezd, který byl nejobtížnější. Po každé, když jsem se vracel k rozjezdu asi 200 m nad zatáčku, vyslechl jsem připomínky »trenérů«. Tak jsem se od T. Weissnichte dověděl, že je třeba sedět více vpředu, než je u nás zvykem, jinak jsou konce sanic příliš zatíženy a brzdi.



Norský závodník s řidičí tyčí projíždí zatáčku S na mistrovství světa



Také řídicí řemen (popruh) se musí držet lehce a ne příliš napnutý, poněvadž zvednutím saní vpředu se jízda zpomaluje. Pokud se týká polohy sedění závodníka na saních, získal jsem zajímavý poznatek při pozorování Rakušanů. Tělo závodníka je zakloněno více dozadu (proto je třeba sedět víc vpředu, aby těžiště bylo správně umístěno) a je natočeno ramenem ve směru jízdy. Podle mého názoru má tato poloha svůj význam při větších rychlostech a zvláště pro závodníky vysokých postav, kdy je třeba do určité míry počítat s odporem vzduchu. V tomto směru poukazovali odborníci na příklad na jinak velmi dobrou jízdu zkušeného švýcarského závodníka Hanse Freye (umístil se v celkové klasifikaci na 15. místě), který se před zatačkou S vztyčoval příliš brzy, a jelikož je vysoký, ztrácel vždy na rychlosti. Klopenými zatačkami projížděla většina jezdců vzpřímeně, pouze někteří Rakušané a zvláště mistr Evropy Paul Aste jeli zatačkami riskantně, aniž měnili polohu těla.

Při treningu jsem si prohlédl norské saně, které jsou zhotoveny ze železných trubek, jsou asi 170 cm dlouhé, poměrně úzké a mají 8 mm široké hranolovité skluznice. Saně jsou pevné, vzadu s polštářkem, na kterém závodník leží na zádech a řídí 5—6 metrů dlouhou dřevěnou tyčí složenou ze dvou kusů. Tyto saně jedou rychleji na přímé dráze, v plochých zatačkách však ztrácejí, poněvadž závodníci používají smykové techniky.

Rakouský team startoval na dřevěných saních středoevropského typu »Gasser«, které jsou proti našim podstatně pohyblivější v čepích, vpředu vysoké 18,5 cm, šíře sanice je 28 mm, vnitřní světlost nožiček nahoře pod sedadlem 25 cm a rozchod sanic 37 cm. Saně byly většinou opatřeny snímatelnou podlouhlou přítěží na sanicích a tak zatíženy skoro do maximální váhy 20 kg. Zvláštní pozornost zasluhovalo kování, které bylo přesně provedeno a jedna hrana byla ostrá pro ledovou dráhu a druhá ojetá na sněhovou dráhu. Řemenem byl upevněn na vnitřní straně přední lišty, tam, kde je lišta přišroubována k sanici. Rakouské saně »Gasser« jsou konstruovány na principu volného začepování nožiček do sanic podle osvědčených předválečných saní »Tietze« a řídí se především stiskem nohou.

(Pokračování)

## Z naší závodní činnosti

Krajská sekce bobů a saní při KV DSO Slavia v Brně sdružuje dnes celkem 20 aktivních závodníků, organizovaných ve třech oddílech. Vedle toho zde hostují soudruzi z DSO Spartak Závod Jana Švermy a DSO Slavoj. Práce samotné sekce je rozdělena na referáty organizační a hospodářský, učebně metodický a trenérský, sportovní technický a propagačně výchovný. Pokud jde o rozvoj sánkařství a stavbu drah, tyto dva úkoly si vyžadují zejména v přítomné době pozornost členů celé sekce, neboť se připravuje zakládání sánkařských oddílů ve všech okresích Brněnského kraje a vážně se uvažuje o stavbě bobové dráhy v Brně-Pisárkách. Na poli závodním se brněnští bobisté začali v širším měřítku uplatňovat až teprve letos. Nevěnují se však výlučně »svému sportu«, nýbrž zvyšují všestranně svoji tělesnou připravenost. Soudruzi Černík, Hrubeš,

Matějček, Trnka a všichni ostatní splnili podmínky PPOV a většina z nich se stala nositeli druhé a třetí výkonnostní třídy. Soudruzi Pujman, Trnka, Kostíha a Hrubeš absolvovali s výtečným prospěchem kurs cvičitelů bobového a sánkařského sportu v Černé Studnici, a tím získala sekce předpoklad pro zdárné pořádání sánkařských závodů v celém Brněnském kraji. Po stránce propagační uspořádali jsme besedu »Jak zmasovět sánkařství na Moravě« a výstavku »Bobistickým a sánkařským sportem k větší brannosti mládeže«. Výstavka zachycovala vývoj a historii bobísmu, činnost brněnské sekce a doplněna vhodným fotografickým a textovým materiálem stejně jako originálními exponáty byla první tohoto druhu v Brněnském kraji.

V zimním období uspořádali brněnští sánkaři první krajské přebory na Radhošti, kdy vítězové z jednotlivců,

dvojic a smíšených dvojic zúčastnili se přeborů republiky v Tatrách. I když po stránce technické nedosahují naši sánkaři takové dokonalosti jako na příklad závodníci ze severských českých oblastí, přece jen načerpali značné zkušenosti do své další práce. Po vyřešení otázky stavby saní stane se jistě tento druh sportu v Brněnském kraji jedním z nejrozšířenějších. Bobisté uspořádali svoje krajské přebory v Teplicích-Dubí v rámci přeboru Ústeckého kraje. Přes to, že jsou v tomto sportu teprve začátečníky a mají četné potíže s technickým vybavením bobů — sami si opravují porouchané součástky, opracovávají sanice a obstarávají materiál a s pomocí studia technických časopisů úzkostlivě dbají o to, aby boby byly dobře připraveny — dosáhli na těchto závodech pěkných časů a stali se rovnocennými soupeři ostatních. Největšího úspěchu dosáhla dvojice Hruběš—Matějčíek na

celostátním přeboru v rámci Zimní spartakiády v Tatrách, kdy z 18 startujících se umístila na šestém čestném místě.

Dalšímu rozvoji tohoto sportu by velmi prospěla ještě všestrannější péče ústřední sekce bobů a saní při SVTVS, zejména pokud jde o pomoc při stavbě nových bobů. Neboť se stávajícím nedostatečným technickým vybavením brněnských závodníků, kdy svépomocně akce při stavbě bobů jsou velmi problematické s hlediska vysokých finančních nákladů a odbornosti provedení, je další zmasovění tohoto sportu velmi ztěžováno.

Bohatá radostná činnost brněnských bobistů a sánkařů, nejmladších v tomto druhu sportu v republice, je dobrým příslibem do budoucna. Svoji práci snaží se navázat na starou tradici členů Moravské Slavie, kteří již v roce 1934 tento sport v Brně pěstovali.

LUBOMÍR PÁSEK

## Co nám ukázal přebor ČSR v jízdě na bobech

Bobisté již uložili své boby na letní odpočinek. Avšak přesto stále živě se diskutuje o letošních přeborech ČSR v Tatrách Lomnici. Jedním z otázek rozhovorů je stále otázka dráhy. Je faktem, že většina dosavadních tratí je nevyhovující, i když některé po územní úpravě a patričním zabezpečení zátaček (Tatranská Lomnice a Mar. Lázně), by vyhovovaly. Přesto bobisté by chtěli, aby u nás již jednou byla dráha mezinárodní, kde bychom se konečně mohli střetnouti se zahraničními partnery.

Východiskem z této situace bude snad nová státní dráha v Harrachově. Ani samostatné krajské sekce nenechávají tuto otázku stranou, a tak jsou návrhy na výstavbu nové dráhy v Cínovci v Krušných horách, na Ještědu a na Moravě. Ovšem je potřeba houževnatě jít za tímto cílem a plány uskutečňovat.

Je samozřejmé, že stavba bobové dráhy je nákladná, avšak chceme-li pomoci tomuto sportu, je to nanejvýše nutné. Vždyť jezdíme na zkrácených drahách, které pocházejí ze začátku tohoto století. Není to tak trochu po

nás špatné vysvědčení? A při tom podívejme se na ostatní sportovní střediska. Jsou stará 10—25 let. Tuto otázku musí vyřešit sekce bobů a saní při SVTVS a má letos velmi dobré podmínky pro to, aby prorazila.

Ještě s jednou bolestí setkávají se bobisté, a to je, že závodníci odcházející plnit svou občanskou povinnost — sloužit vlasti, jsou vyřazeni ze své závodní činnosti na dva roky. Je to věc, s kterou jsme se dosud nedovedli vyrovnati, a tak výchova závodníků přichází ve většině případů v niveč. Po návratu z vojenské presenční služby se těžko vrací na bobovou dráhu, a kdyby se jim dala možnost během služby závodit, jistě by u tohoto sportu zůstali a naše řady by se početněji rozšiřovaly. Věříme, že sekce bobů a saní při SVTVS tuto otázku projedná s nadřízenými orgány a dopomůže, aby bobisté byli staženi do některého Domu armády, a tak jim bylo pomoci v jejich sportovním růstu. Věc nakonec velmi závažná a první kroky soudruha Kubíka z Mar. Lázní ukazují, že to jde zaříditi.

VÁCLAV LOMOZ

# Lyžařské sportovní školy dorostu

Krista PITTLOVÁ, členka komise mládeže LS SVTVS

Hlavním úkolem lyžařských sportovních škol dorostu (SSD) je vychovávat výkonné lyžařské závodníky z řad mládeže, dále cvičitele a rozhodčí. Vychovávat tělesně zdatné, vytrvalé a ukázněné hochy a dívky, oddané lidově demokratické republice, připravené k práci a obraně vlasti a k boji za světový mír.

Lyžařské SSD se zřizují tam, kde jsou pro jejich práci vhodné podmínky. Jsou buď součástí tak zvaných komplexních SSD (pro více druhů sportů), nebo působí jako speciální školy.

Do školy se přijímají hoši a dívky od 14 do 18 let, do přípravných tříd již i třídnictví. V každé škole jsou žáci rozdělení podle let výcviku, první rok výcviku první třída, druhý rok výcviku druhá třída atd. Třídy se dělí na družstva, která mají 10 až 15 členů. Každé družstvo má svého cvičitele.

Podmínkou ke vstupu do školy je povolení tělovýchovné lékařské poradny OÚNZ, schopnost a aktivní provádění lyžařského sportu a splnění přijímací zkoušky. Žáci podávají přihlášku, ve které je vyjádřen souhlas rodičů, školy po případě pracoviště, tělovýchovné lékařské poradny, doporučení ČSM (Pionýra) a potvrzení o splnění podmínek PPOV nebo BPOV své kategorie. Přijímací zkoušku nedělají ti uchazeči, kteří získali výkonnostní třídu mládeže.

Za školu odpovídá ředitel, kterému pomáhají v práci cvičitelé a trenéři.

Vyučuje se podle osnov pro SSD, které byly schváleny SVTVS, a to nejméně dvakrát týdně po dvou hodinách, v přípravné třídě po jeden a půl hodině. Školní rok trvá od 1. září do 31. srpna, prázdniny mohou být nejdéle dva měsíce.

Žáci se zúčastňují organizovaných cvičebních hodin, u starších žáků je individuální training podle schválených trainingových plánů, dále se zúčastňují školních a trainingových závodů, veřejných i domácích soutěží a utkání s jinými sportovními školami.

Žáci lyžařské SSD mohou závodit buď za svou školní tělovýchovnou jednotou, za jednotu své DSO, nebo za SSD, jde-li o závody sportovních škol nebo o jiné neoficiální soutěže.

Na konci každého školního roku, po případě hlavního trainingového období, podrobují se žáci postupovým zkouškám a na ukončení závěrečným zkouškám. Podmínky zkoušek jsou stanoveny tak, aby všichni absolventi sportovní školy dosáhli nejmé-

ně III. výkonnostní třídy jednotné sportovní klasifikace.

V českých krajích bylo v činnosti v letošním zimním období 15 lyžařských SSD a na Slovensku 11 SSD. Kromě toho na Slovensku pracovalo 5 sportovních škol mládeže, do kterých chodili starší žáci.

Školní rok ve většině škol byl zahájen v září 1954. Bylo přijato průměrně o jednu pětinu žáků více, než stanovil plán, neboť v průběhu roku vždy dojde ke snížení stavu následkem onemocnění, přestěhování a pod. Ve všech školách bylo daleko více přihlášených, než nakonec mohlo být přijato. Hlásilo se také mnoho 10—12letých dětí, které mají o cvičení velký zájem a nemohou se nikde sportovně vyžít. Ovšem pro speciální výcvik nemají ani věk, ani schopnosti.

Podle instruktaže, provedené v Třeboni, rozpracovali si cvičitelé a trenéři ve sportovních školách osnovy do celoročních plánů práce pro třídy nebo družstva. Na jednotlivé hodiny připravují si konspekty.

Theoretická část osnov zahrnuje nejen teorii lyžování, ale též historii tělesné výchovy u nás a v SSSR, temata zdravotnická, metodická a organizační. Část se provádí při vlastním výcviku nebo v krátkých přestávkách v trainingu. Speciální temata však probíhají ve zvláštních hodinách, kde se též promítají instrukční filmy atd.

Cvičení a besedy jsou pro žáky povinné. Kromě toho se scházejí žáci i instruktoři na mnohých školách ke společným návštěvám divadel, filmů, pořádají nedělní výlety a pod. Tyto akce pomohly vytvořit z některých sportovních škol skutečně dobré kolektivy.

Vhodným doplňkem celoroční práce byly výcvikové tábory, které byly provedeny v zimě ve formě 3—4denních soustředění.

Návštěva žáků ve škole se pohybuje kolem 65 procent, některé školy, jako v Novém Městě, ve Vysokém a v Harrachově, měly návštěvu až 90procentní.

Po stránce výkonnostní zaznamenaly lyžařské SSD ohromný vzrůst, zejména vzhledem k tomu že lyžování je individuálním sportem. Projevilo se to ve III. a IV. ko-

lech SHM, kde žáci SŠD získávali převážnou většinu titulů krajských a úsekových přeborníků.

Největší úspěch zaznamenali zejména žáci a záskyňé sportovní školy v Novém Městě na Moravě. V Libereckém a Hradeckém kraji byly uspořádány krajské přebory lyžařských sportovních škol.

Ve školách se sleduje také růst výkonnosti každého žáka. Výkony zaznamenává cvičitel v kartotéce, žáci si je sami zapisují do svých žákovských knížek. U mnohých žáků nastalo zlepšení během dvou až tří let o dvě i tři výkonnostní třídy. Vzestupná linie se projevuje nejen u mimořádně nadaných dětí, ale u všech. Je

### Přehled lyžařských sportovních škol dorostu

Místo školy	Jméno ředitele	Počet instr.	Počet žáků
<b>Hradec Králové:</b>			
Vrchlabí	Z. Pele	5	60
Svoboda n. Ú.	I. Hrabě	5	56
Olešnice v Orli horách	J. Frinta	2	29
Teplice n. Met.	J. Pozner	7	50
<b>Liberec:</b>			
Vítkovice v Kr.	Č. Kožíšek	2	20
Harrachov	A. Lenemayer	2	27
Vysoké n. Jiz.	M. Kocourek	1	20
Tanvald	Z. Hájek	2	20
Dol. Rokytnice n. Jiz.	P. Hezká	2	20
Jablonec n. N.	J. Pěvrátíl	4	40
<b>Karlovy Vary:</b>			
Pernink	G. Koubek	2	30
<b>Jihlava:</b>			
Nové Město na Moravě	J. Beranovský	6	72
<b>Gottwaldov:</b>			
Vsetín	K. Charvát	6	60
<b>Olomouc:</b>			
Šumperk	V. Kožnárek	4	60
<b>Ostrava:</b>			
Frenštát pod Rad.	F. Pítucha	3	50
<b>Žilina:</b>			
Ružomberok	Babilonský		20
Liptov, Mikuláš	Hollý		20
Čadca	Machálek		20
<b>Ban. Bystrica:</b>			
Ban. Bystrica	Sobotová		30
Podbrezová	Molčan		30
Ban. Štiavnica	Zacharides		35
Kremnica	Čillík		30
<b>Prešov:</b>			
Prešov	Weiss		30
Bardějov	Peteja		20
Sabinov	Marek		20
Medzilaborce	Pavlovič		20
Celkem			880

to nejlepší ukazatel dobré práce cvičitele.

Na zvyšování úrovně žáků má značný podíl sebevzdělání a školení pracovníků sportovních škol. Studují z nejnovějších našich i sovětských knih lyžování, zúčastňují se ústředních i krajských školení pro trenéry a cvičitele. Odd. mládeže SVTVS se stará o jejich další růst tím, že jim zaslílá různé nejnovější materiály, vydávané sekcemi a propagačním oddělením SVTVS a provádí pracovní porady ředitelů škol.

Lékařská péče o žáky je zajištěna v okresních tělovýchovných lékařských poradnách. Téměř všude jsou založeny kartotéky žáků SŠD, prohlídky se organizují po skupinách nebo třídách. V prů-

běhu roku bylo v SŠD jen několik menších úrazů, které se bez následků vyléčily (zlomená klíční kost, zlomená ruka v předloktí a pod.).

Hospodářsky jsou sportovní školy zajišťovány krajskými výbory pro tělesnou výchovu a sport nebo tělovýchovnými úseky, které školy zřídily.

V závěru lze říci, že sportovní školy zaznamenaly značné organizační upevnění, pracovaly daleko lépe, plynule a podle plánu, za lepší docházky a kázně žáků. Věříme, že i v příštím školním roce budou sportovní školy probíhat ve znamení dalšího zvyšování úrovně lyžařského sportu mezi naší mládeží.

## Profily tratí sjezdových disciplin na VII. olympijských hrách

Organisační výbor VII. zimních olympijských her v Cortině d'Ampezzo zveřejnil v dubnovém čísle svého bulletinu přesná technická data ohledně tratí všech sjezdových disciplin, sjezdu, slalomu a obřího slalomu pro muže i ženy. Jde o úřední data, která budou zajímat především lyžaře, členy olympijského družstva. Avšak i ostatní naši sjezdaři a zejména naši stavitelé tratí se jistě poučí z novodobé koncepce, kterou jsou charakterisovány olympijské sjezdové tratě. Vyjímám proto některá data z citovaného bulletinu a předkládám je naší lyžařské veřejnosti. Tím budou doplněny, a pokud jde o data, zpřesněny velmi zajímavé články soudruha J. Mráze, které o těchto tratích vyšly v »Lyžařství« před několika měsíci.

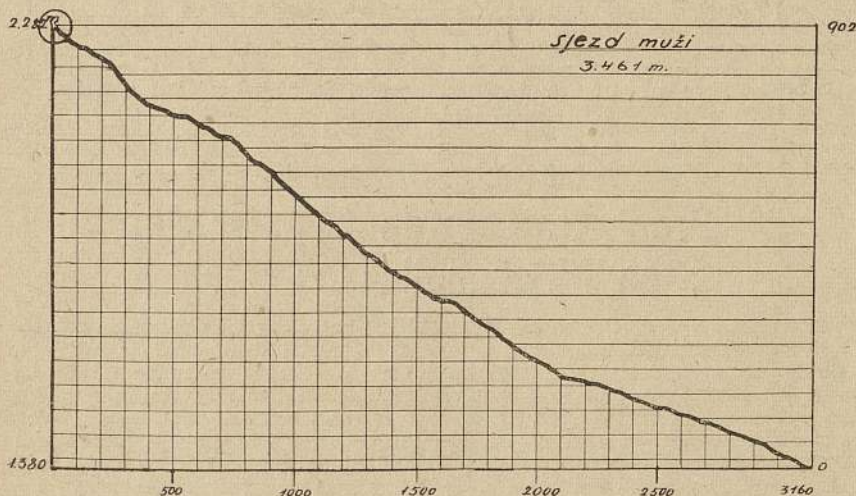
Nejinstruktivnější částí jsou grafické profily tratí. Grafy na první pohled působí nápadným spádem všech tratí, dosahujeme někde až 40stupňového klesání. Víme, že na takových svazích se tratě nestavějí, neboť ani lyžařský můstek nedosahuje takových stupňů klesání. Účelem grafů je ale znázornit pokud možno všechna prudká klesání a tato odlišit od mírných klesání a rovinek. Jsou proto diagramy na výšku přehnány, aby působily opticky co nejvíce a podtrhly tak základní charakteristiku tratě, jak nejlépe lze na obraze ukázat.

Přehled délek, nadmořských výšek startu a cíle a výškových rozdílů tratí

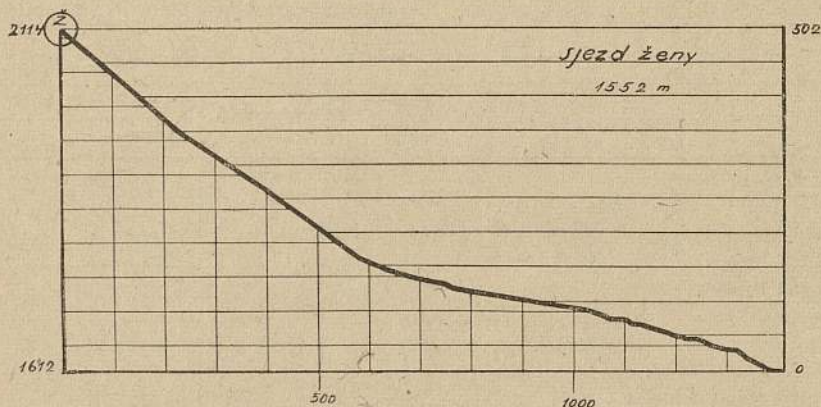
Místo a disciplína		Délka tratě	Výškový rozdíl tratě	Nadmořská výška	
				startu	cíle
<b>Tofana</b>	muži	3461	902	2282	1380
	ženy	1552	502	2114	1612
<b>Col Druscíe</b>	muži	617	251	1748	1497
	ženy	456	176	1673	1497
<b>Faloria (Vitelli)</b>	muži	2660	623	2336	1713
	ženy	2280	495	2208	1713

Z časopisu převzaté diagramy mají síť volenu u sjezdu mužů tak, že jeden dílek na délku se rovná 2 dílkům na výšku, u sjezdu žen jeden dílek na délku značí 1,4 dílku na výšku, u slalomu mužů a žen 1 dílek na délku se rovná 2,15 dílků na výšku a u obřího slalomu je jeden dílek na výšku 2,6krát delší než dílek na délku.

S tohoto hlediska je nutno proto diagramy číst a odvozovat z toho i zmenšení úhlů spádových.

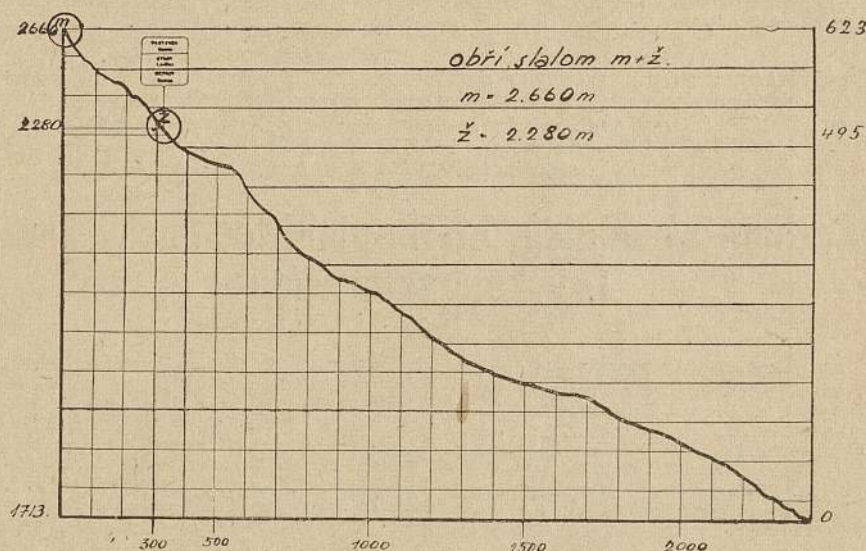


Sjezdová trať pro muže je hned od startu velmi strmá a asi po 200 m od startu přechází v prudký padák, který připomíná nájezdovou dráhu můstku, technicky nikoliv zvláště obtížnou. Dále pak po celé trati je řada technicky těžkých úseků a v poslední části tratě je vložena táhlá pozvolná rovinka, na které půjde o to, aby si jezdci udrželi rychlost získanou v horních úsecích. Před cílem je opět několik prudkých kratších padáků, které jezdci umožní ukončit závod v dobré rychlosti.



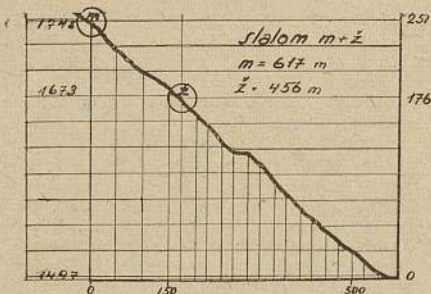
Sjezdová trať pro ženy je charakterisována tím, že její klesání v poměru k délce mužské tratě je větší, jak patrné z diagramu a z tabulky. Vzhledem k tomu, že je dosti široká, je však možno postavit dostatečný počet kontrolních bran k přiměřenému

snížení rychlosti. Trať má zcela moderní pojetí, odpovídající technické orientaci této disciplíny. Prudké její zakončení v posledním úseku před cílem bude opatřeno opět několika kontrolními branami. Průjezd cílem proto bude moci být proveden ve značné, avšak kontrolované rychlosti.



Obří slalom mužů a žen se jede po stejné trati, při čemž start žen je položen níže. Je to velmi dlouhá trať, pro ženy dokonce podstatně delší než jejich trať

sjezdová. Místy je trať velmi obtížná a klade velké nároky na výkon jezdců; jiné úseky jsou technicky lehčí, vyžadují však zase vhodné taktiky. Odvaha, rychlost, taktika a i technika — jak to obří slalom vyžaduje. Trať pro muže má mít přibližně 60 branek, ženská trať asi 50 branek. Podle všech znaků jde o trať velké invence, která v budoucnosti může usměrnit stavbu tratí obřího slalomu vůbec.



Slalom mužů a žen má společný start a cíl, avšak rozdílnou trať. Dvě třetiny, a to horní úseky obou tratí, jsou velmi příkré, zejména první úsek na jih obrácené tratě mužů. Slalom mužů bude mít asi 75—80 branek, slalom žen asi 45 branek.

J. REICHERT,

člen komise pro mezinárodní styk  
 LS SVTVS

Po úspěchu I. celostátní spartakiády -  
 za další rozvoj tělesné výchovy a sportu!

# JEDNOTNÁ SPORTOVNÍ KLASIFIKACE

O. KAŠPAR

Každý rok dělá klasifikační komise lyžařské sekce SVTVS prověrku výsledků závodů pro sestavení seznamů závodníků I. výkonnostní třídy. Proto i pro rok 1955 uvádíme seznam závodníků a závodnic, kteří splnili v uplynulém období technické limity pro udělení nebo obnovení I. výkonnostní třídy. Evidenční listy nebo klasifikační průkazy — řádně ověřené — předloží uvedení závodníci nejpozději do 30. září 1955 lyžařské sekci SVTVS, Praha II, Na poříčí 12. Závodníci ze slovenských krajů lyžařské sekci SVTVS v Bratislavě.

## Seznam závodníků, kteří splnili technický limit I. výkonnostní třídy

### Běh 15 km:

Balátka Jaroslav, Balaz Pavel, Banko Zdeno, Bartoň J., Batěk Vladimír, Bažant K., Blažíček Oldřich, Berdovský Lad., Burdych Antonín, Cardal Jaroslav, Cilich Jiří, Čepčianský Lad., Denke Jan, Dvořák Karel, Gabriel Zdeněk, Gál Ondřej, Habr Otakar, Hadrava Josef, Hantmann Josef, Hanuš František, Hlaváč Karel ing., Horník Zbyněk, Hrnčíar Ludevít, Hromada Zdeněk, Hrubý Vladimír, Huska Milan, Chovanec Felix, Jáchym Václav, Janča Emil, Janata Ladislav, Janoud Jiří, Janoušek Milan, Jeřábek Vladimír, Jon Ladislav, Junek, Kalášek Mil., Knap Václav, Kolařík František, Kosina Karel, Kosour Bohuslav, Krasula Ferro, Kubica Jan, Kucbel Josef, Kulík Bohumil, Láhr Vítězslav, Lukeš Vladimír, Maleňák Bohuš, Malinský Josef, Marek Miloš, Marek Stanislav, Materna, Matějásko Zdeněk, Matouš Ilja, Mečír Václav ml., Mejzík Stanislav, Melich Vlastimil, Mráz Rudolf, Mrvík Miroslav, Nesvadba Josef, Novák Jiří, Nüsser Josef, Okulár Emil, Pekárek Jiří, Petříček Josef, Pitoňák Jakub ml., Podešva Ludvík, Podolinský Otto dr., Poljak Jan, Ponikelský Zdeněk, Pospíšil Josef, Potměšil Jaroslav, Prokeš Josef, Riesdorfer Edo, Rusko Ondřej, Seifert Václav, Sekot Mir., Skuhrovec Frant., Solanský Ondřej, Solanský Zdeněk, Stebel Josef, Stöfln Josef, Stropiůšek Jan, Stropina Josef, Suchý Pavel, Šablatura Ludvík ing., Šauer Ludvík, Šimůnek Vlad., Šir Jar., Šmíd Ja., Štoček Karel, Štochl Ed., Švanda Jaroslav, Tabáček Štefan, Teplý Antonín, Tomáš Josef, Veselý Karel, Vojtišek Boh., Vojtišek Jaroslav, Voldřich Jan, Volejník Miroslav, Voňka Zdeněk, Vydra Otto, Weber Bohumil, Weissshäutel Václav, Zajíček Jar., Zemínek Jaroslav, Žanta Bohumil, Michalíčka Vlastimil.

### Běh 30 km:

Banko Zdeno, Balvín František, Cardal Jaroslav, Čepčianský Vl., Dvořák Karel, Habr Otakar, Hadrava Josef, Hlaváč Karel ing., Hojec Josef, Holubec František, Hrnčíar Ludevít, Huska Milan, Jon Ladislav, Junek Zbyněk, Kulík Boh., Malinský Josef, Matouš Ilja, Okulár Emil, Pavlu Josef, Petříček Josef ml., Podolinský Otto dr., Poljak Jan, Prokeš Josef, Reisdorfer Edo, Seifert Václav, Stebel Josef, Syrovátka Zd., Šauer Ludvík, Šimůnek Vladimír, Švanda Jaroslav, Teplý Antonín, Vojtišek Boh., Weber Boh., Weissshäutel Václav, Zajíček Jaroslav, Šir Jaroslav.

### Běh 50 km:

Cardal Jaroslav, Dvořák Karel, Hlaváč Karel ing., Hrnčíar Ludevít, Jon Ladislav, Junek Zbyněk, Malinský Josef, Novák Jiří, Seifert Václav, Stebel Josef, Šimůnek Vladimír, Švanda Jaroslav, Zajíček Jaroslav.

### Skok prostý:

Bělonožník Miloslav, Bulín Jáchym, Felix František, Gyalog Zdeněk, Chroust Antonín, Jebavý Drahoš, Kubica Jan, Lenemayer Antonín, Melich Vlastimil, Nüsser Josef, Pacholík Stanislav, Remsa Zdeněk, Rieger Evžen, Rieger Hubert, Stuchlík Mojmír, Šablatura Ludvík ing., Štolba Miroslav, Vašut Václav.

### Sdružený závod:

Janata Lad., Janoušek Milan, Kubica Jan, Láhr Vítězslav, Lukeš Vlad., Marek Miloš, Melich Vlastimil, Nesvadba J., Nüsser Josef, Šablatura Ludvík, Voňka Zdeněk.

### Sjezd mužů:

Barsch Otto, Bogdálék Jaroslav, Brůna Miroslav, Čermák Evžen, Fučík Antonín,



Hennrich Kurt, Hromádka Eda, Krajiňák Vlado, Krajiňák Otto, Mohr Ivo, Nejdí Slavoj, Novotný František, Patočka Vladimír, Pitucha František, Sochor R., Stiehl Petr, Sýc Jaroslav, Škoda Vlastimil, Slachta Daniel, Sincl Jaroslav, Šoltys Michal, Teplík Vlad., Vokatý Vlad., Žemlička Jan.

#### Slalom — muži:

Bogdálek Jaroslav, Čermák Evžen, Fučík Antonín, Hennrich Kurt, Krajiňák Vlado, Nejdí Slavoj, Pitucha František, Patočka Vlad., Stiehl Petr, Slachta Daniel, Šoltys Michal.

#### Obří slalom — muži:

Bogdálek Jaroslav, Čermák Evžen, Černoch Miroslav, Eliáš Zdeněk, Fučík Antonín, Krajiňák Vlado, Mohr Ivo, Nejdí Slavoj, Novotný František, Patočka Vladimír, Pittl Jaroslav, Pitucha František, Scheib Josef, Stiehl Petr, Sincl Jaroslav, Škoda Vladimír, Slachta Daniel, Šoltys Michal, Žemlička Jan.

#### Trojkombová muži:

Bielez Karel, Gyalog Zdeněk, Janata Lad., Kubica Jan, Lahr Vítězslav, Lánský Josef, Nüsser Josef, Remsa Zdeněk, Šablatura Ludvík ing., Zemánek Bohumil.

#### Běh 10 km — ženy:

Albrechtová Alena, Bartáková Marie, Dušková Jiřina MUDr., Fialová Anna, Krasilová Olga, Lauermannová Eva, Lelková Květa, Mečířová Marie, Mečířová Milada, Patočková Libuše, Paráková Marie, Riedlová Lidka, Strživová Sylva, Weisshäutlová Marie.

#### Běh 5 km — ženy:

Albrechtová Alena, Bartáková Marie,

Fidlerová Milada, Fialová Anna, Ingrová Vlasta, Krasilová Olga, Lauermannová Eva, Lelková Květa, Lášková Dagmar, Leischnerová Vlasta, Mečířová Marie, Mečířová Milada, Patočková Libuše, Paráková Marie, Strživová Sylva, Weisshäutlová Marie, Heřmanská Jaroslava.

#### Sjezd ženy:

Bajerová Ludmila, Frösslová Božena, Krajiňáková Marie, Králová Olga, Králová Eva, Malá Eva, Matková Jiřina, Merendová Květa, Rubešová Jaroslava, Slavíčková Magda, Stejskalová Milena, Šubrtová Justina, Šujanová Dagmar.

#### Slalom ženy:

Frösslová Božena, Krajiňáková Marie, Malá Eva, Pospíšilová Jolka, Rubešová Jaroslava, Slavíčková Magda, Strnišťová Jindra, Šubrtová Justina, Zápálková Malu, Králová Olga.

#### Obří slalom žen:

Bajerová Ludmila, Frösslová Božena, Krajiňáková Marie, Malá Eva, Matková Jiřina, Merendová Květa, Rubešová Jaroslava, Slavíčková Magda, Strnišťová Jindra, Švantnerová Jana, Šubrtová Justina.

#### Dvojkombinace ženy:

Dušková Jiřina, Jugašová Zdena, Hořáková Jar., Lelková Květa, Zívrová Jindra, Malá Eva, Matková Jiřina, Patočková Libuše, Švantnerová Jana, Zápálková Malu.

#### Sokolovský závod branné cvičnosti:

Tvrzník Bohuslav, Weisshäutl Václav, Loktiš Jan, Vaněk Josef, Hromada Zdeněk, Sýkora Jiří, Čermáková Věra, Hanušová Jiřina, Jará Věra, Pochybová Dobra.

## Na sněhu pod libanonskými cedry

Jeden z našich nejznámějších sjezdařů-závodníků a trenérů — Sláva Pittl — je nyní obchodním přidělcem našeho vyslanectví v Libanonu a ani zde nezapomíná na svůj sport. Výstrižky z místních novin, které nám poslal, oznamují, že při mistrovství země ve sjezdových disciplínách zajel na sjezdové tratí rekordní čas 2:07,04 min., zatím co mistr Libanonu — Gagea — měl čas 2:22,03 min. Pittl jel v této soutěži jako předjezdec, startoval však v závodech ve slalomu s těmito výsledky: 1. Pittl 2:07 min., 2. Gagea 2:07,3, 3. Kairouz 2:26,02. Sláva Pittl nám poslal i dva obrázky z těchto závodů a o svém pobytu nám napsal:

»Cedry« se říká horskému středisku zimních sportů a letní rekreace v Libanonu. Název jest podle toho, že jest tam skupina vzácných starých cedrů. Vysoký, rozložitý strom, který se tu vyskytuje jako »historický« cenná památka ve větších výškách. Zajímavé je, že ros-

te tam, kde už ostatní stromy a křeč nerostou. Je to asi 1800 m vysoko.

Sníh byl dokonce čerstvě napadlý. Škoda, protože zvatovatěl a špatně se během dne jezdilo.

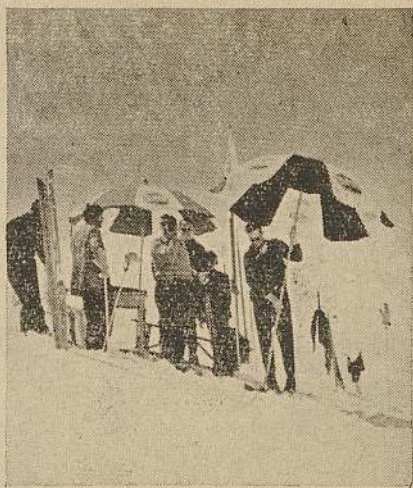
Je to skoro jako v Alpách. Tedy pláně jsou tu nádherné a terén pro ježdění

v hlubokém sněhu v zimě náaherný. I o velikonočních jsem si dělal první stopy na svazích od slunce odkloněných, kde sníh nebyl tak těžký. Terény pod lanovkou jsou všechny otevřené, volné svahy. Sklon jest dostatečně prudký, abych si perfektně mohl zgustnout.

Lanovka má sedačky jako ve Špindlu. Jenom lyže se musí držet v náruči. Pro slabší lyžaře má mezistanici, odkud jde prudčeji nahoru.

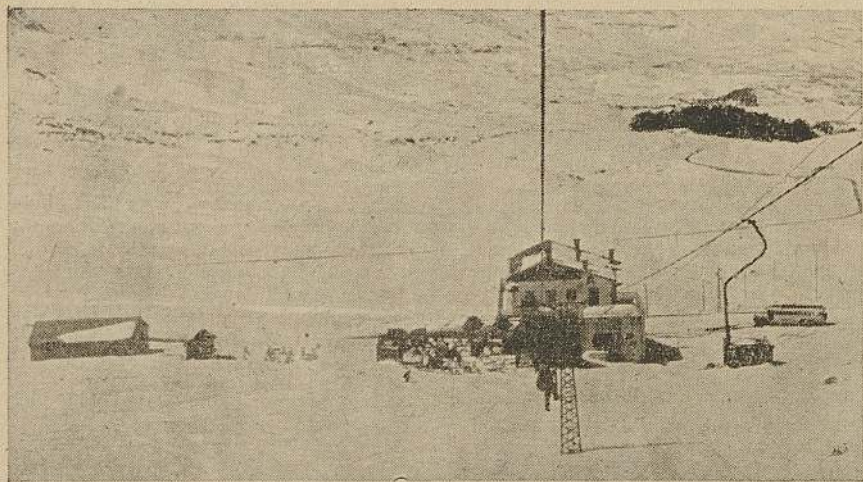
Nedovedete si představit, jak tu páli sluníčko. Už nevím, kam bych se schoval a myslím, že to špatně dopadne. Nená před ním kam utéci. Dávám si šátek na hlavu jako beduin a na to ještě lyžařskou čepičku. Ale obličej mám už v jednom ohni a pomalu se mi stává kůže malá.

Musím vám ale prozradit, že jsem sem jen tak nadarmo nejel. V novinách jsem se dočetl, že tu teď o velikonočních budou závody. No, a šlo to tak, jak jsem to naliníroval. Nahoře jsem se trochu rozhodl kudy a jak a kap' jsem to dolů, sem tam pěkně kristiánky »na krásu«, a když jsem dojel dolů, tak ke mně přišla deputace, abych si zajel s nimi zítra závody, že mají mistrovství Libanonu ve slalomu, tak jsem se



Pod slunečníky se schovávají činovníci i závodníci před pálicím sluncem

trochu vymluvil, že s nimi rád pojedu, ale ne v soutěži, protože jsem si napoprvé nechtěl udělat ostudu anebo vyhrát mistrovství, když na to čekají místní hvězdy. Tak jsem tedy dostal



Svahy okolo lanovky v libanonských „Cedrech“.

číslo, a druhý den se jelo. Večer před závodem jsem byl pozván k bafuňárskému stolu a seznámil jsem se tu s těmi nejdůležitějšími bafuňáry. Na leccaké rady a stavbu tratě jsme potom zavedli rozhovor, a když viděli, že jsem také již bafuňář, tak jim to nešlo do hlavy, že umím jezdit. Tady totiž bafuňáři jezdit neumějí. Tak jsme se dohodli, že pojedou jako host čestné otevření pruniho a uzavření druhého kola. No, tak jsem to tedy zajel, a jak, to se dočtete na přiložených výstřižcích z novin.

Závod se odbyl a já jsem také obyčejný, protože cítím, že to za ty dva dny s tím spáleným obličejem je moc špatné. Začínám pěkně otékat a už jsem tak spálený, že to už ani nebolí. Kůže mi už popraskala, pusku mám jako boxer a všude mi teče materie. No, a druhý den v Damašku jsem už prodlil takovou ostudu, že se lidé otáčeli a určitě si mysleli, že mne někdo vytáhl z horáčiho bardru, protože to byly vyložené spáleniny a škvarky. Do dvou dnů jsem se bolestivě

celý sloupal, ne ale v podobě suché kůže, ale celých tvrdých ploten. Všechno, krk, ústa i se rtoma, uši, víčka, o tvářích a čele či nose ani nemluvě. A protože jsem musel jet hned ve středu do Alepa, tak jsem vystál hodiny před zrcadlem a jak se nějaká »kra« uvolnila, tak jsem ji odstráhl a hned namazal báječnou masťou na spáleniny. Tak jsem v pátek ráno odstránil poslední »škrálopupy« a pod nimi se vyklubal trochu jizvený obličej, který se mi pomalu spravuje. Dneska je všechno v pořádku — jenom mi kůže, ta nová, zůstala trochu křabatá, jak jsem měl stovky těch jizviček, kde kůže praskla do větší hloubky. Tak takhle zřízený jsem ještě nebyl a nikoho jsem také neviděl. Zajímavé bylo, že to vůbec skoro nebolelo. To když se člověk opátí na Sázavě u řeky, tak spálená ramena či záda bolí víc. Byl to asi takový žár, že to popraskalo jako buřt nad ohníčkem, a ta šupka pak už další paprsky nepropouštěla, takže spodek byl sice poraněný od toho praskání, ale ne spálený.

## „Co bude se závodem ve sjezdu“

MUDr. Evžen Frössl, Špindlerův Mlýn

Ve svém článku O. Kulhánek správně poukazuje na okolnost, že dosud nerozřešenou otázkou zůstává, zda úrazy při sjezdování tkví v samotné povaze této sportovní disciplíny či zda lze úrazovost eliminovat odstraněním zevních faktorů, na příklad úpravou sjezdové tratě. S tím, že závod ve sjezdu je sportem velmi nebezpečným, spojeným s velikou úrazovostí, souhlasí všichni činitelé. Doposud nebylo však statisticky vyčísleno, do jaké míry přináší sjezdování zranění, ani poměr úrazů při treningu a v závodě samém, ani nejčastější příčiny těchto úrazů. Všechna dosavadní tvrzení byla činěna pouze na podkladě odhadů, nikoli však na podkladě přesné statistiky. A této otázce se chci věnovat ve svém příspěvku.

Zachytil jsem ve Špindlerově Mlýně za dvě sezóny (1953—1954, 1954—1955) celkem 725 lyžařských úrazů. Z těchto 725 úrazů se událo 193 na sjezdových

tratích na stadionu ve Sv. Petru. Jest pochopitelné, že všichni, kteří úraz utrpěli, nebyli kvalifikovaní sjezdaři. Mnoho z těchto úrazů lze přičíst především přeceňování technických schopností široké lyžařské veřejnosti. Vybral jsem proto ve své sestavě pouze kvalifikované sjezdaře a došel jsem k číslu 54 úrazů za dva roky. Jako měřítko kvalifikace jsem si stanovil to kritérium, že jsem vybral úrazy všech závodníků a závodnic, kteří se během posledních dvou let kvalifikovali do mistrovství republiky ve sjezdu. Vycházm z toho předpokladu, že sjezdové tratě ve Špindlerově Mlýně, jejichž délka je průměrně 2 km a nedovolují větší rychlost než 60 až 70 km za hod., jsou technicky přiměřeně obtížné pro tento závod, aniž by kladly nějaké obzvláštní technické podmínky pro našich nejlepších 140 sjezdařů a sjezdařek.

Zajímavé jest zjištění, že 10 úrazů

se událo přímo při závodě, 24 pak při treningu.

Rozdělíme-li úrazy podle příčiny, pak podle udání zraněných se pouze tři úrazy udály nárazem na překážku, třikrát se postižený zranil při pádu vlastní výzbrojí (lyže, hole) a ve 28 případech byl příčinou úrazu prostý pád. Srovnáme-li tato čísla s jinými lyžařskými statistikami, pak vidíme, že se mé pozorování od ostatních statistik naprosto neliší. Dr Mathé uvádí ve své statistice, že příčina úrazu nárazem na překážku nastává v 11,91%, Dr Zďára uvádí 5,4% a v mé jedné předchozí statistice jsem zjistil 3,27%. V našem případě vznikl úraz nárazem na překážku v 8,8%.

Tato statistika zahrnuje všechny úrazy našich sjezdařů a sjezdařek, kteří se zranili na sjezdových tratích ve Špindlerově Mlýně a vyhledalí pro svůj úraz lékařské ošetření. Zahrnuje samozřejmě nejen úrazy těžké, ale i všechny úrazy lehké, které jsem ošetřoval.

Dříve nežli přistoupíme k hodnocení této statistiky, musíme si uvědomit, že okruh mého pozorování jest příliš úzký — pojednává jen o pozorování sjezdových tratí ve Špindlerově Mlýně. Doba pozorování dva roky jest také příliš krátká a počet úrazů 34 jest příliš malý, takže může být zatížen chybou malých čísel. Vzhledem k tomu, že podobná statistika nebyla dosud nikde vypracována a uveřejněna, nutí nás tato sestava k vyjádření určitých předběžných závěrů.

1. Číslo 34 úrazů jest relativně velmi vysoké. Uvážíme-li, že zranění se re-

krutují s úzkého kolektivu asi 140 závodníků, jsme nuceni konstatovat, že během posledních dvou let jenom na sjezdových tratích ve Špindlerově Mlýně utrpělo úraz asi 25% našich předních sjezdařů a sjezdařek. Toto vysoké procento v nás nezbytně podporuje domněnku, že sjezdařina je zbytečně nebezpečný sport. Díváme-li se na tělovýchovu jako na činnost, která má pěstovat a zocelit ducha i tělo, pak myslím, že můžeme prohlásit, že ve sjezdařině platí spíš nežli heslo »Sportem ke zdraví« heslo »Sportem k lékařici«.

2. Vysoké procento úrazů přímo při závodech (10 úrazů ze 34 celkem, t. j. 29,4%) vysvětlují si tím, že v dnešní době při velkém vzestupu celkové sjezdařské úrovně již nestačí zajet při závodě jistou jízdou na dosažení vítězství nebo umístění, ale nutí všechny sjezdaře při závodě k podání nadprůměrného výkonu. Tato okolnost se pak zobrazuje i v úrovni a opravuje naše dřívější pozorování.

3. Nízké procento úrazů způsobených nárazem na překážku (8,8%), jest důkladem toho, že největším nebezpečím jest rychlost závodů a že ani sebe vhodněji upravená závodní trať, pokud bude rychlá, nesníží podstatně úrazovost sjezdařiny.

Jak jsem již podotkl, nelze pokládat mé závěry za všeobecné ani definitivní. Chtěl jsem svým článkem ukázat jen na některá svá pozorování a vzbudit i další polemiku k této otázce, která by závěr ještě vyjasnila a zpřesnila.

## Z aktivu krajských TR ÚV DSO Dynamo v Jasně

Vzhledem k tomu, že hlavním nedostatkem ve výchově mladých závodníků a dorostenců je stále nedostatek dobrovolných trenérů, kteří by celému vývoji mladých závodníků a dorostenců určovali správný směr a zaručili jim pokud možno nejlepší základy a technické předpoklady pro závodní činnost, rozhodla se trenérská rada ÚLS DSO Dynamo již na podzim m. r. dát do svého obsáhlého plánu práce výběr a výchovu funkcionářů, pokud možno z řad bývalých závodníků, kteří by

tuto odpovědnou práci mohli ve svých oblastech, krajích a jednotách vykonávat. Vycházela z toho, že potřebu trenérů uznala naše tělesná výchova, budovaná na bohatých zkušenostech sovětské fyskultury a postavila jeho osobnost ve výchovné práci na nejpřednější místo.

Trenérská rada ÚLS DSO Dynamo naplánovala proto na konec letošního závodního období třídní aktiv předseů i členů krajských trenérských rad, jakož i referentů mládeže a ostatních funkcionářů

nebo členů jednot, kteří by mohli zastávat funkci dobrovolného trenéra ve své oblasti, kraji nebo jednotě. Tento aktiv se konal za ideálních podmínek na Mikulášské chatě v Jasně, navazující na aktiv krajských cvičitelů.

Ač byla celá akce včas a řádně organizována, přípravena a všechny kraje také včas informovány, nebyla účast zdaleka taková, jakou by důležitost a účel zasluhovaly. Mnohé kraje buď prostě bez omluvy nikoho nevyšly, nebo věnovaly velmi malou péči výběru osob pro tuto důležitou funkci. Je škoda, že tak plně nevyužily této akce k ustavení svých trenérských rad a k založení pevné organizace pro výchovu závodníků a mládeže a pro závodní činnost ve svém kraji vůbec.

Pořádaný trenérský aktiv měl splnit několik základních úkolů, a to:

1. Postavit osobnost trenéra v každém kraji na patřičné místo, informovat ho o všech organizačních problémech a zajistit spolupráci KTR s námi.

2. Zjistit, případně zlepšit technickou i theoretickou vyspělost členů KTR, probrat metodiku speciálních výcviků podle SVTVS.

3. Informovat všechny členy KTR o dálkovém školení dobrovolných trenérů lyžování a zajistit přihlášky v pokud možno největším počtu pro příští běh dálkového školení (1955—1956).

4. Informovat a prodiskutovat se všemi členy KTR zásadní a podstatné změny v závodním řádu a pravidlech lyžování (hlavně s ohledem na sjezdové disciplíny, hlavně slalom).

5. Prakticky i theoreticky probrat speciální výcvik v jednotlivých závodních disciplínách, hlavně novou sjezdovou techniku slalomového oblouku podle pokynů a směrnic ÚTR LS SVTVS.

Ač byl tento program pro krátkou dobu trvání aktivu (3 dny) značně vyčerpávající, podařilo se udržet pozornost všech účastníků až do posledního bodu a pozdních večerních hodin i přes celodenní unavující výcvik na sněhu. Rovněž diskuse byly velmi hodnotné a bohaté. Aktiv byl účelný nejen pro dobrou náplň a výsledky, ale také proto, že nebyl konán u zeleného stolu, jak se obvykle dělo. Doporučujeme jej proto opakovat znovu na zahájení příští sezóny, a to na prvním sněhu. Je však nutno předem řádně zajistit účast všech krajů a vyhledat další vhodné osoby pro trenérskou práci, kterým by aktiv dal základ pro odbornou a pedagogickou kvalifikaci, protože přes to, že tento prvý aktiv byl velmi zdařilý, nesplnil plně úkol, právě pro neúčast některých krajů, jak již bylo uvedeno.

ANT. HUSÁK,

trenér sjezdařů ÚLS DSO Dynamo

## O přípravných pracích při letošním finale SZBZ

Finale SZBZ v tomto roce bylo hodnoceno jako jedno z nejzdařilejších z dosavadních ročníků. Tento úspěch byl výsledkem péče, která přípravám byla věnována. Abychom usnadnili práci příštím pořadatelům, rád bych se zde zmínil o našich zkušenostech a o způsobu, jak jsme při přípravných pracích postupovali.

Základní směrnicí pro nás byly dvě zásady:

1. aby závody byly co možná dokonale připraveny po technické stránce,
2. že úspěch ve velké míře závisí na spokojenosti závodníků, t. j. na způsobu ubytování, stravování a celém prostředí závodů.

Pro technické stránce jsme měli k vyřešení několik úkolů nutných ke zdárnému průběhu. Byly to:

- a) vyhledávání vhodných tratí, které by na závodnicích vyžadovaly jak technickou vyspělost, tak fyzickou zdatnost a přitom vyhovovaly požadavkům nynější běžecké techniky plynulé jízdy

- se současným vyhledáním vhodných míst pro plnění branných disciplín,
- b) vzhledná úprava tratí,
- c) dokonalé uspořádání provozu na stadionu ve Sv. Petru, zejména vyřešení organizace v prostoru startu a cíle,
- d) hladký provoz při plnění všech branných disciplín,
- e) organizační službu po celé trati,
- f) možnost okamžitého vyhlášení výsledků, což bylo vždy jednou z bolestí dosavadních ročníků.

Trasy tratí byly zhruba vyhlédnuty již v létě s přihlédnutím k umístění prostorů pro plnění branných disciplín v té formě, jak udávaly směrnice pro SZBZ. Ještě na



daly event. vyměnit terče v jednom prostoru, zatím co bylo stříleno ve druhém. Stavby i terče byly opatřeny stejnými čísly, aby závodníci měli možnost kontroly střílení na správný terč. Ty byly opatřeny zasouvacími drážkami, tak že výměna desek s terči již předem nalepenými šla velmi rychle. Po odstřílení na terče v jednom prostoru, byla palba přenesena do prostoru druhého, mezitím terče vyměněny zvlášť k tomu určenými lidmi, zjištěn rozhodčím výsledek, který se ihned telefonicky hlásil do cíle. Práce v prostoru pro hod granátem byla organizována tak, že po odházení granátu ukázal rozhodčí u terčů tabulkou počet zásahů, které si zapsal jak sám, tak i rozhodčí u velitele granátoviště, kde měl současně i za úkol tento výsledek hned sdělit k cíli. U plnění stačili dva rozhodčí, z nichž jeden pečlivě sledoval, zda závodníci se plížili předepsaným způsobem, aniž by se nadzvedli do určené výšky (ta byla po celé délce prostoru vyznačena visírkami a nataženým drátem), zatím co druhý, kromě kontroly, měl povinnost ihned hlásit provedenou disciplínu, s event. časovými ztrátami telefonem k cíli. U převozu raněného byli rovněž dva rozhodčí lyžařští, kteří hodnotili způsob provedení převozu, kdežto dva rozhodčí lékařské služby, z nichž aspoň jeden byl vždy lékař, hodnotili provedení ošetření. Rovněž odtud byl hned hlášen výsledek telefonicky k cíli.

Všechna tato hlášení se soustřeďovala u cíle, kde byly telefonní stanice s přímou linkou ke každému prostoru pro branné prvky. Každá byla obsluhována zvláštním rozhodčím, který přijímal hlášení o plnění branných disciplín, psal na zvláštní blankety a předával ihned k vypsání výsledků na tabule. Ty jsme měli připraveny vždy jednu pro každou kategorii. Měly sloupeč nejen s označením jednotlivých krajů a jejich startovních čísel, jakož i počty zásahů na střelnici a granátovišti, ale i se sloupcem pro ztrátové časy z jednotlivých disciplín, takže jen připočtením čistého času z cíle byl ihned znám celkový výsledek, na tabuli také vyzazen a postupně hned psáno i pořadí. Tabule byly umístěny stranou od prostoru závodistiště sice v ohraničeném prostoru, ale těsně u plození, takže velký počet zájemců kolem tabulí neruší probíhající závody.

Přes dostatečný počet kontrol a hlídek na tratích byl provoz ještě v několika úsecích zajišťován krátkovlnnými vysílačkami, které měly za úkol podávat zprávy o průběhu na trati do cíle a při event. nenařádaných komplikacích a povolát ihned zdravotní službu pro případ, že by došlo

někde ke zranění závodníků. I lékařská služba byla rozmístěna po celé trati, hlavně na místech, kde by snad mohlo dojít k zranění. Touto organizací jsme docílili toho, že nebylo úseku po celé trati, který by nebyl pod neustálým dohledem některého z činovníků. Za takového stavu bylo skoro nemožné, aby nastala nějaká kolise na trati, zabloudění anebo sjetí ze stopy anebo i jiný přehmat, který se někdy i na velkých závodech stává.

I se strany péče o závodníka jsme se chtěli vyvarovat všech nedostatků z dřívějších ročníků a docílit toho, aby se závodníkům a všem účastníkům na závodech líbilo a dlouho na ně vzpomínali jen v tom nejlepší. Rovněž zde jsme měli několik úkolů, z nichž především byly:

- a) zajistit dokonalé ubytování,
- b) zajistit dobré a hodnotné stravování a
- c) vytvořit přátelské prostředí mezi všemi zúčastněnými.

Je pravdou, že s ubytováním jsme měli určitě ulehčení velkým počtem ubytovacích podniků ve Spindlerově Mlýně, ale naše práce v tom směru nebyla o nic menší, o což se postaral národní podnik Turista svým, již pověstným způsobem, s jakým přiděluje noclehy v tomto středisku. Trvali jsme na jednom, totiž aby všichni závodníci byli ubytováni podle možnosti v pokojích, nikoli v noclehárnách, aby měli dostatečně pohodlí a možnost odpočinku a po zkušenostech z dřívějška, aby všichni účastníci z jednoho kraje bydleli pohromadě bez rozdílu kategorií, ve kterých startovali. Usnadnili jsme tím práci především jejich vedoucím, kteří dříve byli prakticky úplně vyřazení ze svou péčí o svéřence. Všechny ubytovací prostory byly již dříve prohlédnuty zdravotní komisí, která dbala, aby ubytování odpovídalo požadavkům nynější hygieny. Krajům byly rozděleny již předem nejen jednotlivé hotely, ale přímo i pokoje, takže při ubytování šlo vše hladce, bez dlouhého dohadování. Pokud bylo ubytováno více krajů v některém podniku, dbali jsme, aby tam byly vždy zastoupeny Čechy, Morava i Slovensko a tím došlo co možná k největšímu sblížení mezi zástupci jednotlivých zemí.

Rovněž o stravování bylo předem postaráno tím, že byly sestaveny pod lékařským dohledem jídelní lístky, hotelům zajištěn dostatečný přísun potravin a i během závodu byla strava a její podávání kontrolováno od lékařů. Měli jsme zájem, aby byla hodnotná, v dostatečném množství a aby závodníci ji dostávali včas.

Byli jsme si vědomi, že úspěch závodu záleží na prostředí, v jakém se budou účastníci pohybovat. Snažili jsme se, aby se stále cítili jako doma, od samého vý-

stupu z vlaku ve Vrchlabí až opět do odjezdu. Zařídili jsme, že každou výpravu, každý kraj již ve Vrchlabí očekával tak zvaný patron, který byl k dispozici vedoucímu a spojkou pro vyřizování jejich přání a stížností.

Zavezl je zvláštním autobusem do Špindlerova Mlýna a dovedl do připravených jim pokojů, pomáhal vyřizovat všechny úřední formality, byl pro ně informační službou v malém vydání, prostě staral se o to, aby všichni byli plně spokojeni. I personál hotelů a jídelen byl v tom směru poučen a mám za to, že právě jeho chování bylo pro mnohé jedním z příjem-

ných překvapení. Pro účastníky byly uspořádány četné besedy, byl pro ně vydáván zvláštní zpravodaj, kde se seznamovali nejen s otázkami kolem závodů, ale i účastníci navzájem, kde psali o sobě, o svých úspěších jak ve sportu, tak na pracovišti. Nebylo divu, že za takových okolností se vytvořilo srdečné prostředí, které již předem odstranilo všechnu dřívější nevrzlivost a obvyklé protesty a dohadování snížilo na minimum. Pomohlo především všem činovníkům, že své úkoly zvládli hladce vzájemnou pomocí všech. V tom byl úspěch závodů největší.

JIRÍ ČEJKA

## Zprávy z ciziny

**Přípravy Rakušanů na OH 1956.** Na základě výsledků dosažených v kvalifikačních závodech 1954/55 jmenoval rakouský lyžařský svaz olympijské družstvo Rakouska. Sjezdová disciplína mužů (8 účastníků): Spiss, Schuster, Rieder, Sailer, Moltere, Hinterseer, Oberaigner. — Osmý účastník bude určen po prvních dvou závodech v roce 1956. Sjezdové disciplíny ženy (6 účastnic): Jaretzová, Hofferová, Battlová, Frandlová, Schöpfová, Hochleitnerová, Kleckerová. — Po prvních dvou závodech 1956 bude jedna závodnice vyřazena. Běh a sružený závod (4 a 3 účast.): Schnerberger, Rafreider, Schulz, Mayer, Kohl, Krischan a Schiffner. Skokani (4 účastníci): Budou vybráni z těchto závodníků: Bradl, Steinegger, O. Leodolter, L. Leodolter, Kerber, Plank a Habersatter.

**Zimní olympijské hry 1960!** Odborníci byli překvapeni rozhodnu-

tím kongresu Mezinárodního olympijského výboru v Paříži, který pověřil uspořádáním zimních olympijských her 1960 nikoliv některé z osvědčených zimních středisek, jako Sv. Mořic, Inšpruk, Garmisch-Partenkirchen, jež se o hry ucházely, nýbrž evropské veřejnosti zcela neznámé místo Squaw Valley v kalifornských horách USA. Tato oblast, která podle tvrzení amerických delegátů je skutečným lyžařským rájem, byla objevena rokem 1951 známým francouzským závodníkem E. Alliassem, jenž přijel do USA jako trenér a jenž byl nadšen ideální polohou a neobyčejně vhodným terénem tohoto zákoutí, ležícího přes 1800 m n. m. Od listopadu do začátku června je tam prý nadbytek sněhu, v lednu tam bývá pravidelný mráz 4—11 stupňů. V minulých letech prodlévalo v zimním období ve Squaw Valley na 5000 lyžařů a bruslařů, neboť zamrzlá plocha velkého jezera poskytuje i bruslařům vel-

ké možnosti. Squaw Valley, o jehož zimní sportovní provoz nyní pečuje jiný francouzský lyžař-instruktor J. Marillac, jenž kdysi působil v národní lyžařské škole v Chamonix, má prý všechny podmínky potřebné k úspěšnému uspořádání zimních olympijských her. Úřady státu Kalifornie daly k dispozici milion dolarů na vybudování umělého kluziště, lyžařského můstku, bobové a sánkařské dráhy i dalších zařízení.

**Olympijské družstvo skokanů USA.** Na olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo mají obhajovat barvy USA ve skoku na lyžích: Rudy Mäki — „Létající Fin“ z Ishpeming (19letý), Dick Rahoi — Iron Mountain (19letý), Ragnar Ulland — Seattle Wash (17letý), Roy Sherwood — Salisbury Conn (22letý), Bill Olson — Denver Colo (25letý) a Art Dewlin — Lake Placid, NY (32letý). Náhradníci: Coy Hill a Len Johnson.

**V. LYŽAŘSTVÍ**, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřichská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.

A-09041

Praha, červenec 1955.



# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 8

PNS 208

SRPEN 1955



*Thompson's Press*

# Význam tělesné přípravy v treningu lyžaře

Rozhodující úloha tělesné přípravy pro zvyšování výkonů je mezi našimi závodníky všeobecně známa. Přesto se však vyskytují v treningové praxi případy, kdy závodníci buď vůbec podceňují systematickou všestrannou tělesnou přípravu, nebo ji pojmají zcela formálně a přestávají tak usilovat o neustálé zvyšování své tělesné přípravy. Důsledek toho je pak krátký a dočasný růst úspěchů, nevyužití všech skutečných možností a ustrnutí ve vývoji.

Abychom mohli dosahovat vynikajících úspěchů, musíme být schopni snášet tělesnou námahu, musíme neustále zachovávat dobrý stav celkové trenovanosti. Vysoké požadavky na tělesnou přípravu a význam celkové trenovanosti se nám zvláště objasní, jestliže si představíme námahu, kterou musí snést závodník během vrcholného výkonu. Tak na př. závodník při projíždění slalomové trati rychlostí 10 až 13 m za vteřinu a celkovém trvání slalomu do 180 vt. musí provést 70 i více natočení a podřepů, při čemž často při každém obratu dosahuje námaha dvojnásobku i více váhy. Nebo skokan při skoku na lyžích při dopadu a »vypérování« se podrobuje trojnásobnému až čtyřnásobnému zatížení. (Podle G. V. Vasiljeva.)

Tělesná příprava je úzce spjata se systémem celoročního treningu, který nám zajišťuje výběr a rozdělení tělesných cvičení. Tato cvičení mají vliv jak všestranný, tak speciální. Dnes ani v hlavním období všestranná tělesná příprava nemůže být zcela opomíjena a zaměněna speciálními cvičeními. Ovšem pravého uplatnění nachází tělesná příprava především v přechodném a v přípravném období. V těchto obdobích poměr všestranné tělesné přípravy k speciální tělesné přípravě a k ostatním složkám treningu je asi následující: v přechodném 75% a v přípravném 30% z celkového počtu treningových hodin, kdežto v hlavním období pouze 10%. Přechodné a přípravné období jsou klíčem k úspěchům v nové sportovní sezóně. Na kvalitě treningu těchto období závisí v mnohém účinnost a trvanlivost vlivu treningu a zvýšeného výkonu z minulé sezóny do příští.

Období, v němž je nutno pečovat o všestrannou tělesnou přípravu především, je školní věk, t. j. od 8 do 14 let. Zajistit u mládeže všestranný rozvoj, to je nutný předpoklad, aby nám vyrůstali další vynikající závodníci. Avšak péče o tělesnou připravenost není stav, který jednou získaný byl by neměnný. Aby závodník, který se zlepšuje po technické stránce, mohl zvýšit i svou celkovou výkonnost, musí také zvýšit svou tělesnou přípravu.

Ovšem poměr mezi všestrannou tělesnou přípravou a přípravou speciální je a musí být samozřejmě jiný u mládeže a jiný u dospělého závodníka. Právě tak je tento poměr odlišný u závodníků jednotlivých výkonnostních tříd. U mladých závodníků a u začátečnicků má všestranná tělesná příprava zajistit harmonický rozvoj vyvíjejícího se organismu a vytvořit co nejšířší základnu pro speciální výcvik. Proto zařazení všestranné tělesné přípravy v poměru k ostatním částem treningu je daleko obsáhlejší než u vrcholných závodníků, kde všestranná tělesná příprava zajišťuje aktivní odpočinek a celkovou tělesnou připravenost.

Přitom je nutno všimnout si nejen množství, ale také náplně všestranné tělesné přípravy. Formálně a neúčelně pojmají tuto přípravu ti trenéři a závodníci, kteří zařazují do své přípravy jakékoliv cvičení všestranné zaměření bez ohledu na konkrétní treningové úkoly, bez ohledu na své nedostatky a potřeby. Nebo kteří se domnívají, že výběr co nejrůznějších cviků jim pomůže získat všestrannost. Takové plnění všestranné tělesné přípravy nemůže přinést žádoucích úspěchů.

Zdůrazňováním významu všestranné tělesné přípravy není však možno žádným způsobem snižovat význam a důležitost techniky. Zásadně však platí, že ani nejlepší technika jízdy nemůže ve větší míře kompenzovat nedostatky v rozvoji tělesných schopností, zvláště u vrcholných výkonů. Pro takové výkony jsou ovšem důležité další složky treningu, avšak všestranná tělesná příprava zde slouží jako základna, z níž vyrůstá sportovní mistrovství.

Souhrnně lze říci, že zařazení všestranné tělesné přípravy do celoročního tréninku a výběr prostředků závisí na věku a pohlaví, výkonnosti a individuálních vlastnostech závodníka a na cílech jednotlivých tréninkových období.

Závěrem je nutno si objasnit vztah mezi speciální a všestrannou tělesnou přípravou. Úkolem speciální tělesné přípravy je zajistit rozvoj těch pohybových vlastností a funkčních možností organismu závodníka, kterých je pro výkon v jeho disciplíně zvláště třeba. Úkolem všestrannosti je pak zvětšit základní fond pohybových návyků, zvýšit možnosti tréninkového zatížení, zvýšit zajímavost a odstranit únavnost tréninkové hodiny, zrychlit průběh obnovných procesů na základě aktivního odpočinku, prodloužit stav vysoké trenovanosti a období vrcholné sportovní formy!

Felix CHOVANEC

## PŘÍPRAVNÉ OBDOBÍ SJEZDAŘE A JEHO NÁPLŇ

Dnes již není třeba zvláště zdůrazňovat, jak je pro zjezdáře důležité přípravné období. Každý už totiž dobře ví, že v závodě nestačí k vítězství jen dokonalá technika, ale že ruku v ruce s technikou vítězí všestranná tělesná a duševní zdatnost. Jestliže v závodě rozhodne o vítězi zlomek vteřiny, je to právě tento zlomek, který závodník získává hlavně dobrou a všestrannou přípravou. Chci pohovořit o některých cvičeních, která můžeme vhodně zařazovat do náplně tréninku. Dříve než přikročíme k jednotlivým cvičením, je třeba zodpovědět několik otázek zásadního rázu.

### 1. Jakého cíle má být dosaženo cvičením v přípravném období

Jak bylo již výše napověděno, k dokonalosti závodníka nestačí dokonalá technika. Vedle dokonalé techniky musí mít sjezdář i specialista ve slalomu řadu vlastností, které vyžaduje charakter práce při lyžování.

Z fyzických vlastností uvedme zejména tyto:

1. Obratnost.
2. Rychlost.
3. Rovnováha.
4. Síla.
5. Vytrvalost.

Z psychických tyto:

1. Postřeh.
2. Rozhodnost.
3. Bojovnost.
4. Odvaha.

Účelem cvičení v přípravném období je pěstovat všechny tyto vlastnosti v co největší míře, aby před příchodem na sněžný svah byl závodník v optimální tělesné i psychické formě. Tato cvičení se doplňují ještě speciálními cvičeními, která slouží jako průprava k vlastní lyžařské technice. Mají i význam psychologický, neboť připravují

nervovou soustavu v tom smyslu, aby se rychleji obnovovaly pohybové návyky při činnosti na sněhu.

### 2. Jak často cvičit v přípravném období

Největší cenu mají cvičení, která se opakují v nejkratších intervalech. Bylo by ideální, abychom cvičili denně alespoň hodinu a jednou týdně delší cvičební jednotku 2 $\frac{1}{2}$ —3 hodiny. Takový trénink však vyžaduje značnější časové zaneprázdnění a naráží na technické potíže zejména u městských lyžařů. Proto se obvykle omezujeme na dva tréninky týdně po 2—3 hodinách.

### 3. Jak cvičení dávkovat

Dávkování cvičení záleží na tom, jak často cvičíme, a na individuálních podmínkách. Všeobecně se budeme řídit zásadou, že s hlediska trenovanosti, t. j. získávání stále lepší a lepší formy v přípravném období, je třeba, abychom dosáhli lehkého stupně únavy, ze které bychom se do příštího cvičení zotavili. Při častějším cvičení bude tedy stupeň únavy menší, kdežto při cvičení méně častém bude únavy vydatnější.



#### 4. Jaká má být forma cvičení

Pokud nám podmínky jen trochu dovolují cvičení v terénu, cvičíme zaslavně venku v terénu. V druhé řadě na hřišti, a konečně nemáme-li možnost ve velkých městech z časových důvodů nebo za nepříznivého počasí jít cvičit do terénu, uchylujeme se do tělocvičny. (Nadále se zaměříme zejména na způsob cvičení v terénu.) — Dále se snažíme o to, aby cvičení bylo pokud možno kolektivní. Nejlépe vyhovuje skupina kolem deseti cvičenců. Proti individuálnímu cvičení má vedle výchovného hlediska cvičení ve skupině tu výhodu, že můžeme zařazovat cvičení závodivá, hry a cvičení pro postřeh, takže takové cvičení je daleko vydatnější a zábavnější.

Vlastní cvičení provádíme ve formě výběhu do terénu. Jak samo jméno naznačuje, převládá běh terénem. Po zahřátí během vložíme krátké všeobecné rozcvičení gymnastické, do kterého vřazujeme hlavně cvičení posilující svalstvo nohou, zvyšující pohyblivost kloubů nohou i paží, pohyblivost pánve a páteře a konečně i cvičení posilující sílu svalstva paží. Po zahřátí a rozcvičení probíháme delší

vzdálenosti terénem. Běh zpestřujeme různými výskoky a přeskoky terénních předmětů, přeběhy, zdoláváním překážek atd. Do hlavní části zařadíme opět gymnastická cvičení, cvičení rovnováhy, obratnosti a speciální cvičení pro přípravu techniky. Tuto část tréninku zakončíme kolektivní hrou míčovou nebo pálkovací. Potom vložíme úsek běhu a celé cvičení zakončíme cvičením postřehu nebo hrou pro uklidnění.

Náplň cvičení v přípravném období sjezdaře vysvítá z toho, jestliže shrneme, co bylo napsáno výše. Všeobecně cvičíme:

1. Cvičení síly (zvláště nohou).
2. Cvičení pro pohyblivost kloubů a páteře, cvičení obratnosti na zemi.
3. Cvičení rovnováhy.
4. Cvičení rychlosti.
5. Cvičení vytrvalosti.
6. Cvičení pro postřeh.
7. Cvičení rozhodnosti.
8. Cvičení bojovnosti a odvahy.
9. Speciální cvičení.

Příklady cvičení.

V závorce je udáno, které svalové partie se zejména cvičí nebo jaký je účel cvičení.

## 1. Cvičení síly.

- Z hlubokého dřepu opakované výskoky snožmo. (Síla svalů nohou).
- Ze stoje spatného přednožit levou, dřep na pravé, vztyk a opačně. (Síla svalů nohy, břišní svalstvo.)
- Ze stoje rozkročného dřep únožmo pravou, vztyk, dřep únožmo levou. (Síla svalstva nohou, též cvičení rovnováhy.)
- Ze stoje schylmo kliky. (Síla paží.)

## 2. Cvičení pohyblivosti a obratnosti

- Překážkový sed, předklon, vzpřim. (Pohyblivost kyčelního kloubu.)
- Ze stoje spatného vysoko přednožit pravou, předpažit levou, zapažit pravou. (Pohyblivost kyčelního kloubu, kloubů ramenních a též cvičení rovnováhy.)
- z mírného stoje rozkročného pod dřep únožmo levou, úklon vlevo, vztyk a opačně. (Pohyblivost páteře, pánve, kloubu kyčelního a kolenního, částečně cvičení rovnováhy.)



- Kotoul napřed s výskokem. (Cvičení obratnosti.)
- Kotoul napřed letmo přes cvičence. (Cvičení obratnosti.)

## 3. Cvičení rovnováhy

- Přeběhy po kládách zakončené výskokem a seskokem do podřepu. (Cvičení rovnováhy, obratnosti, síly svalstva nohou.)

Příkladný snímek na titulní straně »Lyžařství«.

Jiné viz výše.

## 4. Cvičení rychlosti

- Běh rychlý, úseky 30 m maximální rychlostí, opakovaně.
- Různé obměny honiček.
- Pálkovací hry.

## 5. Cvičení vytrvalosti

- Běh vytrvalý do 3 km.
- Cvičení uvedená ad 1. opakovaně (speciální vytrvalost).



## 6. Cvičení pro postřeh

- Provést určitý výkon na písknutí. Na příklad na písknutí z běhu leh na břicho, na další písknutí pokračovat v běhu.
- Různé druhy chytání.
- Míčové hry.

## 7. Cvičení rozhodnosti

- Míčové hry.
- Probíhání slalomu na čas.

## 8. Cvičení bojovnosti a odvahy

- Míčové hry.
- Běh na překážkové dráze.
- Zdolávání překážek, seskoky a přeskoky se stupňovanou výškou.

## 9. Speciální cvičení

- Obíhání stromků »slalomově«.
- Běh s kopce klikatě.
- Přeskoky klády snožmo.
- Ze vzporu stojmo na ležící kládě. Obr. 21., přeskok snožmo, schylmo, obr. 20., přehmat pravou vpřed, obr. 19., přeskok atd.

Dr Miroslav Proků

# Měření času závodníka technickými prostředky

Ing. MIROSLAV JEDLIČKA

Minulé hlavní období s poměrně velkým počtem zdařilých soutěží nám dává bohatou možnost zamyslet se nad organizační stránkou jednotlivých závodů. Širší úvaha o tom, čemu se u nás říká »elektrické měření času«, bude snad v této otázce přínosem. Ani v naší odborné literatuře (Lyžařství), ani při školení funkcionářů nevěnuje se tomuto problému dostatečná pozornost. Hlavním důvodem je ovšem nedostatek zkušeností, protože registrace času závodníka technickými prostředky se u nás dosud neprovádí. Sám mám zkušenosti s tím, že široký kádr rozhodčích a závodníků pohlíží na systém »elektrického měření« nedůvěřivě a domnívá se, že tento systém je nepřesný a nespolehlivý. Tato nedůvěra je asi způsobena formulací pravidel lyžování v článku, zabývajícím se vztahem mezi »ručním« a »elektrickým« měřením. Tento odstavec pravidel zanechává totiž zcela jasný dojem nepřesnosti a nespolehlivosti technického zařízení.

Nebudu se zabývat principem různých technických zařízení a dovolím si odkázat čtenáře na článek Miroslava Ekla v Lyžařství 1954 na str. 226. Chci se zabývat jednak otázkou přesnosti a spolehlivosti technického zařízení a rozhodčího, jednak uvedu příklad technického zařízení na důležitých závodech.

Pravidla lyžování, zabývající se »elektrickým měřením«, hemží se samými výrazy, jako »selže-li«, »zastaví-li se«, »vynechá-li elektrické měření« atd. Tomu je ovšem třeba rozumět tak, že je-li měřící přístroj nespolehlivý, selže, zastaví se, vynechá, zkrátka nefunguje, což ovšem často nelze říci o rozhodčím. Jestliže rozhodčí funguje, má se za to, že neselhal, nezastavil se a nevynechal. Není-li však možnost vzájemně kon-

trolly dvou nebo tří rozhodčích, pak se nikdo nemůže přesvědčit o tom, jak spolehlivě rozhodčí svou funkci vykonává, pokud ovšem neudělá do nebe volající chybu. Proto se staví na některá důležitější místa více rozhodčích se stejnou funkcí (několik časoměřičů v cíli), aby se vyloučil vliv momentální »nespolehlivosti« rozhodčího nebo jeho hodinek. Naproti tomu na stejně důležité místo startéra může být postaven jen jeden člověk, který je buď vůbec nekontrolován, zřídka kontrolován závodníkem, nebo komplikovaně kontrolován od cíle, při čemž tato kontrola sice může nespolehlivost objevit, ale většinou jí nemůže zabránit (předčasný nebo opožděný start vinou startéra, nesprávný startovní povel atd.).

Výsledek naší úvahy o relativní spo-

lehlivosti technického zařízení a rozhodčího je zřejmě takový, že technické zařízení je naprosto spolehlivé v tom, že ohlásí selháním svou nespolehlivost, zatím co rozhodčí může svou nespolehlivost zamaskovat svým vlastním subjektivním zásahem, jehož výsledek se může skutečně události přibližovat, ale také nemusí.

Spolehlivost technického zařízení jako taková může být za dnešní stavu techniky téměř absolutní. Je známo, že automatizace a kontrola se ve výrobních procesech stále více provádí různými elektronickými zařízeními právě proto, že jsou mnohem spolehlivější než jakákoliv kontrola lidská. Elementy takových zařízení jsou velmi shodné s těmi, které se používají při sportovních závodech. V našem speciálním případě je ovšem situace komplikovaná důležitým činitelem, kterým je počasí. Přesto však lze s určitostí prohlásit, že v zásadě je možné zkonstruovat zařízení naprosto spolehlivé. Jestliže samo obsahuje další pomocná zařízení, která je kontrolují. Vedle toho je možné použít i několika jednodušších zařízení současně pracujících, kdy pravděpodobnost selhání všech najednou je velmi nepatrná. (Při tom ovšem nebudeme uvažovat zastavení dodávky elektrického proudu. To je riziko, které je nutno podstoupit a které se v dnešní době podstupuje tak často, že se stává samozřejmostí. Důležitý hokejový zápas, hraný za večerního osvětlení, se rovněž přeruší, když nejde proud. Toto riziko ovšem odpadá, použije-li se jiných zdrojů.)

Podívejme se však ještě na otázku přesnosti, jak se projevuje u technického zařízení a u rozhodčího. Míru přesnosti můžeme vyjádřit velikostí a počtem chyb při měření. Nechme stranou chyby hodin — ty se vyskytují jak u měření »ručního«, tak i u měření »elektrického« — a nám jde především o srovnání způsobů spuštění těchto hodin.

Na příklad startér. Může způsobit chybu předčasným nebo opožděným stisknutím stopek (nebo předčasným nebo opožděným výkřikem »ted«, což je totéž). Jeho hodnocení předčasného

startu je naprosto subjektivní. Cílový časoměřič může předčasně nebo opožděně stisknout stopky na startérův povel, který slyší skresleně v telefonu, může předčasně nebo opožděně zastavit stopky při průjezdu závodníka cílem. Při optickém mezistartu, kterého se často používá u slalomu, se tyto chyby sčítají. Chyby mohou dosáhnout velikosti řádu desetin vteřiny. (Na letošním mistrovství ČSR zvítězil Bogdálék před Henrichem o jednu desetinu vteřiny ve sjezdu.)

Technické zařízení na start a zastavení hodin má svůj velký význam právě v tom, že si jeho pomocí závodník svůj čas změří sám. Při tom technické zařízení zapne a vypne hodiny závodníkovi za přesně stejných podmínek jako závodníkovi předešlému a následujícímu, protože při těchto a jediné těchto podmínkách zařízení funguje.

Relativní přesnost měření »elektrického« je nepochybně mnohem větší než u měření »ručního«.

Je-li tedy technické zařízení navrženo podle všech kritérií, které jsme uvažovali, je-li jeho přesnost větší než u měření »ručního« a jeho spolehlivost dostatečně velká, pak je tedy zřejmě měřením nevhodnějším a nejspřávnějším a nikdy nemůže být korigováno subjektivním vlivem rozhodčího.

Spolehlivost technického zařízení je v zásadě určena kvalitou a množstvím technických doplňků, které sice nejsou pro jeho správnou činnost nezbytně nutné, ale kontrolují je, případně automaticky zapojují nové součástky za vadné. Tyto kontrolní obvody mohou samozřejmě být značně nákladné. Jak je vidět, bude měřítko spolehlivosti celého zařízení dáno finančními možnostmi, které jsou na jeho zřízení uvolněny. Samozřejmě má tento finanční náklad charakter investice, protože udržovací náklady jsou značně nižší.

Personální stav sboru rozhodčích se při použití technického zařízení asi příliš nezmění. Jednak bude třeba odborně vyškolených rozhodčích pro obsluhu a provoz zařízení během závodu, jednak bude třeba zaregistrované údaje

vyhodnocovat (sbor počtářů). Naproti tomu odpadnou funkcionáři od cíle (za předpokladu změny pravidel).

Uvedu teď jako příklad technické zařízení použité na VI. zimních olympijských hrách 1952 v Norsku. Zařízení bylo pochopitelně vybaveno úměrně důležitostí závodu.

Základem zařízení byly časové kamery, které zachycovaly časy s přesností na 2 desetinná místa na filmový pás a speciální přesné hodiny (t. zv. chronografy), spojené také s hodinami pro obecnostvo. Obsluha zařízení byla prováděna oficiálními norskými rozhodčími. Vedle nich však také nezávisle pracovali odborníci firmy Longines, která se zabývá konstrukcí podobných zařízení a která zřejmě využila příležitosti k reklamě.

Popíšeme si podrobněji pouze zařízení pro slalom, které je nejkomplikovanější a které je schematicky nakresleno na obrázku. Dvojité startovací zařízení S vyše, jakmile je zapojeno odjíždějícím závodníkem, impuls do zařízení E a F. Význam těchto dvou zařízení E a F je v tom, že po obdržení impulsu řídí dále celou situaci samostatně bez ohledu na to, co se děje u startu. Tím je uvolněna startovní čára ještě při jízdě závodníka na trati pro přípravu eventuálně start druhého závodníka. Zařízení E a F se připojí ke startu teprve po stisknutí tlačítka, které má v ruce startér a jeho pomocník. Zapomene-li startér stisknout tlačítko svého zařízení E, pak s velkou pravděpodobností nezapomene jeho pomocník u svého zařízení F. Pro správnou funkci stačí, aby běželo jen jedno zařízení, které předá impuls do dalšího přístroje R. Ten má několik funkcí:

a) Vede impuls přes ovládací zařízení L do hodin pro publikum P1, umístěných na slalomovém svahu a u cíle, které se ihned rozeběhnou. Zároveň je zařízení L připraveno spustit hodiny P2 při startu dalšího závodníka.

b) Impuls je současně veden přes ovládací zařízení N na kontrolní stůl X, na němž je celkem 8 hodin zapojeno tak, že vždy dvoje běží najednou. Porucha, která by současně nastala

v obou hodinových strojích je velmi málo pravděpodobná. U tohoto stolu seděli norští rozhodčí.

c) Impuls je současně veden na kontrolní stůl Y, kde jsou 4 hodiny a ovládací zařízení pro časovou kameru Z, kde je zachycen čas závodníka na filmový pás. Zde byli odborníci fy Longines.

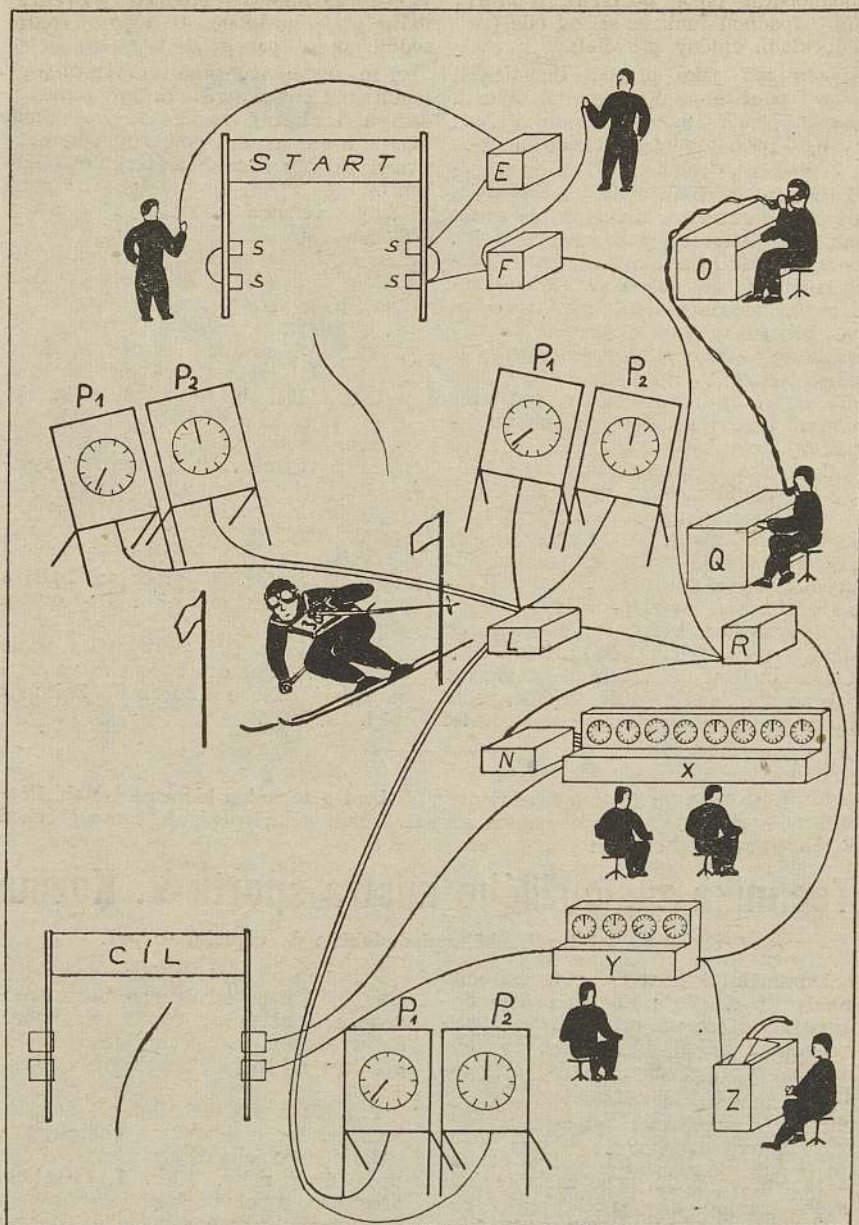
Situace je tedy nyní taková: Závodník je na trati. Jeho čas měří informační hodiny P1, přesné stopky v kontrolních stolech X a Y a časová kamera Z.

V cílové brance jsou namontovány dvě fotony nad sebou, na něž dopadají dva světelné paprsky, tvořící jakési »nehmotné závory«. Kombinace dvou fotonek je volena proto, aby závodník nezkrátil čas předhozením hole. Jakmile přeruší závodník svým tělem na jedinou oba světelné paprsky, oznámí tento stav jedna z fotonek na kontrolní stůl X, kde oficiální stopky zaznamenají čas a druhá fotonka hlásí tento stav na kontrolní stůl Y, do časové kamery Z a do ovládacího zařízení, které zastaví hodiny pro obecnostvo. Tyto hodiny ukazují čas asi 10 vteřin, ve kterých každý divák může pohodlně přečíst a pak jsou ovládacím zařízením L anulovány. Stav těchto hodin je současně automaticky hlášen telefonistovi Q, který okamžitě hlásí jejich uvolnění telefonistovi O, aby mohl být odstartován další závodník. Mezi tím může ovšem již být na trati závodník, kterého sledují hodiny P2.

U sjezdu a obřího slalomu bylo použito speciálního startovacího zařízení. Toto zařízení bylo nastavitelné na různé startovní intervaly a samo obstarávalo zvonkem startovní povel. Zároveň byl jiným připojeným zařízením určován předčasný nebo opožděný start o polovinu vteřiny. Jakmile zařízení indikovalo předčasný start, oznámil příslušný rozhodčí výstřelem z pistole, že start je nutno opakovat. Tento rozhodčí stál asi 10 m pod startem. Ostatní zařízení je obdobné jako u slalomu.

Stejného startovacího zařízení jako u sjezdu se používá i u běhu. U cíle však není časová kamera a hodiny pro obecnostvo. Technického zařízení je





možno použít i u štafet, kde ovšem start je proveden normálně pistolí.

Popsané zařízení by bylo možno samozřejmě podrobit kritice. Chtěl bych však upozornit na jednu okolnost. Vedle snahy o objektivní změření času je na zařízení vidět také velká péče o diváka. Myslím, že i u nás by popularita lyžařských disciplín velmi stoupla, kdyby na příklad u slalomu měl divák možnost sledovat výkon závodníka jak na trati, tak i na hodinách. Zatím sleduje divák celý závod více méně neosobně, protože nemůže srovnávat čas už během výkonu a je tím vlastně ochuzován o moment vzrušení, který je charakteristický pro jiné sportovní disciplíny. Obliba skoku na lyžích má příčinu také v tom, že zde sleduje divák výkon cele.

Co říci závěrem k celé otázce. Především doufám, že se moje poznámky o spolehlivosti rozhodčího našich rozhodčích nedotknou. Je samozřejmě, že žádné technické zařízení nemůže odstranit rozhodčího úplně, protože žádné zařízení nemůže provést vyhodnocení výsledku, který zaregistruje. Je dále jasné, že technického zařízení není třeba používat při všech závodech, ale jen na závodech nejdůležitějších, podle mého soudu především na mistrovství

a mezinárodních závodech. Na okraj organizace menších závodů bych chtěl poznamenat, že při školení rozhodčích by se měla více probrat vlastní organizační stránka závodů než pravidla, která si každý může přečíst doma. Jistě v tom směru pomohou připravovaná skripta sportovně technické komise LS SVTVS. Kromě toho by snad každý rozhodčí mohl být vycvičen v obsluze telefonního zařízení a seznámen s jeho funkcí tak, aby mohl eventuálně sám zřídít linku start—cíl a uvést ji do chodu. Tím by odpadla náročná asistence členů Svazarmu a pod.

Uvažuje-li se dnes i u nás o zřízení technického zařízení pro měření času, je jistě třeba, aby se k tomu přikročilo se vši odpovědností. Potřebné přístroje se samozřejmě nedají udělat na koleně a pracovníci, kteří zařízení vyvíjejí, měli by být opatřeni vším, čeho je třeba k dosažení jeho dostatečné spolehlivosti.

Myslím, že problematika celé otázky zde byla dostatečně probrána. Další a podrobnější zkušenosti může ovšem přinést praxe.

Zařízení na OH je popsáno podle článku A. Otta, uveřejněného ve švýcarských «Neue Zürcher Zeitung» z 14. III. 1952.

V dnešním čísle pokračujeme v diskusi o technice běhu na lyžích. Přecházíme na běh s odpichem soupaž. Velmi pěkně popisuje tento přechod následující článek:

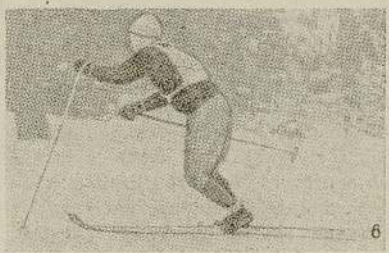
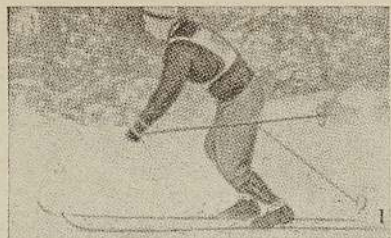
## Technika zasloužilého mistra sportu V. Kuzina

Přechod ze střídavého běhu dvoudobého do odpichu soupaž.

Maximální využití techniky při běhu na lyžích dovoluje Kuzinovi jeho dokonalá všestranná příprava. Tuto připravenost získal díky tomu, že jeho training v přípravném období nebyl zaměřen výhradně na běžeckou přípravu, ale že věnoval pozornost i jiným způsobům trainingu, jako na příklad veslování, které působí na zesílení rukou a ramenních svalů, nebo začleňoval do svého trainingu akrobatické prvky, napodobování běhu na lyžích a různé jiné cviky zaměřené na rozvíjení všestrannosti.

Při běhu používá V. Kuzin nejčastěji kombinaci běhu střídavého, běhu dvoudobého s během s odpichem soupaž. Na uvedeném kinogramu je zachycen přechod z běhu střídavého do odpichu soupaž.

Pro Kuzinovu techniku při dvoudobém střídavém kroku je charakteristická jeho poloha těla při výchozí fázi pro odraz nohy. (Obr. 1.) Kratičká přestávka v pohybu lyže je způsobena intenzivním rozmachem paže i nohy a poměrně malým poklesnutím nohy v přípravě pro odraz, (pánev se nesní-



žuje směrem dozadu), což má za následek silné vyklonění trupu kupředu. Těžiště těla se tím značně posunuje kupředu a přibližuje se až k samé hranici možnosti. Tímto silným předklonem jsou vytvořeny velice výhodné podmínky pro provedení rychlého a intenzivního odrazu.

Je třeba zdůraznit, že při přechodu do odpichu soupaž po ukončeném odrazu nohy i ruky (obr.2.) je přisunutý levý odrazový nohy i vytrčení pravé ruky provedeno bez záběru holí, což je proveditelné jen při dobrém přenesení váhy těla. Levá ruka se při zakončení zdvihu poněkud ohýbá v lokti a následkem současného jejího nevelkého zdvihu (obr. 5.), dochází k předhození hole. (Obr. 6.) Při tomto postavení hole (při přechodu na krok s odpichem soupaž) se tvoří nejlepší podmínky pro rychlý a intenzivní odraz nohy. (Obr. 7.) Trup

se naklání kupředu za holí, čímž se podporuje silný přeпад těla při výchozí fázi kroku. (Trochu to připomíná polohu těla při sprintu.)

Váha těla je přenesena na pravou nohu. Současně se zapíchnutím hole začíná odraz pravé nohy (obr. 8.) a prodlužuje se rozmach pravé ruky kupředu. V okamžiku, kdy je odraz nohy zakončen, je levá hůl připravena na sněhu v poloze vhodné pro zabránění a nastává práce trupu. Následkem přenesení váhy těla kupředu tvoří se i výhodné podmínky pro závěrečnou práci chodidla při ukončování odrazu. (Obr. 9.) V okamžiku, kdy začíná trup aktivně pracovat, jsou již hole postaveny v nejvýhodnější pozici pro odpich. (Obr. 10.) Současně s odpichem holí probíhá rychlý přisun nohy. (Obr. 10.)

Přeložil G. Černý.

## Vracíme se k návštěvě sovětských sjezdařů

Na naše pozvání k účasti na mezinárodních závody O velkou cenu Slovenska přijela k nám 20členná delegace sovětských sportovců: trenéři Djimitrij Rozstovcev a Jurij Preobraženskij; mistři a mistryně sportu Kurbesov, Sustov, Preobraženskij Vladimír, Tjurin, Kuzněcov, Čertyšev, Turumin, Melnikov, Filatov, Taljanov, Panov, Severin a Sarkov, Sidorova, Gippenraiterová, Vogulkina, Artěmenková a Vasiljevová. Byli jsme rádi, že k tomuto přátelskému setkání došlo právě v roce, kdy jsme oslavovali a vzpomínali desátého výročí osvobození Sovětskou armádou. Bylo to po prvé v historii našeho lyžařství, kdy sovětské lyžaři přijeli do CSR k společnému treningu s naším reprezentačním družstvem. Ve společném táboře se připravovali v Tatranské Lomnici a ve Vrátné na Chlebu. Všichni jsme byli velmi zvědaví na výkonnost sovětských sjezdařů. O světové třídě sovětských běžců jsme se přesvědčili na mistrovství světa ve Švédsku, ale o sjezdařích jsme mnoho nevěděli. Právě tím více jsme byli zvědaví na jejich technickou

vyspělost. Sovětské sjezdaři se nám představili jako velmi odvážní jezdci s dobrou technikou jízdy. To konečně dokázali svými výkony při závodech o Vel-



Filatov při své rasantní jízdě ve slalomu



Družstvo sovětských sjezdařů a sjezdaček v Tatranské Lomnici

kou cenu Slovenska. Taljanov, Filatov, Melnikov, Šarkov, jsou vynikající jedinci, kteří po zkušenostech v mezinárodních závodech budou patřit k nejlepším světovým sjezdařům. Z žen ukázala vysokou úroveň a bojovnost Jevgenie Sidorova, která dokázala tak přesvědčivě zvítězit ve slalomu a obřím slalomu. Ostatní sovětské sjezdačky zůstaly pozadu za touto vynikající závodnicí. Spo-

lečný trénink československých a sovětských sjezdařů přinesl mnoho kladů ve společné práci opravdových sportovních přátel pro příští zimní olympijské hry.

Věříme, že naše společná cesta a cíl dobýt co největších úspěchů na zimních olympijských hrách, přinese opravdové úspěchy našim i sovětským závodníkům.

Z. PELC

## Nová dynamická metodika nácviku základního lyžařského výcviku

Dr ZDENĚK MOHR

Na krajském kursu instruktorů lyžařských cvičitelských škol pořádaném učeně metodickou komisí lyžařské sekce KVTVS v Brně ve dnech 1. až 8. května 1955 na Roháčích v Liptovských Tatrách řešili jsme otázku modernějšího pojetí metodiky nácviku základního lyžařského výcviku.

Dosavadní způsob nácviku byl prováděn převážně staticky. Cvičitel zavedl své družstvo na louku a tam je cvičil. Byli-li jeho svěřenci vytrvalí a měli-li velký zájem o cvičení, stávalo se velmi často, že cvičili na téže louce celý týden, zvláště, když v nejbližším okolí nebylo jiné, upravené louky.

Tento způsob výcviku byl jen málokdy zpestřen prováděním výcviku na jiné louce, v terénu nebo nějakým menším výletem do okolí.

I když takovýto způsob výcviku nebyl pravidlem, přece jen k němu dosti často docházelo. Osvědčoval se jen výjimečně tam, kde byl prováděn v prostředí málo členitém, tedy tam, kde malá rozmatitost terénu a nedostatek vhodných svahů přímo nutil k statickému provádění výcviku na omezeném prostoru.

Velmi často však byl tento statický způsob výcviku prováděn také cvičiteli tam, kde tito buď z pohodlnosti setrvali konservativně na jedné louce, na jednom svahu, nebo prostě proto, že se jim uježděná louka líbila, že na ní uměli dobře jezdit, a tím své svěřence mohli oslňovat, anebo že sami na ní rádi loučkařili. A to vše bez ohledu na to, že celá koncepce naší metodické řady požaduje od cvičitele stupňování výcviku jednotlivých cviků na různých sklonech a terénních nerovnostech.

A snad právě proto, že naše nová metodická řada je tak stručná a klade o to větší nároky na cvičitelovu obrazovnost a vynalézavost během provádění základního výcviku, zůstávali mnozí cvičitelé buď z nedostatku této obrazovnosti, anebo ještě častěji z pouhé pohodlnosti na uježděné louce a na ní trápili začátečníka zpravidla tak dlouho, až mu učení třeba i znechutili.

Statický způsob výcviku selhával zejména při výcviku mládeže a dětí. Děti totiž vydrží provádět výcvik jen tehdy, je-li pro ně zajímavý a byl-li nějak zpestřen. Děti zpravidla nevydrží cvičit na jednom svahu celé dopoledne, a tím méně celý den a jednotvárnost výcviku je značně nudí.

I pro dospělé je daleko přitažlivější takovýto způsob výcviku, který je neomezuje stále jen na jednu louku nebo jeden svah, nýbrž který je prováděn na různých svazích o různém sklonu a který je nadto ještě zpestřen vyjížděním do terénu.

Dnešní obliba loučkaření u mnohých cvičitelů a pokročilých lyžařů jen ještě více ovlivňuje dnešní způsob provádění základního lyžařského výcviku a způ-

sobuje, že tento se často omezuje jen na rámec nejbližšího okolí výcvikového střediska nebo chaty.

Abyste tyto závady byly odstraněny, aby výcvik byl učiněn pro cvičence zajímavějším a přitažlivějším a aby také cvičitel se mohl při výcviku více využít, aby cvičenci byli získáni pro lyžařskou turistiku a aby byla používána metodika nácviků základního lyžařského výcviku moderním způsobem, rozhodla se učebně metodická komise lyžařské sekce KVTVS v Brně z popudu svých členů bratří ing. Eduarda a Jaroslava Černých zpracovat otázku modernějšího způsobu nácviku základního lyžařského výcviku a po zpracování ji předložit SVTVS a lyžařské veřejnosti.

V čem spočívá nový, dynamický způsob nácviku základního lyžařského výcviku?

Stručně lze zodpovědět tuto otázku takto: V provádění výcviku přímo v terénu a tudíž na neupravených svazích a dále ve výrazném nacvičování některých prvků, kterým se dříve věnovalo buď málo pozornosti anebo žádná.

Provádění výcviku přímo v terénu není v podstatě nic nového. Někteří cvičitelé tohoto způsobu nácviku používali již dříve, ovšem ne tak výrazně, jak to požaduje nový, navrhovaný dynamický způsob nácviku, který je založen na principu využívání terénu téměř po celou dobu provádění základního výcviku, i když se provádí v rámci metodické řady. K výcviku na připravené louce dochází jen výjimečně (na příklad sesouvání a smyky), a to ještě po přípravě, která je anebo může být výslednicí předchozího cvičení, anebo za nevhodných sněhových podmínek.

Předpokladem pro tento způsob nácviku je ovšem vhodný terén. Tedy terén členitý, bohatý na muldy, terénní nerovnosti, na svahy o různých sklonech a na svahy a dojezdy, do roviny nebo s protisvahy.

Takových terénů máme v našich horách v blízkosti chat hodně. Nejsou ovšem všude.

Další novinkou navrhované nácvikové metody je výrazné nacvičování někte-

rych prvků, které se dříve při provádění výcviku opomíjely. V našem případě by bez nácviku těchto prvků nebylo možno dosáhnouti zamýšleného výsledku. Značná část výcviku je totiž věnována postojům těla a jeho změnám způsobeným terénem. Postoje se nacvičují při sjezdech přímých i šikmo svahem, aniž by cvičení bylo zaměřeno na sjezdy. Naopak v této fázi je vše zaměřeno právě na nácvik různých postojů těla a na změny postojů a vše se provádí na neupraveném terénu, takže cvičenec vlastně provádí někdy současně nácvik dvou prvků, a to ještě, jak bylo řečeno, na neupravených svazích, tedy za současně aplikace výcviku prvků přímo v terénu, čímž se cvičení pro něho stává daleko zajímavějším a zábavnějším a nadto jej odvádí od loučkaření a naopak ho vychovává pro terénní jízdu a tedy i lyžařskou turistiku. Poněvadž ale celý výcvik se provádí v rámci metodické řady, je také přípravou pro jeho případné závodní zaměření.

Jde zejména o nácvik předklonů na svazích o různých sklonech a při měnících se sklonech při sjezdu přímém i šikmo svahem. Při sjezdu šikmo svahem se v navrhované nácvikové metodice značná pozornost věnuje nácviku odklonů těla od svahu, tedy prvku při nácviku právě tak opomíjenému jako nutnému a důležitému. Každý dobrý lyžař a zvláště cvičitel ví, jak provádění sesouvání a smyků (kristanií) usnadňuje právě vhodné používání odklonů těla od svahu. Přes to, ale při výcviku se věnuje nácviku tohoto postoje tak málo času. Osvojení si návyku používání odklonů od svahu ušetří nám později hodně práce při nácviku sesouvání a smyků.

Dále se v nové, navrhované nácvikové metodice věnuje značná doba nácviku rotace jako prvku, který v jednoduché formě možno nacvičovat i při jízdě šikmo svahem, a dále nácviku vytlačování boků (pánve) od svahu jako průpravného nácvikového prvku pro pozdější nácvik sesouvání vpřed a smyků.

Celá nová, dynamická metodika nácviku spočívá na zásadě dosáhnout u svěřenců dovednosti a správných

návyků — pokud jde o základní postoje a pohyby těla a jejich změny — dříve než bude překročeno k nácviku oblouků a švihů, tedy těžších a komplikovanějších cviků, poněvadž se znalostí oněch, abych tak řekl základních lyžařských prvků, lze daleko úspěšněji a rychleji zvládnouti zbytek základního lyžařského výcviku. A nadto, jak už bylo zdůrazněno, tento způsob výcviku, poněvadž je prováděn přímo v terénu, je pro cvičence přijatelnější, zajímavější a přitažlivější a vede ke správnému ocenění terénní jízdy již u začátečnicků, a tím k odklonu od loučkaření a naopak k zájmu o lyžařskou turistiku.

Tímto způsobem se dá provést celý anebo aspoň téměř celý základní výcvik, při čemž cvičenci jsou stále v terénu a jsou přitom jim tak zaujatí, že si ani neuvědomují, že prodělávají výcvik podle metodické řady a podle známých pravidel od lehkého k těžšímu a od jednoduchého k složitějšímu. Jejich spěch, aby již již jezdili oblouky nebo kristanie je utlumen rozmanitostí cviků a hlavně terénu, takže se rádi podrobují tomuto pro ně zajímavému způsobu výcviku.

Opakuji, že tento způsob nácviku prvků metodické řady je velmi působivý a přitažlivý tam, kde je členitý a rozmanitý terén.

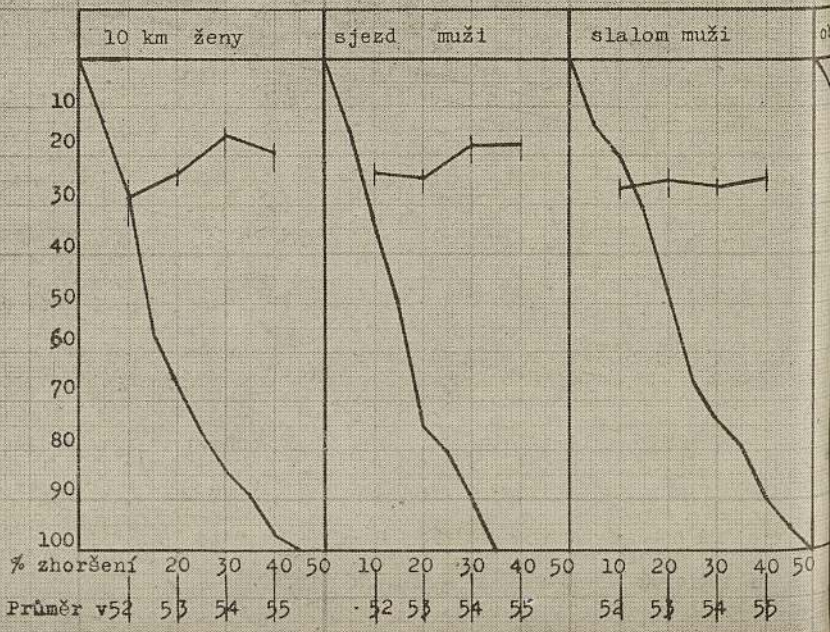
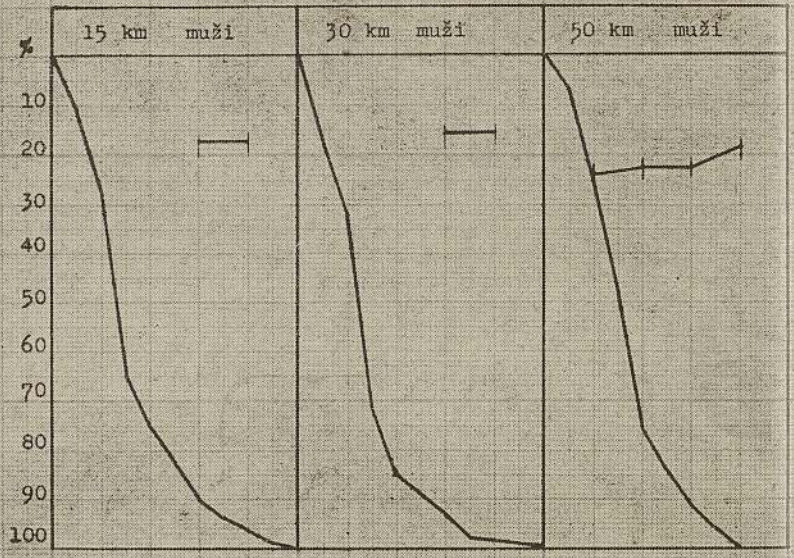
Kde je terén málo členitý, tam lze aspoň prvou polovinu — tedy pro začátečnický zpravidla tu nejméně zajímavou část metodické řady — zpestřit a učiniti zajímavější tímto způsobem výcviku.

Nechtěl bych, aby se někdo domníval, že toto je jediný nebo dokonce jediný správný způsob nácviku a že každý jinak prováděný není správný nebo že je dokonce méněcenný.

Tvrdím naopak, že tento způsob nácviku, jemuž říkám dynamický, je jeden z několika, kterých lze při výcviku použít.

Domnívám se však — soudě podle zjištění, jak tento způsob nácviku zaujal ty, na nichž byl zkoušen — že zaujme každého vašeho svěřence, bude-li dobře a za vhodných podmínek (členitý terén a zkušený cvičitel) prováděn.

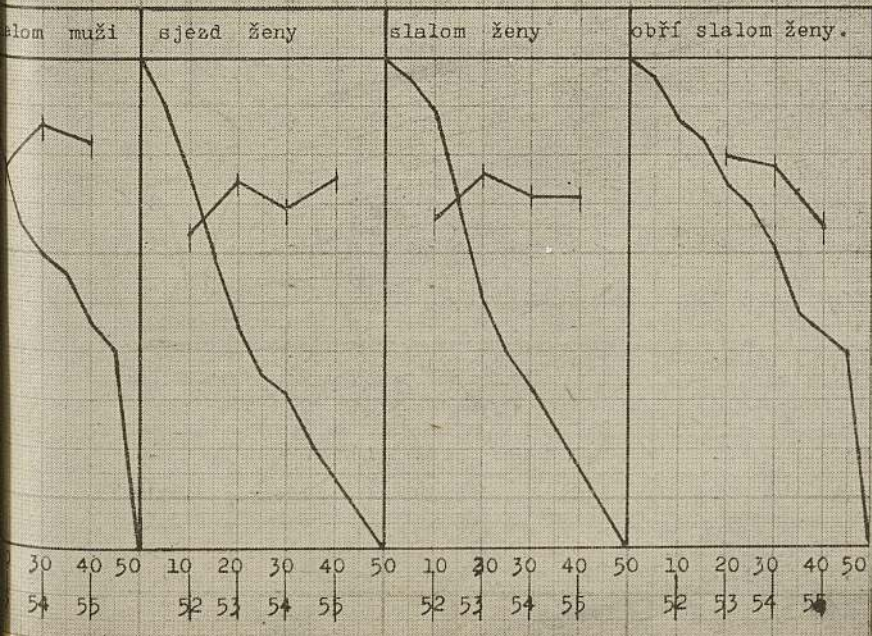
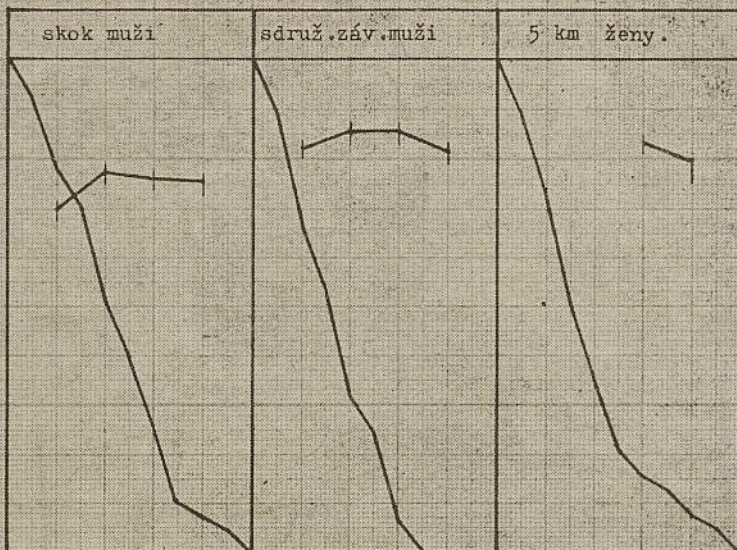
Diagram výkonnosti lyžařských závodníků a stov





1 2 5 5

průměrné výkonnosti v letech 1952, 1953, 1954 a 1955.



# Výkonnost lyžařských závodníků na přeboru ČSR v roce 1955

Již uplynuly 4 roky od zavedení jednotné sportovní klasifikace, která nám dala možnost a úkol sledovat pohyb výkonnosti lyžařských závodníků.

Začali jsme tehdy plnit tento úkol ihned, a to nese dnes své ovoce především v tom, že můžeme pozorovat nejen rok přitomný, nýbrž i srovnávat jej s roky minulými tam, kde se disciplína ve svých technických podmínkách nezměnila.

V minulých letech jsme uvedli podrobnosti vysvětlující význam tohoto šetření, rovněž tak byly provedeny některé dedukce, jak se podávaly ze statistiky či grafů.

Letos, kdy porovnáváme více let, myslím, že není třeba dalších slov ke křivkám znázorňujícím pohyb ve výkonnosti lyžařů, závodníků, v letech 1952, 1953, 1954 a 1955.

Přiložená tabulka pro muže a ženy ukazuje, kolik závodníků z počtu závodů dokončivších se zpozdilo v % času vítěze nebo docílilo v procentech méně bodů než vítěz.

## Statistika výkonnosti lyžařských závodnic na přeboru ČSR v r. 1955

### Ž E N Y

Zhoršení bodů nebo času proti vítězi v %	Počet závodníků bodově nebo časově zhoršených v disciplíně				
	5 km	10 km	sjezd	slalom	obří slalom
5	4	5	3	1	1
10	6	6	4	2	2
15	8	11	5	5	1
20	6	4	4	5	2
25	5	4	3	3	1
30	2	3	1	2	2
35	1	2	3	—	3
40	2	3	—	—	1
45	1	1	—	—	1
50	2	—	6	9	9
celkem	37	39	29	27	23

Průměrná výkonnost na přeboru ČSR v roce 1952, 1953, 1954, 1955

1952	—	28,8	35,38	37,63	—
1953	—	23,71	25,19	23,95	20,19
1954	16,79	15,75	30,92	28,8	22,24
1955	20,13	19,3	24,8	28,7	35

# Statistika výkonnosti lyžařských závodníků na přeboru ČSR v r. 1955

## M U Ž I

Zhoršení bodů nebo času proti vítězi v %	Počet závodníků (bodové nebo časové zhoršených v disciplíně							
	15 km	30 km	50 km	skok	sáruž. závod	sjezd	slalom	obří slalom
5	12	11	3	3	3	6	5	3
10	19	9	8	5	6	7	2	4
15	42	24	10	3	4	7	4	1
20	11	9	12	7	6	10	6	3
25	8	5	4	4	2	2	7	6
30	9	3	3	5	5	4	3	3
35	5	—	2	6	2	4	2	2
40	2	—	2	1	—	—	4	5
45	3	—	—	1	—	—	2	3
50	1	1	—	2	—	—	2	20
celkem	112	62	44	37	28	40	37	50

Průměrná výkonnost na přeboru ČSR v roce 1952, 1953, 1954, 1955

1952	—	—	23,52	30	17,87	23,01	26,53	—
1953	—	—	22,35	22,5	14,4	24,55	25	23,06
1954	17,16	15,22	22,10	23,58	14,1	17,99	26,04	13,86
1955	17,9	15,3	18,7	24,2	18,7	17,8	24,5	17,5

Další tabulka pak ukazuje, o kolik procent času či bodů vítěze byly horší všichni závodníci dokončivší závod. Jde tedy o ukazatel průměrný v jednotlivých letech. Tento ukazatel má být pomůckou pro závodníky, trenéry a stavitele tratí.

V diagramech pak křivky jako spojnice bodů znázorňujících průměr v jednotlivých letech ukazují pohyb ve výkonnosti za sledované roky.

Běžecké disciplíny jsou srovnávány pouze v letech 1954 a 1955, neboť v letech minulých se stavěly tratě jiných délek. Rovněž tak obří slalom se jel oficiálně teprve třetí rok.

Výkonnost v roce 1955 se podává z křivky začínající vždy od vítěze, tedy v nulovém zpoždění, a na svislé ose jsou vyznačena procenta zpožděných závodníků z celkového počtu. Na vodorovné ose jsou vyznačena procenta zpožděného času či bodů proti vítězi.

Jde o konstatování poměrů, které mohou být ovlivněny mnohonásobně vším, čím je lyžařina pestrá. Leč i přesto jde o poznání, které nás poučuje, že se lyžařina vyvíjí velmi dobře.

Zvláštní zřetel je třeba upřít na obří slalom a odpovědět na skutečnost, kterou ukazuje diagram v tom, že asi u nás není dosud vyčerpán ve všech jeho znacích, nebo že není dosud v koncepci, která mu náleží. Je třeba si proto přát, aby jeho technická úprava byla napříště uvedena v soulad s jeho obsahem a významem.

Josef Reichert,  
člen kvalifikační komise LS SVTVS

## Soutěž o nejlepší LS KVTVS a ÚV DSO

Letos z jara pověřilo předsednictvo ústřední lyžařské sekce svou organizační komisí, aby vypracovala podmínky pro soutěž o nejlepší lyžařskou sekci jak v KVTVS, tak i v ÚV DSO. Vypracování podmínek nebylo nijak lehkou záležitostí. Bylo nutno do ní zapojit veškerou obsáhlou práci a činnost, kterou se zabývají lyžařské sekce, a přitom též najít nějaký proveditelný ohodnocovací systém. K tomu všemu ještě přistupovaly některé podmínky předsednictva LS SVTVS, aby soutěž neměla jednak mnoho bodů, jednak aby obsáhla zejména ty úseky práce, které vážnou na našich krajích. Nebudu se zde zabývat všemi problémy, které jsme při sestavování podmínek museli řešit, ani se nechci zmiňovat o všech jednáních, které zrození soutěže předcházely. To také není mým úkolem. Účelem tohoto článku je seznámit pokud možno nejširší lyžařskou veřejnost s touto soutěží. Chceme, aby všechny kraje, a to jak v českých, tak i v slovenských krajích se do soutěže zapojily. Na výsledku soutěže bude mít jistě i nemalý vliv zájem všech lyžařů. My věříme, že sám průběh této soutěže přinese zlepšenou práci všech krajů. Vždyť také je to jejím pravým účelem. V republice máme řadu dobrých krajů a proti nim stojí zase velká řada horších krajů. Každým rokem hledají se cesty, jak zlepšit práci v krajích a jak slabé kraje pozvednout. Při tom však nikdy nebylo stanoveno nějaké oficiální pořadí krajů ani nebyly stanoveny podmínky pro toto pořadí. Letošní soutěž, která byla k 15. 6. předsednictvem vyhlášena, všechny nedostatky z minulosti odstraňuje. Průběh soutěže bude jistě sledován s velkým zájmem všech lyžařů v našich krajích. Dílčí hodnocení bude provedeno na podzimním plenu LS a po tomto bude také zveřejněno. Na tomto plenu může být také soutěž buď rozšířena, nebo případně v některých bodech pozměněna, vyžádá-li si toho dosavadní průběh. Je nutné, aby v případě nutnosti bylo možno soutěž pozměnit, aby tato nebyla nakonec brzdou v naší usilovné práci, nýbrž aby se stala jakýmsi pomocníkem v práci všech krajů. Řízením celé soutěže, jakož i jejím sledováním je pověřena organizační komise.

Po skončení hlavního období 1955/1956 — na jarním plenu LS bude vyhlášena nejlépe pracující sekce a pořadí ostatních. Jak jsem se již dříve zmínil, touto soutěží sledujeme jak zlepšení práce v nižších složkách na základě soutěživosti, tak i plnění plánu práce a rozvoje. Jako každá soutěž, tak i naše je dotována cenami, které obdrží nejlépe se umístivší kraje a LS-ÚV DSO.

Jednotlivým krajům doporučujeme soutěž rozšířit dále na okresní složky a to buď za stejných podmínek, nebo v přizpůsobených podmínkách místním poměrům. Budete-li ve svém obvodu vyhlášovat podobnou soutěž, oznamte to na adresu organizační komise LS SVSVT.

Dříve než přistoupíme k jednotlivým bodům soutěže, která je rozepsána do 5 bodů, chci předeslati, že v jedné skupině budou hodnoceny LS KVTVS a v druhé LS ÚV DSO. Na jarním plenu LS v Klánovicích se někteří zástupci LS ÚV DSO domnívali, že obě výše uvedené složky budou hodnoceny společně. My víme, že to tak není možné, protože každá z těchto složek má jiné podmínky pro hodnocení.

Pro větší přehlednost uvedu nyní všech 5 bodů soutěže a jejich hodnocení.

1. a) zaslání všech zpráv vyžádaných LS SVTVS do stanoveného termínu hodnotí se za každé hlášení 10 bodů
- b) zprávy, které dojdou po stanoveném termínu, budou hodnoceny tak, že za každý den zpoždění odečítá se až do vyčerpání bodové zásoby 1 bod  
Za zprávy později došlé neudělují se žádné body. V případě, že zpráva nebude vůbec zaslána, bude sekci udělena veřejná důtka v Lyžařství.
2. a) lyžařská sekce se všemi komisemi určenými organizačním statutem hodnotí se 20 bodů
- b) chybí-li komise
  - aa) propagačně výchovná, učebně metodická, trenérská rada, sportovně technická, organizační, mládeže, odečítá se za každou komisi 5 bodů
  - bb) komise nebo referent: rozhodčích, klasifikační, bobů a sání, odečítá se za každý úsek 3 body
3. a) účast zástupců LS KVTVS (MVTVS) a ÚV DSO na aktivech a plenu LS SVTVS hodnotí se 10 body  
neúčast 0 bod
4. Za každý veřejný závod mládeže (dorostu a juniorů v hlavním období mimo SHM), který bude uspořádán v kraji 10 bodů
5. a) vyškolení cvičitelů podle směrného čísla — 100% — 10 bodů
  - b) aa) uspořádání jarních a podzimních srazů cvičitelů při účasti větší než 50% 10 bodů
  - bb) při účasti 25—50% 5 bodů
  - c) vyškolení rozhodčích:
    - aa) I. tř. podle směrného čísla hodnotí se 100% 10 bodů
    - bb) II. tř. podle směrného čísla hodnotí se 100% 10 bodů

Nejlépe kraje budou odměněny za dobrou práci věcnými cenami.

Aby byla zaručena regulérnost zasílaných zpráv, jsou v podmínkách soutěže dva dovětky:

A) Jakákoliv v zásadě chybná zpráva zasláná na LS SVTVS má za následek vyzmazení všech bodů, které sekce obdržela za pololetí, ve kterém taková zpráva byla zaslána.

B) V případě zaslání několika zpráv tohoto druhu, bude sekce vyloučena ze soutěže a udělena jí veřejná důtka v Lyžařství.

A nyní vysvětlivky k jednotlivým bodům soutěže:

ad 1. a) Patří sem tato předepsaná hlášení: plán rozvoje a práce, plnění a kontrola plánů, čtvrtletní zprávy o závodech schválených LS SVTVS.

b) Za každý den, o který přijde zpráva po stanoveném termínu, sráží se 1 bod až do vyčerpání bodové hodnoty. Plný počet 10 bodů dostanou ty kraje, které zašlou hlášení do stanoveného dne (včetně tohoto). Následujícím dnem počínají se srážet body až do vyčerpání všech bodů. Uvedme zde konkrétní případy. Na příklad zpráva má být zaslána do 30. 6. Kraj A zašle zprávu 2. 7., kraj B až 10. 7. a kraj C až 12. 7. Za tyto obdrží kraj A 8 bodů, kraj B a kraj C 0 bodů. Ad 2b) Za komisi je považována ta komise, která má nejméně 4 členy. Body 3a) a 3b) jsou celkem jasné a nepotřebují dalších vysvětlivek.

Ad 4) Tento bod byl pojat do soutěže proto, aby mládež nebyla popelkou v našem sportu. Kraje budou v tomto bodě hodnoceny podle toho, kolik veřejných závodů pro mládež bude uspořádáno. Zde bych však chtěl uvést jednu důležitou připomínku, a to: nejen vypsat, ale též provést. Hodnoceny budou jen takové závody, jichž se zúčastní nejméně 5 závodníků v každé z předepsaných disciplín. (Dorostenci a dorostenky zvláště. Nesčítají se.) Veškeré závody pořádané v rámci SHM (okresní a krajské kolo) se do bodovacího systému nezapočítávají.

Ad 5) Hodnotí práci sekci po stránce školení nových pracovníků a doškolení starých kadrů. Splní-li kraj směrné číslo určené LS SVTVS na 100%, obdrží 10 bodů. V případě, že splní na příklad jen na 80%, obdrží pouze 8 bodů. Toto se týká bodu a) a celého odstavce c). V odstavci b) je situace poněkud jiná. Zde nutno počítat vždy se dvěma srazy, to je jarní a podzimním. V případě, že bude uspořádán jen jeden, obdrží sekce jen poloviční počet bodů příslušných podle procentní účasti, to znamená buď 5 bodů, nebo 2,5 bodu.

Při vypsání této soutěže byli jsme si vědomi toho, že tato není ještě ideální a že má určité nedostatky, které bude nutno v budoucnosti odstranit. Praxe nám však nejlépe ukáže, kde a jak bude nutno tuto soutěž vylepšovat. Při této příležitosti obracím se na všechny kraje LS ÚV DSO, aby veškeré připomínky a návrhy na zlepšení soutěže nám zasílaly včas, abychom měli možnost tyto zpracovat vždy do některého plna LS.

Mírek KNOBLOCH,  
organizační komise LS SVTVS

## Ešte niekoľko poznámok k problémom našej mládeže

V aprílovom »Lyžiarstve« bolo prevedené štátnymi trénermi Bělo-nožníkom a Tvrzníkom vyhodnotenie dorasteneckých preborov ČSR v skoku a behoch na lyžiach. Z vyhodnotenia vyšli ako uzáver niektoré požiadavky, ktoré boli formulované asi v týchto bodoch:

1. Nutnosť väčšej opatery o dorast v krajoch.

2. Nutnosť vyškoliť čo najväčší počet trénerov, ktorí by sa mládeži venovali po celý rok.

3. Zavedenie kvalitnejšej výzbroje a výstroje pre mládež.

Ak tieto skutočnosti boli badateľné ako isté nedostatky na vrcholných súťažiach dorasteneckých, tak tým viacej sme ich pocítovali v krajoch pri súťažiach nižších, t. j. krajských a okresných. Dôkazom toho je, že vyhodnotenie zimnej sezóny trénerskou radou LS KVTVŠ Košice vyznieva, pokiaľ sa týka dorastu, v tom istom zmysle ako hore-spomenuté uzavery.

Je možno povedať, že na Slovensku sa nám prejavujú tieto nedostatky už dlhšie ako problémy silno páľčivé, problémy, ktoré nám doslova hamujú rast našej mládeže, takže plénum slovenských dobrovoľných trénerov lyžova-

nia na svojom zasadnutí v decembri m. r. v Bratislave muselo konštatovať zúfalý nedostatok bežeckých a skokanských kádrov, pomerne slabšiu úroveň v celoštátnom meradle, najmä u skokov, a malý prílív mládeže.

Na veľké prekvápenie zistili sme však na tohoročných okresných a krajských preboroch všade veľký záujem mládeže najmä o bežecké disciplíny, prejavujúci sa v silnej účasti, prevyšujúcej vždy počty mužov a žien.

Pravda, u dievčat neukazovala sa byť situácia tak ružová a otázkou dievčenského dorastu na Slovensku vo všetkých lyžiarskych disciplínach je nutné sa zaoberať ako osobitným, veľmi vážnym problémom, ktorý bude vyžadovať urýchlené aj osobitné mobilizačné opatrenia.

U chlapcov sa však jasne prejavujú problémy nedostatku kádrov inde — a to práve v bodoch, ako ich naznačili štátni tréneri Tvrzník a Bělonožník:

1. nedostatok trénerov, ktorí by mládež viedli,
2. nedostatok lyžiarskej výzbroje (bežky, bežecké topánky, vosky),
3. nedostatok lyžiarskych zariadení (hlavne lyžiarskych mostíkov, na ktorých by mládež mohla trénovať).

Na okresných a krajských preboroch videli sme veľký záujem mládeže o lyžiarčinu. Videli sme však tiež, že výkony, ktoré sú mládežou podávané, sú iba výsledkom nadšenia a obetavosti, prípadne talentovanosti, nie však techniky, a to najmä u behov. Videli sme, a to je najzávažnejšie, že chýbajú vedúci — cvičitelia — tréneri. Mládež je odkázaná sama na seba a po prvom neúspechu, ktorý sa tak často dostaví, od pretekania upúšťa.

Z veľkej väčšiny nám mládež tiež odpadáva pri prechode z kategórie dorastu medzi mužov. Tento prechod, ako bolo už na mnohých miestach spomínané, je príliš náhly (ako vyplýva ostatne z uznesenia pléna šport.-techn. komisie, bude v budúcom roku odstránený zavedením triedy juniorov).

Týmto všetkým stratám môžeme však

zabrániť, ak dáme našej mládeži dostatočný počet vedúcich — trénerov. A pretože ich máme na Slovensku zúfalý nedostatok, je nutné ich získať a vyškoliť, a to so zväčšenou intenzitou, ako tomu bolo doposiaľ. O ďalšom nedostatku — lyžiarskej výzbroje — nebudem sa tu šíriť. Je to otázka medzi lyžiarmi notoricky známa, opakovaná do omrzenia, vyžaduje len konečné operatívne riešenie, ktoré nie je dnes už takým problémom.

Horšie však je to s lyžiarskym zariadením, a tvrdím, že okrem nedostatku trénerov je to najmä u skokanov najzávažnejšia hamovka rastu našej mládeže.

Keď uvidiem, že na východnom Slovensku v celom Košickom kraji jestvujú len 2, slovami dva lyžiarske mostíky, ktorých dnes ani jeden nie je použiteľný, a v Prešovskom kraji situácia je o to lepšia, že ich dva mostíky sú použiteľné, tak je to k organizovaniu výcviku mládeže v skoku na lyžiach ozaj málo.

Nie div, že na krajských preboroch sme postavení pred problém: štartovať na veľkom mostíku a mládež z bezpečnostných dôvodov, pre nedostatok tréningu, skákať nepustiť, alebo konať prebory na mostíku s kritickým bodom P, 20 m, čo ovšem kvalite preborov nepridá. Víťaza ťažko pustiť konkurovať s chlapcami, pre ktorých skákať na veľkých mostíkoch v Harrachove alebo v Špindlerovom Mlyne je bežným výkonom.

Keď sa snažíme nedostatok odstrániť a uplatňujeme požiadavku výstavby lyžiarskych zariadení príslušnou cestou, t. j. v tomto prípade cestou DŠO, máme pocit na krajoch, že jednotlivým DŠO nie sú známe podrobné hľadiská ŠVTVŠ, podľa ktorých sa majú stanoviť priority investícií, a tieto sú schvaľované len podľa dobrozdania DŠO.

Riešenie týchto otázok, ktoré som vyššie uviedol, považujem za prvoradú úlohu. Tiež na pléne LS KVTVŠ Košice dňa 30. apríla t. r. prejavili sa uvedené problémy ako najpálčivejšie, a preto ich uverejňujem k prípadnej ďalšej diskusii.

J. BEAUFORT,  
predseda trénerskej rady  
LS KVTVŠ Košice

# ZKUŠENOSTI A ZHODNOCENÍ

## lyžařských zájezdů školní mládeže

Na základě provedeného průzkumu a získaných zkušeností střediskového vedoucího chci v tomto článku stručně zhodnotit několik lyžařských zájezdů školní mládeže podle toho, jaký měly průběh po stránce organizační, výchovné, výcvikové (technické) a branné. Přednosti i nedostatky, které jsme zjistili, se opakově zajistí i u jiných zájezdů, protože jejich podmínky byly v podstatě stejné.

Všeobecně lze říci, že si na lyžařských zájezdech nejlépe počínaly školy pedagogické, nejhůře odborné, třebaže ne všechny; jedenáctileté střední školy jsou asi uprostřed. Téměř všechny pedagogické školy měly zájezdový plán a učily podle plánu lyžařského výcviku, dodaného ministerstvem školství, a proto se jim práce dařila. Naproti tomu většina druhých škol uvedené plány neměla a svůj denní program sestavovali vedoucí zájezdů a instruktoři ze dne na den podle počasí a vzájemné dohody. Brali to zcela »po staru«; někdy jim to třeba »vyšlo«, ale většinou nevyšlo, a tak lyžařský výcvik prováděli všelijak, jenom ne soustavně a metodicky.

Další velké chyby lyžařských zájezdů školní mládeže byly:

- a) nedostatek schopných instruktorů,
- b) špatná nebo nevhodná lyžařská výbroj žactva,
- c) velký počet žáků v družstvech (někdy i přes dvacet).

To jsou zajisté velmi vážné závady, jejichž odstraněním nebo aspoň zmírněním se musejí školní úřady co nejdříve zabývat.

Závodní i branný výcvik na sněhu nebyl brán většinou vážně, spíše jen jako nutný doplněk nebo prostředek pro povinné plnění SZBZ. Zvláště u děvčat byl nápadný nedostatečný branný výcvik, který se zvlášť projevoval při provádění branných prvků SZBZ. Pro tento krásný závod neuměli někteří vedoucí a instruktoři mládež nadchnout ani získat. To se týká také sjezdových závodů i v tom případě, když místní terén jejich provedení dovoľoval. Lyžařské (branné) vyjíždky se těšily sice velké oblibě, ale zdá se proto, že byly prováděny většinou samoučelně jako pouhé výlety bez použití branných prvků.

Theoretické přednášky a večerní besedy se konaly celkem dobře, ač i tu byla nápadná pouhá improvizace nebo snaha po diktování. Žáci pedagogických škol si dělali aspoň poznámky, kdežto mládež jiných škol pouze poslouchala a někdy se při přednáškách i bavila. Její ukázněnost nebyla rozhodně na výši, třebaže se v posledních letech značně zlepšila. Nejlepší ukázněnost žactva i pracovní morálka byla na školách pedagogických, nejslabší na školách odborných.

Vedle slabě vedených a zřejmě nepřipravených lyžařských zájezdů školní mládeže byly ovšem také zájezdy dobře připravené a úspěšně vedené. Primát měly školy pedagogické, protože svůj pobyt na horách braly vážně a nikoliv »po staru« jako obyčejnou rekreaci a zábavu.

\* \* \*

Na základě uvedených zkušeností navrhuje komise mládeže lyžařské sekce SVTVS ministerstvu školství, zemědělství a pracovním zálohám:

- a) Uveřejnit včas plán (osnovu) lyžařského výcviku mládeže, povinnou pro všechny školy,
- b) do krajských přípravných kursů posílat především mladší lyžaře, ale »netělocvikáře«, kteří budou na zájezdech instruktory mládeže. Je však nutné, aby se při skončení kursu podrobili přiměřené zkoušce (hlavně z prakticko-metodického výcviku),
- c) naříditi používání bezpečné lyžařské výbroje, hlavně vymýtiti užívání lankových vázání se spodním tahem (na př. kandahar) z důvodů zdravotních



i výcvikových. Z týchž důvodů doporučujeme zavést všeobecné užívání zmodernizovaného Huitfeldtova vázání s vrchním tahem a pérovým napínačem »Bildstein«.

- d) zdůraznit provádění branného výcviku na sněhu i při lyžařských vyjíždkách, neprovádět je samoučelně po značených cestách, ale neznámým a neznacným terénem,
- e) snížit počet žáků v družstvech z 20 na 10 až 15,
- f) požadovat větší ukázněnost žactva i jeho instruktorů; je nutná nejen na prostá poslušnost žactva, ale také provádění zájezdů podle plánů lyžařského výcviku a podle jiných nařízení a pokynů, vydaných ministerstvem školství.

Josef KOUDELKA,

ved. střediska KNV Praha a člen komise mládeže LS SVTVS

## Přechodné a přípravné období lyžaře - běžce

Již dávno minuly ty doby, kdy naši lyžaři odchodem zimy, skončili svoji závodní činnost a uložili svoje nářadí »pečlivě«, to znamená, hodili lyže na půdu nebo do sklepa. Díky našemu velkému rozmachu v tělovýchově a sportu takovýmto způsobem již závodní činnost nekončíme, prostě děláme to dnes již jinak, lépe a věříme, že cílevědomá práce nakonec přinese své ovoce.

Lyžařina, jak jí lidově říkáme, je jeden z nejhěžších lidových sportů vůbec, a to nejen pro svoji estetičnost ale i praktičnost. Stačí, vrátíme-li se o několik málo let zpět, a zjistíme, že lyže byly jeden z důležitých dopravních prostředků a s hlediska obrany naší vlasti by se mělo stát zásadou, že každý mladý člověk a voják by měli ovládat jízdu na lyžích alespoň průměrně. Konečně toto vše jest všeobecně známo, a proto dost o užitečnosti lyží a vrátme se k závodní činnosti našich lyžařů — běžců.

Thema na přechodné a přípravné období běžce jest hodně obsáhlé, neboť spousta různých odborníků — trenérů jakož i samotných závodníků, má různé názory na to, jak a co dělat, když ten bílý háv s našich kopců sleze. Já osobně se zabývám tím, že se snažím získat pokud možno co nejvíce různých zkušeností. Se zájmem čtu tréninkové plány našich předních lyžařů (viz Cardal). Dále úvahy trenérů ať již našich nebo zahraničních a z toho všecko lze zjistit, že názory se různí a stávají

se individuální. Někteří tvrdí chodit, jiní běhat a pod. Ostatně způsobů, jak získat dostatečnou fyzickou připravenost, pohyblivost a rychlost, jest mnoho, jen je všechny rádně využít, připravit se na závodní období co nejlépe.

Nechci zde uvádět nějaký podrobný tréninkový plán, jak by bylo nejlépe třeba jenom z mých zkušeností, se připravovat na závodní období, ale chci se opírat o prostou skutečnost, která již byla anebo současně je. Víme a hlavně to mají v živé paměti naši starší lyžařští veteráni, že jsme v té lyžařině, hlavně v běhu, nebyli na mezinárodním kolbišti tak špatní. Úspěchy našich běžců a jejich vyrovnanost se zahraničními, hlavně Šveďany, byla takřka stejná a zde mám vyvstane otázka, jak to, že dříve s daleko horšími podmínkami mohli naši závodníci konkurovat anebo alespoň se hodně přiblížit severským běžcům.

Poznamenal bych, že naposledy o tradičním silničním běhu Běchovice—Ohrada, přebor ČSR, dlouhém 10 km, kterého se pravidelně zúčastňuji, jsem se dočetl na listině vítězů a rekordmanů této trati též jméno Německý. A to tento vynikající náš lyžařský běžec dovedl nejenom dvakrát zvítězit v tomto těžkém závodě, ale i překonat traťový rekord. Z toho vidíme, že lyžař-běžec musí mít skoro tytéž vlastnosti jako lehký atlet — štrekař, plus větší fyzickou připravenost. Konečně jsme došli k názoru, zda běhat. Myslím, že běh jest základ všestranné přípravy lyžaře-běžce, ale je samozřejmě

že nemůže zůstat jenom při této atletické disciplíně, ale musí v ní prokázat velmi dobrý průměr. Uvedte si další příklad, a to severského běžce Nora Brendena, olympijského vítěze 1952 v běhu na 18 km. Tento vynikající závodník zaběhl letos čas na 3 km překážek 8:54,8 min., což jest nový norský rekord, a na sklonku léta zaběhl 1500 m za 3:53 min. a jest současně též reprezentantem norské atletiky. A další běžec Nor Stocken, který na olympiádě v roce 1952 byl na 18 km 4. a přitom na letní olympiádě v Helsinkách dovedl zaběhnout 10 km společně s naším slavným Emilem Zátopkem na 10. místo a jeho nejlepší čas na tuto trať byl hluboko pod 30 minut a letošní čas na 5000 m má 14:19 min. Při mezinárodních závodech v Harrachově, za účasti finských běžců jsem (pokud to šlo rozmouvat rukama a pod.) hovořil s běžcem Myyrä Rönti, který v Harrachově vyhrál 15 km, o způsobu jeho tréningu a hlavně, co dělá v létě.

Tak on sám prohlásil, že 10 km trať běžel na atletické dráze pouze jednou, jeho čas na tuto trať hned napoprvé byl něco málo přes 32 minut. Uvážíme-li, že Pönti jest lyžař, a dosahuje časů, který u našich specialistů — atletů jest celkem vzácný, tak z toho vidíme, že s tím běháním v přípravě lyžaře se musí hodně počítat a běhu věnovat hodně času.

Běh na lyžích je jeden ze sportů, který vyžaduje od člověka maximální fyzické námahy, a tudíž proto bych řekl, že lyžař běžec musí běhat jako velmi dobrý atlet, štrekař musí být rychlý jako dobrý sprinter a sílu, ohebnost, pružnost, to musí být přímo artistické. Chceme-li abychom tyto vlastnosti mohli dobře získat, musí náš tréninový plán být dobře promyšlený dobře sestavený ať již na papíře, nebo v hlavě. V letním období myslím, že může klidně být i nějaký ten lehkootletický závod, který určitě není nikomu na škodu a člověk alespoň nezapomene, jak chutná závodění i přes léto. Pochopitelně, že již tak v druhé polovici října a listopadu, kdy již jenom čekáme, až napadne ten vytoužený sníh, tak se závodní činnosti již skon-

číme, spíš jen tak pro kontrolu (přespolní běh), neboť vše jest zaměřeno k tomu, aby naše předsezónní příprava vrcholila.

Ochtěl bych ještě říci, že ze současných našich běžců reprezentantů vidíme, co dělá atletická příprava u reprezentanta Batka, který přes to, že není rozeným horalem a žije celý rok v Praze, dosahuje velmi dobrých výsledků na lyžích. Běhá na dráze 3 km za 9:16 min., 1500 m za 4:16 min., 1 km za 2:36 min. a 5 km za 15:50 minuty. Vidíme, že časy jsou všechno normy pro II. výkonnostní třídu v lehké atletice. Na těchto příkladech vidíme, že příprava musí být tvrdá, neboť jenom tak lze zvýšit výkonnost našich závodníků a hlavně těch závodníků, kteří žijí na našich krásných horách. Až tam bude dostatek dobrých trenérů, kteří budou dbát na takovouto tvrdou přípravu, pak to půjde rapidně s výkonností nahoru. K tomu, aby mohla výkonnost našich závodníků stoupat a aby mohli podstoupit takovýto tvrdý trénin, musí mít pokud možno co nejlepší podmínky i širší řady závodníků, neboť stále musíme pamatovat na masovost, neboť tam nám rostou stále noví a noví závodníci.

Budeme-li všichni v přípravě tvrdí a nesmlouvaví sami k sobě, budeme moci očekávat zlepšení v tomto našem krásném sportu.

Závěrem chci říci, že je velká chyba, když se naši závodníci vyžívají v přechodném a přípravném období závodům. Myslím, že Dukelský závod branné zdatnosti jest jeden ze závodů, kde by neměl chybět ani jeden lyžař.

Přejeme si všichni, kdož máme opravdu rádi běh na lyžích, abychom také jednou v této disciplíně vynikli a byli rovnocennými partnery sovětským a severským běžcům. Proto tvrdou přípravou a celoročním trénin- gem k vyšším výkonům.

SEIFERT VĀCLAV,  
Spartak Praha Sokolovo

# Lyžařský výcvik rekreatantů ROH v zimním období 1955

Ing. V. Hubička, člen UMK LS SVTVS

Provádět s účastníky zimní rekreace základní lyžařský výcvik a vést je během rekreace k tělovýchovné činnosti je jedním z předpokladů úspěšného zajištění zimní rekreace.

Složky Revolučního odborového hnutí, které mají na starosti organizování zimní rekreace, se rok od roku stále více věnují otázkám lyžařského výcviku a zlepšení práce tělovýchovných referentů zotavoven na tomto úseku. Ze zpráv, zaslaných střediskovými tělovýchovnými referenty, z kontrolních návštěv, prováděných pracovníky učebně metodických komisí lyžařských sekcí na některých zotavovných i nakonec ze slov samotných účastníků rekreace vysvítá, že zimní sezóna v roce 1955 znamenala další podstatné zlepšení v práci lyžařských cvičitelů v zotavovných ROH.

Jsou to nejen stálí lyžařští instruktoři, ale i většina dobrovolných lyžařských cvičitelů, jejichž schopnosti pro vedení lyžařského výcviku a výprav v horském terénu stejně jako osobní odpovědnost za splnění úkolů na ně vložených ztatečně stoupla proti minulým rokům. Je zřejmé, že výběru lyžařských cvičitelů pro zimní rekreaci, prováděnému prostřednictvím krajských výborů jednotlivých dobrovolných sportovních organizací, je věnována neustále větší pozornost.

Je ovšem pravda, že se i letos vyskytly případy, kdy některý kraj buď vůbec nezajistil vyslání lyžařského cvičitele, nebo že vyslal cvičitele nedostatečných kvalit. Ve srovnání s loňským rokem se však počet podobných případů ztatečně snížil.

Z lyžařských cvičitelů se zřejmě lépe osvědčují stálí instruktoři, kteří mají daleko lepší možnosti osvojit si vhodné způsoby práce s kolektivem rekreatantů, poznat blízké i vzdálené okolí zotavovny i nakonec sít se s ostatními zaměstnanci zotavovny. Nedostatkem většiny lyžařských cvičitelů, ať již stálých nebo týdeních, je však stále ještě určitá neznalost a nedostatečné osvojování si nových výcvikových metod; lyžařští cvičitelé často postrádají přehled o tom, k jakým změnám, zlepšení nebo zjednodušení došlo v metodice základního lyžařského výcviku. A nejen to: je celkem dost lyžařských cvičitelů, kteří dovedou pohovořit s rekreaty o skutečném nebezpečí na zásadách pohybu na horách, je však málo cvičitelů, kteří by dovedli zaujmout rekreaty besedou o významu tělovýchovy a sportu pro každého z nás, o významu První celostátní spartakiády atd. To všechno je zřejmý důsledek nedostatečně prováděného doškolování lyžařských cvičitelů a nezajišťování srazu lyžařských cvičitelů.

Skutečným přínosem pro rekreaci pracujících i pro rozšíření tělovýchovy a sportu bylo zavedení t. zv. turistické zimní rekreace. Výsledky však zdaleka nejsou takové, jaké by se daly očekávat: výběr účastníků turistické zimní rekreace se i v letošním roce dál naprosto bez ohledu na to, že se jedná o lyžařskou horskou turistiku, která předpokládá nejen určitou lyžařskou vyspělost, ale hlavně určitou fyzickou připravenost, vhodné turistické a lyžařské vybavení a hlavně trochu lásky k turistice. Většina těchto předpokladů by byla zajištěna, kdyby výběr účastníků byl na závodech a úřadech prováděn v úzké spolupráci s tělovýchovnou jednotou.

Vcelku je tedy možno říci, že zimní rekreace pracujících po stránce lyžařského výcviku a lyžařského sportu vůbec doznala v letošním roce značného zlepšení a že je to právě zimní rekreace ROH, která účinně pomohla a pomáhá vytvořit z lyžařství jeden z nejmasyovějších sportů u nás.

# LYŽAŘSKÉ ŠVIHY A OBLOUKY

Během letošní zimy vydalo Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze lyžařskou příručku V. Čepeláka s obrázky K. Haly „Lyžařské švihy a oblouky“. Autor se zabývá ve své knížce problematikou nejzávažnějšího úseku metodické řady, a to smyky a oblouky na lyžích. Tento závažný úsek základní metodiky zpracovává podle vlastních zásad a na základě zkušeností svých a úzkého kolektivu spolupracovníků. Příručka, která vyšla v úhledné úpravě, odpovídá svou stručnou formou výkladu požadavkům praktické učebnice. Pro snažší pochopení látky je text doplněn hojnými fotografiemi K. Haly, kterými se některé části textu staly značně přístupnější.

Všebecným přínosem publikace je skutečnost, že se u nás konečně objevuje dílo, které svou povahou je propagací lyžařské turistiky a terénního lyžařství, díky kladnému poměru autorově k tomuto naprosto opomíjenému odvětví lyžařiny. Mezi naši lyžařskou mládež je mnoho takových, kteří z nedostatku znalostí věci považují turistiku na lyžích za sport „pro stará kolena“. Mezitím moderní lyžařská turistika, zvláště pak vysokohorská, doznala v celém světě zvláště u mládeže pro svou hodnotu obzvláštní popularity. Technicky všestranné a dokonalé ovládnutí lyží, obsáhlé theoretické znalosti potřebné k déletrvajícím pobytům v zimní přírodě, fyzická vytrvalost a odvaha, to jsou předpoklady tohoto krásného sportu.

Posuzujeme-li uvedenou příručku souhlasně s autorem též z tohoto hlediska, máme dojem, že se ve svých principech příliš úzce specialisoval nejenom na určité úkony metodické, ale omezil svou vyučovací zásadu na jediný stereotypní prvek, s hlediska metodického značně pochybený a neúčelný. Vývoj lyžařství dosáhl v technickém ovládnutí lyží takového rozmachu, že se nemůžeme ani v závodní sjezdářině, ani v terénním lyžařství s tímto úzkým zaměřením, které omezuje vývoj k všestrannosti, spokojit. Svěvolné vytváření „lyžařských škol“, které nejsou v souladu s jednotnou linií nácvičku kontrolovaného orgánu ústřední sekce, neprospějí zvýšení úrovně našeho lyžařství. Z tohoto důvodu nemohla být kniha přijata po této stránce pokročilou částí naší lyžařské veřejnosti a hlavně ne odborníky příznivě. Škoda, že autor, který byl sám účastníkem celostátního semináře učebně metodických pracovníků na Luční boudě loňského roka, neuvěřl v úvodu své knihy jednoznačné stanovisko přítomných zástupců všech krajů, které k metodickým zásadám autorovým bylo jasně zamítavé.

V Čepelákově příručce je mnoho míst, která by mohla být předmětem rozsáhlých diskusí. Výtku zasluhuje i za nesprávně užívané názvosloví. V některých státech si pak sám autor odporuje. Nejzávažnější však působí Čepelákovy dogma, které provází a znehodnocuje celou jeho metodiku. Jde o základní postoj (vytlačení kolén ke svahu vyrovnávající vyklenutím těla od svahu), na kterém autor kromě sjezdu přímiho stereotypně lpí všude tam, kde je to jen možné provést. Nejedná se snad o prvek, který by neobstál v bohatém rejstříku všestranného lyžaře, naopak, vytlačení kolén ke svahu je často a přirozenou nutností, na příklad při ostrém zatáčení v rychlé jízdě, není však zásadou. Uvedený, ustnulý postoj je na závodu dynamickému vývoji lyžařské techniky, založený na principech dokonalého využití naprosté uvolněnosti celého těla. Ekonomický postoj a rychlé uvolnění z každé akce jsou správnými předpoklady rytmické jízdy. Ani po stránce estetické nemůžeme být spokojeni s postojem, který v učebnici Čepelákově je ilustrován na straně 24, obr. 21—24, nebo na straně 36, obr. 46—47. Je zajímavé, že některé stylově velmi pěkné obrázky této knížky (na př. sjíždějící lyžař s batohem na str. 64) nenesou známky „Čepelákovy školy“. Pro terénní jízdu tak důležité sesouvání je uváděno v příručce celkem na podřadném místě jako pomocný prvek. Zkušený lyžař ví, že sesouvání je základem terénní jízdy a prvním předpokladem pro provádění smyků. V této stati výjimečně proti duchu svých zásad doporučuje pisatel „odtlačení kolén od svahu“. Jistě proto, že se tak lépe budou lyže sesouvat. Rovněž popis patičky dokazuje, že autor nepochopil její správné poslání. Tento prvek je účelným smykem terénního vysokohorského lyžařství a používá se s úspěchem zvláště při zdolávání strmých svahů nebo kuloárů, kde musíme udržovat jízdu v mezích rychlosti, tudíž brzdit smykem co nejkratším. Při nutném zpomalení na takovém svahu nahrazujeme ztrátu energie, potřebnou k provedení smyku z nepříznivého úhlu od spádnice, prudkým předupnutím patek na sněh, při čemž rotační pohyb, který mezitím pokračuje nezávisle na předchozím přitažení patek, pomáhá překonat nepříznivý úhel. Patička o dvou holcích, uvedená autorem, je neodůvodněná.

Je opravdu škoda, že uvedené nedostatky jsou takového rázu, že je nutno považovat příručku sice za zajímavý příspěvek a názor jednotlivce nebo pracovní skupiny, nikoli však za vyučovací linii. Přípravovaná lyžařská učebnice, na které spolu-

pracují nejpovolanejší odborníci, bude LS SVTVS jistě s urychlením vydána, aby mohla být vodítkem a oporou těm, kteří byli přivedeni Čepelákovou knihou z koncepu.

Tuto recenzi předkládám současně jako odpověď učebně metodickým komisím mnoha krajů, které projevily nesouhlas s vydáním této příručky.

Je nutno si znovu uvědomit, že naše lyžařská metodika obsahuje souhrn vybraných prvků s možností nejširšího upotřebení i dalšího vývoje. I když se ani v bu-

doucnu nevyhneme individuálnímu pojetí v praxi, nesmíme připustit dvojkolejnost v zásadních otázkách lyžařského výcviku, která dosud v některých sektorech (školy — ROH — PZ) bují a místo spolupráce vytváří konkurenčně zaměřené ovzduší v podobě „lyžařských škol“. Výplody jedné z těchto „škol“ znehodnocují právě příručku, která mohla být přínosem ve vývoji našeho lyžařství.

IGOR HOUDEK,

člen učebně metodické komise  
LS SVTVS

## M. A. Agranovskij: Lyžiarstvo

Z ruského originálu „Lyžnij sport“ (1951) přeložila Dr. Nora Viktorovová, vydalo Štátné telovýchovné nakladateľstvo n. p. v Bratislave r. 1955. Strán 244, cena 27 Kčs.

„Lyžnij sport“ je velká sovietská učebnica lyžovania, ktorej posledné vydanie z r. 1954 má 530 strán textu a mnoho pekných obrázkov. Je to nádherná kniha, vytlačená na krásnom papieri s celoplátenu väzbou, jej cena je vzhľadom na veľký náklad nepatrná (10,50 Kčs). Pre tých, ktorí nevedia „pa rusky“, bol vydaný slovenský preklad súdruhy Viktorovej, ktorý posluží veľmi dobre nielen slovenským, ale aj českým čitateľom. Je, pravda, drahší ako ruský originál, lebo je vydaný v omezenom náklade, ale i tak sa vždy vyplatí lyžiarskym odborníkom si ho kúpiť a dôkladne sa poučiť.

Obsah preloženej učebnice má okrem úvodu a záveru spolu týchto 9 častí:

1. Krátky historický náčrt vývoja lyžiarstva v SSSR,
2. Organizácia vedenia lyžiarstva v SSSR,
3. Lyžiarska technika. — 4. Metodika výcviku. — 5. Metodika tréningu.
6. Zvláštnosti lyžiarskeho výcviku na školách a v kolektívnych DŠO.
7. Úlohy a povinnosti učiteľa.
8. Organizácia a uskutočnenie pretekov.
9. Lyžiarske objekty, výstroja, obuv a odev.

Z vymenovaných kapitol knihy je najdôležitejšia a najpotrebnejšia „Lyžiarska technika“, pojednávajúca o základnom lyžiarskom výcviku, ktorá je tiež najdlhšia. Čiastočne sa aj líši od nášho pojatia svojou systematickou i metodickou. Taktiež ďalšie kapitoly učebnice, najmä „Metodika výcviku a tréningu pretekárov, sú pre nás veľmi poučné a zaujímavé, lebo aj tu nájdeme iné pojetie a prevádzanie, ako je naše. Ale to je práve dobre, lebo tak máme aspoň možnosť porovnávať a zrovnávať našu a sovietskú lyžiarsku metodiku a techniku lyžiarskeho výcviku pretekárov ako aj ich výsledky v klasičských i zjazdárskych disciplínach. Zvlášť poučný a veľmi zaujímavý je pre nás dôkladný opis tréningu bežcov, slalomistov a skokanov.

Pre školských pracovníkov je to zasa kapitola č. 6, pojednávajúca o zvláštnostiach lyžiarskeho výcviku na školách, ako aj pre pracovníkov v DŠO časť o lyžiarskej činnosti v kolektívnych dobrovoľných športových organizáciách. Podrobný a poučný opis lyžiarskych objektov, výstroja, obuvi i odevu zakončuje táto veľmi dobrá publikácia.

Početné ilustrácie v knihe sú nakreslené neznámym autorom podľa obrázkov v ruskej učebnici.

## JAK ZLEPŠÍME PRÁCI V LYŽAŘSKÝCH SEKČÍCH

Celostátní aktivity LS-SVTVS konané v dubnu a květnu t. r. jsou svolávány za účelem zhodnocení práce lyžařských sekcí s hlediska sportovního technického, trenérských rad a úrovně závodníků, učebně metodického a propagace a výchovné činnosti.

S politováním zjišťujeme, že některé kraje a ÚV DŠO dosud nepochopily povinnost učinit organizační opatření k za-

jištění účasti svých zástupců na těchto aktivitách.

Podrobným průzkumem zjišťujeme výsledky práce a rozbor práce nejlepších lyžařských sekcí, který prokazuje, že dobrá práce celé sekce a komisi je závislá na řádné a odpovědné sestaveném, důsledně kontrolovaném a řádně plněném plánu činnosti.

Plán činnosti je souhrn hromadných

opatření, která zajistí splnění plánu rozvoje tělesné výchovy a sportu v krajích nebo ÚV DSO. Základem plánu proto musí být plán rozvoje pro celý kalendářní rok, vypracovaný v souladu s plánem činnosti LS-SVTVS a s hlediska místních poměrů. Plán činnosti obsahuje hlavní rámcové úkoly, rozvedené do nejjednodušších náležitostí, opatření a akcí všech komisí sekce, pro období přípravné, přechodné a hlavní.

Plán činnosti sekce musí být v první řadě podložen propagačně výchovnou činností s využitím všech prostředků a výchovných opatření.

Na celostátní aktivitu propagačně výchovných pracovníků jak v referátech, tak i v usnesení byl dán jasný směr propagační a výchovné práci. Doporučuje se proto, přenést těžiště výchovné práce na trenéry, cvičitele a jiné činovníky.

V plánu práce a rozvoje nezapomínejte na hospodářské a materiální zabezpečení, předběžné vydání na přípravu plánovaných soutěží a vypracujte plán hospodárně, aby podnítil členy sekce k největší hospodárnosti.

Pečlivé vypracování, řádné plnění a nekompromisní kontrolování plánu práce a rozvoje předpokládá, že vedení sekce a komisí odpovídá směrnicím a že bude obsazeno odpovědnými dobrovolnými pracovníky, kteří neúnavně, svědomitě a včas budou plnit všechny úkoly určené plánem práce a rozvoje a směrnicemi a pokyny nadřazené sportovní složky.

Krajské lyžařské sekce jsou povinny svědomitě konanou prací přispívat k rozšíření lyžařského sportu v nejširších masách mládeže a pracujících.

Na zasedání celostátního plenu lyžařské sekce SVTVS v Klánovicích ve dnech 14. a 15. května 1955 byl schválen návrh na vypsaní a hodnocení soutěže o nejlepší LS-KVTVS, MVTVS a ÚV DSO. Touto soutěží se sleduje zlepšení práce v nižších složkách na základě soutěživosti a plnění plánu práce a rozvoje. Plán soutěže bude zaslán všem uvedeným složkám. Nejlepší kraje budou po skončení soutěže odměněny věcnými cenami.

**Stanislav Kubín,**  
člen organizační komise  
lyžařské sekce SVTVS

## ÚRAZY PŘI LYŽOVÁNÍ A JEJICH PREVENCE

Při lyžování dochází k poraněním a úrazům různého charakteru a lokalizace. Nejčastěji bývají poraněny dolní končetiny zvláště v oblasti kolenního a hlezenného kloubu. Pokud se týká charakteru úrazů, jde nejčastěji o natažení, podvrtnutí, vymknutí i zlomeniny kostí. Vyskytují se však také povrchová poranění kůže nejčastěji ve formě oděrek nebo větších odřenin (na dlaních, chodidlech a pod.).

Analýsa příčin úrazů při lyžování, ke kterým dochází v závodech a v treningu, ukazuje, že nedostatky materiálně technického rázu zavinují asi 70% všech poranění, nepříznivé meteorologické podmínky 12% a nedostačující tréninková příprava 18% všech poranění a úrazů. Kromě dodržování běžných profylaktických opatření je nutno zabezpečit správnou ochranu před úrazy (dobrá výstroj, rukavice, správná obuv a pod.). Je třeba věnovat pozornost správné metodice výcviku především lyžařů začátečníků.

Podle rozboru mechanismu vzniku úrazů v lyžařství je na prvním místě příčinou úrazu nečekané zabrzdění jedné z lyží následkem náhlé změny kvality sněhu, nárazem na neopozorovaný, sněhem pokrytý kořen stromu nebo pařez, ve sněhu zamrzlý kámen a pod.

Dojde-li k »vykroucení« končetiny, vznikají různá poranění vazivového aparátu kolenního a hlezenného kloubu i spirální zlomeniny bérce nebo stehna. Při náhlém zabrzdění jedné z lyží dochází k pádu lyžaře, a při tom dochází k řadě poranění.

### Běh na lyžích

Častým mechanismem vzniku poranění při běhu na lyžích je pád lyžaře na zem s nárazem buď na ztvrdlý sníh, nebo úderem předního nebo zadního konce lyže. Nežádáka přitom dochází k poranění ruky, zvláště prstů, a to především palce (podvrtnutí s natažením až natržením kloubních vazů), ale i k vzniku odřenin dlaně a prstů. V ojedinělých případech se pozorují také zlomeniny předloktí, pažní kosti

nebo vykloubeniny na horní končetině, zvláště v ramenním kloubu. Poměrně často se vyskytují pohmoždění a odřeniny v oblasti česky, někdy dochází dokonce k jemnému přičnému zlomení. Při pádech na záda dochází ke zvláště bolestivému pohmoždění kostře.

Nejpočetnější skupina poranění je způsobena podvrtnutím nohy a »rozjetím«  
lyží u lyžařů začátečnicků. Nejčastěji se noha podvrtně dovnitř, a tím dochází k poranění vnějších vazů kotníků, někdy i k zlomení zevního kotníku dokonce i obou kotníků. Při prudké zevní rotaci chodidla se pozorují zlomeniny obou kotníků a někdy tak zvaná tříkotníková zlomenina (zlomenina obou kotníků a k tomu ještě zadního okraje holenní kosti), komplikovaná nezřídka částečným vykloubením kotníku dozadu a zevně. Při téměř mechanismu (zevním obratu špičky lyže) vznikají zvláště často u lyžařů začátečnicků natažení nebo částečná natržení stehenního vazů kolenního kloubu, odtržení a uskrtnutí vnitřního menisku atd. Jindy dochází ke zlomeninám bérce, které mají charakter spirálních, řídkěji šikmých zlomenin.

Typické jsou u začátečnicků oděrky na chodidle, namrznutí palců rukou, nohou a ušních boltců. Charakteristické jsou též krvavé výrony okolo Achillovy šlachy, které způsobují tráskání při pohybu této šlachy a vyradí sportovce na dlouhou dobu z tréninku.

Příčiny poranění: Nejčastěji vznikají poranění pro nezkušenost lyžaře, který ještě nedovede dokonale ovládat pohyb lyží a udržovat při jízdě jejich rovnoběžnou polohu. Je jisté, že zledovatělý sníh s různými hrboleky ještě více ztěžuje pohyb lyžaře. Úsilí sblížit rozjíždějící se lyže a stůj co stůj se udržet na nohou zavinuje pády lyžaře za nejméně výhodných podmínek.

Nemalý význam pro vznik úrazů má špatný stav obuvi a oděvu. Těsná obuv, příliš silné utahování nohy řemínky, tlak vázání, vlhkost obuvi — to všechno může být příčinou omrznutí. Podobně nedostatečně nebo promočené rukavice nebo špatné chránění ušních boltců vede k omrznutí příslušných částí těla.

Profylaktika: Při výcviku začátečnicků

je nutno dodržovat přísně postupnost v zatěžování, přecházet postupně k složitějším cvičením, naučit lyžaře ovládat lyže nejprve na zcela rovném sněhu, pohybovat se bez pomoci holí. Později po zvládnutí těchto úkolů přejít na trening na horším terénu, eventuálně i na zmrzlém sněhu s různými terénními nerovnostmi.

Je nutno podtrhnout, že analýza úrazů při lyžování ukazuje, že na začátku lyžařského období je počet pozorovaných úrazů několikrát větší než uprostřed sezóny.

Většina trenérů objasňuje tento fakt tou okolností, že na začátku sezóny je sněhová pokrývka jen tenká, sníh je syký, takže kameny a kořeny jsou jím jen nedostatečně přikryty a následkem toho dochází často k náhlému zabrzdění lyže, rotaci příslušné nohy a k pádu lyžaře s různými úrazy. Toto objasnění je plně odůvodněno avšak není to jediná příčina velkého množství úrazů na začátku období. Není pochyby, že velký význam má i ta skutečnost, že se na začátku sezóny ještě dokonale nevytvořil u lyžaře pro něho typický dynamický stereotyp. S tohoto hlediska je jasné, že jedním z neefektivnějších protiúrazových opatření je včasné začátek speciální lyžařské přípravy. Je nutno naučit lyžaře umění okamžitě reagovat na překážky v terénu, rychle se zastavit a také měkce a pružně padat. Lyžař musí soustavně kontrolovat stav lyží a holí. Hole mají být lehké avšak pevné a elastické. Také lyže mají být vždy dobře připraveny k treningu i závodu. Obuv má dobře padnout na nohu a má být vždy dobře vysušena a namazána. Pokud se týká vázání, je třeba dát přednost kovovému. Doporučuje se pro prevenci omrznutí nosit dobré rukavice, chránit ušní boltce a nosit teplý flanelový suspensor. Před pochodem za větších mrazů (zvláště s větrem) se doporučuje natřít obličej, uši a hřbety rukou neslaným tukem jako ochranu před omrznutím.

#### Sjezd a slalom

✓ Mechanismus úrazů je zde dvojitý: Jestliže padá lyžař z té nebo oné příčiny na bok, tu instinktivně obrací ruku

a trup na stranu, na kterou padá. Chodidlo s bércecm však setrvačností pokračuje v pohybu vpřed, dochází ke zkroucení stehna kolem jeho podélné osy a vzniká spirální zlomenina bérce nebo řidčeji stehna. K podobnému »zkroucení«  
nohy dochází též při nečekaném zabrzdění lyže, která najela na sněhem přikrytý kámen nebo kořen a pod. svou přední částí zlehka zevně stočenou. Trup se rychle pohybuje setrvačností dopředu a dolní končetina se obrací zevně. Při takovém vykroucení a rotaci dolní části bérce navenek se nezdá, že by se zlomila, pozorují zlomeniny stehna, bérce a kotníků s vykloubením nohy dozadu (v závislosti na tom, v jakém stavu jsou vazy kolenního a hlezenného kloubu). Při rozjetí lyží během sjezdu se pozorují nejen natažení případně i roztržení vnitřního vazy kolenního kloubu. Při tomto mechanismu úrazu může dojít i k poranění vnitřního menisku. Někdy dochází i k přetržení předního zkrříženého vazy a dokonce i k odlomení kostní vyvýšeniny bércevé kosti, na níž se zkrřížené vazy upínají. Při nárazu lyžaře na překážku (strom a pod.) může dojít i k vnitřnímu zranění (břicho, hrudník, hlava). Jindy při šikmém nárazu na překážku dochází k tangenciálním poraněním, kdy se pozorují rozsáhlé odřeniny, tržné rány, krevní výrony a pod.

Značná část poranění vzniká při pádu lyžaře (podle literárních údajů je to 70—95% všech poranění). Především se při tom zraňuje koleno, pozorují se odřeniny, tržné rány, krevní výrony, dokonce i zlomení česky. Při pádu na dlaň nebo na ruku svírající hůl, se pozorují natažení vazů a vykloubení prstů zvláště palce, zlomeniny zápěstních kůstek, zlomeniny

vřetenní kosti, člunkové kosti, natažení vazů a dokonce i vykloubení v loketním nebo v ramenním kloubu. Při pádu na bok jsou to zlomeniny klíční kosti, pažní a stehenní kosti, při pádu naznak — pohmoždění sedací a křížové kosti, kostrče, trnových výběžků i těl obratlů nebo odtržení příčných obratlových výběžků i odtržení malého hrbolu stehenní kosti. Zvláště těžké úrazy se pozorují při přímém nárazu na překážku (strom a pod.), kdy dochází ke zlomeninám stehna ev. k poranění vnitřních orgánů. Konečně se pozorují při pádu se současným nárazem na konec lyže nebo hole pohmoždění i rány v obličejí, obočí, rtů, zubů a někdy i vážná poranění očí. Jsou pozorována i pronikající poranění měkkých částí stehna a paže při nárazu na ostrý konec hole.

Příčiny poranění: Nejčastější příčinou poranění lyžaře při sjezdu a slalomu je technická nepřipravenost, neschopnost dělat ostré a rychlé zatáčky a správně objíždět překážky, které mu přijdou do cesty. Další příčinou je nekalitní výstroj, nedostatečná pevnost vázání, používání příliš tenkých ručních řemínek, které se zařezávají do kůže, dále příliš dlouhých nebo nedostatečně pevných holf atd. V řadě případů je příčinou úrazů nedodržování správné organizace a pořádku, zejména nedostatečná vzdálenost mezi lyžaři, následkem čehož při pádu jednoho z nich se za ním jedoucímu lyžaři při rychlém sjezdu a ostré zatáčce nepodaří odbočit a dochází ke srážkám, pádům, úderům lyžemi atd. K těmto úrazům dochází zvláště často při neorganizovaném treningu bez instruktora.

(Pokračování)

---

**V.** LYŽARSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze, Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.

A-05170

Praha, srpen 1955.



Workshop Kart. 74

# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 9

PNS 208

ZÁŘÍ 1955



*Naši bývalí lyžařští reprezentanti — zleva na snímku: J. Cisař, O. Budárek a R. Vrana — se velmi pěkně zapojili do trenérské práce a absolvovali s úspěchem 5. ročník školy pro dobrovolné trenéry lyžování. Na našem snímku z Třeboně jsou právě v diskusi nad výsledky praktických zkoušek na závěr školy.*

# LYŽAŘI A I. CELOSTÁTNÍ SPARTAKIÁDA

Slavné spartakiádní dny byly svátkem všech sportovců. I. celostátní spartakiáda stala se skutečně věcí všech. Všichni se snažili podle svých možností přispět ke zdaru, I. celostátní spartakiáda ukázala celému světu vysokou vyspělost a masovost naší tělovýchovy. Stala se důstojnou manifestací všech tělocvikářů, kde vyjádřili svou radost nad velkými úspěchy, kterých jsme dosáhli za 10 let budování naší lidově demokratické republiky. Nejlepší sportovci svou aktivní účastí při masových vystoupeních šli příkladem všem ostatním a vyjádřili tak svůj dík straně a vládě za velkou péči.

I lyžařští reprezentanti si vedli velmi dobře. V rámci své přípravy všichni nacvičovali prostná a na I. celostátní spartakiádě v Praze z členů olympijského družstva vystoupili tito soudruzi a soudružky:

sdrúženáři: Melich Vlastimil, Nüsser Josef a Šablatura Ludvík,  
skokani: Felix František, Jebavý Drahomír a Bulín Jáchym,  
sjezdařky: Fučíková Eva a Králová Olga,  
běžeři: Malinský Josef a Benešová Eva,  
členové ÚDA byli zapojeni při organisaci na Strahově.

V mnohých místech se zúčastňovaly nácviku i vystoupení celé lyžařské oddíly, tak jako tomu bylo na příklad v T. J. Slavia Technika v Plzni.

Jistě nás těší i zpráva, že T. J. Tatran Harrachov, kde cvičili pouze lyžaři, dostala pochvalný diplom za vzorné vystupování na I. celostátní spartakiádě.

M. B.

## Do boje za zvýšení pedagogického mistrovství

Pro dosažení jakýchkoliv výsledků (v práci, v kulturním životě i ve sportu), je rozhodující práce s lidmi. V dnešní etapě, kdy budujeme socialistickou tělovýchovu, je pedagogická práce jedna z nejdůležitějších, především proto, že musíme odstranit mnoho přežitků, které brání rychlejšímu růstu vpřed. Proto byl v letošním roce dán jako jeden z nejdůležitějších úkolů zlepšovat práci trenérů především po stránce pedagogické. Je nedostatkem, že jsme se s touto otázkou v »Lyžařství« dosud málo zabývali. Výjimku tvoří pouze »Lyžařství« č. 6/1955, ve kterém se touto otázkou zabývají soudruzi M. Blahout, dr. J. Jelínek, M. Kumpošt a B. Tvrzník, v ostatních číslech nám chybějí především konkrétní články o výchovné práci.

Ve svém článku bych chtěl poukázat na některé problémy, souvisejí s výchovnou prací.

1. Především je třeba neustále probouvat jednotu výchovné a technické práce. Ještě se stále setkáváme s nesprávným názorem, že otázky výchovné práce jsou záležitostí propagačně výchovných komisí nebo propagačně výchovných pracovníků a ne trenérů, cvičitelů a rozhodčích. Toto je nezdravé odtrhování technické a metodické práce od výchovné a zlehčování funkce trenérů a cvičitelů, kteří musí být především vychovateli.
2. Předpokladem pro uskutečňování dobré výchovné práce je kolektiv, který hraje důležitou úlohu v procesu přetváření člověka. Tu stojíme před vážným nedostatkem, že máme dosud velmi málo dobrých lyžařských kolektivů

(oddílů družstev). Závodníci často nežijí v kolektivech lyžařských oddílů, ale trenují samostatně a individuálně nebo se sdružují v různé skupiny, které nejsou často vedeny trenéry. Chceme-li podstatně zlepšit výchovnou práci, musíme se urychleně postarat o upevnování práce lyžařských oddílů, vytváření kolektivů (oddílů a družstev) závodníků vedených dobrými cvičiteli a trenéry.

3. Osobní příklad trenéra a další sebevzdělání. Chceme-li docílit kladných výsledků v pedagogickém procesu, musíme především sami jít příkladem v plnění povinností, které vyžadujeme na svých svěřencích. Chceme-li vést ke správnému poměru k socialistickému vlastnictví, musíme se vždy a všude starat o to, abychom závodníkům šli příkladem v péči o oddílové lyže, in-

ventář na hřišti atp. Chceme-li vychovávat k přesnosti a dochvilnosti, musí trenér sám chodit včas na trening. Chceme-li, aby se závodníci více zajímali o pěkné knihy, divadlo a podobně, musíme sami tyto knihy číst a vyprávět o nich. Pro toto máme krásné přirovnání: kdo chce zapálit, musí sám hořet!

Chceme-li taktó pracovat, pak musíme také neustále doplňovat svoje znalosti nejen na úseku technickém, ale také pedagogickém a politickém.

4. Nebezpečí „prakticismu“ a nebezpečí „theoretisování“. Toto jsou dva extrémní, s nimiž se setkáváme ve výchovné práci. Na jedné straně jsou jistě někteří trenéři, kteří podceňují význam dalšího vzdělávání a spoléhají na to, co se jednou naučili a co získali v praktické činnosti. Tito trenéři podceňují význam teorie a po čase zůstávají stát a výsledky jejich práce neodpovídají vynaloženému úsilí. Správné pochopení této otázky jsme viděli u našich bývalých úspěšných reprezentantů O. Budárka, R. Vraný a J. Čisáře, kteří svoje bohaté zkušenosti si doplňovali studiem ve škole pro dobrovolné trenéry lyžování, kde patřili k neúspěšnějším žákům.

Druhý extrém je „theoretisování“. Máme ještě některé pracovníky a trenéry, kteří po stránce theoretické jsou vyspělí, ale nedokáží svoje theoretické vědomosti uplatňovat v praxi a z výchovných otázek dělají zbytečně složitou t. zv. „vědu“.

Je třeba vidět, že výchovu musíme provádět postupně podle vyspělosti závodníků tak, abychom vychovali ukázněné závodníky, kteří mají správný postoj ke kolektivu a smysl pro kolektivní práci, které i ve sportu vychovává-

me k uvědomělému postoji a lásce k práci a plnění povinnosti ve škole, na pracovišti a v rodině.

5. Je třeba neustále bojovat proti zbytkům kosmopolitismu, který se projevuje na úseku lyžování tím, že někteří závodníci a trenéři vše, co přichází z alpských nebo severovýchodních zemí, pokládají za nejdokonalejší a nejlepší a podceňují naše vlastní zkušenosti a zkušenosti sovětských závodníků a trenérů. Chceme a budeme využívat všech zkušeností proto, abychom splnili úkol dostat se mezi nejlepší na světě, ale nebudeme kopírovat a ztrácet národní hrdost před závodníky a trenéry z kapitalistických zemí. Jsou jistě závodníci a trenéři, kteří si myslí, že nikdy nepřekonáme v běhu a skoku seveřana a ve sjezdových závodech alpské závodníky. Ale tito se mýlí, neboť již letos se ukázalo (E. Malá v Zermattu, někteří závodníci v Moskvě, v Harrachově a ve Velké ceně Slovenska), že máme možnost a že můžeme a také budeme patřit k nejlepším.

Naznačil jsem několik problémů, týkajících se zlepšení výchovné práce mezi lyžaři. Nejsou všechny, ale doufám, že se rozvine opravdu bohatá diskuse o výměně zkušeností o těchto a dalších problémech, která přispějí k zvýšení pedagogického mistrovství všech cvičitelů a trenérů. Při tom všem musíme vidět, že trenérská práce je radostná a že i trening závodníků musíme organizovat tak, aby přinášel radost a osvěžení. Takovýmito zájmovými a prováděním výchovné práce budeme konat důležitou politickou práci pro rozvoj socialistické tělovýchovy a sportu v naší republice.

VLADIMÍR PÁČL

## SJEZDAŘI V PŘÍPRAVÁCH NA ZIMNÍ OH 1956

Začátek lyžařských disciplin zimních olympijských her 1956 v Cortině D'Ampezzo byl stanoven na 26. leden, což je prakticky na začátku zimy. Proto bylo letošní hlavní období rozhodujícím v přípravě, neboť v příštím roce nebude už možno nic dohonit. Podle plánu přípravy, vypracovaného trenérskou radou lyžařské sekce, připravovali se reprezentanti na zimu individuálně v místech bydliště. Na začátku zimy přešli pak k treningu kolektivnímu pod vedením kolektivní trenérů v čele se soudruhem Parmou.

Hlavním úkolem letošního závodního období pro všechny reprezentanty bylo zvládnutí nové techniky sjezdového a slalomového oblouku podle zkušeností z mistrovství světa 1954. Zasluhou obětavé práce všech trenérů a dobré spolupráce členů státních družstev zvládla většina no-

vou techniku už před I. zimní spartakiádou ve Vysokých Tatrách. Zde dosažené výsledky jasně ukázaly, jak zásluhou zvládnutí nové techniky jízdy vzrostla úroveň našich nejlepších závodníků. Stejně potěšitelné byly však i výsledky dalších mladých závodníků, kteří dokázali před-

jet mnoho starších zkušených závodníků zásluhou systematické přípravy v létě. O tom, co znamená správná tělesná připravenost, jsme se přesvědčili zejména v soutěžích žen, které se velmi těžko vyrovnávaly s novou sjezdovou technikou vzhledem k nedostatečné obratnosti a lehkosti. Při srovnání výsledků dosažených na loňském přeboru ČSR 1954 s výsledky dosaženými na letošní zimní spartakiádě vidíme rychlý vzestup výkonnosti nejen špičkových závodníků, ale výkonnosti celkové. O to se také zasloužili reprezentanti, kteří během všech soutěží předávali nezištně své zkušenosti a pomáhali méně výkonným závodníkům v jejich přípravě. Mimo I. zimní spartakiádu byly určeny ještě další čtyři závody jako výběrové pro OH 1956. V těchto závodech byly boje stále více vyrovnanější, neboť většina závodníků dovedla využít zkušenosti získaných na zimní spartakiádě. Stejně důležitou součástí přípravy sjezdařů byla účast na zahraničních závodech. A v těchto mezinárodních závodech naši reprezentanti potvrdili rychlý vzestup výkonnosti. Na závodech v záp. Německu za účasti nejlepších závodníků domácích, rakouských a švýcarských získalo pět našich reprezentantů ve třech závodech tři 3. místa, dvě 4. místa, jedno 6., dvě 9. a v žádném závodě neskončili hůř než na 12. místě. Tyto výsledky způsobily v prostředí, které nebylo našim reprezentantům příznivé, velký rozruch. Zvláště ocenil jízdu našich rakouský trenér Pfeiffer, který prohlásil, že českoslovenští závodníci udělali od mistrovství světa 1954 neuvěřitelný pokrok. Stejně dobře dopadly výsledky na mezinárodních závodech v Zermattu za účasti Rakouska, Itálie, Francie, Anglie, záp. Německa a Švýcarska, kde nejvýraznějšího úspěchu dosáhla Eva Malá vítězstvím ve slalomu. I výsledky a jízda dalších našich reprezentantů dokázaly, že jsou rovnocennými soupeři pro nejlepší alpské závodníky. A nejlepším byl závěr mezinárodní sezóny na Velké ceně Slovenska. První místa ve slalomu, obřím slalomu a dvojkombinací mužů, druhá místa ve slalomu žen, obřím slalomu a

# ВАСИ ФИЛОНОВА



КРОСС ПО ПЕРЕСЕЧЕННОЙ МЕСТНОСТИ



СИЛОВЫЕ НАГРУЗКИ



РАБОТА НАД ДЫХАНИЕМ

## Netrenujete také tak?

Karikatura «celoročního treningu» ze sovětského časopisu Fizkultura i sport uvádí satirické pásmo: Trening Vasi Filonova. Obrázek č. 1 — přespolní běh, č. 2 — cvičení síly, č. 3 — dýchací cviky a č. 4 — konečně Vasja dosáhl vynikající formy. — Pokud někomu připadají některé věci známé, jde o podobnost čistě náhodnou a do zimy se dá jistě mnoho zameškaného dohonit.



НАКОНЕЦ, ВАСЯ ДОСТИГ  
ВЫДАЮЩЕЙСЯ ФОРМЫ

dvojkombinací žen a umístění čtyř čl. reprezentantů mezi pěti prvními v obřím slalomu jsou výrazným úspěchem. Vždyť za soupeře jsme měli nejlepší závodníky sovětské, polské, rumunské, ze záp. Německa, z NDR, Bulharska a Maďarska. A výkony dosažené jak v soutěžích mezinárodních, tak domácích dokazují, že naši závodníci se vyrovnají nejlepším na světě. Při tom průměrný věk státního družstva je 23 let. A až získají potřebné množství mezinárodních zkušeností, dosáhnou jistě výsledků daleko pronikavějších. Stejně tak bude nutno zajistit daleko lepší vybavení po stránce materiální, zejména pokud se týká kvalitních lyží. Zde je třeba, aby n. p. Start věnoval mnohem větší pozornost otázce lyží než dosud, neboť nedostatek kvalitních lyží brzdí ještě rychlejší rozvoj sjezdařiny.

Po zhodnocení průběhu sezóny a propracování výsledků z výběrových závodů byla sestavena olympijská družstva.

V družstvu mužů se budou na OH pod vedením trenéra Parmy připravovat: J. Bogdálek, Vl. Krajňák, A. Fučík, E. Čermák, K. Hennrich, M. Soltys, D. Šlachta, V. Patočka a P. Stiehl. Trenérem žen byl určen D. Charvát a do družstva jsou zařazeny: J. Šubrťová, E. Malá, K. Merendová, O. Králová, L. Bajerová a dvě nejnadanější z SHM E. Fučíková a M. Richvalská. Na aktivu reprezentantů v poslední týdnu v dubnu byly jednotlivým závodníkům určeny úkoly v přípravě v přechodném a přípravném období. Pravidelnými zkouškami fyzické připravenosti budou trenéři kontrolovat prostřednictvím místních trenérů neustále fyzickou připravenost závodníků. A při poctivosti, kterou v přípravě na sněhu prokázali všichni reprezentanti, dokáží se stejně dobře připravit i v létě a budou na olympijské hry 1956 připraveni tak, aby podali své nejlepší výkony.

Jaroslav Bogdálek

## Z přípravy reprezentantů klasických disciplín

V době od 14. do 21. 8. t. r. proběhlo týdenní soustředění olympijských družstev klasických disciplín v Jedovnici u Brna. Sešlo se zde 7 běžců, 6 běžkyň, 5 sruženářů a 7 skokanů se svými trenéry družstev, aby prokázali svoji připravenost před velikými úkoly na OH. Od původně zamýšleného soustředění na sněhu bylo upuštěno pro značné nepříznivé podmínky pro běžecí výcvik. Na bočných svazích a špatném sněhu mohlo by dojít k pokazení vypěstovaných pohybových návyků závodníků.

Jedovnice je městyň 7 km od Maceochy, v členitém a lesnatém kraji, s velikým rybníkem, na jehož břehu leží Tyršova osada, kde jsme byli ubytováni. Hezké prostředí, chybí zde však pro sportovce to nejdůležitější — dobré sportoviště a zařízení. Zašlé malé sokolské cvičiště s bývalým doskočištěm a konstrukcí bez kruhů, více než provisorium hřiště na odbíjenou a fotbalové hřiště dávají opravdu malé možnosti sportování. Chybí také koupaliště nebo alespoň upravený břeh, ze kterého by bylo možné skočit bez obav do vody. Je škoda, že tak příhodné místo uprostřed Moravy, s dobrým ubytovacím zařízením není lépe sportovně vybudováno.

Tyto nedostatky ovlivnily nepříznivě i náš program výcviku. Způsobily nám značné časové ztráty a často neregulárnost podmínek. Dráhu na 100 m na př. musela nahradit rovná cesta, laťku pro skok vysoký horolezecké lano atd. Přes to byly úkoly splněny.

Byla provedena prověrka trenovanosti a dosažené výsledky ve vybraných sportech, trochu odlišné pro každou disciplínu, a funkční zkoušku MUDRA M. Trubla potvrdily všeobecně dobrou trenovanost reprezentantů. Ukázaly také, kde je třeba menších úprav v tréninkovém plánu.

Prověrka plnění výchovného plánu prozradila, že při jeho sestavování nebylo zcela dbáno zásady postupnosti, takže ně-

kteří reprezentantům chybějí základní znalosti, bez kterých zvláště v politickém studiu těžko mohou zvládnout další látku. Dobře zpracované úkoly ve formě aktualit a uspokojivé plnění FO byly však dokladem toho, že nezapomínají na sebevzdělání ani mimo soustředění.

Velkým kladem tohoto převážně společného pobytu všech tří klasických disciplín byla možnost vzájemného porovnání družstev, a to nejen po stránce fyzické, ale i výchovné. Odkryla nám trenérům i členům družstev jejich některé nedostatky a jistě zapříčinily vzájemně, třeba jen tiché soutěžení mezi družstvy, které musí vést k zvýšení úrovně.

Jak probíhal náš den a celý týden?

Po ranní rozcvičce, zakončené u těch otužilejších skokem do rybníka, následovalo 40 minut hygieny, do které patřil samozřejmě i úklid ubikací, kontrolovaný zdravotníkem. Přítomnost mohou potvrdit zvlášť skokani, kteří se s ním v názorech na pořádek nemožili nějak shodnout. Po hygieně snídáné, aktualita nebo přehled tisku a pak tři hodiny tuhého tréninku v družstvech.

Odpolodně probíhaly hodiny aktivního odpočinku ve formě her, výletů na kole, veslování a hlavně plnění soutěže mezi družstvy ve čtyřboji, jaký nám dovolovaly místní podmínky. Skládala se z plavání, střelby, odbíjené a asi 80 m dlouhého sprintu do schodů. Pro zajímavost uvádím její konečné výsledky:

	Plavání		Střelba		Sprint		Odbíjená		Celk. bodů
	Ø	bodů	Ø	bodů	Ø	bodů	bodů	bodů	
I. Skokani	55,80	4	8,15	5	13,80	5	5	19	
II. Sdruženáři	64,18	2	7,83	4	14,90	4	2	12	
III. Trenéři	62,01	3	6,66	2	15,15	2	4	11	
IV. Běžci	66,30	1	6,83	3	15,11	3	3	10	
V. Běžkyně	55,00	5	4,83	1	18,90	1	1	8	

Přes svoji zábavnou formu přinesla sou-  
těž hodnoty po stránce fyzické a psychic-  
ké. Charakter disciplin byl sice bližší sko-  
kanům, ale rozdíl je přece jen trochu vy-  
soký, než aby se nad ním běžci a sdru-  
ženáři nezamysleli. Běžcům chybí roz-  
hodně etíždostivost, zdrává touha po stá-  
lé soutěživosti a pocit povinnosti bit se co  
nejlépe za čest kolektivu.

V hodinách aktivního odpočinku sehráli  
jsme také — reprezentování družstvem sko-  
kanů — utkání v odbíjené s okolními cha-  
tari, ke kterému nás vyzvali, a zvítězili  
jsme 2:0. Ve čtvrtek jsme nastoupili k zá-  
pasu v kopané proti místní jedenáctce,  
vítězi okresního přeboru. Hráli jsme  
ovšem jen v kedskách a za přísného soud-  
cování dr. Trubla. Nemohli jsme se však,  
podobně jako naši fotbaloví reprezentanti,  
prosádit před brankou a přes to, že jsme  
my, fanoušci a zvláště naše ženy, naše  
hráče silně povzbuzovali, prohráli jsme  
1:2. Ve středu jsme se zúčastnili půldenní  
žňové brigády v místním JZD při paná-  
kování ječmene. Byl trochu kousavý, což

však neubrál na pracovní elán. Jen  
v rádech jsme se nemohli sejít. Začínali  
jsme na obou koncích dlouhého lánu a rá-  
dy, zvláště jejich prostředek, podobaly se  
sjezdové dráze s bohatými zatáčkami.

V pátek navštívilo osm našich represen-  
tantů táborák SSD lehké atletiky u blízké  
„Hájanky“, kam jsme byli pozváni, a  
v sobotu v rámci dne družby nastoupila  
naše jedenáctka k druhému zápasu v ko-  
pané proti SSD Rudé Hvězdy Brno, která  
zde zahájila týdenní soustředění. Přes  
dobrou technickou hru a snahu dorosten-  
ců zvítězila nakonec fyzická převaha.  
Výsledek 9:2 pro lyžaře nebyl právě nej-  
lepším přivítáním žáků SSD, kteří přijeli  
o den dříve, aby se mohli sejit s našimi  
representanty. Společně večer, který pro-  
běhl v srdečném ovzduší, však všechno na-  
pravil. Bojovnost, projevovaná na hřišti,  
změnila se v upřímné přátelství. Touto  
milou besedou s mládeží ukončili jsme  
naše soustředění.

**B. Tyrzník, státní trenér**

## Moja závodná činnosť a tréning

L. HRNČIAR

Bol som vyzvaný TR LS ŠVTVŠ, aby som napísal niečo o svojej závodnej čin-  
nosti a o svojom tréningu. Tak v krátkosti sa vrátim k počiatkom môjho zá-  
vodenia. Závodim od detstva a vždy som na lyžiach len behal a nič iné ma ne-  
zaujímalo. Už v roku 1943 som sa začal zúčastňovať väčších závodov a stretávať  
sa so závodníkmi, ktorí boli v tú dobu na určitej výške. Čo mi hlavne chýbalo,  
že som nemal dostatočný výstroj a taktiež ma nemal kto usmerňovať.

O tréningu v túto dobu ani nehovorím.  
Je pravda, že som bol počas zimného  
obdobia dosť často na lyžiach a taktiež  
do školy a do práce som chodil na ly-  
žiach denne 10—15 km. Toto nebol tré-  
ning sústavný a čo do výkonu mi to ve-  
ľku nič neprinieslo. No z roka na rok vý-  
kony v lyžiarstve stúpali a ja som bol  
neustále na jednej výške.

Neskoršie, keď som sa dostával na ne-  
jaké kurzy alebo sústredenia, prekonával  
som rôzne štýly a spôsob jazdy. V túto  
dobu som si začínal uvedomovať, že ako  
na všetky druhy športu, tak aj na ten-  
to druh športu je potrebný celoročný tré-  
ning.

No vždy po ukončení zimy (záv. obdo-  
bia) som si sľuboval, že budem vytrva-

lý v tréningu po celý rok, ale minulo le-  
to, jeseň a zima ma zasa našla nepripra-  
veného a pochopiteľne ani výsledky ne-  
boly vôbec uspokojivé. Po takomto závo-  
de som sa špatne cítil, lebo organizmus  
nebol pripravený k podávaniu tak veľké-  
ho výkonu.

V roku 1948 som sa zúčastnil prvý raz  
majstrovstiev ČSR, kde som sa umiest-  
nil na 38. mieste. O rok neskoršie som  
sa vôbec nezlepšil, ba môj výkon ešte po-  
klesol. Bolo mi jasné, že musím tréno-  
vať, ak chcem ísť dopredu.

Začal som trénovať niekoľko týždňov po  
ukončení sezóny (záv. obdobia), ale tré-  
ning som neprevádzal sústavne. Niekedy  
som v tréningu preceňoval svoje sily a to  
mi bolo viac na škodu ako na osoh. Na

tréning z týchto príčin som sa díval z nesprávneho hľadiska a cítil som k tomu akýsi odpor. V roku 1952 som sa prihlásil na kurz pre dobrovoľných trénerov, ktorý sa konal na Fučíkovej chate v Krkonošiach. Tento kurz mal vysokú úroveň a znamenal pre mňa akýsi obrat v mojej závodnej činnosti. Tu som mal možnosť i keď nie úplne, naučiť sa správne mu štýlu a rôznemu spôsobu jazdy tak theoreticky, ako aj prakticky.

Na samotný tréning som sa už začal dívať celkom ináč, vedel som už rozoznávať, ako sa trénuje v prechodnom, prípravnom a v hlavnom období.

Ako dobrovoľný tréner som ešte nepracoval, ale snažím sa svoje vedomosti prenášať na závodníkov, s ktorými se stretávam na sústredení okresnom, krajskom alebo celoslovenskom. Od tejto doby sa snažím prevádzať tréning sústavne. Výsledky sa dostavili a hneď v roku 1953 som sa umiestnil v behu na 18 km na majstrovstvách ČSR ako 10. a na 50 km na 9. mieste. I keď to boli od prvého pretekára dosť značné rozdiely, predsa som v tom videl určitý krok dopredu.

V roku 1953 som bol zaradený na základe mojích výsledkov do širšieho druž-



## Kurs trenérů v Třeboni

*V tělovýchovném středisku v Třeboni byl uspořádán 5. ročník školy pro dobrovolné trenéry lyžování. Na našich snímcích jsou úspěšní absolventi školy — Matouš, Hlaváč — při praktických zkouškách a státní trenér Bogdálěk při saltu přes stůl.*

stva. Tu v širšom družstve som mal možnosť rozvinúť svoje schopnosti, začal som lepšie poznávať ostatných pretekárov, ich spôsob tréningu, tréningové dávky v rôznom tréningovom období, spôsob jazdy na lyžiach atď.

V roku 1954 na majstrovstvách ČSR som bol veľmi prekvapený, keď sa môj výkon oproti roku 1953 nezlepšil, ba môžem povedať, že zostal len na určitej výške i napriek tomu, že rozdiel v behu na 15 km medzi prvým V. Melichom a mojím 14. miestom sa čiastočne zmenšil oproti roku 1953 medzi prvým Cardalom a mojím 10. miestom v behu na 18 km.

Tu som jasne videl, že pretekári, ktorí dosahujú dobrých výsledkov, sú technicky aj štýlove na určitej výške. Toto som hodne postrádal a taktiež i teraz, keď som sa čiastočne v technike jazdy a v štýle trochu zdokonalil, nemôžem byť s tým vôbec spokojný do ďalšej závodnej činnosti.

Po skončení hlavného obdobia v roku 1954 som sa snažil byť čím dlhšie na snehu a zameral som sa na odstránenie chýb, ktorých sa dopúšťam v behu na lyžiach. Odstrániť takéto závady, hlavne v mojom štýle, je pochopiteľne dosť ťažké, keď som už, ako som spomínel na začiatku, prekonal rôzne druhy štýlu a rôzny spôsob jazdy.

V ďalšom prechodnom a prípravnom období som svoj tréning skvalitnil a začal som ho prevádzať všestranne, pričom hlavný dôraz som kládol na obratnosť.

Hodne som upustil od tvrdého tréningu na bežeckej dráhe, keď som sa dal predtým strhnúť ľahkými atlétmi a behal som niekedy aj celých 10 km v tretrách atp. Takýto tréning mi nič nepriniesol, ba práve naopak bolo to iba na škodu.

V týchto dvoch tréningových obdobiach som postupne zatažoval svoj organiz-

mus a trénoval som len hravo a hlavne všestranne.

Beh som trénoval najviac v horskom teréne, kde som trénoval aj rýchlosť. Na bežeckú dráhu som prišiel len v krajnom prípade, keď som si potreboval overiť svoje výkony.

Za túto dobu som hodne jazdil bicykli, hodne viac ako minulé roky som chodil na plavárňu a občas aj do telocvične. Hlavný dôraz na konci prípravného obdobia som kládol na vytrvalostný beh v horskom teréne, kde som dosiahol určitú vytrvalosť a kde mi taktiež zosilneli nohy. Moje tréning bol a je kontrolovaný jednak ŠVTVS osobným trénerom súdruhom Kovalčíkom, ktorý mi bol a je mi dobrým vzorom, neskoršie súdruhom Gajerom a teraz súdruhom Húskom.

Do nastávajúceho závodného obdobia v roku 1954—1955 som išiel s určitými predpokladmi. Na prvom snehu v sústreďení na Čapkovej chate a neskoršie na Kežmarskej chate som mal dobrú príležitosť na rozjazdenie. Neskoršie som postupne zatažoval svoj organizmus a nerobilo mi ťažkosti i to, keď som si na počiatku závodného obdobia dával väčšie dávky v tréningu.

Tento môj stav počas celého závodného obdobia potrvál a nedošlo ku žiadnym výkyvom, čo sa týka výkonnosti, ba zo závodu na závod som sa zlepšoval. Po absolvovaní predpísaných štyroch kvalifikačných pretekov v behu na 15 km, kde som obsadil celkovo 5. miesto (keď nebol kvalifikovaný Malinský a Hlaváč), som bol zaradený do olympijského družstva. Mój tréning v tomto roku sa snažím ešte viac zdokonaľiť, trénovať ešte viac, trénovať sústavne a všestranne a na čo kladiem veľký dôraz, dodržiavať správnu životosprávu.

Prajem si, aby tento môj článok povzbudil ďalších pretekárov k prevádzaniu celoročného tréningu.

## ZAJÍMAVOSTI Z KONGRESU FIS

V letošním roce se šli již po dvacáté zástupci z celého světa do Montreaux (Švýcarsko), aby projednali otázky dalšího rozvoje mezinárodního lyžování. Kongresu se zúčastnili zástupci 21 zemí. Československo, které od založení patří mezi aktivní členy mezinárodní federace, v tomto duchu pokračuje. Naše práce je na mezinárodním poli dobře oceňována. V letošním roce vítězství E. Malé v Zermattu, dobré výsledky v některých disciplínách v Moskvě, na Velké ceně Slovenska a v Harrachově byly dobře hodnoceny.

Průběh kongresu byl: 30. V.—1. VI. zasedání technických komisí, kterých se zúčastnili v bežecké VI. Páel, ve skokanské M. Bělonožník, 1.—3. VI. bylo vlastní zasedání kongresu. Všeobecně se dá hodnotit průběh kongresu jako hladký. K důležitým bodům jednání:

— Olympijské hry 1956 v Cortině d'Ampezzo. Byly projednány otázky zajištění těchto olympijských her a rozdaný přesné nákresy, profily\* a foto-

\* Profily bežeckých tratí uvádíme v dnešním Lyžařství.



grafie jednotlivých závodních tratí. S konečnou platností byl schválen program, maximální počty účastníků a jednotliví členové mezinárodní jury. Za Československo byl zvolen jako rozhodčí skoků M. Duffek a do běžecké jury V. Pácl.

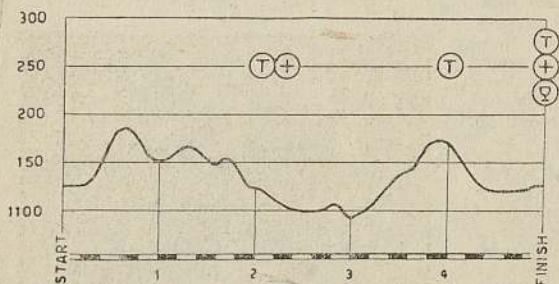
do sjezdové jako technický expert J. Bogdálék, do skokanské M. Bělonožník, jako kontrolor můstek K. Jarolímek a do komise žen jako technický expert K. Lelková.

VL. PÁCL,  
člen běžecké komise FIS

- Mistrovství světa 1958. Po předběžných diskusích v komisích byla plnem kongresu schválena následující místa pro konání mistrovství světa 1958: ve sjezdových disciplínách Rakousko, Bad Gastein, a v klasických disciplínách Finsko, známé běžecké a skokanské středisko Lahti.
- Olympijské hry 1960. Po bohaté diskusi v komisích byla stanovená pořadí, kde by se mohly konat z technického hlediska OH 1960. Všechny komise konstatovaly, že nejméně výhodné je USA (Squaw Valley), které je vysoko položené (1900 m) a nemá nejlepší terény pro sjezdové disciplíny. Jak víme, byly přesto mezinárodním olympijským výborem v roce 1960 zimní OH určeny do USA.
- Mezinárodní pravidla. Výsledky z jednání jednotlivých komisí o některých detailech a technických ustanovení mezinárodních pravidel byly anebo budou uveřejněny ve speciálních státech.
- Dále bylo projednáno: Návrh na ustavení samostatné komise mládeže FIS byl zamítnut. Bylo projednáno vydávání časopisu FIS a v zásadě schváleno. Otázka konkrétní formy bude znovu projednána na předsednictvu. Příští kongres 1957 bude v Jugoslavii.
- Velmi důležitou částí kongresu bylo zasedání tak zvaného kalendářního kongresu, kde byly projednány velké mezinárodní závody v zimě 1955/1956 a do mezinárodního kalendáře zařazena Velká cena Slovenska, a naše mezinárodní závody v klasických disciplínách, které mají být v únoru 1956.
- Na kongresu bylo zvoleno předsednictvo FIS ve složení: předseda Marec Hodler (Švýcarsko), generální sekretář A. Kaech (Švýcarsko), místopředsedové: V. Andrejev (SSSR), C. T. Hill (USA), B. Kjellström (Švédsko) a členové: E. Bergsland (Norsko), A. Cazaux (Francie), D. Dongan (Jugoslavie), A. Himberg (Finsko), O. Lorenz (Rakousko), P. Oneglio (Itálie), R. Readhead (Anglie) a G. Schmidt (Německá spolková republika). — Do komisí jako techničtí experti byli zvoleni za Československo: do běžecké V. Pácl,

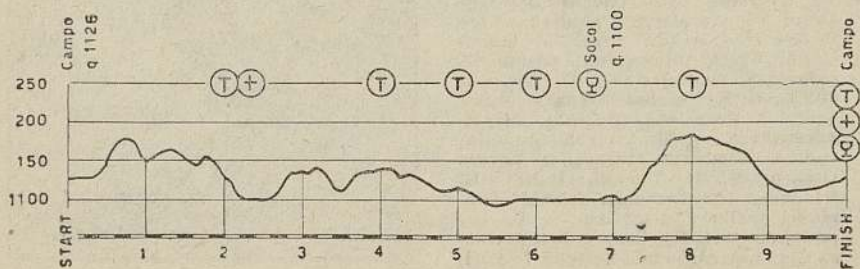
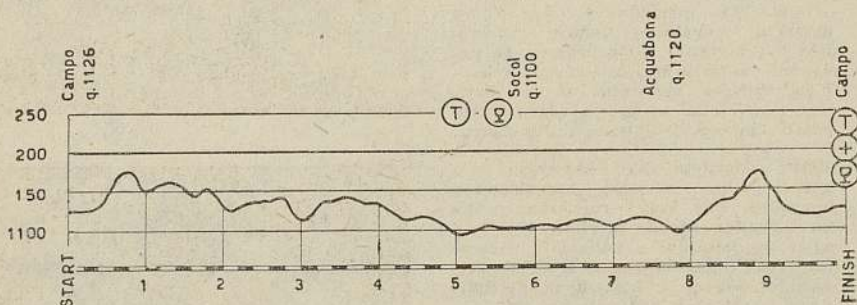
*Lyžař na suchu. V druhé etapě přípravného období používáme speciálních cviků, v nichž napodobujeme pohyby na lyžích. Přinášíme vám záběry z tréninku sovětských mistrů sportů — N. Aničkina na prvním obrázku a V. Baranova na obrázku druhém.*

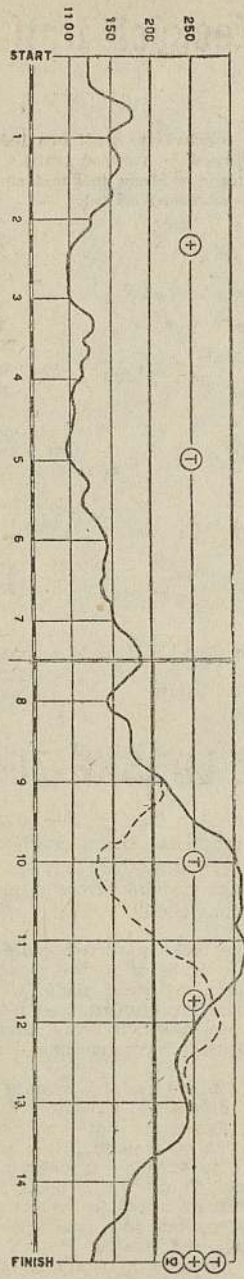
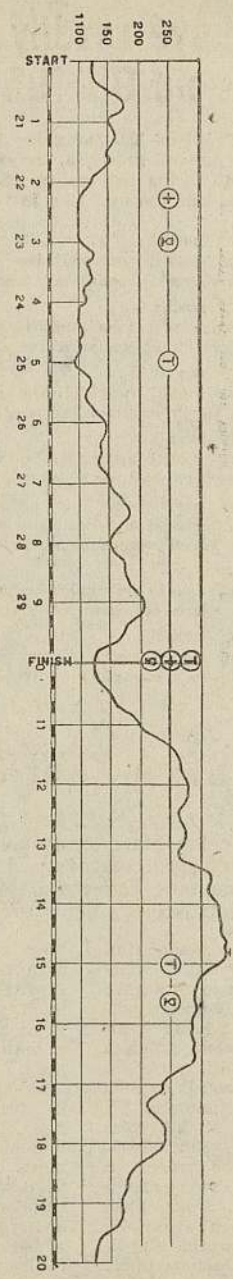
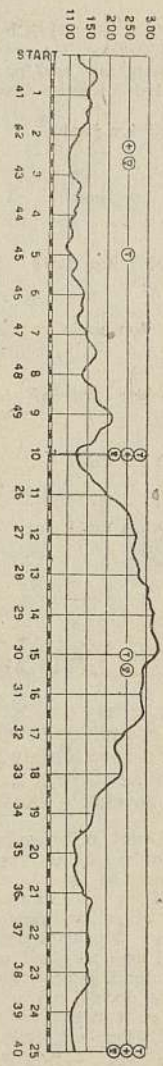




### Běžecké trati v Cortině

*Celkový pohled na Cortinu d'Ampezzo s vyznačením běžecích tratí a výškové profily tratí, tak jak byly schváleny. Kruhem je vyznačeno místo startu a cíle*





# Profily a výškové rozdíly běžeckých tratí na OH 1956

Jeden z důležitých bodů jednání na XX. kongresu FIS bylo schválení tratí pro jednotlivé disciplíny: Po projednání komisí běžeckou, byly schváleny dále uvedené tratě s podmínkou, aby trať pro běh na 15 km byla znovu prohlédnuta a zvažena možnost zlepšení poslední třetiny tratí asi v tom smyslu, jako je trať pro sdružený závod.

I. 3×5 km ženy	výškový rozdíl	74 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	85 m
	součet všech stoupání na trati	174 m
II. 10 km ženy	výškový rozdíl	90 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	74 m
	součet všech stoupání na trati	250 m
III. 4×10 km muži	výškový rozdíl	96 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	86 m
	součet všech stoupání na trati	275 m
IV. 15 km muži	výškový rozdíl	230 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	135 m
	součet všech stoupání na trati	415 m
15 km sdružený	výškový rozdíl	185 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	150 m
	součet všech stoupání na trati	420 m
V. 30 km muži	výškový rozdíl	250 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	150 m
	součet všech stoupání na trati	805 m
VI. 50 km muži	výškový rozdíl	250 m
	výškový rozdíl maximálního stoupání	150 m
	součet všech stoupání na trati	1300 m

V. PÁČL

## MOJE ZKUŠENOSTI A ZÁVĚRY Z LOŇSKÉ ZIMY

Minulé závodní období bylo proti předcházejícímu mnohem bohatší. Dobré sněhové podmínky téměř po celou hlavní sezónu, větší množství hodnotných treningů a závodů daly předpoklady k značnému zlepšení výkonnosti našich sjezdářů. Je samozřejmé, že i na mne zanechalo toto období nějaké stopy a právě proto se chci o zkušenostech, které jsem v tomto období získal, zmínit.

Podzimní příprava utrpěla značně tím, že jsem si udělal výron v kotníku, který mě zlobil až do konce prosince minulého roku. Toto mělo za následek, že jsem přípravu musel redukovat na cvičení gymnastiky. Musel jsem vynechat důležitá cvičení pro zlepšení obratnosti, postřehu a rychlosti. Přes tyto nedostatky jsem fyzicky docela dobře zvládl náhamu při treningu i při závodech. V sezóně roku 1953—1954 se projevila u mě velmi závažná nutnost, abych podstatně změnil a zlepšil styl. Se starou technikou jsem nemohl zlepšit výkony v mých disciplínách a teprve po důkladném osvojení si nového stylu se má výkonnost podstatně zlepšila. V loňské sezóně se mi ale nepodařilo odstranit časté pády ve slalomech. Pro-

blém byl podle mého názoru i podle názorů trenérů v časté záklonové a někdy i příliš rychlé a riskantní jízdě. U slalomů s roztaženými brankami se ukazuje to, že neumím dokončit svihy. Ztrácím v takových případech drahocenně deseti-ny.

Zkušenosti z mezinárodních závodů byly pro mne obzvláště důležité. Zjistil jsem, že se nemusíme bát konkurence nejlepších jezdců ve slalomu. Naše slalomová technika je dnes na vysokém stupni dokonalosti. Touto skutečností jsme velmi překvapili na zájezdech v Rottachu a Zermattu. Pro mě byl poučejší závod ve slalomu v Zermattu. Povrch tratě byl velmi tvrdý a hrbolatý a brány stavěny tak, že se muselo jet velmi opa-

trně. Právě tato skutečnost a to, že jsem neměl správný odhad rychlosti mělo za následek, že jsem v jednom kole třikrát vyjel z dráhy, nebo upadl.

Pro mě z toho vyplývá to, že musím odstranit základ, zlepšit přehled a správně odhadnout co si můžu v závodě dovolit a co ne.

Situace ve sjezdech je pro mne poněkud lepší. Mám zde mnohem méně slabín a při ještě trochu dobrých zkušenostech může za mne být docela dobrý sjezdař. Sjezd jezdím mnohem jistěji než-li slalomy a tak mi ani těžké sjezdové tratě v zahraničí nedělaly velké potíže. Přesto mi několikrát pádů při treningu naznačilo, že je nutno nejdříve si trať důkladně prohlédnout a pak teprve se pustit do rychlejší jízdy.

Mezinárodní závody nám ukázaly některé nedostatky ve výstroji, výzbroji i v mazání.

Nejdůležitější je otázka rychlých a při tom bezpečných lyží. Naše lyže byly při-

liš pomalé a nemohli jsme proto vážně zasáhnout do bojů o prvá místa.

Neméně důležitý je problém mazání. Bude nutno odstranit subjektivní metody. Musíme se naučit nosit na závody i na treningy teploměry a vypracovat si v celé této otázce určitý systém.

Zvyšující se průměrné rychlosti při závodech předpokládají také zlešení bezpečnostních opatření pro závodníky. Ochranné přilby jsou u zahraničních závodníků hlavně Rakušanů běžné. Bezpečnost domácích sjezdovek také není dostatečná. Úzké a rychlé úseky v lese a nedostatečná úprava povrchu tratí zavinuje časté úrazy závodníků.

Zkušenosti, o kterých jsem se v článku rozepisoval, nejsou zdaleka všechny. Jsou to jenom ty nejhlavnější. Je na nás všech, abychom nedostatky, které se projevily v minulé sezóně, dovedli rychle a důkladně odstranit. Věřím, že se dobře vyrovnáme s úkoly, které na nás budou v příští sezóně kladeny.

KURT HENNRICH

## Za Josefem Dufkem

S hlubokým pohnutím a žalem přijala celá sportovní veřejnost zprávu, že známý sportovec a dobrý kamarád soudruh Josef Dufek z T. J. Jiskra Otrokovice není již mezi námi. V neděli 17. července utrpěl na svém pracovišti těžký úraz, kterému téhož dne podlehl. Byla to tvrdá rána pro nás všechny, kteří jsme ho znali, protože odešel z našeho středu člověk vzácných vlastností.

Již ve svém mládí projevoval velkou lásku ke sportu, ze kterého si nejvíce oblíbil hory a lyže. Snaživý, pilný a houževnatý vypracovával se postupně do popředí. Dosáhl řady vynikajících výsledků, z nichž nutno zvláště ocenit, že byl členem štafety, která svého času dosáhla titulu mistra ČSR. Množství diplomů, trofejí a různých cen svědčí o jeho vysoké sportovní zdatnosti.

Do našeho středu přišel před 15 lety za Studnice na Českomoravské vysočině jako odchovanec novoměstské běžecké školy. Klidný, zdvořilý, veselý a ke všem laskavý a ochotný pomocí radou i skutkem. Zapojil se pilně do tělovýchov. Z jeho bohatých zkušeností čerpali jsme všichni. Sám jako aktivní závodník snažil se vychovat ve svém středu nové sportovce, nové závodníky, takové, jak mají skutečně vypadat. S velkou oblibou a láskou věnoval se mládeži, kde vrostla pod jeho vedením řada vynikajících jednotlivců a silný kádr nových nadějí. Vytvořil kolem sebe prostředí, na které všichni budou dlouho vzpomínat, hlavně mládež, o kterou s tak nevšední ochotou pečoval.

Byl členem krajské trenérské rady, kde pracoval velmi obětavě a působil ve všech krajských a školských kursech jako instruktor, kde si získal velkou oblibu. Jako dobrovolný lyžařský trenér byl vyhodnocen a odměněn pátou cenou v ČSR. Pro svou milou a přímou povahu byl u všech velmi oblíben. Ve všech závodech až po přebory ČSR, kde startoval jako krajský reprezentant, projevil se jako velký bojovník, ale stejně tak uměl přijmout porážku od svých žáků. Byl nám dobrým rádcem, učitelem a kamarádem především. Pohyb a život, to byl smysl jeho žití, proto tak těžké loučení.

O tom, jak velký byl okruh jeho přátel, svědčí účast těch, kteří ho přišli provodit na poslední cestu. Je to skutečně těžká ztráta pro nás, protože odešel člověk tak vynikajících kvalit a vlastností. Dobrý kamarád a znamenitý manžel a otec tří dětí.

Tak jsme znali našeho Pepouše Dufka, který odešel v nejlepším věku, uprostřed pilné práce. My všichni, kteří jsme tě znali, slibujeme ti, Pepouši, že tvůj zářný příklad a vzor budeme mít stále před sebou. V našich vzpomínkách zůstaneš natrvalo.

Lyžaři T. J. Jiskra Otrokovice

# MOJE ZKUŠENOSTI S MAZÁNÍM

V lednovém čísle „Lyžařství“ byla výzva k diskusi o mazání od M. Mečířové. Odpovídám jí stručně na její otázky:

## 1. Jak nejlépe namazat na přemrzlý sníh Swixem?

Důležitá je příprava lyží před namazáním. Lyže pokud možno nestahovat lampou. Lyže dáme do teplé místnosti, po případě přidržíme u teplých kamen a stíráme hadrem, jak tuhé, tak i tekuté vosky. Zbavíme skluznici všech zbytků vosku a skluznici vyhladíme. Tuhé vosky rozstíráme korkem, nesprávné je rozstírat vosk rukou, teplou rukou vosk změkne a nanáší se nestejněměrně.

### Sníh nový, jemný, při teplotě $-10^{\circ}$ až $-30^{\circ}$ .

Na čistou lyži nanese se 1 vrstvu zeleného Swixu, kterou zažehlíme a vyhladíme korkem. Další vrstvu zeleného Swixu nanese se na špičky a zadky, na střed dáme slabou vrstvičku a vyhladíme korkem. Na střed lyží dáme vrstvičku modrého Swixu a vyhladíme. Počet vrstev nanášíme podle délky tratě, kterou máme ujet.

### Sníh starší, hrubší při teplotě $-10^{\circ}$ až $-30^{\circ}$ .

Na starší sněhy používáme modrého Swixu. Základní vrstvu zažehlíme, další vrstvy vyhladíme. Můžeme kombinovat s Bratlie—Silke, který přidáme po celé skluznici.

## Proč se dobře jezdí na rozježděném vosku?

Je to tím, že jste setřeli přebytečný vosk, který jste nanесли na lyže. Většina závodníků maže na hrubo, jednak tím, že jezdí na běžkách, které mají hickorovou skluznici, která ne drží tak dobře vosk jako skluznice březová. Lyže je proto tupá a závodník pro zrychlení přidává různé sjezdařské vosky, což je chyba. Vrstva naneseného vosku má stačit na jeden závod nebo training. Taková lyže má lehký skluz kupředu a nutí závodníka, aby využíval skluzu k účelné jízdě.

## 2. Jak mažeme při nadajícím sněhu?

Mažeme Swix zelený, který se nejvíce osvědčil. Nanášíme silněji a rozstíráme na hrubo.

## 3. Střídavý sníh, teplota $-2^{\circ}$ až $+2^{\circ}$ .

Na sněhy kolem  $0^{\circ}$  je řada kombinací a nedá se přesně určit mazání předem, sníh se mění, je nejlépe mazat těsně před startem. Na základ používáme Swix klisr červený, slabě po celé skluznici, špičky a zadky zrychlíme tím, že klisr promícháme se sjezdařským voskem. Na střed dáme měkký vosk na  $0^{\circ}$  (podobný mediu). Uvádím jeden případ z mistrovství z r. 1954, které se konalo ve Vysokém nad Jizerou. Při závodě na 50 km byly velké výškové rozdíly, místy jsme jeli na promočeném sněhu, na Dvoračkách byl prašan. Kombinace vosku, kterou jsme mazali s Cardalem a Kosinou, se velmi osvědčila. Po celé skluznici jsme nanесли slabou vrstvu červeného Swixu. Špičky a zadky jsme namazali Recordem, střed měkký švédský vosk značky Nolan-Lap klip na teplotu  $-2^{\circ}$  až  $+2^{\circ}$ . Toto mazání se osvědčilo, lyže měly dobrý skluz na všech druzích sněhu a sníh nenalepoval na lyže.

## Proč se nemažou Bratlie vosky.

Dostatek Swixů a jednoduchý způsob mazání s těmito vosky zavinily, že se málo používají vosky značky Bratlie a nejsou proto vyzkoušené.

## 4. Čím jsme mazali na závodech FIS ve Švédsku.

Při každém zájezdu do ciziny se snažím získat nové druhy vosků nebo vosky, které mám vyzkoušené. V jednom sportovním obchodu ve Falunu jsem vyštouřal krabici vosku, kterou majitel obchodu koupil od finských závodníků. Mezi různými druhy byly i vosky značky Vauhti, které jsou podobné předválečným Ostbye mixům. Počasí nám přálo, běhalo se na promrzlém sněhu, při teplotě  $-12^{\circ}$  až  $-30^{\circ}$ .

Mazali jsme Vauhti  $-10^{\circ}$  až  $-30^{\circ}$  slabě po celé lyži a vyhladili korkem. Jsou to velmi dobré vosky, dobře stoupají, vosk drží dobře na lyžích a hodí se zvláště na starší proslulé sněhy.

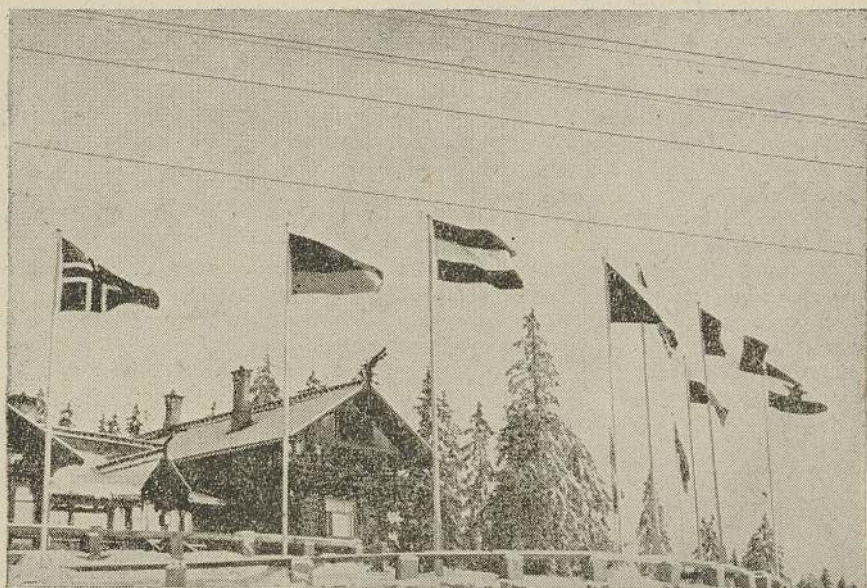
Tuto diskusi je třeba opravdu rozvinout. Přinese závodníkům víc než nějaký přeložený návod podniků, který vosk vyrábí.

V. WEISSHÄUTEL

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I. Č. 6

ZÁŘÍ 1955



*Československá vlajka vlaje na Frognerseterenu při zahájení prvního mistrovství světa v jízdě na saních.*

## ZKUŠENOSTI Z NORSKA

BRONISLAV HANÁK

V minulém článku jsem se zmínil o technice jízdy zahraničních závodníků a o konstrukci dvou rozdílných typů závodních saní — o pevných norských a o pohyblivých středoevropských saních GASSER.

Snad vás bude zajímat, jak byla naše delegace přijata zástupci ostatních národů a jak probíhala výměna odborných poznatků a zkušeností. Hned na začátku je možno říci, že vcelku velmi dobře. Všichni nás srdečně vítali, na počest naší republiky byla vztyčena československá vlajka a také stůl, u kterého jsme se děli při jídle, byl označen čs. vlaječkou. Několikrát jsme obědvali nebo večereli s předsedou mezinárodní sáňkařské sekce FIBT Bertem Isatitschem a se členy

mezinárodní jury. Také při odborných diskusích byla věnována československé delegaci upřímná pozornost. Pokud se týče sdělování technických poznatků a zkušeností, získali jsme nejvíce od Švýcarů a Rakušanů, i když na příklad mistr Evropy Aste byl v předávání zkušeností zdrženlivější. Vedle otevřených a skromných Norů, Švédů a Italů bylo na rakouských reprezentantech vidět, že jsou favority závodu a že jsou si toho vědomi. O odborných problémech jsme nejvíce debatovali s technickým vedoucím Rakušanů Tonni Weissnichem a předsedou švýcarského sáňkařského svazu Hansem Freyem.

Zvláštní pozornost jsme věnovali získání poznatků o mazání, poněvadž všichni závodníci bez výjimky mazali a byli vybaveni rozmanitými druhy vosků, které podle stavu sněhu při mazání různě kombinovali. Používaly se lyžařské vosky švýcarské značky TOKO a Norské SWIX. Mnozí závodníci si připravují vosky sami, při čemž převládají parafíny s grafitem a ještě s nějakým voskem, který má schopnost dosti pevně přilnout na ocelovou skluznici saní.

Pro použití běžných vosků platí v zásadě táž pravidla jako pro mazání lyží, tedy podle teploty a kvality sněhu označené na adjustaci. Jsou zde však dva základní problémy, kterých si musíme povšimnout.

Za prvé: jak docílit toho, aby vosk vydržel na kovové skluznici co nejdéle a nesetřel se po několika desítkách metrech ujeté dráhy.

Za druhé: jak rychle vysušit mokrou skluznici mezi jednotlivými jízdami, poněvadž z vlastní zkušenosti víme, že na mokrou skluznici vosk nechytá.

O první otázce jsem hovořil s mistry světa Rakušankou Karlou Kienzlovou a snažil jsem se dovědět, jakým způsobem maže. Rakušané totiž nemazali na startu, nýbrž na ubikaci a na start již přinesli saně namazané »něčím hnědým až



Norský reprezentant se připravuje ke startu na mistrovství světa. Všimněte si závodních saní a dřevěné, 5 metrů dlouhé řídicí tyče



černým«. Co to bylo, to jsem se přesně nedověděl, jenom vím, že po vysušení natřeli skluznici měkkým voskem, který dobře přilnul ke kovu a jako vrchní vrstvu nanесли podle sněhu svůj neoznačený vosk. Na umrzlou dráhu mazali také, i když se vosk na vnitřních hranách snad po 100—200 metrech setřel, vzhledem k tomu, že po několika jízdách byla dráha ostrými hranami »pořezaná« a posypaná sněhovým prachem. Zde se potom uplatnilo mazání, které zůstalo na skluznici dále od vnitřní hrany.

Tento závažný problém techniky mazání vosků na kovové skluznice není dosud vyřešen a bude třeba, aby naši závodníci po získaných zkušenostech napsali do odborného časopisu, jak docilují stálosti vosků na kovových skluznicích.

Pokud se týká druhé otázky — sušení skluznic, seznámili jsme se s několika způsoby. Běžně používané ořtení skluznic hadrem nebo rukavicí stačí při zmrzlém sněhu, skluznice je naprosto suchá a připravena k namazání. Při oblevě používali Švýcaři parafinu rozpuštěného v etheru. Touto vodičkou natřeli ještě vlhkou skluznici, ether vypřchal a na skluznici zůstala vrstvička parafinu jako poklad pro další vosk. Mistr Evropy z roku 1954 Fritz Kienzl používal k sušení skluznic horkou vodu. Je-li start blízko chaty, kde je možno opatřit horkou vodu, přetřou se několikrát skluznice hadrem namočeným v horké vodě. Tím se skluznice zahřeje, voda se vypaří a podkladový vosk při mazání dobře chytá. Je třeba poznamenat, že před startem musí být skluznice naprosto studené, jakékoliv nahřívání pravidla nedovolují. Když se změní v průběhu závodu stav dráhy, jako se se stalo na př. v Norsku, odstraňovali závodníci před přemazáním starý vosk žiletkou s rozpustidlem.

(Pokračování.)

## Výsledky I. mistrovství světa v jízdě na saních

Oslo, 5.—6. února 1955

### Jednosedadlové saně — muži:

1. Tony Salvesen (Norsko) 8,08.59 min.,
2. Josef Thaler (Rakousko) 8,10.53 min.,
3. Josef Isser (Rakousko) 8,15.21 min.,
4. Paul Aste (Rakousko) 8,16.24 min.,
5. Alf Large (Norsko) 8,17.60 min.,
6. Henri Isser (Rakousko) 8,17.68 min.,
7. Erhard Grundmann (záp. Německo) 8,19.76 min.,
8. Gunnar Böhn jun. (Norsko) 8,20.10 min.,
9. Willi Lache (Rakousko) 8,20.85 min.,
10. Mogens Christensen (Norsko) 8,21.90 min.,
11. Finn Didriksen (Norsko) 8,21.95 min.,
12. Hans Krausner (Rakousko) 8,26.41 min.,
13. Hans Frey (Švýcarsko) 8,26.94 min.,
14. Albert Kraus (záp. Německo) 8,27.16 min.,
15. Walter Hofer (Itálie) 8,29.19 min.,
16. Fritz Kienzl (Rakousko) 8,29.67 min.,
17. Richard Feistmantl (Rakousko) 8,36.27 min.,
18. Helmuth Bernt (záp. Německo) 8,44.17 min.,
19. Sepp Strillinger (záp. Německo) 8,45.02 min.,
20. Sepp Maeyer (záp. Německo) 8,45.39 min.,
21. Harald Large (Norsko) 8,47.85 min.,
22. Josef Stifter (Itálie) 8,51.85 min.,
23. Arne Holst (Norsko) 8,53.48 min.,
24. Fritz Nachman (záp. Německo) 8,55.36 min.,
25. Jezy

Wlodzynski (Polsko) 9,01.26 min., 26. Rudolf Traufer (Švýcarsko) 9,02.88 min., do-rostenec, 27. Bron. Hanák (ČSR) 9,06.23 min., 28. Trygve Södring (Norsko) 9,06.98 min., 29. Sverre Thuve (Norsko) 9,07.93 min., 30. Lovider Erikson (Švédsko) 9,11.02 min., 31. Arne Berlund (Švédsko) 9,11.50 min., 32. Erik Wenn (Norsko) 9,17.70 min., 33. Yngve Carlson (Švédsko) 9,23.21 min., 34. Ove Johansson (Švédsko) 9,24.69 min., 35. Janusz Wojtynski (Polsko) 9,29.77 min., 36. Hans Mayer (záp. Německo) 9,33.22 min., 37. Peter Droeger (záp. Německo) 9,35.50 min., 38. Ryzard Pedrak (Polsko) 9,42.57 min., 39. Gunnar Garpó (Švédsko) 9,44.91 min., 40. Hans Bartoschek (záp. Německo) 9,52.70 min.

### Jednosedadlové saně — ženy:

1. Karla Kienzlová (Rakousko) 8,27.98 min.,
2. Marie Isserová (Rakousko) 8,34.12 min.,
3. Mariana Bauerová (záp. Německo) 8,43.85 min.,
4. Lotta Scheinpflugová (Itálie) 8,53.33 min.,
5. Gerda Cegnarová (Rakousko) 8,56.71 min.,
6. Barbara Gorgonová (Polsko) 9,00.10 min.,

7. May Torriani (Švýcarsko) 9,02.43 min.,  
8. Wilhelmina Schmidtbauerová (záp. Německo) 9,09.12 min., 9. Gertruda Engelke (záp. Německo) 9,07.98 min., 10. Erika Schillerová (záp. Německo) 9,11.94 min., 11. Erika Leitnerová (Itálie) 9,20.50 min., 12. Liv Janer Storhaug (Norsko) 9,23.93 minut.

#### Dvouosadlové saně:

1. Hans Krausner—Josef Thaler (Rakousko) 4,00.10 min., 2. Josef Isser—Maria Isserová (Rakousko) 4,01.92 min., 3. Sepp Strillinger—Fritz Nachman (záp. Německo) 4,11.08 min., 4. Gunnar Böhn

—Svere Thuve (Norsko) 4,14.50 min., 5. Arne Holst—Svere Lorentzen (Norsko) 4,15.43 min., 6. Tony Salvesen—Harald Large (Norsko) 4,17.83 min., 7. Paul Aste—Heinz Isser (Rakousko) 4,25.63 min., 8. Orulf Hodne—Johannes Brenhovd (Norsko) 4,27.96 min., 9. Sepp Mayer—Erhard Grundmann (záp. Německo) 4,27.98 min., 10. Walter Hofer—Erika Leitner (Itálie) 4,30.13 min., 11. Ryszard Pedrak—Jerzy Wlodzinski (Polsko) 4,34.42 min., 12. Arvid Magner—Haas Magnor (Norsko) 4,36.29 min., 13. Barbara Gordon—Januz Wojtinski (Polsko) 4,39.55 min., 14. Mogens Christensen—Inger Vik (Norsko) 4,41.33 min.

## MLÁDEŽ A SÁŇKAŘSTVÍ

V posledních letech dosáhl sáňkařský sport poměrně značného úspěchu v masovém rozvoji. Byl podstatně zvýšen počet oddílů a tím také masová základna závodníků. Jestliže se však podíváme na tento rozvoj blíže, zjistíme, že většina nových závodníků se rekrutuje z řad dospělých a v daleko menším měřítku z řad mládeže. I když tato tendence není úplně správná, můžeme říci, že základna závodníků je pro současnou dobu téměř zajištěna. Nyní je zapotřebí zajišťovat doplnění a rozšíření této základny z řad naší mládeže. Některé kraje jako na příklad Liberec, Karlovy Vary, Ústí n. L. si tuto situaci plně uvědomily a přistoupily k pořádání sáňkařských závodů pro mládež. Touto cestou získáme naši mládež pro sáňkařský sport. Pochopitelně, že podmínky nejsou ve všech krajích stejné. A tak podle daných podmínek je nutné propagaci sáňkařského sportu zaměřit. Příkladem kraj Liberec, který má velmi dobré sněhové podmínky, nebude konat ve školách a učilištích jen theoretické přednášky a besedy o sáňkařském sportu, ale přistoupí v první řadě k pořádání co největšího počtu propagačních závodů v jízdě na saních. Naproti tomu kraj Praha, který má poměrně špatné sněhové podmínky, se spíše zaměří na besedy s mládeží o sáňkařském sportu a využije také sněhu v okolí Prahy k eventuelnímu propagačnímu závodu.

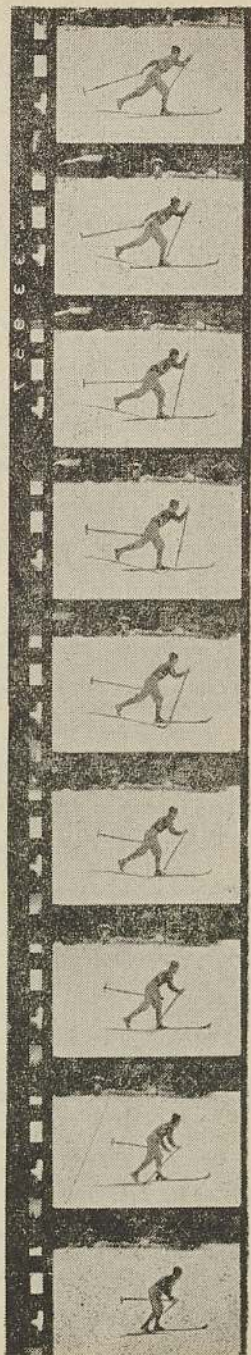
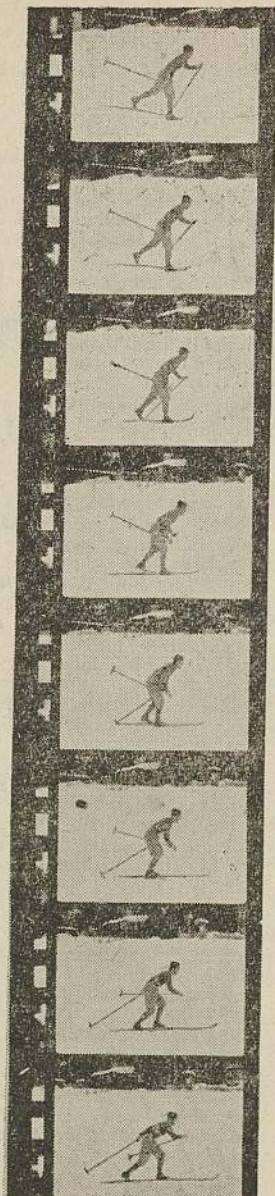
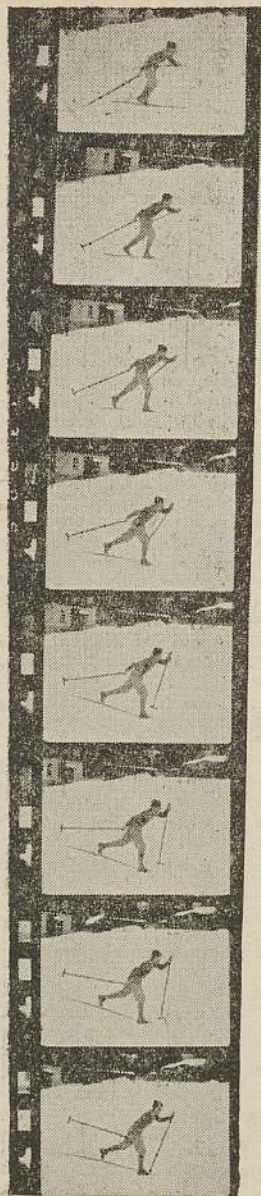
Ani ústřední sekce, ani krajské sekce a komise nevyužily dostatečně v uplynulé sezóně soutěže, kterou vyhlásily „Pionýrské noviny“ v pořádání závodů v jízdě na saních. Takovéto akce je nutno jedi-  
vítat. Je však zapotřebí účinněji tyto

soutěže podporovat, pokud budou v budoucích letech pořádaný.

Účinnou pomocí při získávání naší mládeže mají být patronáty ZTJ nad školními tělovýchovnými jednotami. V těch místech, kde ZTJ dobře tyto patronáty plní, tam také mají naše sáňkařské oddíly největší příležitost získat mezi školní mládeží nové zájemce o sáňkařský sport. Vždyť taková dobře provedená instruktáž v pionýrském kroužku, nebo při hodině tělovýchovy má velký úspěch, jak se v tomto směru přesvědčili soudruzi z Liberecka. Příkladem si v tomto směru vede kraj Ostrava, kde byl uspořádán propagační závod v jízdě na saních pro školní mládež, s překvapivě velikou účastí. Z krajů, kde začínají pěstovat sáňkařský sport jsou to v první řadě kraje Karlovy Vary a Ústí n. L., které se zvýšenou měrou věnují naší mládeži. Jistě v příští sezóně to budou i ostatní kraje, které zaměří své úsilí k získání co největšího počtu mládeže pro sáňkařský sport.

Podstatně nám v tom také pomůže nová organizace SHM, kterou provedl SVTVS. Také jízda na saních byla pro rok 1956 zařazena do rámce SHM. Po první v historii československého sáňkařství připravuje ústřední sekce finale SHM, které by se jelo v rámci celostátních přeborů v jízdě na saních. Zájem o sáňkařský sport mezi mládeží je, záleží nyní na nás dobrovolných pracovnících sáňkařského sportu, abychom tohoto zájmu využili a přispěli tak největší měrou k dalšímu masovému rozvoji československého sáňkařství.

Miloslav Belda,  
předseda komise mládeže



Uveřejňujeme další diskusní příspěvek k technice běhu na lyžích.

## POPIS KINOGRAMU BĚŽECKÉHO KROKU

střídavého dvoudobého mistra republiky v závodě sdruženém J. Nüssera.

**O b r. 1.:** V této fázi nastává t. zv. přepad těla, na který navazuje odraz levé nohy. Příkřečení nohou i trupu správné.

**O b r. 2 a 4.** Odraz levé nohy je dokončen, ale je třeba poukázat na neúplné dopnutí odrazové nohy v koleně a hlavně v hlezenním kloubu. Na tento nedostatek byla již v přípravném období zaměřena jeho příprava. Švihová paže je pokrčená, protože záběry jsou pořízeny v mírném stoupání.

**O b r. 5 — 7.** Skluz na pravé lyži podpořený kromě odrazu též švihovou prací nohy, vstřícné paže i setrvačností hmoty odrazové nohy. S tímto novým pojmem a jeho významem byli seznámeni prozatím jenom sdruženáři státního družstva, kteří zaměřovali svůj trénink v minulém hlavním období na vylepšení skluzového efektu.

Přes to, že Nüsser jede ve stoupání, snaží se o nejdelší skluz. Vlivem slabší odrazové práce v hlezenním kloubu poleví brzy i účinek setrvačnosti hmoty odraz. nohy, což má za následek její poklesávání a posléze i pokrčení v kolenním kloubu. Tato příčina ovlivňuje nakonec dráhu kyčelního kloubu (v němž si představujeme těžiště těla), který okamžitě reaguje na pokles setrvačné síly tlačné a vrací se pak příliš brzy do polohy, jako je před dokončením odrazu.

I když není Nüsserova jízda dokonalá, přesto prolázel v letošním závodním období výrazně zlepšení, které lze přičíst jeho snaze nacvičit tento důležitý prvek.

**O b r. 8 — 13.** Tyto fáze znázorňují počátek švihové práce levé nohy až po začátek odrazu pravé nohy. Síla odrazu a síla setrvačnosti odrazové nohy usměrněné do těžiště těla způsobí jeho vychýlení z roviny pohybu, které je patrné, díváme-li se na jedoucího závodníka ve směru nebo v protisměru jeho jízdy. Říkáme tomu přenášení váhy na vpředu jedoucí lyži. Paže přitom hrají pouze podřadnou úlohu, poněvadž pracují pouze v rovině svého kyvadlovitého pohybu.

Všechny složky sil působících do těžiště těla způsobují jeho vychýlení též ve vertikálním směru. Za pohybu se jeví tato dráha jako pravidelná či nepravidelná vlnovka. Tento výkyv je ovlivňován ještě jinými činiteli, ale zkráceně lze říci, že čím delší amplituda má vlnovka a čím součet jejího maxima a minima je menší, tím je jízda závodníka ekonomičtější. Odraz je správně rozložen a využití horizontální složky je také nejvýhodnější.

**O b r. 14 — 15** znázorňuje počátek odrazu pravé nohy.

Zde je třeba zdůraznit klady:

1. zvětšený předklon trupu a správná poloha hlavy;
2. dostatečné příkřečení odrazové nohy (pravé), s níž vzápětí na následujících obrázcích provádí odraz s maximálním zatížením lyže.

**O b r. 16 — 25** jsou fáze, které již dříve předcházely a na chyby i klady bylo poukázáno. Délka výpadu je dostatečná.

MIROSLAV KUMPOŠT

**O l y m p i j s k ý t e a m Š v é d s k a.** Z rozhodnutí Švédského lyžařského svazu bude Švédsko na olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo reprezentovat 32 lyžařů a lyžařek. Bude to 12 běžců, 5 běžkyň, 5 skokanů, 2 sdruženářů, 5 mužů a 3 ženy v alpských disciplínách. Družstvo bude sestaveno podle výsledků ze širšího reprezentačního družstva, v němž jsou: b ě ž ě i: Stig Gunnarson, Sixten

Jernberg, Lennart Larsson, Per-Erik Larsson, Sun Larsson, Allan Andersson, Alf Johansson, Sture Grahn, Gunnar Karlsson, Inge Limberg, Arthurs Olsson, Gunnar Samuelsson; b ě ž k y n ě: Sonja Edström, Anna-Lisa Eriksson, Märta Norberg, Karin Ferdinandsson, Irma Johansson, Sunna Kuoljok; s k o k a n i: Toivo Lauren, Sven Pettersson, Bror Oestman, Harry Berg-

kvist, Erling Erlandsson, Holgar Karlsson, Erik Styf, Lars Wirkström; s d r u ž e n á ř i: Bengt Eriksson Tex Berg, Lers Dahlqvist, Torbjörn Gradin, Sven Martinsson; s l a l o m m u ž i: Sture Gustafsson, Hans Olofsson, Stig Sollander, Bengt Blanck, Olle Dalman, Olof Johansson, Ake Martinsson, Lars Mattsson; s l a l o m ž e n y: Eivor Berglund, Ingrid Englund, Vivi-Anne Wassdahl.

# Mé dojmy z prvního zahraničního závodu

EVŽEN ČERMÁK

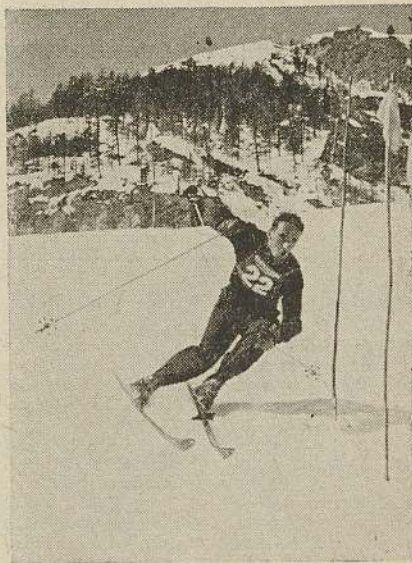
V březnu 1955 jsem se zúčastnil mezinárodních závodů v Zermattu. V tomto zimním středisku, vklíněném do středu vysokých hor skupiny Monte Rosa, pod rázovitým Materhornem se konalo 9. Gornergrat-derby. Tento závod obsahoval tři zvláštní závody: závod ve sjezdu z Blauherdu, závod ve slalomu a 6,5 km dlouhý sjezd z Gornergratu.

V prvním závodě, v závodě ve sjezdu z Blauherdu (sjezdovou trať pojmenovali domácí National) jsme my, mužští účastníci výpravy nezasáhli právě neúspěšněji. Trať 3,5 km dlouhá, s výškovým rozdílem 1000 m, s četnými technicky obtížnými částmi, příkrými úseky, zpeřfená na mnohých místech labyrintem boulí a terénních vln, nám některým činila v treningu obtíže. V poměru k našim traťm je po celé své délce mnohem širší a stále dobře upravena. Výsledky jsou již známy, ale je nutno poznamenat, že nejlepšímu z nás, Jarynu Bogdálkovi, se podařilo vynechat jednu branku, a tím byl diskvalifikován. Podle dosaženého času by se umístil na 11. místě, zatím co my ostatní jsme skončili v těsném sledu od 18. do 23. místa. Mezi nás se dostal jen jeden Švýcar. K tomu, že jsme nedopadli tak, jak jsme očekávali, přispěly ve velké míře dlouhé roviny před cílem, na kterých naše lyže nejezly tak rychle, jako lyže ostatních.

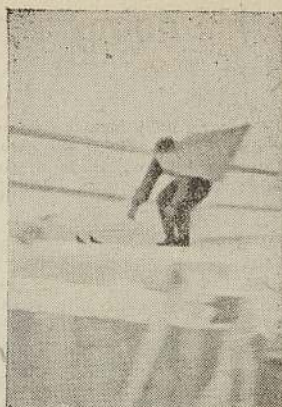
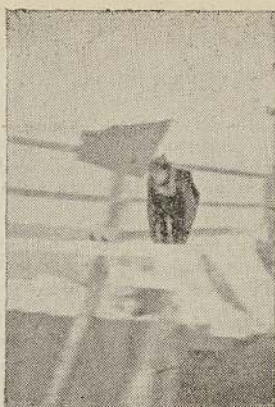
Druhý den následoval závod ve slalomu. Skončil velkým úspěchem Evy Malé, která zvítězila suverénním způsobem. Ráno před závodem však nikdo z nás nebyl příliš optimisticky naložen. Celý slalomový svah, který byl obrácen k jihu, dupali pořadatelé denně botami. To dělali vždy odpoledne, kdy sníh byl rozměklý, přes noc sníh zmrzl, že při jízdě zvonil. První z nás opět startoval Jaryn, který opět vynechal jednu branku při pádu a byl diskvalifikován. Místní rozhlas pro kontrolu a zvýšení zajímavosti pro diváky hlásil vždy uplynutí 30 vteřin. Podle toho, ve které brance zrovna jedoucí závodník byl, bylo možno odhadnout už v polovině trati, jak dobře jede. Pro nás závodníky to bylo dobré jako informace, ale klidu to člověku stejně nepřidá. Další jel Michal Soltys, který také vyletěl. Vlado Kraňák, který jel těsně přede mnou, jízdu na kostrbatém ledě dobře zvládl. Já jsem se při jízdě, pod dojmem toho, že tolik závodníků vyletělo, soustředil více na jistotu, než na rychlost. Za mnou dopadl ještě Kurt dvakrát tvrdě, ale Tonda Fučík dojel s jistotou. Po prvním kole jsme byli aspoň první dva mezi první desítkou. Ve druhém kole ale navíc vyletěl

Vlado, takže má dva zbylí, já a Tonda Fučík, jsme byli nuceni jet na 100 procent, aby aspoň někdo dojel bez pádu.

Poslední soutěží byl závod ve sjezdu na trati z Gornergratu, 6,5 km dlouhý. Tento pro nás svou délkou nezvyklý sjezd neměl žádné zvlášť obtížné místo. Začínal ve výši 3200 m u stanice ozubené dráhy a vedl většinou po otevřených, hladkých pláních. V hořejší části se přeskakovaly koleje zubačky, která vůbec nebrala ohled na to, že jsou závody, a klidně vozila turisty nahoru. Nejlepšímu švýcarskému závodníkovi, H. Forrerovi, vjela do cesty, čímž ztratil přes 10 vteřin. Po přeskočení kolejí se vjelo do tunelu, asi 200 m dlouhého. Samozřejmě po ostrém slunečním



Evžen Čermák dosáhl letos svého nejlepšího úspěchu šestým místem na mezinárodním závodě v Zermattu.



## Kinogram odrazu

(Foto — Vladimír Pácl, text Miloslav Bělonožník)

Kinogram zachycuje Jana Kubicu při odraze ve skoku do závodu sdruženého na přeborech republiky pro rok 1955 na Jarolínkově můstku ve Vysokých Tatrách. Je to jeden z jeho zdařilých skoků i s jeho typickou chybou. Podívejme se blíže na jednotlivé fáze.

Na obr. č. 1 vidíme správnou polohu po prove-

dené přípravě na odraz. Velmi nízký postoj, trup téměř rovnoběžný s lyžemi a paže v nejzazší poloze.

Obr. 2—6 zachycuje vlastní odraz, na němž můžeme pozorovat několik chyb:

- a) odraz začíná brzy,
- b) těžiště je málo vpředu,
- c) pohyb trupu a nohou je nesprávně sladěn.

K chybě uvedené pod a):

Odraz má správně začínat až v okamžiku, kdy špičky lyží jsou na hraně stolu. V našem případě je to na obr. č. 4, a proto poloha těla, kterou vidíme na obr. č. 2, měla být zaujata později a odraz by pak ovšem musel být proveden rychleji.

K chybě uvedené pod b):

Chybný směr odrazu, který vyplývá z toho, že těžiště při odrazu bylo málo vpředu, je nejlépe vidět na obr. 5 a 6. Původně ostrý úhel mezi bérči a přední částí lyží, jak je vidět ještě na obr. č. 3 se špatným po-

světlem si každý připadal jako o půlnoci. A ještě k tomu to byla naprostá rovina, jelo se krokem. Špatné výsledky nechci svádět jen na nevyhovující sjezdové lyže, ale na této skoro turistické sjezdovce skutečně rozhodující význam měla rychlost lyží. Už v treningu jsme viděli, jak nám Švýcaři a Němci při stejném mazání na dlouhých pláních beznadějně ujíždějí. Nešli jsme do závodu předem poražení, dělali jsme na trati, co jsme mohli, žádný jiný závodník se tolik nenapumpoval a nenapíchal jako my, ale přesto nám první Rakušan dal celou minutu! A aby toho bylo do třetice, tak Jaryn projel zase pro změnu o dvě branky víc, které tam zůstaly po závodu žen. (Na jediném prudkém úseku zpomalovaly ženám rychlost.) Tím „splnil“ celkově potřebný počet branek

po všechny tři závody. K celkové úrovni soutěžících je nutno říci, že Rakušané jsou dnes světovou extratřídou, i nad ostatními alpskými jezdci. Na Rakušany máme ještě hodně co dohánět, ale vzhledem k ostatním máme podle mého názoru vyhlídky, zejména ve slalomu. Je však nutně třeba co nejvíce startů na mezinárodních závodech, neboť právě zde jsme se na Rakušanech i ostatních přesvědčili, co pro závodníka znamená 10—15 mezinárodních závodů v sezóně. A při svých dalších startech doma jsem proti závodníkům, kteří za hranicemi nebyli, výhodu mezinárodních zkušeností dobře pozoroval. Dospěli jsme rovněž k názoru, že jedině cílevědomou, tvrdou letní přípravou můžeme tento náskok alpských závodníků postupně vyrovnávat.



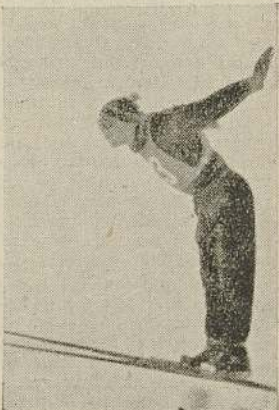
hybem (příliš nahoru) mění v pravý až tupý úhel (hrubá chyba).

**K chybě uvedené pod c):**

Všimáme-li si polohy trupu na obr. č. 2—6, vidíme, že již na obr. č. 3 je trup zvednut do polohy asi 30° ke směru letu a pak zůstává již ve stejné poloze. To je chybné, neboť pohyb při odrazu musí začínat z nohou a trup je co nejdéle téměř souběžně s lyžemi. Teprve při konečném napřímění nohou v kolenou, které provádíme co nejrychleji (na obr. c. 4 měl být trup ještě vo-

dorovně), zvedáme i trup asi o 30°, čímž dosáhneme nejvýhodnější nosnosti.

Obr. 7—10 zachycuje první část letu — t. zv. vzlet. Následkem špatného odrazu jsou nohy v malém předklonu, a proto také je přílišné zlomení v kyčlicích i když je trup správně předkloněn. V této fázi letu mají nohy s křivkou letu svírat ostrý úhel — nejvýš 50°. Správně je provedeno přitážení špiček a postupné zvedání lyží. Dobře je na kinogramu vidět i správné protočení paží v ramenou.



# Závodili jsme o „Zlatý štít Wallbergu“

JAROSLAV BOGDÁLEK

Původně jsem už tento článek vůbec nechtěl psát, protože během závodní sezóny jsem se k tomu nedostal a v létě už se mně zdálo, že je příliš pozdě. Ale nakonec jsem se přece jen rozhodl, lepší je napsat své zkušenosti pozdě než vůbec ne.

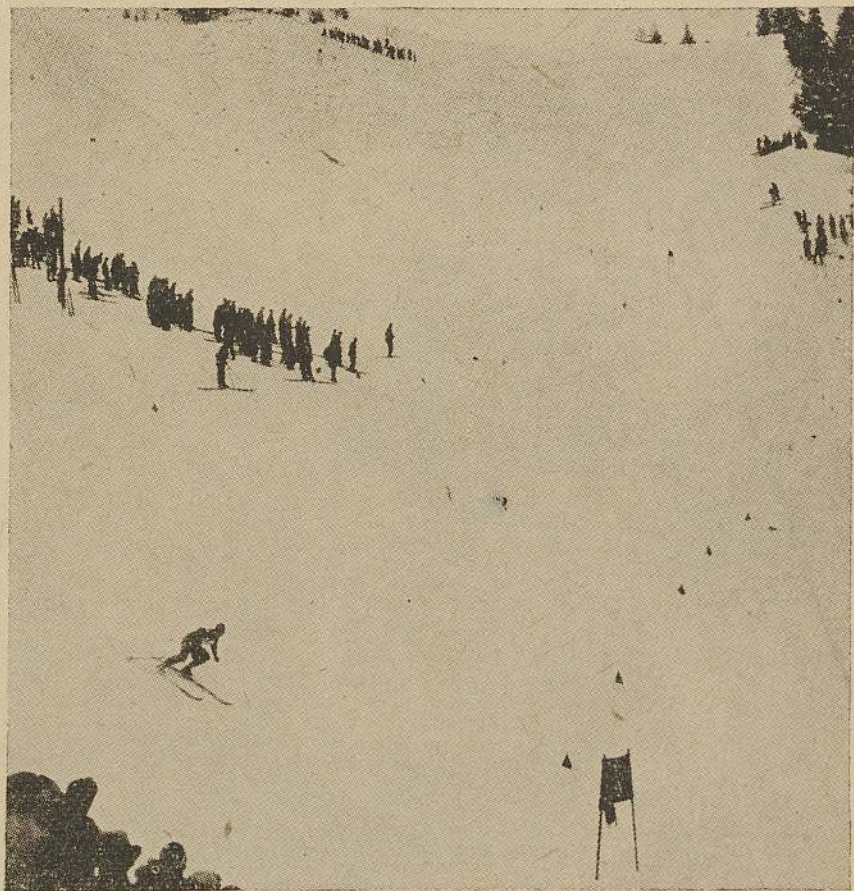
Koncem ledna 1955 přišlo zcela neočekávaně lyžařské sekci pozvání k závodům o „Zlatý štít Wallbergu“ od západoněmeckého klubu SC Rottach-Egern. Díky rychlé práci mezinárodního oddělení odjela 22. II. naše malá výprava, aby se zúčastnila 25. až 27. závodů na Wallbergu. 23. II., ve středu, jsme ráno vystupovali po cestě, která trvala den a noc, před radnicí lázeňského města Rottachu. A vítajícím předsedovi klubu, p. Lampertovi, se představilo čs. družstvo v sestavě: J. Bogdálék, Kurt Hennrich, Vlado Krajiňák, Eva Malá a Květa Merendová. Rottach-Egern je nádherné výletní středisko, kam jezdí na dovolenou hlavně Mnichované, neboť Mnichov je jen 60 km vzdálen. S jedné strany obrovské jezero, s druhé nádherné lyžařské terény s množstvím lanovek všeho druhu. Proto mimo Rottach je ještě kolem jezera Tagernsee asi pět stejně velikých a přepychových lázeňských městeček. Po uvítání a ubytování jsme si do oběda dali odpočinek a po obědě jsme chtěli vyrazit na sjezdovku. Podle našich zpráv, které jsme měli z propagis a časopisů, byla označena za jednu z nejrychlejších tratí na světě. Ale po obědě, když už jsme byli vypraveni na training, přišel za námi p. Lampert s tím, že nás zvou k účasti při závodě v nočním slalomu, který pořádá sousední městečko Bad-Wiessee. Moc se nám do toho nechťelo, ale když jsme viděli, že by byli naši neúčastí zklamáni, tak jsme vzali „slalomky“, do kapsy vosky a jeli. Dušičku jsme ovšem měli malou, poněvadž ještě nikdo z nás za večerního osvětlení nejezdil. V autobusu nás čekalo další překvapení v podobě velmi silné konkurence. Byli zde všichni členové německého družstva v čele s Obermüllerem a Laningovou, kompletní B-mužstvo Rakouska mužů (mezi nimi byl též Leitner, který se umístil na mistrovství Rakouska na druhém místě, a u nás známý Zimmermann, třetí na letošním Kandaharu), A-mužstvo žen Rakouska, několik Švýcarů a jeden Angličan.

Závod začínal v 19 hodin a my jsme na místo dorazili v 18 hodin. Na svahu svítilo několik žárovek, slalom už byl postaven. Mysleli jsme, že při závodě rozsvítí další reflektory, ale zůstalo to na těch několika žárovkách. Na každých 50 m byla asi jedna žárovka na třímetrovém sloupu. Ze začátku jsme nic neviděli, ale než začal závod, tak už jsme jezdili jako ve dne. V závodě jsme jeli všichni naplno a skončilo to dvěma třetími místy — Kurta a Evy Malé. My zbylí jsme se stali obětí jednoho tmavějšího místa, kde jsme minuli branku a museli se vracet. Ale aspoň ve druhém kole jsme si to vynahradili, Vlado měl vůbec nejlepší čas na jedno kolo a já jsem zůstal o 1/10 vteřiny za ním. S tímto výsledkem jsme samozřejmě byli víc než spokojeni a s důvěrou jsme čekali na další závody. Druhý den jsme se vypravili na sjezdovku. Už při jízdě lanovkou jsme začínali být poněkud zaraženi. Vypadalo to, že je to pěkně s kopce. A prohlídka nezklamala naše očekávání. První dvě třetiny vedly stále lesem, trať však je dosti široká. Ve třetí třetině se rozšiřuje do širokého, velmi prudkého svahu. Domácí tomu říkají Glaslhang a je považován za nejtěžší část sjezdovky. Je to asi 1 km dlouhý, prudký (asi jako nejprudší část slalomového svahu ve Špindlerově Mlýně) svah, který se dále zužuje do přechodu do roviny v lesní cestu, asi 20 m širokou. Sjezdovka bohužel nebyla upravena, neboť před dvěma dny napadlo přes metr sněhu. A tak jsme byli nuceni jen prohlížet. Ke konci to však Kurt nevydržel, na Glaslhangu to napálil do těch rozsekaných boulí. Vydržel to ale jen asi do jedné třetiny, a to ostatní po krkolomném pádu dojel po břichu. Ale na štěstí se mu nic nestalo. To už jsme viděli, že v takovém stavu na tom jezdit nemůžeme, a šli jsme na slalom. Na slalomovém svahu jsme trenovali spolu s ostatními, ale nikomu z nás to nešlo a nemohli jsme nic projet. A tak bylo vidět, že už s námi pro další závody nepočítají jako s nebezpečnou konkurencí.

V sobotu dopoledne byl závod ve slalomu. Jel se na nepříliš kvalitním slalomovém svahu poblíž Rottachu. Zřejmě byl vybrán pro jeho blízkost. Překvapila nás účast diváků, kterých se sešlo ve všední den asi 1500. Slalomy byly postaveny hlavně ze zavřených branek. Sníh byl sice dobře ušlapán, ale tolik prašanu se nedá upravit tak, aby nebyla koryta. Muži i ženy jeli na stejné trati, každé kolo bylo jiné. Ženy jely první, a po nich byla už pořádná koryta. Z nás jel první Kurt Hennrich, ale hned v prvních brankách vylítl a další krásná jízda to už nemohla nahradit. Po něm jsem



jel já a napálil jsem to ze všech sil, neboť za mnou byla ještě velmi dobrá „reserva“ Vlado. A výsledek byl radostným překvapením, zůstal jsem jen  $\frac{2}{10}$  vt. za nejlepším časem, kterého dosáhl Obermüller. Vlado bohužel taky upadl, a tak jsem musel jet druhé okolo opatrně a klesl jsem tak na 4. místo za Obermüllerem, Leitnerem a Toni Markem. Děvčátům se také nevedlo a skončila na 6. a 10. místě. Přesto ale tyto výsledky byly obecně velmi dobře hodnoceny a po závodech jsme ještě dlouho museli odpovídat na nesčetné množství dotazů, které měli diváci. A byly to dotazy nejen sportovní, ale zajímali se hlavně, jak u nás žijeme atd. Odpoledne jsme šli znovu na sjezdovku. Ale s hrůzou jsme zjistili, že není ani trochu upravena. A tak jsme šli zase domů, samozřejmě velmi smutní. Stejně na tom byli i ostatní závodníci, a tak se vedení závodu rozhodlo, že před startem bude prohlídka trati. Po neklidné noci přišla neděle, den závodu ve sjezdu. Už ráno vysvitlo sluníčko a začalo téct se střech. Tak jsme namazali Toko 7 a do kapsy vzali „šestku“. Ve 12 hodin byla pro-



Záběr ze sjezdové tratě na Wallbergu-Glaslhang.

hlídka trati. Trať byla dobře upravena a mazání se zdálo dobré. Ale před startem padla na dolní rovinu mlha, značně se ochladilo a sníh tuhl. Na startu však svítilo slunce a my jsme byli jisti, že máme dobře namazáno, ačkoliv jsme viděli, že Němci i Rakušané mazali Toko 8. A tak nám ve 14 hodin zmizela děvčata s očí a my až do našeho startu jsme se nedozvěděli, jak skončila. Přestože jsme před závodem nejeli trať ani jednou vecku, šli jsme do závodu klidně, rozhodnutí jet naplno. Ve 14,30 jsem vystartoval se startovním číslem 1 na trať. První dvě třetiny trati mně dobře vyšly, tak jsem to napálil i na „Glaslhangu“. Zde však mne čekalo překvapení, neboť od poloviny svahu byla mlha. Vyšel i Glaslhag, ale na rovině před cílem jsem začal cítit, jak mně jedou lyže pořád míň a míň. A hned jsem věděl — ostatní nepřemazávali nadarmo. V cíli mne čekalo radostné překvapení. Květa byla třetí, jen  $5/10$  vt. za druhou Lanigovou, a Eva sedmá. A rovněž muži se dobře umístili. Ale teď si přečtěte, co napsal o závodě mnichovský Tegernsee Zeitung:

„Nově upravená sjezdová trať z Wallbergu, 2680 m dlouhá, s výškovým rozdílem 850 m a průměrným sklonem 33,5%, prožila svůj křest ohněm před 12.000 diváků. Měsíční příprava SC Rottach byla marná, neboť přes noc napadl nový sníh a tím se podmínky závodu velmi zůstily. A přesto jeli na pověstném Glaslhangu Češi, Max Müller a Klabacher šileně odvážnou jízdou. Ale potom přišla cílová rovina, a kdyby Češi lépe mazali... Na konci Glaslhangu, při přechodu do cílové roviny, měl Čech Bogdálek o 1 vt. lepší mezičas než vítěz Leitner, v závodě žen měly na tomto místě stejny mezičas vynikající Rakušanka H. Hofher a odvážná Češka Merendová.“

A tak jsme v posledním závodě dosáhli výsledku, který jsme po tak ubohém treningu vůbec nečekali. Po technické stránce jsme dosáhli jistě pěkného úspěchu. Ale ještě větším úspěchem bylo to, že jsme získali mezi domácími funkcionáři a závodníky nové přátele, stejně tak jsme navázali i další přátelství se závodníky rakouskými. Zejména na nás „držel“ předseda klubu p. Lampert, starosta města a rakouský trenér Pfeiffer, s kterým jsme se znali už z ZAH 1953 v Semmeringu. A ten byl nejvíce překvapen pokrokem, který naše sjezdařina za dva roky udělala. Při slavnostním předávání cen byli naši závodníci nejbouřlivěji zdraveni a odměňováni potleskem. A tak nakonec jsme byli středem pozornosti, ačkoliv na začátku se k nám domácí chovali velmi zdrženlivě. Všechny falešné zprávy jsme vyvrátili už jen tím, že jsme vůbec přijeli, a hlavně svými výkony a vystupováním. A nesměl by být Rottach tak blízko Mnichova, aby si na nás také nevzpomněla „Svobodná Evropa“. Přijeli hned čtyři. Snažili se budít zdání, že se mají moc dobře, ale jejich oblečení i vystupování tomu neodpovídalo. Když viděli, že na nás jejich pohádky neplatí, tak odešli a dovedli být jen uboze sprostí. Ke cti domácích Němců je nutno říci, že „Svobodnou Evropu“ nemají nijak v lásce, a také se s tím netají. Po šesti dnech jsme opouštěli Rottach s vědomím dobře splněného úkolu. Pro další mezinárodní závody jsme si odváželi vědomí, že můžeme smělé soutěžit s ostatními národy.

Výsledky:

#### Noční slalom ve Wiesse

Muži	vt.	Ženy	vt.
1. Leitner (Rak.)	90,1	1. Jaretzová (Rak.)	104,8
2. Zimmermann (Rak.)	92,5	2. Hoffherová (Rak.)	106,4
3. Hennrich (ČSR)	92,7	3. Malá	109,0
4. Müller (z. Něm.)	94,3	4. Frandlová (Rak.)	109,7
9. Bogdálek	97,4	5. Měslacherová (Rak.)	110,7
10. Obermüller (z. Něm.)	98,3		
12. Krajhák	100,4		

#### FIS slalom — Rottach

Muži	Ženy
1. Obermüller (z. Něm.) 101,9 (48,9—53,1)	1. Hoffherová (Rak.) 115,9
2. Leitner (Rak.) 102,9 (49,7—53,2)	2. Lanigová (z. Něm.) 117,1
3. Mark (Rak.) 103,9 (50,2—53,7)	2. Seltsamová (z. Něm.) 117,1
4. Bogdálek 104,8 (49,0—55,8)	4. Frandlová (Rak.) 117,9
5. Zilibiger (z. Něm.) 108,0 (52,9—55,1)	5. Jaretzová (Rak.) 118,4
9. Krajhák 110,3 (54,8—55,5)	6. Malá 120,7
13. Hennrich 110,9 (55,0—55,9)	10. Merendová 127,9

## Sjezd „O zlatý štít Wallbergu“

Muži

1. Leitner (Rak.)	2:26,5
2. Zimmermann (Rak.)	2:29,5
3. Schwaiger (z. Něm.)	2:29,7
4. Bogdálék	2:31,3
5. Mark (Rak.)	2:32,2
6. Krajňák	2:33,1
11. Hennrich	2:37,0

Ženy

1. Hoffherová (Rak.)	2:14,4
2. Lanigová (z. Něm.)	2:16,8
3. Merendová	3:17,3
4. Seltsamová (z. Něm.)	2:20,6
5. Frandlová (Rak.)	2:21,2
6. Jaretzová (Rak.)	2:23,2
7. Malá	2:22,7

# STAVBA SLALOMŮ

Stavba slalomů se stává velmi odpovědnou záležitostí. Mají-li naši hoši a dívky obstat v těžké mezinárodní konkurenci, musí jezdit slalomy stavěné v novodobém pojetí, přizpůsobeném současné technice a rychlosti jízdy. Zdá se, že naši stavěcí slalomů ztratili kontakt s vývojem, jsou váhaví, často bezradní. Hrozí jim, že budou předstížení vývojem, což by se muselo nepříznivě odrazit na úrovni našich sjezdařů a sjezdařek. Je zapotřebí rychlé nápravy.

Nejde ovšem o žádné československé specifikum. Naopak, jde o úkaz všeobecný, neboť ve všech státech, i v alpských zemích, je pocítován velký nedostatek kvalifikovaných stavitelů sjezdových tratí všech disciplín. Proto se FIS rozhodla jmenovat mezinárodní stavitel trati, na nichž v nemalé míře bude závislý vývoj lyžařského sportu v alpských disciplínách v jednotlivých zemích. Otto Menardi, předseda sjezdové a slalomové komise FIS, na letošním zasedání FIS navrhl, aby co nejdříve, nejlépe u příležitosti OH 1956, byla v Cortině uskutečněna konference mezinárodních stavitelů tratí spojená s praktickou demonstrací stavby. Účastníci konference by byli obeznámeni se zkušenostmi a nejnovějším vývojem závodní sjezdařiny se speciálním zaměřením právě ke stavbě tratí.

Také doma pocítujeme potřebu věnovat větší péči stavbám tratí. Stále se setkáváme s improvizacemi, častokráte s laickostí až naivitou. Mladí, nezkušení, technicky dosud nevyzrálí závodníci a závodnice krajské úrovně jsou častokráte nuceni jezdit slalomy a obří slalomy, které postrádají jakékoliv koncepce; jde zpravidla o branky nebo brankové figury mechanicky napichané od startu k cíli, aniž by trať ve své celistvosti byla ovládnána sebejednodušší myšlenkou. To je nesprávné a bezohledné vůči nejmladším závodnickým kádram. Ale i na vyšších a nejvyšších soutěžích býváme někdy svědky nespokojenosti závodníků s dílem stavitelovým, i když nikoliv vždy oprávněně. Setkal jsem se v letošním roce s případem, kdy členové reprezentačního mužstva ústy svého zástupce odmítli jet obří slalom pro zásadní vady v jeho stavbě. Autor po dlouhém váhání námitky uznal a dal souhlas

k přestavbě celé tratě. Myslím, že nebudu daleko od pravdy, řeknu-li, že bychom skutečně a odpovědně naše stavitel sjezdových tratí spočítali na prstech jedné ruky.

Je proto nutno uvítat rozhodnutí STK sjednat v tomto směru nápravu. STK před krátkým časem ustavila tři subkomise, běžeckou, sjezdovou a skokanskou. Úkolem subkomisí, do jejichž čela byli postaveni naši nejlepší odborníci, bude pečovat o to, aby na závodech a při trenincích ve všech disciplínách byly stavěny tratě správně a odpovědně a stejně tak, aby se skákalo na místech, odpovídajících modernímu pojetí skoku na lyžích. Půjde dále o to najít vhodné spolupracovníky v krajích, vyškolit je theoreticky a prakticky a vést je v jejich činnosti. Všichni tito pracovníci mohou značně přispět k růstu naší lyžařiny.

Tolik úvodem, a teď k vlastnímu tématu — ke stavbě slalomů!

Na rozdíl od postavení skokanského můstku, které je převážnou měrou záležitostí technických propočtů, je postavení slalomu spíše uměním než věcí techniky. Je přirozené, že i při stavbě slalomu je třeba dbát a neustále aplikovat určité technické zásady. Nicméně převažuje při stavbě slalomu smysl autorův pro využití pestré terénní tvárnosti slalomového svahu; stránka technická je důležitá, uvažuje se o ní však teprve na druhém místě. Chci tím říci, že ne každý z nás se může naučit stavět dobré slalomy.

Mezinárodní lyžařská pravidla FIS, schválená na XIX. mezinárodním kongresu v Innsbrucku/IGIs v r. 1953, obsahují některé zásady o stavbě slalomu. Většina z nich byla převzata do „Směrnic pro organizaci lyžařských soutěží“, zpracova-

ných STK, které budou vydány tiskem na podzim t. r. Také sjedzová komise FIS, která sněmovala u příležitosti letošního kongresu FIS v Montreux koncem května a začátkem června, se problémem zabývala a vydala směrnice speciálně o stavbě slalomových tratí. Chtěl bych na tomto místě shrnout nikoliv všechny, nýbrž jen **podstatné zásady** platné jednak pro přípravu, jednak pro vlastní stavbu slalomu.

#### Příprava:

dříve než autor začne se stavbou slalomu, dohodne se se soutěžním výběrem na stupni technické obtížnosti slalomu, který má postavit; obecně platí, že stupeň technické obtížnosti má odpovídat průměrné výkonnosti prvních patnácti nejlepších jezdců;

autor je povinen se včas dohodnout se soutěžním výběrem na slalomovém svahu, přesném umístění startu a cíle a na přesném čase, kdy má být slalom postaven.

Sám je odpověden výhradně za postavení nebo-li kompozici slalomu; autor musí u velitele tratě zajistit, aby byly závčas po ruce všechny materiální potřeby, zejména slalomové tyče v párech podle barvy, barevné vlajky pro branky, kladivo a železná tyč, branková čísla, barva na přesné označení branek na sněhu a podobně;

autor tratě musí být ve stálém kontaktu s velitelem tratě ve věci povrchové úpravy tratě (ušlapání a podobně).

#### Vlastní stavba:

nejdůležitější zásadou je účelné, správné a co největší využití terénu;

dříve než započne se stavbou branek, vystoupí a sestoupí autor tratě pomalu slalomový svah, aby se rozhodl pro trasu slalomu a nejvhodnější místa pro postavení určitých figur;

se stavbou může započít od cíle nebo od startu. Nejčastěji se slalomy stavějí od cíle; to proto, že malé opravy mohou být provedeny rychleji směrem od startu k cíli než obráceně:

a) slalom nesmí být serií jednotlivých brankových kombinací; naopak má být terénu správně přizpůsoben skladbou figur, připouštějící plynulou jízdu, avšak nutící závodníky k přesnému studiu tratě, obezřetné jízdě a neustálému ovládní lyží,

b) před těžkými brankovými kombinacemi je nutno postavit branku, která přinutí jezdce ke kontrolované jízdě tak, aby serií branek najel bezpečně a ve správné poloze těla,

c) vzdálenost od branky k brance nemá být větší než 15 m, výškový rozdíl ne větší než 4–5 m.

d) pravidla předepisují minimální šíři branek 3 m; to neznamená, že by branky nesměly být širší. Naopak doporučuje se, aby zavřené a polo zavřené branky na strmých svazcích byly o něco širší,

e) průjezd správně postaveného slalomu má trvat o 5–25% vt. déle než je postaveno branek včetně startu a cíle (50 branek = 52–62 vt.),

f) není správné stavět těžké brankové kombinace hned na začátku nebo na konci tratě. Poslední branky mají být „rychlé“, aby závodník mohl projet cílem v dobré rychlosti. Poslední branka nesmí být příliš blízko cíle a musí být umístěna tak, aby jezdcí umožnila průjezd středem cílové branky. Také první branka od startu má být lehká a má umožnit jezdcí se dostat do rytmické jízdy;

o umístění cíle rozhoduje zpravidla soutěžní výbor; někdy je umístění cíle přenecháno autoru tratě. V každém případě však se autor tratě musí přesvědčit o tom, zda cílový prostor je řádně upraven a ohrazen lanem, aby bylo zabráněno úrazům;

je třeba se vyhnout:

prudkým změnám směru, narušujícím plynulost jízdy,

příliš hustým brankám na rovinkách, snižujícím nadměrně rychlost, dlouhým a častým traversům, nutícím jezdce k odpičchu hůlkami. Vnesl-li článek trochu světla do bohaté problematiky stavby slalomů, pak splnil svůj účel. Obecné poznámky o stavbě slalomů jsou určeny pro široké řady našich nadšených technických pracovníků. Hledejme talenty pro stavby tratí všech disciplín, sjedzových i běžeckých! Naučme je tratě správně stavět, pomohou nám zvýšit úroveň závodního lyžařského sportu.

O. KULHÁNEK

## Noví rozhodčí II. třídy MVTVS Praha

Podle výsledků dosažených při theoretických i praktických zkouškách, jmenovala na návrh komise lyžařská sekce uvedené frekvencianty rozhodčími II. třídy: Václav Červinka, Hana Dvořáková, Radovan Gruber, Marcela Kabátová, Antonín Kučera, František Moravec, Vladimír Robek, František Táborský, Věra Teuchmannová, dr. Luboš Valenta. Kch.

# Sebekontrola lyžaře

Sebekontrolou rozumíme sledování různých tělesných funkcí a pocitů na sobě samých. Je to jakési předlékařské vlastní sebezpozorování. Sebekontrola je důležitá pro všechny závodníky všech výkonnostních tříd, zvláště pak pro maximálně trenující závodníky — representanty.

Mezi údaje o sebekontrolě, které zaznamenáváme do tréninkového deníku, patří tyto známky tělesných projevů a pocitů.

1. Tep — měříme jednak ráno ještě na lůžku a pak po dokončení tréninku a sledujeme jej dále po čtvrt hodině až po 50' — kdy má být jen o 10% vyšší než hodnota ranní. Měříme jej na palcové straně zápěstí, nebo na krční tepně půl minuty a pak znásobíme dvěma a dostaneme počet tepů za 1 minutu. Provádíme asi dvakrát až třikrát v týdnu.
2. Váhu — vždy ráno na lačno anebo před zahájením tréninku. Provádíme 3krát v týdnu.
3. Je-li k dispozici spirowetr (přístroj na

měření obsahu plicního) zaznamenáváme alespoň lkrát za 10 dnů vitální kapacitu plicní. Z pocitů do tréninkového deníku zaznamenáváme:

1. Všechny bolesti svalové, hlavy, žaludeční atd.
2. Kvalitu spánku
3. Poruchy chuti k jídlu
4. Únavu nebo naopak svěžest s jakou jsme absolvovali trénink
5. Náladu — před, při i po tréninku.

Budeme-li doplňovat tréninkový záznam o tyto důležité údaje stane se nám tréninkový záznam dokonalým rádcem při sestavování dalších tréninkových plánů, pro trenéra se stane dokonalým obrazem o našem stavu trenovanosti a tělovýchovný lékař, který dostane takovýto záznam při pravidelné lékařské prohlídce do ruky, jest okamžitě seznámen s vaším zdravím, po případě umožní mu vaše sebekontrola nalézt závalu tréninkového plánu.

MUDr. Miloš Trubl

## ZPRÁVY ZE ZAHRANIČÍ

### DENNÍ PROGRAM OH V CORTINĚ

XX. kongres mezinárodní lyžařské federace (FIS) v Montreux schválil následující denní program zimních olympijských her v Cortině d'Ampezzo:

26. ledna: 11,30 hod. — slavnostní zahájení her; 27. ledna: 9,00 hod. — 30 km, 11,00 hod. — obří slalom žen; 28. ledna: 10,00 hod. — 10 km ženy; 29. ledna: 10,30 hod. — obří slalom mužů, 14,30 hod. — skok pro závod sdružený; 30. ledna: 9,00 hod. — 15 km, 11,00 hod. — slalom žen; 31. ledna: 9,00 hod. — běh pro závod sdružený, 10,30 hod. — slalom mužů; 1. února: 9,30 hod. — 3krát 5 km štafeta žen, 11,30 hod. — sjezd žen; 2. února: 8,00 hod. — 50 km; 3. února: 11,00 hod. — sjezd mužů; 4. února: 9,00 hod. — 4krát 10 km štafeta mužů; 5. února: 11,00 hod. — skok prostý, 17,00 hod. — slavnostní zakončení.

### NEJVÝZNAMNĚJŠÍ ZÁVODY PŘÍŠTÍ ZIMY

Pohár Kurikkala: 12. února v Jugoslavii. Pohár Kongsberg: 12. února ve Francii. Arlberg—Kandahar: 9.—11. března v Sestriere v Itálii.

\*

26. 12.—8. 1.: Rakousko — německé turné skokanů. 5.—8. 1.: Mezinárodní závody žen v Gründelwaldu. 8.—9. 1.: „Lauberhorurennen“ ve Wengen. 7.—8. 1.: Závody v severských disciplínách v Le Brassus. 14.—15. 1.: „Hahnenkammrennen“ v Kitzbühelu. 14.—15. 1.: „Gotthard—Skitage“ závody v severských disciplínách v Andermattu. 12.—13. 2.: Velká cena Chamonix v alpských disciplínách. 19. 2.: 15 km v Aostě, 10 km žen v Trentino, „Coppa Femina“ závody žen v alpských disciplínách v Abetone. 3.—4. 3.: Závody v alpských disciplínách ve Wallbergu

v Německu. 17.—18. 3.: Závody v alpských disciplínách v Sarajevu v Jugoslavii. 23. až 25. 3.: „Tre Tre-Rennen“ závody v alpských disciplínách v Tretino. 25. 3.: Skoky v Feldbergu.

### LETNÍ ZÁVODY LYŽAŘŮ

Auron (Francie): slalom — ženy: 1. R. Colliard (Švýc.) 59,2 vt., 2. M. Agnel (Fr.) 60 vt. — muži: R. Rey (Švýc.) 49,3 vt., 2. Grams-hammer (Rak.) 50,3 vt., V. Losinger (Švýc.) 51,3 vt.

Grossglockner: muži: 1. T. Sailer (Rak.) 2:15,8 min., 2. A. Molterer (Rak.) 2:17,1 min., 3. W. Schuster (Rak.) 2:20,2 min. — ženy: E. Lanig (Německo) 1:52,7 min., 2. K. Hörl (Rak.) 2:02,1 min.

Säntis — obří slalom (3500 m, výškový rozdíl 1000 metrů): 1. H. Forrer 2:36,2 min., 2. E. Meier 2:44,6 min., 3. R. Poltera 2:44,8 min.

Grimsel — obří slalom (přes 2000 m, výškový rozdíl 500 m, 29 branek): 1. H. Forrer 1:14,3 min., 2. M. Julien 1:19,2 min. — ženy: 1. H. Beeler 1:06,2 min. (trať kratší).

#### DRUŽSTVO FRANCIE PRO OH

Francouzský lyžařský svaz jmenoval širší reprezentační družstvo Francie v alpských disciplínách, z něhož bude sestaveno družstvo pro zimní OH v Cortině d'Ampezzo. Muži: Francois Bonlieu, Charles Bozon, André Duvillard, René Collet, Albert Gacons, Gérard Pasquier, Bernard Perret, André Simond, Jean Vuarnet; ženy: Marysette Agnel, Francine Breaud, Edith Bonlieu, Paule Erny, Thérèse Leduc, Jo-sette Nevière, Suzanne Thiollière. Trening se zahájí 3. září pod vedením Jamese Coutteta.

#### PŘÍPRAVY ITALSKÝCH LYŽAŘŮ NA OH V CORTINĚ

Technická komise italského Svazu lyžařů stanovila pevný plán letošní přípravy italských lyžařů na olympijské hry v Cortině d'Ampezzo. Závodníci a závodnice v alpských disciplínách zahájili tuto přípravu ještě na jarním sněhu. Pod vedením R. Lacedellibo a H. Sengera trenovaly slalom na Plan

Maison 16 závodníků a 10 závodnic. Další — měsíční příprava — byla stanovena na červen do Riccione. Jejím účelem bylo celkové zvýšení tělesné zdatnosti pomocí lehké atletiky, sportovní gymnastiky, plavání atd. Na dne 5.—14. července byl stanoven trening slalomu pod vedením H. Sengera na Monte Levrio-Hütte. Další kondiční příprava je v září a v říjnu. 3. listopadu začíná v Cervinia-Breuil trening na sněhu, který bude až do 20. listopadu. Druhý trening na sněhu je na téže místě od 2. do 21. prosince. Od 28. prosince budou pak vybráni závodníci a závodnice trenovat přímo v Cortině d'Ampezzo. Běžci a běžkyně a sruženáři mají své kondiční treninky na různých místech od 10. do 22. července, od 1. do 21. srpna a od 28. srpna do 19. září. Tato poslední příprava bude v některém přímořském místě. Muži se budou připravovat pod vedením Sigvarda Nordlunda a ženy za vedení Rizzieri Rodighiero. Poslední lehkootletický trening je od 23. listopadu do 12. prosince. Od 14. prosince začíná trening na sněhu, který trvá až do sestavení družstva pro Cortinu. Italské skokany bude připravovat Thorleif Schjelderup od 28. srpna do 20. září v některém přímořském místě. Od 1. do 15. října je další kondiční příprava v Bozenu nebo v Meranu.

Trening na sněhu začíná od 1. prosince v Passo d. Rolle.

#### VE STRUČNOSTI

V prohlášení, které podepsal m. j. předseda skokanské komise FIS Nor Sigmund Ruud, nleze na můstku v Oberstdorfu v Německu dosahovat bez nebezpečí délek letu až 150 m. V prohlášení se praví m. j.: „Musí být řečeno, že při odpovědné bezpečnosti pro skokany lze dosahovat na tomto můstku maximálních letů od 130 do 135 metrů. Lety přes tuto vzdálenost znamenají i pro nejlepší závodníky velké nebezpečí úrazu.“

\*

Olympijský vítěz ve slalomu Othmar Schneider byl jmenován trenérem rakouského olympijského družstva žen pro olympijské hry 1956 v Cortině d'Ampezzo.

\*

Finský lyžařský svaz dožívá četné žádosti jednotlivých států o trenéry pro přípravu na olympijské hry v Cortině d'Ampezzo. Mezi žadateli jsou m. j. Německo, Francie, Itálie a Švýcarsko. Trenéři skokanů Erkki Rajala a Pauli Vainio, kteří působili minulou zimu ve Švédsku a v Itálii, byli opět těmito státy angažováni. Rovněž Francouzi si přejí dosavadního trenéra Tauno Juortola.

## ÚRAZY PŘI LYŽOVÁNÍ A JEJICH PREVENCE

MUDr. JAROMÍR HORÁK

Profylaktika: Vzhledem k tomu, že většina poranění je spojena s pádem, je třeba naučit lyžaře umění padat. Musí dát včas hole dozadu, aby nedošlo k zlomení zápěstních kostí, pružně ohnout kolena, a aniž by dával ruce dopředu lehnout si na bok měkce bez úderu o zem. Dále je třeba vytrvale zdokonalovat sjezdovou techniku

lyžaře. Doporučuje se provádět se začátečníky počáteční trening na vhodném sněhu v prostoru bez překážek s poměrně méně prudkým sjezdem a zatáčkami. Podle stupně zdokonalení techniky a upevnění nových pohybových návyků a zesílení vazivového a svalového aparátu je možno trening stupňovat, cvičit výstupy i obtížnější sjezd

s ostřejšími zatačkami, objíždění překážek, projíždění brankami, náhlé zastavení. Opět zde platí pravidlo: řádně a pravidelně kontrolovat stav oděvu, obuvi, lyží a holí, volit správné mazání lyží, starat se o správnou ochranu proti mrazu.

### Skoky na lyžích

Většina poranění při skocích s můstku je spojena s okamžikem doskoku lyžaře. Vzhledem k rychlému pohybu vpřed způsobuje nesprávný dopad velmi často prudkou rotaci jedné z končetin, následuje pád doprovázený nárázem se současným rychlým sklouznutím těla po sněhu. Pozorují se při tom nezřídka poranění vazivového aparátu kolenního a hlezenného kloubu, pohmoždění těla s krevními výrony v měkkých tkáních a dokonce i tržně zhmžděné rány. V řadě případů se při téměř mechanismu vyskytují pohmožděniný hrudníku, břicha s poraněním vnitřních orgánů, poranění svalů, otřes mozku, zlomeniny kostí dolních končetin (stehna, bérce), které mají větší charakter spirálních zlomenin. Při pádu na předpaženou ruku se pozorují pohmoždění a odřeniny dlaně, natažení vazivového aparátu prvního kloubu palce, jeho vykloubení, poranění v oblasti zápěstního kloubu i klasické zlomeniny vřetenní kosti.

V literatuře jsou popsány při pádu na paži spirální zlomeniny pažní kosti, vykloubení ramene, vykloubení akromiálního konce klíční kosti i její zlomeniny. Konečně při pádu naznak se pozorují pohmoždění šíje, otřesy mozku, pohmoždění sedacích kostí a velmi bolestivé zhmždění kostrče.

Příčiny poranění: Je nutno ovládat velké umění vedení lyží, aby se neztratila rovnováha v okamžiku začátku dopadu, kdy přichází s dopadovou sněžnou plochou do styku jen část lyží při rychlosti pohybu až 70 km za hodinu. Nesprávná technika dopadu, ale často i pády jsou hlavní příčinou úrazů, které se pozorují při tomto druhu sportu.

Příčina úrazů může být i nesprávná úprava můstku, zledovatění dopadové

plochy, není-li bariéra po celé délce můstku a jsou-li pro špatnou organizaci závodů přítomní diváci v prostoru dopadové plochy. Konečně mohou být další příčinou i nepříznivé meteorologické podmínky jako sněžení, obleva a silný vítr.

Takovým způsobem bylo umožněno, že v době před důležitými závody i v období těchto závodů se treningový režim nenarušoval, odpočinek byl normální a trening probíhal podle obvyklého pořádku.

Den před závodem byla procházka s vložením několika (dvou až tří) nedlouhých (do 1 kilometru), ale prudkých zrychlení.

Delší odpočinek dovolil dobře snášet zvýšené treningové dávky. Tuto zvýšenou námahu překonával Kuzin dobře, o čemž svědčí výsledky lékařské kontroly. Úbytek na váze po treningu dosahoval někdy 3 kilogramů, avšak po jednom dni odpočinku Kuzin tuto váhu opět nabral. Na každém treningu absolvoval Kuzin průměrně 15—20 kilometrů. Je nutno podotknout, že na rozdíl od minulých let bylo celkové množství absolvovaných kilometrů zkráceno — byla ovšem zvýšena intenzita běhu. V sezóně 1954 se po prvé zařazovaly do treningu zrychlené úseky 200—400 metrů. Při cvičení rychlosti a speciální vytrvalosti jsme používali v témže treningu střídání krátkých a dlouhých úseků podle principu 200 až 3000 metrů, 200—1500 metrů atd. Cvičení rychlosti se věnovala hlavní pozornost v prosinci a lednu. Za tyto dva měsíce naběhal Kuzin středním tempem 228 kilometrů, ostrým tempem 319 kilometrů. Kromě treningu na lyžích jsme zařazovali do hlavního období také běh bez lyží, košíkovou a bruslení.

Training v přípravném období se vyznačoval velkou rozmanitostí. Tak na příklad jsme do treningové náplně zařazovali veslování, lehkou atletiku, (skoky, vrhy, sprinty), terénní běhy, rychlou chůzi, košíkovou, házenou atd. Velký význam jsme přikládali rozvoji ramenního svalstva. Za tímto účelem jsme prováděli četné cviky s nářadím i bez nářadí.

Díky rozmanitosti používaných tre-

ningových prostředků, střídání trénin-  
gového zatížení horních a dolních kon-  
četin a konečně také díky emocionál-  
nímu provádění tréninů snášel Kuzin  
toto zatížení snadno, bez velké úna-  
vy.

V přípravném období byla značně  
zvětšena intenzita chůze a běhu. Při  
tréningu v chůzi byla plánována rych-  
lost na 1 km průměrně 6,30 minut.  
Zvýšení tréninového zatížení bylo  
prováděno hlavně zvětšením rychlosti  
— vzrůstalo množství úseků (od 50 m  
do 1 km) absolvovaných velkou rych-  
lostí.

Tréniny v běhu byly plánovány tak,  
aby v kontrolním tréningu na konci  
období byly proběhnuty 3 kilometry  
pod 10 min. Kuzin tuto trať zaběhl za  
9,17 minut. Je nutno také zdůraznit, že  
kromě plánovaných tréninů během  
všech tréninových období prováděl  
Kuzin také ranní rozcvičku (25 až 30  
minut).

Za své úspěchy vděčí Vladimír Ku-  
zin také tomu, že pojmá trénin ta-  
kovým způsobem; že v sobě vychoval  
velmi cenné morální vlastnosti, které  
pak v závodě hrály velikou roli.

Profylaktická opatření: Zvláštní po-  
zornost je třeba věnovat přesnému do-  
držování všech bezpečnostních pravidel,  
jak úpravě místa dopadu, zřízení dře-  
vené bariéry, tak i lyžím, oděvu a obuvi  
lyžaře. Je třeba používat ke skokům  
speciálních skokanských lyží. Doporu-  
čuje se používat vázání s elastickým  
perem, které při případném zkroucení  
nohy v okamžiku dopadu a při pádu  
automaticky uvolňuje nohu z lyže. Pro  
zabránění úrazům vazivového aparátu  
kolenního a hlezenného kloubu se do-  
poručuje začátečníkům nosit elastické  
nákolenice a nákotníky.

Pro vypracování vrcholné techniky  
je velmi důležité naučit lyžaře-sko-  
kany nejprve sjezdu a teprve potom  
přistoupit k nácvičku skoku s můstkem.  
Je třeba věnovat zvláštní pozornost  
včasnému přerušení skoků při prvních  
příznacích únavy, nebo přetrenování.

Tloušťka sněhu na dopadové ploše  
má být 18—20 cm, sněh má být rovno-  
měrně ušlapaný. Je nutno, aby kvalita  
sněhu byla po celé délce skokanské  
dráhy stejná, jinak vzniká nebezpečí  
úrazů při neočekávaném zrychlení nebo  
zabzdění lyží. Po každých 5—6 sko-  
cích mají se lyže znovu namazat.

Zvláštní pozornost je třeba věnovat  
kvalitě inventáře a obuvi lyžaře sko-  
kana. Při sněžení, oblevě a silném  
větru se zpravidla nesmějí konat zá-  
vody.

Pro všechny lyžaře je velmi důležité,  
aby věnovali i náležitou pozornost hy-  
gieně nohou. Pravidelné omývání nohou  
a střihání nehtů předchází potivosti  
nohou, nepříjemným otlakům a vzniku  
mnohdy svízelných plísňových onemoc-  
nění. Při zvýšené potivosti nohou se  
doporučují denní koupele v teplém roz-  
toku hypermanganu (1:1000), každodenní  
mazání 2% roztokem brillantové zeleni  
v 70% alkoholu, 1—2% roztokem for-  
malinu nebo 1—2% roztokem salicy-  
lového lihu. Dobře pomáhá též mast  
tohoto složení: urotropini 20,00; zinci  
oxid, talci veneti aa 25,0; aquae dest.  
20,0; glycerini ad 100,0. Mažeme jí  
chodidlo, jeho okraje a meziprstní  
prostory.

Podle sov. orig.

Prof. A. M. Landa, kand. lék. věd N.  
M. Michajlo. Profylaktika a léčení spor-  
tovních úrazů a A. F. Děšin: Profy-  
laktika sport. úrazu.

---

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport.  
Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřiš-  
ská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová  
služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20,  
roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního  
výboru KSČ, Praha.

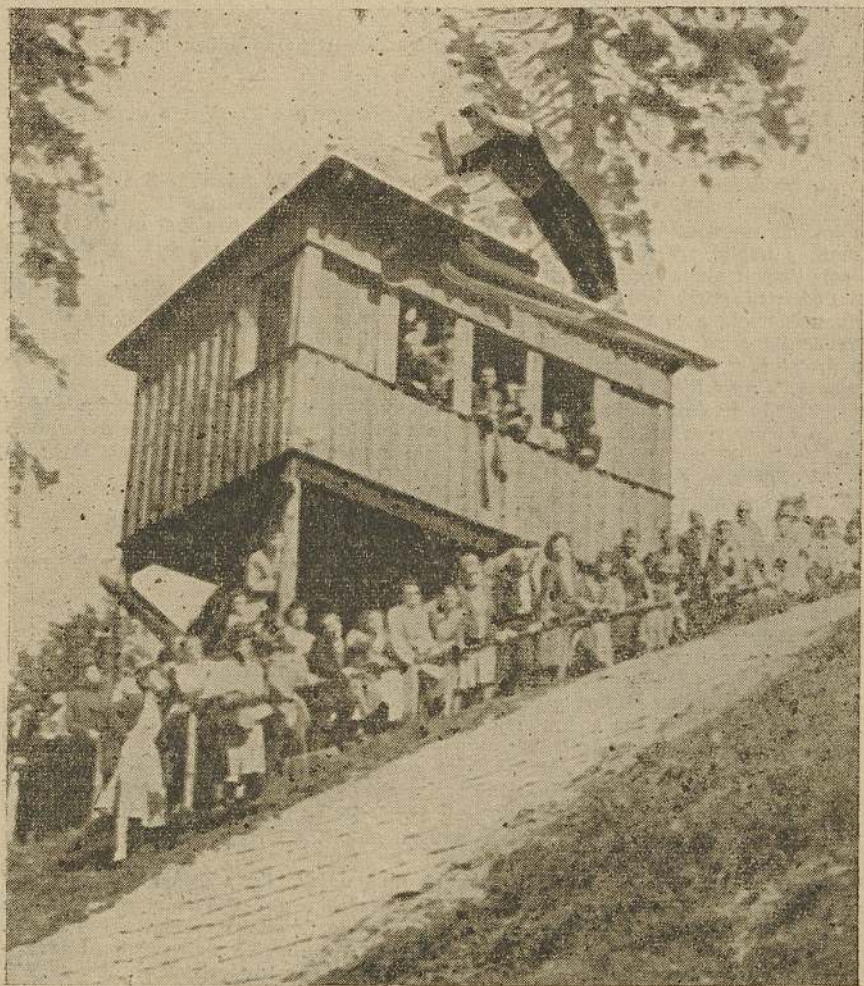


# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 • Č. 10

PNS 208

ŘÍJEN 1955



*K našemu článku o skocích na můstku v Oberhofu pokrytém umělou hmotou*

# Za úspěšné provedení podzimních srazů lyžařských cvičitelů

Obdobně jako předchozí roky budou opět v nejbližší době provedeny podzimní srazy všech cvičitelů v TVS a tudíž i cvičitelů lyžařských. Období od posledních srazů tentokrát bylo značně dlouhé, neboť jarní srazy nebyly uspořádány v důsledku intenzivní přípravy na slavnou I. celostátní spartakiádu, a je tedy nutno věnovat uspořádání a naplnění podzimních srazů mimořádnou péčí. Jednotná náplň těchto srazů byla dána směrnicí SVTVS z 8. srpna 1955, která stanoví pro srazy tyto hlavní cíle:

1. Dát cvičitelům podle úrovně metodické práce v jednotlivých sportovních odvětvích nové poznatky pro jejich práci,
2. přispět k výměně dobrých zkušeností,
3. seznámit všechny cvičitele s novými směrnicemi pro PPOV a s rozhodováním při PPOV,
4. překontrolovat dosavadní činnost cvičitelů.

Na podkladě těchto stanovených úkolů provedla UMK LS SVTVS seminář pro instruktory podzimních srazů v krajích ve dnech 17. a 18. září 1955 ve státním tělovýchovném středisku v Praze. Na tomto semináři byli tito instruktoři seznámeni s náplní srazů a byly jim předány materiály, které též byly zaslány na jednotlivé kraje.

Podzimní srazy lyžařských cvičitelů budou provedeny obdobně jako loni (ve dvou částech, a to prvá část v tělocvičně nebo na hřišti a druhá část na sněhu. Prvá část srazů bude provedena v období od 1. října 1955 do 15. listopadu 1955 a druhá část od 15. listopadu 1955 do 15. ledna 1956, jak to dovolí sněhové podmínky. V první části srazů budou cvičitelé seznámeni s těmito úkoly:

1. Zásady učebně metodické práce v tělovýchovné jednotě a lyžařském oddílu a formy této práce. Využití sportovního tisku pro práci cvičitelů a trenérů.
2. Výchovné poslání lyžařských cvičitelů a pracovníků v lyžařství. Příprava cvičitelů na tuto práci a formy této práce.
3. Písemná příprava cvičitelů pro vedení praktického výcviku. Zápisník cvičitele.
4. Nové směrnice PPOV, platné od 1. ledna 1956. Školení lyžařských cvičitelů na rozhodčí PPOV. Změny v JSK.
5. Pořádání besed v lyžařském oddílu v přechodném, přípravném a hlavním období. Besedy na zájezdu a v kursu.
6. Změny v lyžařských pravidlech.
7. Zásady metodické řady lyžařského výcviku pro mládež.
8. Zásady metodické řady lyžařského výcviku pro dospělé.
9. Pořadový výcvik družstva a čtyři (prakticky).
10. Ukázka cvičební hodiny v přípravném období (prakticky).

Druhá část srazů (na sněhu) má tuto náplň:

1. Pořadová s lyžemi a na lyžích.
2. Sjednocení výcviku dle zjednodušené metodické řady lyžařského výcviku. Srazy budou provedeny stejně jako loni v okresích a tam, kde by toto provedení nezaručovalo očekávaný výsledek, v krajích. Po vyjmenování všech náležitostí podzimních srazů chce se zmínit po zkušenostech ze srazů loňských o vlastním uspořádání a organizaci srazů.

Především je nutno, aby LS krajů si plně uvědomily význam těchto srazů a tudíž jejich přípravu a provádění zajistily tak, aby účastníci odcházeli ze srazu s pocitem uspokojení a vědomím plné odpovědnosti v plnění svých úkolů. Není tedy možno provádět sraz obdobně, jako jsme byli v některých případech svědky loňského roku, kdy sraz nebyl zajištěn kvalifikovanými instruktory a celý sraz byl v podstatě pouhou improvisací, takže poctiví cvičitelé odcházeli více méně znechucení a rozmrzeli. Je nutno si především uvědomit, že tyto srazy jsou v podstatě formou doškolování, a nelze jim tedy nevěnovat tu největší péči.

Upozorňuji tímto na tuto skutečnost všechny pracovníky lyžařských sekcí krajů a věřím, že se daného úkolu zhostí s plným úspěchem. Nezapomente hlavně včas a řádně zajistit pozvánky pro všechny účastníky.

Dále zde uvedu výtah ze směrnic SVTVS, a to organizačních zásad pro uspořádání srazů:

- a) srazy budou uspořádány v sobotu a v neděli tak, aby bylo času co nejvíce využito ...
- b) srazů se povinně zúčastní všichni řádní cvičitelé...
- c) účast jmenovaných cvičitelů (eventuálně řádná písemná omluva neúčasti) se zapisuje na evidenční listky vyškolených cvičitelů,
- e) Při zakončení srazu oznámí každý účastník vedoucímu srazu místo, kde působí a bude působit, přesně vymezí funkci v jednotě, v oddíle.

Z uvedeného je zřejmo, že uspořádání podzimních srazů musí se zabývat otázkou účasti cvičitelů a z neomluvené nepřítomnosti vyvodit přísné důsledky. K tomuto chci opět podotknout něco ze zkušeností některých loňských srazů. Účast podle presenční listiny byla poměrně dobrá, ale horší to již bylo se skutečnou účastí po celou dobu trvání srazu, hlavně v praktické části v tělocvičně. Vyskytla se řada takových vychytralců, kteří sice přišli, ale zapsali se pouze do presenční listiny a potom odešli. Toto letos prakticky bude zamezeno ustanovením bodu e) organizačních zásad a dále tím, že presenci budete provádět při zahájení srazu a při ukončení si tuto zkontrolujete. Vzhledem k tomu, že úkolem srazů je také překontrolovat dosavadní činnost cvičitelů, vyzvete cvičitele, aby si na sraz přinesli řádně potvrzenou činnost, kterou prováděli v jednotě nebo u jiných organizací. Tato potvrzení jim ověříte vašim razítkem a podpisem a tato potvrzení budou pak sloužit za podklad pro zápis ve cvičitelské knížce.

Vzhledem k tomu, že tyto srazy jsou oficiálním doškolováním, nemůže tedy žádný cvičitel, který se srazu nezúčastní, řádně přenášet svoje vědomosti dále do hnutí, a v důsledku toho odeberte cvičitelský průkaz všem cvičitelům, kteří se srazu bez vážné příčiny a řádné omluvy nezúčastní. Průkaz vydejte až při účasti na dalším (jarním) srazu. Tímto opatřením zjednáme konečně pořádek v řadách cvičitelů, neboť ti, kteří plní tyto svoje povinnosti, jsou nám zárukou dalšího rozmachu naší tělovýchovy a nežádoucí zjevy budou tím vyloučeny.

Věřím, že podzimní srazy lyžařských cvičitelů budou velkým přínosem pro naše cvičitele, a přeji vám při jejich uspořádání mnoho zdaru a plný úspěch.

MIREK VALDHANS,  
člen UMK LS SVTVS

## Technika pomáhá sportovcům k dosažení mistrovství

Již po mnoho let se v různých státech, především těch, kde zima netrvá příliš dlouho, pokoušeli hloubaví lidé vynalézt něco, co by nahradilo sniž a umožnilo trénink závodníkům. Asi před dvaceti lety byly i u nás pokusy se slaměnými rohožemi. Výsledky nebyly zvláště příznivé. Dalo se skákat asi 15 m, ale podmínky byly značně rozdílné od podmínek na sněhu. Především skluz byl špatný a při doskoku museli skokanů přenášet těžiště dozadu, neboť jinak by jim hrozil pád. Tím se vytvářely špatné pohybové návyky a takový trénink přinášel víc škody než užítku.

Koncem minulého roku probleskly zprávy o skocích na umělé hmotě v Německé demokratické republice. Státní trenér skokanů, zasloužilý mistr sportu Hans Renner, použil k pokrytí můstku umělé hmoty vyrobené z prášku

PVC. Výsledky byly znamenité. Na můstku s kritickým bodem 45 m dosahovali již loni skoků 42 m. Výkonnost německých skokanů v minulém hlavním období byla pozoruhodně vyšší — snad to byly skoky na umělé hmotě,



*Závodník v plně jízdě v přechodovém oblouku mezi nájezdem a odrazištěm*



*Odleva — Hans Renner, státní trenér skokanů a vynálezce použití této umělé hmoty pro skok na lyžích, Harry Glass, nejlepší skokan NDR, Hans Leonhard, trenér sruženkářů.*

kteří jim pomohly ke zvýšení mistrovství? Snažili jsme se proto získat bližší informace a případně něco podobného vyrobit i u nás. Sešel jsem se s Hansem Rennerem letos v Oberstdorfu při letech na mamutím můstku a již předtím jsem mu psal. Vyprávěl mně opravdu upřímně o svých výsledcích a slíbil i další pomoc. Když výroba u nás narážila na určité potíže a nebyla již naděje, že v letošním roce využijí i naši skokani podobných možností, přišla mi nabídka z NDR, abych přijel na několik dní do Oberhofu zhlédnout jejich zařízení. Jel jsem velmi rád a pro jistotu vzal jsem si s sebou i skočky. Smáli se mi lidé v Praze, v Drážďanech, v Lipsku i Erfurtu. Že prý sníh ještě nepadá (bylo náhodou teplo asi 25°C). Ale v Oberhofu se už nikdo nesmál, tam už na to byli zvyklí, neboť na můstku byl každodenní provoz. Němečtí pracující trávící dovolenou v Oberhofu velmi pozorně a s obdivem pozorovali každodenně skokany

při jejich treningu. Je to jistě něco neobvyčejného a současně i krásného skákat na lyžích až 45 m v teplých zářivých dnech.

Umělá hmota je zpracována do jakýchsi došek o síle 1–2 cm. Trásné jsou dlouhé 40 cm a 2 mm široké, nalepené do dílů po půl metru. Tyto díly jsou upevněny na nájezdu i doskočišti a dojezdu tak, že vrchní díl překrývá asi 7 cm spodní, takže to vypadá jako došková střecha. Byl jsem překvapen výborným skluzem. Na umělé hmotě to jede rychleji než na sněhu. O tom svědčí i délky dosahované na můstku v Oberhofu. Z nejnižšího nájezdu skáče Harry Glass a Werner Lesser až na kritický bod 45 m. Ostatní skokani i sduženkáři dosahují délek kolem 40 metrů. Nelitoval jsem, že jsem se vystavoval posměchu a přivezl s sebou skočky. Mohl jsem vyzkoušet v praxi, jak to působí. Nejdříve jsem sjel svah doskočiště. Po první jízdě jsem nebyl moc spokojen. Byl to přece jen jiný pocit než na sněhu. A proto jsem jel ještě dvakrát. Moc jistý jsem ještě ne-



*Doskočiště můstku v Oberhofu pokryté umělou hmotou*



*Německý skokan Harry Glass, při svém skoku 45 m na umělé hmotě*

byl, ale času mnoho nebylo, a proto jsem šel na nájezd na první skok na lyžích bez sněhu. Dopadlo to dobře. Trochu nejistoty na nájezdu a po do-skoku, ale skok 37 m bez pádu. Druhý skok už byl 40 m a tak se mi to už začalo líbit. Ve vzduchu jsem byl celkem jistý hned od prvního skoku. UVědomil jsem si, že podminky letu vzduchera jsou úplně stejné a poněkud nepříznivě působí vědomí něčeho nového pod lyžemi. Snažil jsem se proto nemyslet na umělou hmotu, ale představovat si ji jako dobrý sníh. Dobře se to dařilo a každým dalším skokem jsem nabýval větší a větší důvěry i jistoty. Absol-

voval jsem celkem 12 skoků, které se pohybovaly od 40 do 45 m a litoval jsem jen, že tam nejsou naši skokani a sdružení, aby mohli využít kvalitního treningu ve skoku.

Vyhledal jsem proto výrobce a pro-jednal s ním předběžně možnost do-vozu. Po návratu domů byla moje první práce projednat a zajistit podobné tren-ingové možnosti i pro naše závodníky, především pro ty, kteří se připravují na olympijské hry. Všechno je na dobré cestě a doufám, že brzy budou i naši skokani trenovat, bez ohledu na to, zda napadne sníh či nikoliv.

Miloslav Bělonožník

## KE STAVBĚ BĚŽECKÝCH TRATÍ

KAREL DVOŘÁK

Sledujeme-li vývoj kteréhokoliv spor-tovního odvětví, musíme doznat, že v posledních letech se zvyšují sportov-ní výkony, je dosahováno stále lepších výsledků. U některých sportů jde toto zvyšování výkonnosti ruku v ruce se zlepšením technického vybavení a vy-tvářením výhodnějších podmínek ke sportovním výkonům. Tyto změny zasahují i lyžařský sport. Jsme svědky toho, jak v našem sportu se rok od roku zlepšuje a zdokonaluje závodní-ko vybavení, to jest lyže, boty, vosky i oděv. Pronikavá změna zasáhla i úpravu závodních lyžařských tratí jak pro sjezd, tak i pro běh. Touha po stále lepším výkonu a větší rychlosti vy-tváří novou techniku a tato technika se neuspokojuje již s neupraveným nebo nevhodně voleným terémem. Pravidla lyžování se dosud nezmiňují o žádných úpravách terénu, ale v budoucnu na to jistě bude muset být pamatováno.

Zmíním se napřed o volbě vhodného terénu pro běžecké tratě vzhledem k nynější běžecké technice. Podstatou této techniky je lehká, švihová a im-pulsivní jízda, a tu lze správně uplatnit jen ve vhodném a přiměřeném terénu. Jak tedy má tento vhodný terén vypadat? Nemá obsahovat dlouhé unavu-jící výstupy, na kterých by se nedal použít střídavý běh dvoudobý, dále je třeba vystríhat se výstupů, kde by zá-

vodníci museli používat výstupu od-vratem nebo stranou, a jestliže to není možné, mají tyto výstupy být jen zce-la krátké, aby se daly několika kroky vyběhnout. Vyvarovat se výstupů šikmo stranou, kde jedna noha je výš než druhá, i úseků takto volených po vrstevnici. Sjezdy mají být bezpečné s dobře končícím dojezdem, ne příliš dlouhé, aby závodníkům neztvrdly nohy, a ne takové, aby se muselo brzdit, prostě takové, aby je závodník mohl snadno a bezpečně projet, odpočinul si, neohrožoval se na zdraví a nezlámá si lyže nebo hole. Rovinky nemají být dlouhé a jednotvárné. Z tohoto krát-kého výčtu vyplývá, že běžecké tratě mají být pokud možno hodně střídavé, s častými a kratšími výstupy, sjezdy i rovinkami, proložené změnami směru, terénními vlnami, boulemi, muldami a jinými zpestřeními. Tato pestrost se však nesmí přehánět, jinak by to naru-šovalo rytmus jízdy. Aby závodník mohl dosáhnout maximální rychlosti, musí neustále střídát techniku běhu a nesmí upadnout do jednotvárného a unavujícího způsobu jízdy. Členitý a neustále se měnící terén jej k těmto změnám techniky sám nutí a zároveň na něm vyžaduje dokonalé zvládnutí a skloubení všech způsobů běžecké techniky. Je-li však závodník vyčerpán dlouhými výstupy nebo unaven těžký-

mi sjezdy či brzděním, nemůže dosáhnout maxima svého výkonu. Musíme tedy stavbě běžeckých tratí věnovat velkou pozornost, nestačí jen dva či tři dny před závodem trať vyznačit. Tak se to dělalo snad dříve, ale dnes dá stavitelům tratí výběr, úprava a udržování tratí mnohem více starostí a práce. Při stavbě tratí je třeba postupovat asi takto: již v létě nebo na podzim vyhledáme vhodnou trasu, kterou zhruba změříme na mapě. Pak trať projdeme, prohlédáme i její okolí a hledáme nejvhodnější variantu, vyhýbáme se místům vystaveným přímému slunci, větru. Trať si zhruba označíme, nejlépe barvou. Potom provedeme měření nejlépe tak, že trať celou projdeme s kolem opatřeným počítadlem. Měření dá se též provádět drátem nebo provazem určité délky (33,3 m, 50 m), nebo pásmem. Podle potřeby musíme trať prodloužit nebo zkrátit, tak aby měla přesnou předepsanou délku. Potom provádíme úpravy, jako kleštění větví, odstranění velkých kamenů a pařezů, kmenů ležících nebo stojících v cestě, rozšíření tratě v úzkých průsecích, zátačkách či hustém lese, stavbu lávek a můstků přes příkopy a vodní toky. Je-li to nutné, skopeme i prudké meze a uděláme chodníčky ve svahu. Močály a mokřiny poházíme roštím, aby v zimě voda neprosakovala na povrch. Označíme si kilometry a stanoviště hlídek a kontrol, nejlépe barvou na stromech. Odvětvění provádíme co nejvýše, neboť v zimě se větve pod tíhou sněhu ohnou a vrstva napadlého sněhu zvýší terén, takže bychom museli v zimě znovu odvětvovat, což není právě příjemná práce. Při výběru tratí v létě je třeba dávat bedlivý pozor, zejména sjezdy a výstupy vypadají v létě jinak než v zimě. Bez lyží můžeme snadno leckam vystoupit ale na lyžích pak je to obtížnější a právě tak i sjezdy, třeba i mírné, mohou být v zimě, zejména při rychlém sněhu, obtížné i nebezpečné. Trať nevedeme po frekventovaných cestách, zejména kudy chodí pěší. Nestačili bychom pak v zimě upravovat. Po napadnutí sněhu připravenou trať projede-

me a zjistíme její sjízdnost a bezpečnost. Nevhodné úseky musíme změnit nebo upravit. Před závody trať upravujeme ještě lopatou a sněhem. Zarovnáme prudké muldičky a přejezdy příkopů, kde by mohlo dojít ke zlomení lyží, poházíme sněhem přejezdy cest a silnic, upravíme a sešlapeme například sjezdy, v místech, kde je jedna noha výš než druhá, vyházíme chodníček, poházíme zledovatělá místa a upravíme trať tak, aby se příliš neobrátila hole. Dělá se to nejlépe tak, že se vyjedou tři stopy těsně vedle sebe. Na tyto úpravy je nejvhodnější používat široké turistické nebo sjezdové lyže. Též má být pamatováno na to, aby se závodníci kdekoliv mohli předjíždět. Chceme-li trať mít dokonale připravenou, najedeme dvě stopy vedle sebe. Kde trať vede lesem, je dobré již na podzim ji vyznačit na stromech jasnou barvou, která je i při zasněžení stromů dobře viditelná (červená, žlutá). Značení tratí před závody provádíme nejlépe barevnými praporky zapichovanými do sněhu stále po jedné straně stopy a v dostatečné vzdálenosti od ní, aby závodníci praporky nezničili holemi. Značení praporky provádějme i v lese místo dosud užívaného vázání značek na stromy a větve. Praporky mají tu výhodu, že se mohou dávat stále po jedné straně, značení je stále ve stejné výši a závodník je nemusí hledat po stromech, práce s nimi jde rychleji a po závodě se dají sebrat a znovu použít. Proto, budete-li si opatřovat praporky, volte raději plátěné a se silnější špejli, nejlépe 1 cm silnou.

Máme-li trať takto upravenou a vyznačenou, pořídíme si její plánek a výškový profil a to tak, abychom jej případně mohli dát rozmnožit. Je to pak dobrá pomůcka pro velitele tratí, kontroly, závodníky i obecnstvo.

Věnujete-li běžeckým tratím takovou péči, nejenže přispějete k dosažení lepších výkonů, ale i k celkovému zvýšení výkonnosti všech závodníků. Dodáte závodníkům větší chuti a rádi k vám na závody budou jezdit.

# ZKUŠENOSTI Z POLSKA

Dopis od finské závodnice Sirky Polkunen končí: »ráda vzpomínám na mezinárodní závody v Zakopaném, byl to můj nejhezčí zájezd do ciziny.« Jistě i ostatní závodníci z kapitalistických států vzpomínají na pobyt v zemi lidově demokratické. Jsou překvapeni vzorným uspořádáním závodů a péčí, které se jim dostává od hostitelů. Společně ubytování všech zahraničních závodníků nám umožnilo navázat přátelství a při společných pohovorech jsme si vyměnili naše zkušenosti. Vedoucí finské výpravy pan Swanljung, sekretář finského lyžařského svazu, který uměl německy, nám dělal tlumočníka. Byl překvapen výsledky z mezinárodních závodů v Harrachově a doufá, že v příštím roce přijede s finskou výpravou do Československa. Při společné besedě nám řekl něco o lyžařském sportu ve Finsku.

Finové mají 3 lyžařské svazy, Finský Skie Asotiation, TUL a Svaz finsko-švédského přátelství. Tyto tři svazy pořádají společně mistrovství Finska. Na mezinárodní závody do ciziny vysílají závodníky podle výkonnosti ze všech svazů. V letošní sezóně jelo do ciziny 25 lyžařských výprav, v celkovém počtu 240 osob. Závodní sezóna začíná v prosinci, v případě dobrých sněhových podmínek se prodlužuje do dubna. Přesto, že je lyžařský sport nejmasovější, příprava závodníků se neprovádí systematicky. Závodníci trénují individuálně jak v přípravném období, tak i na sněhu. Přes léto provádí většina závodníků nějaký doplňkový sport. Ponejvíce atletiku, běhají delší tratě v terénu. Ve velké oblibě jsou orientační závody v těžkém terénu se zátěží až 25 kg. Pořádají společně závody za účasti závodníků Švédska a Norska. Nechybí ani veslování, kolektivní míčové hry atd.

Finský lyžařský svaz pořádá pro své reprezentanty týdenní soustředění na suchu a 14denní na sněhu. Účast na těchto soustředěních je dobrovolná. Péče o mládež a dorost se neprovádí jako u nás lyžařskými školami dorostu. Stát lyžařský sport nepodporuje a mládež běhá na lyžích, jak to vidí u starších závodníků. Při závodech dospělých závodí současně mládež, zkušení závodníci poradí mladým závodníkům, takže již od mládí jezdí stylově správně, aniž si to sami uvědomí. Mládež je rozdělena do věkových kategorií, od 12 do 14 let a 14 až 16 let. Pro tyto věkové kategorie se pořádají mistrovství Finska.

Velkou péči věnují lyžařské výzbroji, přední závodníci spolupracují s výrobci lyžařských potřeb. Lehké běžky ze severské břízy a kvalitní vosky pomáhají závodníkům k vrcholným výkonům.

## Trening finského běžce Lonkila

Lonkila bydlí 400 km od finského hlavního města Helsink, v malé vesničce Niemiskylä. Narodil se v r. 1923. Hospodář se

svým bratrem na usedlosti o výměře 120 ha, asi čtvrtina je zemědělská půda a zbytek jsou lesy.

Na lyžích jezdí od 5 let, s ostatními chlapečci jezdil do školy na běžkách. Prvé závody jel v 11 letech, s přestávkou 3 let ve válce stále závodí. Je členem a ostatní za klub Kieruveuden Jäune a patří mezi nejstylovější závodníky ve Finsku. Zúčastnil se mistrovství světa v Lake Placid v r. 1950, v závodě na 18 km byl 5. a ve štafetě, která se umístila na 2. místě. Oslo v r. 1952 na 18 km se umístil na 3. místě, ve vítězné štafetě jel druhý úsek. Lonkila začíná s treningem v červnu, dvakrát týdně pobíhá lehce po lesích. Ve zních, kdy má hodně práce v hospodářství, netrenuje, v treningu pokračuje v druhé polovině srpna. Začíná trenovat v terénu interval, vybíhá rychle krátké vršky, běh prokládá krátkými rychlými úseky. Běhá mezi stromy, přeskakuje terénní překážky. Provádí různé cviky obratnosti a cvičí lehkou uvolňovací gymnastiku. Posilovací cviky neprovádí, nahrazuje je manuální prací v hospodářství.

V dalších měsících trenuje třikrát až pětkrát v týdnu, intenzitu treningu zvyšuje. Jiný sport neprovozuje, na venkově k tomu nemá příležitost. V listopadu, když uhoří první mrazíky, chodí trenovat na zamrzlé jezero, kde jezdí na jinovatce. Lonkila nám řekl, že běžecké návyky se přes léto ztráčí a je nutno tyto obnovit. Jezdí na ledě bez hůlek, cvičí správný běžecký postoj a rovnováhu. Dbá na správné přenášení váhy na vedoucí lyži a správný odraz. Hůlek používá k jízdě soupaž, cvičí tento způsob jízdy a tak zároveň posiluje vršek a ruce. Lonkila nám vyprávěl, že tento trening je velice namáhavý a proto po treningu cvičí uvolňovací cviky a lehce pobíhá v lese.

Když napadne sníh, pokračuje s nácvikem bez hůlek na rovině. Po týdenním nácviku techniky jízdy přechází do terénu, jezdí 2 až 3 týdny 4 až 6 hodin den-



ně, nehledí na rychlost. Po tomto rozježdění trenuje na trati 8 až 12 km intervalově, tento trening se podobá treningu na suchu, který prováděl v podzimních měsících. Střídá rovnoměrný běh s krátkými rychlými úseky do vršku i na rovinkách. Vzorné nám to předváděli v Zakopaném, kde při společných jízdách s finskými závodníky se vždycky skupinka běžců utrhla a finišovala krátký úsek, 100 až 300 metrů.

Po shora uvedené přípravě se zúčastňuje závodů, v době závodu trenuje dvakrát v týdnu, před mistrovstvím týden netrenuje. Ve Finsku pořádají ve všech krajích dvoudenní závody, na kterých se sejde vyrovnaná konkurence. V sobotu odpoledne se jede závod na 15 km, v neděli je běh na 30 km nebo 50 km. Většina závodníků jezdí oba závody, říkají, že to je nejlepší trening, dále získávají zkušenosti pro další závody. Během sezóny běhají nejvýše 5 závodů na 50 km, mladší závodníci 2 až 3 závody.

Zajímavé jsou poznatky, které jsme získali s mazáním lyží. Většina závodníků

používá vosků značky „Rex“, tyto vosky jsou podobné Svixtům, když se správně namažou, jsou rychlejší než Swixy. Dávají pod tuhé vosky základ, který zapalují nad plamenem z tuhého líhu. Velmi dobrý je červený Rex klistr, pravý opak Swix klistru červeného, dobře stoupá a jede na mokřem i na zledovatělém povrchu. Na jarním sněhu má nevýhodu, že machytá nečistotu na skluznici. Na suché sněhy používají také vosků značky Vauhti.

Každý závodník si maže lyže podle svých vlastních zkušeností, při společném zkoušení si lyže vzájemně vyměňují a zjistí, které mazání nejlépe vyhovuje. Když si nejsou jisti s mazáním, často experimentují a kombinují různé vosky dohromady. Při závodech na 30 km vzdal jejich nejlepší vytrvalec Kontinen, který namazal dehtový klistr s pryskyřičným Rex klistrem, klistru dal pořádnou vrstvu a lyže byly tupé. Vítěz závodu Lonkila jel pouze na Rex klistru a byl spokojen.

Václav Weisshäutl,  
trenér běžců.

## MŮJ TRENING

SYLVA STRÍŽOVÁ

Na výzvu běžecké komise TR, píší o tom, jak jsem dosáhla zlepšení svých výsledků v závodech. Nemohu začít se svou letní přípravou loňskou, ale alespoň o rok dříve. Dospěla jsem k názoru, že není možné začít ostrý trening najednou, není možné začít ihned s velkými dávkami, není možné začít formou specialisace. Ke všemu se musí dospět postupně a já jsem začala v roce 1953.

Moje příprava byla dosti tvrdá, ale nebyla systematická, nebyla naplňována a co je hlavní, i krátkodobé plány nebyly dodržovány. Někdy se vyskytla mimořádná práce, schůze, dešt, únava a dosti důležitou úlohu hrála i nechuť k delšímu treningu. V létě 1953 jsem se zaměřila především na atletiku a připravovala jsem se s děvčaty, která trenovala na 800 m. Můj trening sestával tedy z rozcvičení, rozběhání, sprintů až do 600 m, posilování cviky s koulí, kladivem, posilování nohou různými poskoky, dřepy atd. Atletiku jsem doplňovala plaváním, odbíjenou, terénními přespolními běhy, o dovolené chůzi po horách s těžkým batohem. Se systematickou, plánovanou přípravou jsem začala až v září. Začala jsem více běhat v terénu a zlepšovala jsem svoji všestrannost v tělocvičně.

Přes to, že jsem se snažila využít každé volné chvíle k treningu, nedospěla jsem v zimě 1953—1954 téměř nikam, dalo by se říci, že ve výsledcích závodů byly moje výkony horší než dříve.

Vysvětlují si to tím, že jsem začala s pravidelným treningem pozdě na podzim a že i velmi trvalý trening, který je provozován s pocitem »že to musí být«, má jen poloviční úspěch. Říkám tomu »šizení sama sebe« — treningových hodin je mnoho, ale úspěch je nevalný. Dále jsem poznala, že je nezbytné nutné, abych zlepšila svoji běžeckou techniku na lyžích, jinak že nemohu konkurovat nejen cizím, ale ani našim předním závodnicím.

Nevěděla jsem ovšem, že rok 1953—1954 byl přípravou k ostrému a speciálněji zaměřenému treningu v létě a na podzim 1954.

Ihned po příjezdu se sněhu jsme s trenérem začali přemýšlet o mé další přípravě a já jsem se snažila co nepečlivěji plnit jeho příkazy a cílevědomě plánovat každý training. Byly to pokusy a nijak se předem nedalo ověřit, zdali je náš předpoklad správný a přinese-li poctivá dřina žádané ovoce.

Příklad trainingu 14.—20. června 1954:

14. Pondělí — Terén (běh, gymnastika, posilování)	2½ hod.
15. Úterý — Loděnice (klus, rozcvičení, pádlování)	2½ hod.
16. Středa — Jízda na kole	2½ hod.
17. Čtvrtek — Plování (vodní polo, skoky do vody)	2 hod.
18. Pátek — Hřiště (lehká atletika)	1 hod.
19. Sobota — Tělocvična (obratnost, síla, odbíjená)	2 hod.
20. Neděle — Aktivní oddych (procházka v lese, odbíjená, plování)	
	12½ hod.

V červenci jsem měla možnost jezdit tři neděle na sněhu a zlepšovat svoji techniku na lyžích. Snažila jsem se, abych nejen obnovila »návyky« jízdy, ale hlavně abych zlepšila odraz, abych se naučila »vozit se« co nejdéle. Kromě toho jsem se snažila využít mnoha trainingových hodin (bylo jich v týdnu až 36) co nejkvalitněji a předpokládám, že jsem získala na celkové vytrvalosti a obratnosti celodenním lezením po skalách a rychlou chůzí a během ve velké nadmořské výšce.

Po příjezdu do Prahy i o dovolené jsem pokračovala v předem vytyčené dráze — trenovat co nejvíce, abych tak posílila a připravila organismus na zimní námahu.

Příklad trainingu 18.—24. října 1954:

18. Pondělí — Terén (běh, gymnastika, posilování)	1½ hod.
19. Úterý — Terén (běh, gymnastika, chůze)	2 hod.
20. Středa — Terén (běh, gymnastika, chůze)	3 hod.
21. Čtvrtek — Plování (vodní polo, skoky do vody)	1¾ hod.
22. Pátek — Tělocvična (obratnost, síla, hry)	2 hod.
23. Sobota — Terén (chůze, běh, gymnastika)	2 hod.
24. Neděle — Závod — přespolní běh	¾ hod.
	13 hod.

Je vidět, že trainingových hodin proti červnu moc nepřibýlo, ale že jsou kvalitněji využity a že jsem postupovala od všestrannosti k specialisaci a větší námaze, t. j. běhu v terénu. Po příchodu na sněh jsem si uvědomila, že mým hlavním úkolem je zlepšit techniku jízdy na lyžích. Jezdila jsem úmorné hodiny dlouhá několikahodinová kola, a když skoro zmizel sněh, kratičké úseky po jedné stopě sem a tam a přemýšlela jsem o každém kroku, odrazu lyží a opdíchu holí. Tak jsem, samozřejmě za pomoci trenéra, dospěla tam, kam jsem chtěla, naučila jsem se skutečně trochu »běhat« na lyžích.

Po celou zimu jsem nezapomínala ani na udržení fyzické zdatnosti, kterou jsem získala celoroční přípravu, běhala jsem v těžkých botách po suchu i ve sněhu, cvičila jsem, pokud se dalo, venku a snažila jsem se všemožně vyvážit poněkud jednotranný pohyb na lyžích. Výsledky loňské zimy ukazují, že zaměření mé přípravy bylo v podstatě správné a že je nutno nedat se odradit počátečními neúspěchy a soustavně pokračovat v plánovaném trainingu.

# SLALOM O „OŠTIEPKU MALEJ FATRY“

O. ŠARADINOVÁ

Nezvyčajné poveternostné podmienky, pretiahnuté zimné obdobie, zbytky dobrego firnu na severnej strane Chleba, dali Horskej službe Malej Fatry podnet k usporiadaniu slalomu s názvom »O oštiepku Malej Fatry«.

Pretek nebol oficiálny a mohol sa ho zúčastniť každý. Tak sa tu zišli ostrieľaní žilinskí pretekári, turistickí lyžiari, členovia Horskej služby.

Nedeľa, 19. júna, bol krásny letný deň. Kontrast pásu snehu mimoriadne dával vyniknúť krásnej sivej zelene s enciánmi, kaškami a inými, farbami hýriacimi horskými kvetmi, i sviatočnej oblohe, potiahnutej jemnými baránkami. Hneď povedľa slalomovej trate sa pásli ovce, a iste i ony s počudovaním sa dívali na ľudí, čo to tam stvárajú. Ako by sa neboli čudovali ovce, keď naši lyžiari vzbudzovali veľkú pozornosť nielen v Žiline, ale i na výťahu, a preto, aby sa tomuto vyhli, mnohí obetovali vlastné motorky na »chýrnej magistrále« Žilina—Terchová.

Pred pretekom bolo veľa vtipov a rehotu, veď si len predstavte, jeden pretekár mal krátke nohavice, a aby mu nebolo horko, i sveter na chrbte s vetracími otvormi. On síce bol skromný, vraj sa mu to v chate pri sušení prepáľilo. A náš časomerač, ten mal nielen krátke nohavice, ale bol i bez košele. Ako schádzal k cieľu — pravdaže na lyžiach — zemská príťažlivosť ho stiahla, a tak na firnovom snehu (lyžiari si to vedia predstaviť!) letel so pár metrov po chrbte, až na okraj snehového poľa. Už sa zdvíhal lekár, no všetko bolo v poriadku — zrejme hrošia koža.

Pretek otvoril člen HS Malej Fatry E. Weiner srdečným privítaním pretekárov v slalomu o oštiepku Malej Fatry, v ktorom vyjadril nádej, že sa stane na Malej Fatre tradičným, i keď asi nebude možno počítať v budúci rokoch s tak neskorým termínom. »Zdar« pretekárov zahrnelo, a už E. Weiner ako predjazdec zahájil prvé kolo.

Trat mala 27 bránok, dĺžka 250 m, výškový rozdiel 120 m, najväčšia šírka

20 m. Pretekárov bolo 15, medzi nimi i ženy.

V prvom kole sa pretekári vlastne len rozjzdili, veď už dávno nemali lyže na nohách. Zato v druhom kole pripravili prizerajúcim pekný pohľad na rýchlu a dravú jazdu. Pri cieľi každý z pretekárov dostal od rázovitej Terchovky — bačovej ženy — črpák studenej lahodnej žinčice.

A ceny? Pravdaže oštiepka, putovná drevená, rezbárska. A ozajské, najväčšia, pre prvého, menšia pre druhého a najmenšia pre tretieho.

Vítazom preteku bol Tibor Nekoranec, ktorý veľmi pekne prešiel najmä druhé kolo. Druhý bol mladý Hrnko, s rýchlou a veľmi istou jazdou, z kto-





rého pri dobrej starostlivosti môže vyrásť výborný pretekár, tretí bol Štefan Kiša, ktorý mal najlepší čas v prvom kole.

A ako to, že sa neumiestil druhý člen Horskej služby Malej Fat'y, ktorý pretekal? Stažoval si, že trať bola zá-

merne tak stavaná, aby do jednej z bránok nemohol vojsť pre svoje mohutné plecía a preto spadol. A ešte jedna »velká« stažnosť bola, mladého žilinského chirurga, teraz pretekára: slalom nebol vôbec pre jazdcov jeho kvalít, tak ako sa mohol umiestniť.

A tak za veselého smiechu a podobných sťažností skončil prvý letný slalom na Malej Fatre, so sľubom, že každoročne v posledne možnom termíne

usporiada Horská služba slalom o oštiepku Malej Fatry.

Zdar malému slalomu o veľkú oštiepku Malej Fatry!

Technické výsledky I. letného slalomu

1. Nekoranec Tibor, Žilina	I. kolo: 0,42	II. k.: 0,38	celkom: 1,20 min.
2. Hrnko, Budatín	0,43	0,41	1,24 min.
3. Kišša Štefan, Žilina	0,40	0,48	1,28 min.
4. Weinerová Libuše, Vrátna	0,53	0,51,5	1,44 min.

## Příprava a dojmy ze závodů

EVA MALÁ

»To jsi zase měla štěstí, co?« byla věta, kterou jsem slyšela mnohokrát. Ale to »štěstí« si lid lyžařský sám nevybírá. Musí se mu hodně napomáhat, aby to vyšlo, jak se po našem říká, musí se na to obětovat kus vlastního sádla a hodně nebo vlastně všechno osobní pohodlí a všechn volný čas. A tak, abych o tom »štěstí« něco bližšího napsala — začíná vlastně už v létě, kdy člověk v parnu lítá po bělohorské pláni, přeskakuje křoví ve Hvězdě, přelézá, přeskakuje a houpe se na stromech v Šárce. Vrhá se střemhlav i jinak různě do vod přírodně špinavých i chlorovaných, a to vše proto, aby se naučil padat a zvykal si na různé nezvyklé posice. Ale tyto »přírodní« doby brzy skončí a na podzim přestěhujeme se do tělocvičny. Tam obsadíme na dlouhou perovú můstek a k úděsu všech sokočnicků, za ohromného rámusu metáme svá těla přes stůl a vymyslíme nové a nevidané cviky. Pak jen napjatě čekáme na první sněh, abychom na něj vytrhli. Tuto sezónu jsme si opravdu nemohli stěžovat, jezdili jsme již celý prosinec.

Rozjžděli jsme se na sjezdovkách a běžkách. Protože jsme byli na Černé hoře, chodili jsme dvakrát týdně do tělocvičny v Janských Lázních, abychom svůj trening najednou nezměnili a nenarušili. Snažili jsme se o zvládnutí nového vyjetí švihů. Skoro každý den večer jsme si promítali filmy z mistrovství světa. Bylo to po prvé, co jsme

postupovali tímto způsobem, a mohu říci, že mi to opravdu vyhovovalo. Měla jsem pocit značného zlepšení. Horší to bylo v lednu, kdy trening byl přemístěn do Tatranské Lomnice, kde jsme neměli vůbec možnost jezdit, neboť pro silný vítr lanovka »nepremávala«. Když náhodou se podařilo vyjetí nahoru, bylo tolik čerstvého a neprojetého sněhu, že se téměř nedalo sjíždět a o slalomu se nám snilo jen v noci. Takové spousty prachového sněhu se nedaly vůbec přeshlapat.

Následkem malé intenzity a náhlého vysazení z treningu, začalo se mně jezdit tak špatně, jak snad dosud nikdy. Osamostatnila jsem se tedy v treningu a věnovala jsem se běhání a bruslení. Teprve týden před mistrovstvím, kdy jsme ve Vrátně dolíně na Gruni měli příznivější lyžařské podmínky, jsem se začala opravdu rozjíždět. Toto období považuji za nejdůležitější pro sezónu 1954/1955. Jezdila jsem téměř celý týden volně švihy, střídavě krátké a dlouhé s přesným zaměřením k terénu, t. j. nevozila jsem se, ale určovala jsem si předem cestu. Několikrát jsem to zkoušela i v brankách, ale cítila jsem, jak mi překážejí, proto jsem toho vždy brzy nechala, abych se zbytečně nenaučila chyby. Podařilo se mi pak opravdu »se najít« ve švihů a teprve těsně před mistrovstvím jsem jezdila asi tři půldny ostře a cílevědomě v brankách. Cítila jsem velký rozdíl při každém švihů a měla jsem čím dále tím větší pocit

jistoty. Závod ve slalomu, který se mně podařilo tak dobře zajetí, mně potvrdil, že jsem získala naprostou převahu nad trati, neb se mi celou trať zdálo, že jedu velmi pomalu. Vyřešila jsem si tím pro sebe otázku rozjíždění a tím i získání dobré formy. Příští sezóny mně ovšem teprve potvrdí oprávněnost této zkušenosti. Nevyřešena mně zůstává ještě otázka udržení takto získané formy. V dalším závodním období jsem měla totiž tak prudké výkyvy výkonnosti, pro které nemám vůbec vysvětlení neb jen částečně. Mezi tyto výkyvy patří i můj výsledek ze zájezdu do švýcarského Zermattu, kvůli kterému vlastně celý tento článek piši.

Hned na začátku se musím přiznat, že jsem si při odjezdu do Zermattu nedělala velké iluze, a to pod dojmem zkušeností z loňského mistrovství světa, ač jsem věděla, že proti loňsku jsem se mnohemu novému naučila. Měla jsem za sebou zájezd do západního Německa, kde jsem měla příležitost poznat jízdu alpských závodnic. Věděla jsem, že jejich zkušenosti z alpských tratí a velký počet zahraničních i domácích startů s mezinárodní konkurencí, které mají za sebou, jim v závodě přispějí k lepším výsledkům, i když třeba technicky nebudou tak dokonalé. Nepochybovala jsem o tom, že to bude těžký boj, ve kterém budeme v nevýhodě my. Ale »Kdo se bojí, nesmí do lesa«. Ihned po příjezdu do Zermattu jsme se »vrhli« všichni na sjezdovku. Nikdy jsem si ještě tolik nezasjezdovala, jako za tento necelý týden. Museli jsme najezdit dvě trati a bylo toho tedy hodně k učení a ještě více k pamatování. Den ze dne se mi jezdilo lépe a toto ostré sjezdování je právě jeden kousek, a to ten větší, toho »štěstí« ve slalomu. Všimla jsem si již dříve, že jakmile jsem začala opravdu cílevědomě sjezdovat, ihned se mi začalo lépe jezdit ve slalomu. Na závodech v Zermattu se mi to znovu potvrdilo. Celý týden jsme neměli příležitost jezdit v brankách a jen odpoledne před závodem jsem se svezla na slalomových lyžích po delší sjezdovce (8 km) samými krátkými slalomovými švihy. Jelo se mi dobře a druhý den to »štěstí« pro mne vykouklo v podobě sluníčka, dobrého počasí a tvrdé trati na prud-

kém svahu. Poněvadž jsem měla téměř poslední startovní číslo, viděla jsem jízdy všech mužů, kteří jeli na téže trati před námi a na vrchním úseku trati i všechny své soupeřky. Částečná znalost jízdy soupeřek z minulého zájezdu mně přibližně umožnila odhadnout, jak si mohu »troufnout« a podařilo se to! I když základem úspěchu byly předchozí cílevědomý training a zajisté i mnoho jiných okolností, které se podílely na tomto mém prvním dobrém sportovním výkonu, měla znalost jízdy soupeřek, které jsem poznala v západním Německu, rozhodující podíl. Pokud jde o jízdu samu, měla jsem po celou dobu jízdy opět pocit naprosté jistoty převahy nad trati a ač jsem byla napjata, měla jsem úplně hravou radost z každého švihu.

Dalším velkým závodem pro mne byla Velká cena Slovenska. Moje výkonnost byla již na sestupu, ale v jednom slalomu se mi podařilo to, co dosud nikdy. Vydala jsem ze sebe všechno, měla jsem pocit, že jedu opravdu rychle, tak rychle, že rychleji nelze — o opravdu již to nešlo, upadla jsem. Ve svých zkušenostech řadím však tento slalom mezi několik prvních, protože se mi v něm podařilo uplatnit po prvé plně vůli a snahu jeti co nejrychleji, i když to tentokrát nedopadlo pro mne příznivě. Ale vyhrát může vždy jen jeden a tak jsem se těšila na další závody, že to »rozjedu«. Měla jsem nezměrnou chuť do ježdění, snahu a vše ostatní, ale nešlo to. Celé jaro se mi nepodařilo dostat se nad průměr. Snad to bylo trochu i tím, že jsem stále měnila lyže, neboť jsem ty »pravé« zloмила.

Řekla jsem zde několik zkušeností z uplynulé sezóny. Není jich mnoho, ale pro mne jsou rozhodujícím mezníkem do další lyžařiny a těším se, že je budu moci uplatnit v plné míře a těm ostatním alespoň trochu pomohou.

---

V zářijovém čísle »Lyžařství« byla nedopatřením zařazena do článku Dr Horáka o úrazové zábraně část článku o trainingu sovětského běžce Kuzina. Prosíme čtenáře, aby nám toto nedopatření prominuli.

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I • Č. 7

ŘÍJEN 1955

## SMĚLE VPŘED DO NOVÝCH ÚKOLŮ

Tak je možno charakterisovat plenární zasedání ústřední sekce bobů a saní, které se konalo 10. a 11. září v Praze. Pracovníci bobového a sánkařského sportu z celé republiky se zde sešli, aby zhodnotili svoji dosavadní práci a vytyčili si nové úkoly pro nastávající hlavní období a další svoji činnost. Díváme-li se trochu zpět, nemůžeme přehlédnout, jaký veliký kus práce zde byl za několik posledních let vykonán.

Tak na příklad v sánkařství byl poválečný stav takový, že aktivních závodníků bylo jen několik desítek — a dnes? Jen za poslední dva roky dosáhl počet účastníků sánkařských závodů a akcí 24.907 lidí. Bylo to především díky pochopení ROH, které tento sport zařadilo do programu zimní rekreace pracujících na svých zotavovnách. V bobovém sportu je masový rozvoj brzděn nedostatkem závodních bobů, jejichž seriová výroba nebyla u nás dosud zavedena, a nedostatkem vhodných drah. Máme zatím jen dvě a i tyto mají své nedostatky. Na druhé straně nám ale bobový sport roste co do kvality, neboť časy dosažené na letošním přeboru ČSR jsou daleko lepší než v letech minulých.

Nejen však po stránce sportovní, ale i organizačně byla činnost podstatně zvýšena. Ústřední sekce a její komise — za vydatné podpory návrhů docházejících z krajů — dožadovaly se osamostatnění sekce, která byla původně součástí sekce lyžařské. Toho se jí konečně dostalo usnesením předsednictva SVTVS ze 4. ledna 1955. Vyskytly se i četné překážky, jako nedostatek dobrovolných činovníků, ale i to bylo překonáno obětavou prací. O všech těchto kladech a nedostatecích se zmínil ve svém sobotním hlavním referátě předseda organizační komise sekce soudruh Huňáček, který na závěr svého projevu uvítal nové zásady pro tělovýchovnou práci, jež ještě více upevní celou naši tělesnou výchovu a umožní zkvalitnění práce ve všech sportovních sekcích. Další klady a nedostatky se objevily při kontrole činnosti krajských sekcí (komisí). Ukázalo se, že jsou skutečně příkladně pracující kraje, jako Ústí nebo Liberec, které každoročně překračují své úkoly dané plány práce a rozvoje, konají pravidelná letní cvičení pro členy svých oddílů, což se projevuje v počtu získaných PPOV, zúčastňují se brigád a jiných veřejných akcí a zejména při spartakiádě se zapojily plně do zajišťování jejího zdárného průběhu. Jsou však také kraje — na příklad MVTVS Vysoké Tatry — o jejichž práci je velmi málo zpráv. Zde je nutno apelovat na řídicí orgány těchto krajských výborů; zjednejte nápravu tam, kde práce v sekcích vázne.

Nedělní zasedání také ukázalo, kde se pracuje dobře a na kterém úseku se úkoly neplní. Především bylo konstatováno, že bude nutno uvést do našich sportů jednotnou registraci členů, takovou, jakou má nyní kopaná. Také činnost cvičitelů není v mnohých krajích taková, jaká se vyžaduje. Bylo zjištěno, že jsou stále ještě závodníci, kteří mají sice limity výkonnostních tříd, ale nemohou jim být uděleny, poněvadž nemají příslušné PPOV. Dále nutno vypracovat jednotnou naplně cvičebních hodin v oddílech a též srazu cvičitelů. V otázce rozhodčích je nutné pro příště nevybírat do kursů aktivní závodníky, neboť ti se ve své práci v hlavním období plně neosvědčí. V otázce výroby lidových závodních

saní a bobů se vyjednává s n. p. Start a s OKP Litoměřice. Naši veřejnosti budou pravděpodobně v příštím roce dány k dispozici již první výrobky. Vážným problémem byl v minulých letech mezinárodní styk. V nastávajícím hlavním období je již situace příznivější. Naši sáňkaři se zúčastní mistrovství Evropy v Imotu v Rakousku 9.—15. ledna 1956. Bobisté se zúčastní závodů v Oberhofu 12. února a jedná se též o účasti našich reprezentantů na juniorském mistrovství Evropy v jízdě na bobech, které se jede v příštím lednu ve Švýcarsku. Zvláště tento podnik by měl pro bobový sport v ČSR velký význam nejen po stránce sportovní, ale i politické, neboť by znamenal velké upevnění pout mezi tábora míru v mezinárodní sportovní federaci hobistů, kde aktivně pracuje pouze Polsko. V závěrečných usneseních zasedání byly vytyčeny další úkoly pro práci sekce bobů a saní, které zaručují další rozvoj těchto sportů u nás, a tím i další rozvoj celé naší tělesné výchovy.

VL. KOUKAL

## ZKUŠENOSTI Z NORSKA

BRONISLAV HANÁK

Finalové jízdy I. mistrovství světa v jízdě na saních v Oslo se jely v sobotu a v neděli. Ku podivu se po mokrých dnech treningu ochladilo a napadlo trochu sněhu. Dráha po dřívější oblevě zledovatěla a stala se velmi rychlou, v místech, kde byly nízké mantinely, až nebezpečnou. Jelikož jsem trenoval v pátek na úplně rozmoklé dráze, byl jsem tím postaven před naprosto nové podmínky. Před zahájením závodu byli všichni závodníci upozorněni startem zvláště na poslední zatáčku před cílem, která měla jen nízký dřevěný mantinel a byla značně rychlá. Při treningu norských závodníků zde došlo před týdnem k těžké havarii.

Závod byl zahájen ředitelem mistrovství Norem Odd Erichsenem a předsedou mezinárodní jury Bertem Isatitschem v 10 hodin. Start byl letmý, bez startovacího můstku, a proto se každý závodník rozjížděl od rozjezdové čáry. Startovní čáru tvořil světlý paprsek měřicího elektrického přístroje švýcarské značky »Longines«. První byl odstartován švédský závodník Arne Berglund na rakouských saních »Weissnicht«. Podle toho, jak zápasil s první zatáčkou, jsem věděl, že poslední nebudu a moje sebevědomí stoupl. Vůbec bylo před závodem na startu dost nervosity a bylo vidět, že nejen nováčkové, ale i zkušení jezdci, jako na příklad bratři Isserové, Ital Hofer, Rakušanka Kienzlová a jiní, byli před startem napnuti, až nervosní. Jako druhý startoval loňský mistr Evropy Fritz Kienzl, třetí jeden z nejlepších Němců Albert Kraus, za 60 vteřin za nim Rakušan Isser... Měl jsem startovní číslo 7 a za mnou jel několikanásobný mistr Rakušan Paul Aste. Jel jsem naplno, abych mu co nejvíce ujel a aby naše vzájemná vzdálenost v cíli byla co největší. »Soukupky« se mi rychle rozjely. Přišel první prudký ledový sjezd a zároveň zatáčka doleva. Jel jsem jí smykem, saně nechtěly na ledovici držet. Druhá zatáčka mě hodila až do sněhového mantinelu, a tak jsem musel jet většinu zatáček smykem. Zvláště na obrácené klopených úplně zledovatělých zatáčkách s nízkými mantinely (ty si dělali asi Norové pro své dlouhé a ostré saně) jsem čekal každou chvíli, kdy budu vyhozen z dráhy. Plynule jsem snad projel jedinou zatáčku, a to bylo velké »S«, ve které se mohly málo ostré hrany mých saní opřít do svislých prken. Vydechl jsem trochu až za poslední zatáčkou před cílem, na jejíž záludnost jsme byli upozorněni. Jelikož na vnějším oblouku zatáčky nebylo se o co sanici opřít, musel jsem ji »říznout« v plné rychlosti při vnitřním mantinelu. Měl jsem štěstí, že dráha byla v této zatáčce široká asi 6—8 metrů. I tak jsem klouzal bokem, hrany nehrany, skoro 5 metrů k pravému okraji dráhy.



Po dojetí 11. závodníka byl náhle závod přerušen, protože Rakušané protestovali proti správnosti dosud naměřených časů. Podle jejich udání byly mezi prvními rakouskými závodníky (Kienzlem, Astem a Isserem) nepoměrně velké rozdíly, které prý neodpovídaly jejich vyrovnané výkonnosti. Tak jízda prvních 11 závodníků byla anulována, měřicí přístroj se znovu přezkušoval a nový start byl stanoven na 12,30 hod.

Marně jsem zjišťoval čas, kterého jsem v této dosti rychlé, bohužel anulované jízdě dosáhl. Nikdo mi ho nemohl říci, ačkoliv rakuští závodníci své časy znali. Jak jsem se později dověděl, měl jsem v anulované jízdě čas jen asi o 4 vteřiny horší než přední německý závodník Kraus.

Zatím jsme udělali se soudruhem Beldou poradu ohledně výběru saní pro nový závod. Jelikož byla první jízda anulována a závod začínal znovu, mohl jsem měnit saně. Jak se v průběhu závodu ukázalo, vybrali jsme špatně. Volili jsme pro další závod vzhledem k ledové dráze místo »Soukupek« náhradní saně »Tietze«, které mají ostřejší hrany, jsou však kratší a lehčí a proto jedou pomaleji (vlastnosti »Soukupek« a »Tietzovek« jsem porovnal v červnovém článku). Vycházeli jsme z toho, že je třeba abych celý závod absolvoval a byl klasifikován a chtěli jsme zabránit případnému vyjetí z dráhy, ke kterému mohlo na rychlých ale tupých »Soukupkách« na ledové dráze dojít. Mysleli jsme, že to, co na »Soukupkách« získám v přímé trati, ztratím v zatáčkách ještě s rizikem havarie, kdežto na pomalejších, ale ovladatelnějších »Tietzovkách« budu mocí čistěji a plynuleji projíždět zatáčky, dohnat ztrátu v přímé trati a hlavně dojet závod. Zapomněli jsme však při rychlém rozhodování (musel jsem okamžitě hlásit změnu saní) na dvě důležité věci:

- o za prvé na to, abychom prošli dráhu a počítali i během těch dvou hodin,
- o které byl start posunut, se změnou počasí a tím i se změnou dráhy,
- a za druhé na to, že jsem na »Tietzovkách« netreboval.

Čekat jsme na počasí nemohli, protože změna saní musela být provedena buď ihned, nebo vůbec ne.

A tak jsem ještě po konzultaci se zahraničními jezdci, kteří také tvrdili, že na »Soukupkách« bez hran nemohu jet a doporučili raději »Tietzovky«, předložil technickému rozhodčímu k prohlídce, zvážení a označení saně »Tietze«, na kterých jsem jel celý závod.

Soudruh Belda šel sledovat na »S« zatáčku poslední training některých jezdců a hlavně Poláků, kteří přijeli na mistrovství ještě o den později než my. Startovní čísla 1—11 už po dráze jezdit nesměla. Ve zbývajícím čase jsem šel prohlédnout alespoň horní úsek dráhy (dál jsem nemohl, abych nezmeškal start). Přestože slunce svítilo, bylo prvních asi 300 metrů stále ledových a tak jsem si ještě těsně před startem říkal, že jsme výměnu saní provedli správně.

Pokračování.

## ZHODNOCENÍ

sáňkařského výcviku a závodů v zimních rekreačních střediscích ROH  
za hlavní období 1954—1955.

Už druhým rokem jsou organizovaně prováděny sáňkařské závody a rekreační sáňkování v zimních střediscích ROH. Zatím co v zimě 1953/1954 podle statistiky tělovýchovného oddělení ROH sáňkovalo 14.046 rekreatantů a sáňkařských závodů se zúčastnilo 2341 závodníků, zima 1954/1955 vykazuje číselně menší výsledky.

Pokud došla hlášení ze zimních středisek, zúčastnilo se letos sáňkařských akcí 8252 rekreatantů, bylo uspořádáno 18 střediskových a ostatních závodů s účastí 2282 závodníků z řad pracujících. Proti loňskému roku nedošla hlášení z moravských a slovenských zotavoven ROH, a tak mohou být hodnocena pouze tato tři střediska:

	Závodů	Účastníků	Akce	Účastníků
Špindlerův Mlýn	7	927	271	5098
Pec	11	1355	—	—
Harrachov	—	—	872	872
<b>Čelkém</b>	<b>18</b>	<b>2282</b>	<b>1143</b>	<b>5970</b>

Také některá lázeňská střediska, jako na př. Karlovy Vary a Mariánské Lázně, kde byly pořádány propagační závody v jízdě na saních, se znejmínla o těchto akcích ve svých zprávách.

Menší výsledky rozvoje sáňkařství na zimní rekreaci ROH v letošním roce jsou zaviny jedním jednak špatným počasím, opožděnou zimou a nedostatkem sněhu v nižších oblastech, jednak nedostatečným organizačním podchyčením a neúplnou evidencí a v neposlední řadě nácivkem a přípravami na I. celostátní spartakiádu, které byla věnována i na zimní rekreaci největší péče a pozornost. Také ústřední sekce SVTVS věnovala sáňkařským akcím ROH málo konkrétní pomoci, i když před sezónou byla vydána informační brožura o sáňkařství a celá akce s kompetentními činiteli zimní rekreace ROH projednána. Včasným oznámením sáňkařských cvičitelů ústředí ROH a jejich účasti v největších zimních střediscích bylo možno udělat pro prohloubení sáňkařského výcviku rekreatantů a i pro propagaci závodního sáňkařství mnoho prospěšného.

Jak ukazují zprávy z některých zimních rekreačních středisek a jak to potvrzuje i osobní účast členů ústřední sekce SVTVS a některých aktivních závodníků, jsou sáňkařské akce, výlety a týdenní závody velmi oblíbeny, zvláště u nelyžařů, a jsou stále více rekreaty prováděny a vyhledávány. Za vzor v provádění propagace sáňkařského sportu, v organizování závodů a vedení evidence dává ústřední sekce SVTVS středisko Špindlerův Mlýn. Škoda, že na příklad v Harrachově nevěnují soudruzi sáňkařství více pozornosti, zvláště když v tomto středisku pracuje soudruh Ant. Lenemayer, který se úspěšně zúčastňoval v dřívějších letech sáňkařských závodů. Jistěže by se i tam (a to platí i pro ostatní zimní střediska) při dobré vůli našel vhodný terén, na němž by bylo možno organizovat rekreační oblíbené týdenní sáňkařské závody. Také na Slovensku není velký zájem našich pracujících o sáňkařství organizačně ani materiálně podchyčen (nedostatek vhodných saní) a bude nutno již v nastávající zimě učinit první kroky k nápravě.

Abychom úspěšněji než v minulém roce připravili sáňkařskou rekreační akci ROH 1955—1956, projednali jsme s pracovníky zimní rekreace ROH vzájemnou spolupráci v těchto bodech:

1. jelikož každý vedoucí zimní rekreace, tělovýchovný a kulturní referent by měl znát zásady sáňkařského výcviku a ovládat alespoň základní techniku řízení saní, aby bylo zabráněno úrazům a mohly být pořádány i závody dvousedadlových saní, vyšle ústřední sekce do podzimních kursů pro vedoucí zimních rekreací a tělovýchovné referenty ústředního cvičitele sáňkařského sportu, aby přednesl přednášku a provedl alespoň na suchu instruktáž o technice jízdy na saních;

2. ústřední sekce SVTVS připravila stručný materiál o sáňkařství, který bude tělovýchovným oddělením ROH rozmnožen a zaslán do zotavoven a zimních středisek;

3. ústřední sekce SVTVS vyšle na dobu jednoho týdne do největších zimních středisek sáňkařské cvičitele, kteří provedou s rekreaty-nelyžaři z více zotavoven základní sáňkařský výcvik, ukáží techniku jízdy na závodních saních a provedou vzorný střediskový závod a besedy o sáňkařském sportu;

4. do menších středisek vyšle ústřední sekce SVTVS cvičitele na jednorázovou instruktáž (na 1—2 dny).

Tělovýchovné oddělení a vedení zimní rekreace ROH:

1. bude propagovat sáňkařství v odborářských časopisech, tělovýchovných publikacích, pokynech, případně jinými vhodnými formami;

2. po skončení zimní rekreace zašle ústřední sekci SVTVS souhrnnou zprávu o výsledcích s návrhy na zlepšení a zajistí evidenci v těchto bodech:

- a) počet sáňkařských závodů,

- b) počet účastníků,

- c) počet ostatních sáňkařských akcí (vypůjčení saní, sáňkařské výlety a odpoledne),

- d) počet účastníků sáňkařských akcí.

Předsednictvo ústřední sekce bobového a sáňkařského sportu SVTVS žádá všechny tělovýchovné pracovníky zimní rekreace ROH o podporu při dalším snažení o lepší organizační a odborné podchyčení rekreačního a sportovního sáňkařství v zimních střediscích Revolučního odborového hnutí. Naším společným cílem bude umožnit pracujícím podle jejich zálib všestranně zotavení a radostnou zimní dovolenou a získat širší veřejnost pro aktivní provádění zimních sportů.

-bh-

# Jak mažeme sjezdářské Swix a Toko vosky

Vzhledem k tomu, že naše národní podniky, které se zabývají výrobou lyžařských vosků, nepřistoupily dosud k výrobě speciálních vosků pro závodníky, používají naši sjezdaři, zatím ovšem jenom omezeně pro závody, osvědčené švédské sjezdářské vosky Swix a v poslední době i švýcarské vosky Toko-Champion. Mazání obou druhů vosků je odlišné od dřívějšího způsobu mazání. Dříve se vosk za studena nanášel na skluznici a rozetřel dlaní, případně korkem, Swixy i Toka se převážně nanášejí v tekutém stavu štětcem, případně se na skluznici nanáhlují.

Jaké jsou hlavní zásady při natírání vosků štětcem? Předně je to řádná příprava skluznice, volba dobrých základních vosků, volba správných vosků pro jízdu a konečně způsob nanášení.

Skluznice před mazáním základního vosku musí být zbavena všech nečistot a mastnoty. Nejdříve se očistí zhruba nožem nebo cidličnou, pak se zbytky vosku stáhnou hadrem a konečně se celá skluznice umyje čistým benzinem a řádně vysuší. Jedině čistá skluznice nám zaručuje, že k ní řádně přilne základní vosk, který nám pak udrží sjezdový vosk.

Jako základního vosku pak užijeme nejlépe Swix — základ (oranžový). Rakouští závodníci užívají rakouský vosk U4, Francouzi Hoffer-Blitz, případně Skiwa-Sun. Klístry a Skare Klístry jako základní vosky jsou nevhodné, protože neudrží sjezdový vosk.

Základní vosk nanášíme lehce na celou plochu skluznice a rozetřeme korkem nebo dlaní. Důležité je, aby žádná ploška skluznice nezůstala bez vosku. Při poctivé přípravě skluznice a řádném nanášení základního vosku vydrží nám sjezdový vosk na nejtvrđší trať.

Při volbě sjezdových Swix-vosků vycházíme z teploty vzduchu a z druhu sněhu:

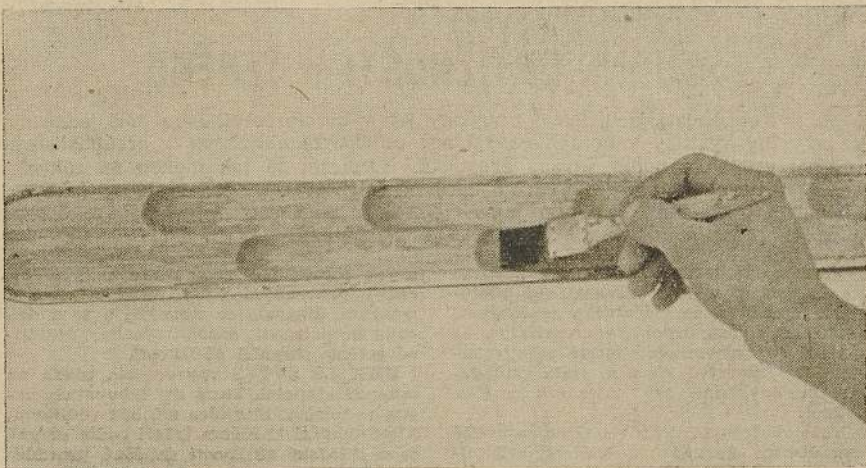
Pro teploty:

do  $-3^{\circ}$  C Swix červený + stříbrný, 2:1 až 3:1. Čím mokřejší sníh, tím více červeného (firn, čerstvý vlhký sníh);

od  $-4^{\circ}$  do  $-7^{\circ}$  C Swix modrý + stříbrný, poměr přibližně 1:1 (čerstvý sníh, ufoukaný sníh, střídavý sníh vlhký a prachový);

od  $-8^{\circ}$  C a nižší teploty Swix zelený (prachové a přemrzlé sněhy).

Při volbě sjezdového vosku Toko-Champion nevycházíme z teploty vzduchu, nýbrž měříme teplotu sněhu teploměrem.



Způsob nanášení vosků štětcem

Pro teplotu sněhu nad 0° C použijeme Toko 6 (modrý)  
od 0° C — 2° C použijeme Toko 7 (červený)  
od 2° C — 6° C použijeme Toko 8 (oranžový)  
pod — 6° C použijeme Toko 9 (zelený).

Toko-vosky zbytečně dohromady nemícháme a mažeme vždy na takový sníh, který je na nejpomalejším úseku tratě.

Pro sněhy od — 4° C a teplejší přidávají někteří závodníci, hlavně Rakušané a Němci, čistý bílý parafin do uvedených vosků.

Zvolený vosk tavíme v potřebném množství v kelímku, při čemž dáváme pozor, abychom vosk nepálili.

Pro slalom, t. j. pro krátkou trať, roztavíme vosk tak, aby byl co nejřidší (ovšem nesmí se pálit) a mohli jsme pak nanášet úspornou tenkou vrstvou, pro sjezd pak mažeme silnější vrstvu poněkud hustějším (t. zn. chladnějším) voskem. Pro ledové tratě volíme i dvě vrstvy.

Roztavený vosk nanášíme schodovitě na teplou lyži od patky ke špičce tenkým plochým štětcem do šířce poloviny skluznice lyže.

Nejdříve natřeme jednu polovinu lyže, pak druhou a konečně žlábek a zbylá nepokrytá místa.

Pro sjezd použijeme delších asi 10 až 12 cm překrývaných tahů štětcem, pro slalom odzdušníme skluznici víc, t. j. volíme kratší tahy asi 6 cm, aby lyže dostala okamžitě rychlost po vyjetí z brány.

Jednotlivé tahy štětcem nám vytvoří na skluznici schody, a to tím způsobem, že schod na jedné straně skluznice je vždy mezi dvěma schody druhé poloviny skluznice (obr. 2).

Štětce namáčeme zvlášť na každý tah a před nanášením otíráme o kraj kelímku. Tvoří-li se nám na začátku jednotlivých tahů bublinky, znamená to, že máme ve štětcích velké množství vosku.

Namazanou lyži necháme aspoň krátkou dobu (½ hod.) vymrznout a pak vosk vyleštíme novinovým papírem.

Jestliže vosk na skluznici žehlíme, pak musíme rovněž žehlit na základní vosk a po vymrznutí sjezdový vosk vylestit.

Proti nalepování hlavně vlhkého sněhu na horní a boční plochy lyže používáme Toko-Parafin-Pastu, která je v prodeji v tubách. Pastu natřeme na lyži čistým hadříkem, necháme asi 15 minut zaschnout a pak opět čistým hadrem vyleštíme.

Toka a Swix vosky patří dnes k nejvíce používaným voskům v závodní sjezdářině. Zkušenosti s jejich mazáním jsou nabyté jednak od zástupců fy Toko, s kterými jsme se setkali na letošním zájezdu do Švýcarska, dále od zahraničních závodníků, kterým se osvědčily, a konečně z výsledků zkoušek, které jsme prováděli na závodech a soustředěních st. družstva.

ZD. PARMA

## STUPNĚ OBTÍŽNOSTI V TERÉNU

Stupně obtížnosti jsou dosud zavedeny jen v horolezectví. Jsou jimi jednotně označovány výstupy v horách na základě objektivní obtížnosti a předpokládají určitou vyspělost podle povahy prostředí. Horolezci se tak mohou na základě popisů v horolezeckých průvodcích správně orientovat a zvolí si pouze takovou trasu výstupu, která odpovídá jejich technické zdatnosti a fyzické vyspělosti. Náležitá příprava na turu je tím značně usnadněna.

Terénní lyžařství, které bylo zatlačováno do pozadí vlivem jednostranné preference sjezdu a samoúčelného loučkáření, začíná se u nás uspokojivě rozvíjet, a to zvláště ve své vrcholné formě ve vysoko-horském lyžařství, které se stalo vyhledávaným odvětvím při zájezdech našich jednot.

Tato skutečnost vyžádala si nejen určité organizační úpravy při školení cvičitelských kádřů, které svou náplň přízpusobily novým potřebám, ale poukazuje na zabezpečení přístupu do rozmanitých hor-

ských oblastí jak méně zdatným lyžařům, tak i pokročilým nebo velmi náročným lyžařům. Ukázalo se nutným, a to z důvodu bezpečnosti, označit všechny dostupné terény stupnicí obtížnosti.

UMK LS SVTVS vypracovala návrh na takovou stupnici, která by vyhovovala našim poměrům. Stupnice má být vodítkem, které umožní každému lyžaři podle stupně jeho lyžařské zdatnosti úspěšně provádění lyžařských tur bez nebezpečí, tělesného vyčerpání a příp. vážného úrazu. Tím spíše, že samostatně provádění lyžařské tu-

ristiky bez zvláštního odborného dopro-  
vodu vyžaduje vedle lyžařské vyspělosti  
ještě řadu zkušeností, které lze získat jen  
soustavným prováděním lyžařské turistí-  
ky, počínaje nejsnadnějším a postupným  
přecházením vždy turám nejbližší vyššího  
stupně obtížnosti.

Na rozdíl od literatury turistické a ho-  
rolezecké neměla lyžařská literatura žád-  
né objektivní vodítko, které by umožnilo  
určit stupně technické obtížnosti jednotně  
na celém území a ve všech horských ob-  
lastech u nás.

Stupnice obtížnosti, kterou níže uvá-  
díme, je sestavena se zřetelem na násle-  
dující hlediska:

1. Hodnotí se objektivní bezpečnost te-  
rénu, t. j. jeho sklon, jeho tvárnost a  
členění, druh a hustota porostu, sklon  
a šířka cest.
2. Na rozdíl od stupnic obtížnosti v lite-  
ratuře horolezecké, (která oceňuje ob-  
tížnost ve výstupu), oceňuje se obtíž-  
nost i ve sjezdu, pokud se ovšem ne-  
jedná o tury nejnižšího stupně obtíž-  
nosti, vedoucí střídavým terénem bez  
větších výškových rozdílů. U takových  
tur se bere zřetel na obtížnost ve vý-  
stupu.
3. Oceňuje se podmínky sněhové a po-  
větrnostní, které ovlivňují obtížnost  
trať již v běžném středohorském te-  
rénu a ve vysokohorských oblastech ma-  
jí na proveditelnost tur rozhodující  
vliv. Za normální sněhové podmínky  
považuje se dostatečně silná vrstva  
slehlého, dobře nesoucího avšak nikoli  
tvrdého sněhu. Snih zledovatělý, nebo  
nadměrné množství čerstvého sněhu,  
zejména na zledovatělém podkladě, po-  
važujeme vždy za zhoršené sněhové  
podmínky.
4. Neberou se v úvahu subjektivní prvky,  
vyplývající z tělesné a duševní kondice  
lyžaře. Tyto prvky ovšem silně ovliv-  
ňují proveditelnost tury, nejsou však  
směrodatné pro stanovení stupně ob-  
jektivní nesnadnosti.

Pro porovnání obtížnosti tur za nor-  
málních okolností s obtížností za jiných  
podmínek vypracovali jsme souběžně  
s normální stupnicí dvě stupnice pomocné,  
jednu pro dobré sněhové povětrnostní a  
kondiční podmínky, druhou pro tytéž  
podmínky zhoršené. Tyto směrnice jsou  
vyznačeny písmeny A, B, C. Za normá-  
lních okolností platí pro posouzení povahy  
tury stupnice B, kdežto za podmínek jen  
málo zhoršených je nutno řídit se vždy  
stupnicí C a volit podle toho tury a po-  
třebné vybavení. Podle stupnice A hodno-  
tíme jen tury za zvláště příznivých sně-  
hových poměrů, stáloho bezvětrného po-  
časí a samozřejmě za předpokladu dobré  
tělesné i duševní kondice.

Stupnice obtížnosti je seřazena do pěti  
stupňů. Počíná nejsnadnějšími lyžařskými  
turami v rovinatém a mírně zvlněném te-  
rénu a končí neobtížnějšími na lyžích  
proveditelnými turami v našich nejvyšších  
horách.

#### I. V e l m i l e h k é :

Charakteristika terénu: mírný sklon,  
vlnitý a dobře přehledný terén, zales-  
něné partie se střídají s volnými plá-  
němi, sjezdy mají bezpečná zakončení,  
výškové rozdíly malé.

Lyžařský předpoklad: ovládnání jízdy  
na mírném svahu a na terénních ne-  
rovnostech, brzdění, zastavení a zmé-  
na směru jízdy alespoň jedním způ-  
sobem.

Příklad: lyžařské terény na Benecku,  
terény na Bobích loukách a pod.

#### II. L e h k é :

Charakteristika terénu: mírný sklon  
s nebezpečnými dojezdy, dobře pře-  
hledný, lesní cesty široké a bez náh-  
lých a nebezpečných zákrutů. Výškové  
rozdíly proti prvému stupni dosti  
značné.

Lyžařský předpoklad: Ovládnání jízdy  
na mírných svazích a na terénních  
nerovnostech ve větších rychlostech,  
brzdění, zastavení a změna směru  
jízdy více než jedním způsobem.

Příklad: sjezd z Petrovky do Špindle-  
rova Mlýna, sjezd od Výrovky do  
Pece.

#### III. M í r n ě t ě ž k é :

Charakteristika terénu: mírný až  
středně skloněný terén (běžný terén  
ve středohorách) bez náhlých svaho-  
vých skoků, lesní cesty dostatečně ši-  
roké, aby dovolily brzdění a zastavení  
jízdy.

Lyžařský předpoklad: ovládnání všech  
prvků jízdy za každého sněhu a zna-  
lost zásad pohybu v terénu.

Příklad: sjezd ze Studničné do Mod-  
rého dolu, běžné sjezdovky u lanovek,  
Žabí Plesa od Popradského Plesa a  
Sedlo Kopa s Předních Mědolů.

#### IV. D o s t i t ě ž k é :

Charakteristika terénu: příkrý, ale  
dobře sjízdný terén s poměrně bezpeč-  
nými průjezdy mezi překážkami.  
Strmé úseky mají poměrně bezpečná  
zakončení, některé úseky sjízdné jen  
se zajištěním.

Lyžařský předpoklad: spolehlivé ovlá-  
dnání lyží na jakémkoliv sněhu a  
schopnost udržet jízdu v mezích snad-  
no ovladatelné rychlosti na velmi  
příkrém terénu. Ovládnání jízdy se za-

jištěním a ovládním techniky chůze na sněhu a ledu s ledovcovou výzbrojí.

Příklad: Volov chrbát, Dračí sedlo z Popradského plesa, Rákon a Volovec s Tatliákovy chaty.

#### V. Těžké:

Charakteristika terénu: Čistě vysokohorský, příkrý, málo přehledný, s častými, někdy na lyžích nesjízdnými překážkami přerušovaný terén.

Lyžařský předpoklad: Naprosto bezpečné ovládní lyží na jakémkoliv sněhu a schopnost udržet jízdu v mezích minimální rychlosti i na nejstrmějším svahu. Ovládní jízdy se zajištěním, ovládní techniky chůze na strmém sněhu a ledu a ovládní základů lezecké techniky včetně slaňování.

Příklad: Smutné sedlo od Tatliakovy chaty, sedlo Váha a Železná brána od Popradského plesa, Koprovský štít od Hincových ples.

vyznačených cest. Je samozřejmé, že při turách III. stupně je riziko eventuální nehody již poměrně značné a proto zásada, že tury mají být podnikány jen ve skupině, platí zde ve zvýšené míře.

Vysokohorské lyžařské tury IV. a V. stupně zahrnují ovšem zásadně pouze tury proveditelné na lyžích, při nichž mohou nastat okolnosti, jež vyžadují odborných znalostí postupu v sněhu a ledu s použitím ledovcové výzbroje a případně i znalostí lezecké techniky na skále. Nejsou to však tury horolezecké. Zájemci o zimní horolezecké tury najdou potřebný popis takových tur spolu s udáním jejich obtížnosti v odborné literatuře horolezecké.

Rozdělení lyžařského terénu na stupně obtížnosti vyplní tak mezeru, pocíťovanou začátečníky i zkušenými lyžaři. Často zůstaly návštěvníkům hor v zimě uzavřeny mnohé krásy zimní přírody, poněvadž nebyli dostatečně obeznamenáni s povahou terénu a z opatrnosti od zamyšlené tury

## Stupnice obtížnosti

Stupeň obtížnosti	A zvláště příznivé	B normální	C nepříznivé až špatné
I	velmi lehké	velmi lehké	lehké
II	velmi lehké	lehké	mírně těžké
III	lehké	mírně těžké	dosti těžké
IV	dosti těžké	dosti těžké	těžké
IV	Sředeňohorý, podhůří a pahorkatiny	některé úseky sjízdné se zajištěním, ledovcová výzbroj radná	některé úseky na lyžích nesjízdné, ledovcová výzbroj nutná
		těžké	těžké
V	některé úseky sjízdné se zajištěním, ledovcová výzbroj radná	některé úseky na lyžích nesjízdné, ledovcová výzbroj na lyžích nutná	ledovcová výzbroj naprosto nutná, za většiny množství čerstvého sněhu neproveditelná
V	Vysokohorský terén	těžké	těžké
		některé úseky sjízdné se zajištěním, ledovcová výzbroj radná	některé úseky na lyžích nesjízdné, ledovcová výzbroj na lyžích nutná

Lyžařské tury I. a II. stupně nevyžadují žádných větších zkušeností v samostatném podnikání lyžařských tur, ani podrobnějších znalostí o zásadách pobytu v terénu, platí však pro ně v neztenčené míře zásada, že na samostatnou turo se nemá nikdy vydávat osamělý jedinec. I v nejsnadnějším terénu může dojít k nehodám takového rázu, že je třeba rychlé pomoci.

Lyžařské tury III. stupně, jež samy o sobě svou povahou kladou již vyšší nároky na lyžařskou zdatnost, vyžadují vedle ní též podrobnější přípravu ve znalosti zásad pobytu v terénu, zejména dobrou znalost orientace pomocí mapy a busoly. Toto je obzvláště důležité při turách v horských pásmech nad hranicí lesů, zejména v takových horách, kde není kůly

raději upustili. Jiní vydávali se opět do míst, na která svou výspělostí ani vybavením nestačili, a ohrozili tak často zdraví a život svůj nebo svých kamarádů.

Právěho uplatnění dostane se tomuto rozlišení lyžařských terénů teprve v připravovaném „Lyžařském průvodci“, v němž budou zpracovány s mnoha hledisek všechny proveditelné tury v našich horských oblastech. Bylo by prospěšné, kdyby se lyžaři s touto nomenklaturou sžili co nejdříve a její používání se tak stalo všeobecným. Velmi příznivě byl tento návrh přijat Výzkumnou komisí Horolezecké služby, pro kterou by uvedená stupnice byla značnou výhodou při značkování cest. Dosud používané doslovné popisování tur na směrových tabulkách mohlo by být nahrazeno vyznačením obtížnosti. Pro

lyžařské cvičitele a pro všechny, kteří se chtějí věnovat turistice a náročnému vysokohorskému lyžařství, je toto rozdělení praktickým a výhodným vodítkem při túrách a vylučuje nežádoucí překvapení.

Stupnice nalezne též upotřebení u závodních disciplín, kde jak u běžečů, tak i u sjezdařů může být dorozumivací metodou při určování obtížnosti jednotlivých úseků trati. Věříme, že po schválení tohoto návrhu stane se stupnice předmětem studia na cvičitelských kursech a vítanou pomůckou všech lyžařů, kteří vyhledávají v našich horských terénech stále nové důkazy svých všestranných znalostí a své technické vyspělosti.

Igor Houdek,

## VELKÝ ZÁJEM O LYŽAŘSKÉ BESEDY

M. BĚLONOŽNÍK

Trenérská rada lyžařské sekce SVTVS přistoupila i v letošním roce k pořádání instruktáží ve formě besed s promítáním lyžařských filmů ve všech krajích naší republiky. Již loni se podobná akce setkala se zdarem a našimi dobrovolnými pracovníky v krajích byla hodnocena jako účinná pomoc při jejich práci.

Letos si ústřední trenérská rada vytkla za cíl navštívit při této příležitosti všechny sportovní školy dorostu a mládeže a pomocí filmů ukázat našim nejmladším závodníkům správnou techniku všech závodních disciplín.

Po zkušenostech z Libereckého kraje, kde besedy již proběhly, mohu říci, že jak mezi mládeží, tak i dospělými je o věc zájem a hlavně závodníci odcházejí velmi spokojeni. V týdnu od 4. do 11. září bylo v Libereckém kraji uspořádáno 10 besed s celkovou účastí 1560 osob. V Jablonci nad Nisou se zúčastnilo 80, v Tanvaldě na dvou besedách 350 a 100, v Rokytnici nad Jizerou 80, ve Vysokém nad Jizerou 100, v Harrachově (2X) 200 a 300, ve Vítkovicích 80, v Jilemnicích 150 a ve Zlaté Olešnici 120 osob. Filmy »Mezinárodní závody v Harrachově«, »Přebory republiky ve Vysokých Tatrách«, »Mezinárodní závody v Zermattu« tvoří zajímavou náplň. Zvláště cenné jsou instruktční záběry ve filmech z mezinárodních závodů v Harrachově. Barevné filmy z letošních přeborů ve Vysokých Tatrách nadchnou především krásnou fotografií a dokumentují vyrovnané boje našich závodníků ve všech disciplínách. Filmy z Zermattu nám ukazují nejlepší světové sjezdaře při letošních závodech ve sjezdu i slalomu.

Besedy probíhají podle tohoto plánu:

Kraj:

4. — 11. IX.	Liberec
12. — 18. IX.	Hradec Králové
19. — 21. IX.	Pardubice
22. — 25. IX.	Jihlava
26. — 28. IX.	Brno
29. IX. — 2. X.	Olomouc
3. — 5. X.	Gottwaldov
6. — 9. X.	Ostrava
11. — 13. X.	Karlovy Vary
14. — 16. X.	Ústí nad Labem
17. — 20. X.	Plzeň
21. — 22. X.	České Budějovice
23. — 28. X.	Praha
29. — 30. X.	Oblast Orlických hor v Hradeckém kraji
1. — 30. XI.	slovenské kraje

# Zkušenosti z treningu mistra světa V. Kuzina

V. D. ŠAPOŠNIKOV

Úspěchy, kterých dosáhl Vladimír Kuzin na mistrovství světa v roce 1954 ve Falunu a na mezinárodních závodech ve Sverdlovsku, nejsou náhodné. Jsou výsledkem veliké, plánovitě usměrněné treningové práce, neustálého zdokonařování sportovní techniky a velikého treningového zatížení.

Je známo, že zvýšení přízpůsobivosti organismu k zvětšující se treningové námaze nastává v tom případě, jestliže úroveň treningové práce je vyšší než normální.

Během daných časových úseků jsme si stanovili určité stupně pro zvětšování treningového zatížení. Přitom mezi nejnamáhavějšími treningy bylo vždy období, potřebné pro odpočinek nervové soustavy a pro udržení dosažené formy na dané úrovni. Současně jsme při sestavování plánu brali v úvahu termíny konání nejdůležitějších závodů, délku období mezi nimi, program závodů podle dnů a také denní hodinu, ve kterou se závod s největší pravděpodobností měl konat.

Na základě konkrétních údajů jsme stanovili křivku udávající změny treningového zatížení v jednotlivých měsících treningových cyklech a i dnech.

V dnešní době jsou řadou učenců dokázány zákonitě vlnovité změny fyziologických procesů uvnitř lidského organismu. Tak na příklad 24hodinovou periodu najdeme ve změnách teploty těla, krevního tlaku, ze změnách pulsu atd.

Při zkoumání režimu pracovního procesu byly zjištěny změny v pracovní schopnosti člověka během dne a týdne. Křivka, udávající nám pracovní schopnosti, dosahuje vždy v určité fázi dne nebo týdne svého vrcholu.

S hlediska těchto vědeckých poznatků jsme řešili otázky plánování našeho treningu. Podle termínů nejdůležitějších závodů jsme sestavovali vlnitou křivku udávající nám kvantitu treningového zatížení. V zimní sezóně 1953/1954 následovaly jedny velké závody za druhými přibližně s měsíčními přestávkami (ledem — mezinárodní závody ve Sverdlovsku, únor —

mistrovství světa ve Falunu, březen — mistrovství SSSR).

Je pochopitelné, že v přestávkách mezi těmito závody bylo třeba nejdříve poněkud snížit treningové zatížení, potom postupně je zvětšovat až do maximuma, a konečně před závodem dát mému svěřenci potřebný odpočinek, při kterém by ovšem udržoval svou dosaženou formu.

Se zřetelem k účasti na závodech se během zimní sezóny střídalo zvyšování a snižování treningové námahy v dosti krátkých obdobích. Vzhledem k tomu, že období zvýšeného zatížení se vyznačuje velmi intenzivní treningovou prací, musí po něm také následovat patřičně dlouhé období odpočinku. Praxe nám ukázala, že delší aktivní odpočinek před závody napomohl v řadě případů k dosažení vynikajících výsledků. Byli jsme proto toho názoru, že po zvýšených treningových dávkách má závodník odpočívat (ovšem při udržování dosažené formy) 12—15 dní.

Podobným způsobem jsme měnili treningové dávky i v přípravném období. Treningové zatížení se postupně zvětšovalo a poslední trening se zvýšenými dávkami byl 12—15 dní před závodem.

V období aktivního odpočinku a udržování dosažené formy pokračoval trening rychlosti, avšak bez zvýšených dávek. Jako příklad uvedu treningový plán V. Kuzina před mezinárodními závody ve Sverdlovsku:

26. XII. Střídavý trening (intenzivní). Rozcvička bez lyží 30 minut. Běh na lyžích: 15 minut střídavým tempem bez holi; 500 metrů ostrým tempem, 500 metrů volně, 1000 metrů ostře, 2krát 2 kilometry ostře, 8 kilometrů středním tempem, 6 kilometrů ostře.



Běh bez lyží 10 minut a gymnastika 15 minut.

27. XII. Trening na bruslích 40 minut.

28. XII. Intervalový trening: (intenzivní): 3krát 6 kilometrů. (Konec zvýšených treningových dávek).

29. XII. Odpočinek.

30. XII. Procházka 7 kilometrů.

31. XII. Intervalový trening: 3krát 3 kilometry; odpočinek mezi jednotlivými úseky 5—6 minut.

2. I. Procházka půl druhé hodiny; sjezdy, obraty na lyžích, malá zrychlení tempa na trati.

3. I. Procházka 1 hodinu 10 minut: 3 zrychlení tempa po 1 kilometrů.

4. I. Střídavý trening, 15 kilometrů, v nich dvakrát po 2,5 kilometru ostrým tempem.

5. I. Odpočinek.

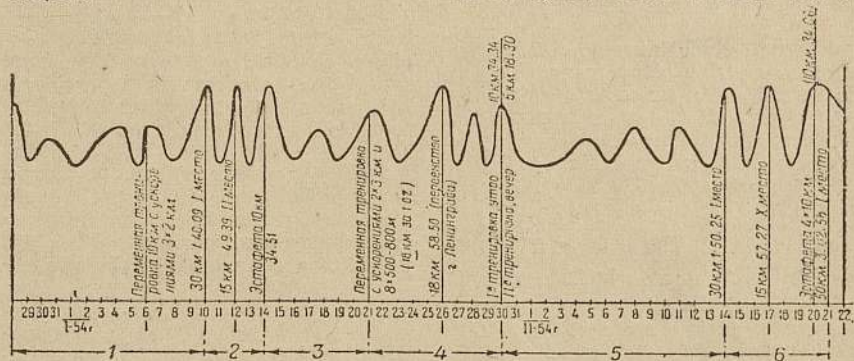
6. I. Střídavý trening 10 kilometrů (2 kilometry ostře, 600 metrů volně, 2 kilometry ostře, 600 metrů středním tempem, 2 kilometry ostře, 600 metrů středním tempem, 2 kilometry středním tempem, 600 metrů ostře).

7. I. Prohlídka 30kilometrové závodní trati (15 kilometrů středním tempem s jedním zrychleným stoupáním).

9. I. Procházka 1 hodinu a poslední »vyladění« — 3 kilometry ostře, 3 kilometry volně.

10. I. Mezinárodní závod na 30 kilometrů.

Mezinárodní závody za účasti nejlepších lyžařů Československa, Polska, Finska a Sovětského svazu se konaly od 10. do 15. ledna. V. Kuzin starto-



Примерная кривая нагрузки В. Кузина в период от международных соревнований в Свердловске до первенства мира в Швеции:

Křivka, udávající kvantitu treningových dávek V. Kuzina v období od mezinárodních závodů ve Sverdlovsku do mistrovství světa ve Falunu.

1. Období udržování sportovní formy; 2. mezinárodní závody ve Sverdlovsku; 3. období snížených treningových dávek; 4. období zvýšených treningových dávek; 5. období udržování sportovní formy; 6. mistrovství světa ve Falunu.

Svislý text v máčrtku

6. ledna:

střídavý trening 10 km se zrychleními úseky 3×2 km,

10. ledna:

30 km 1:40,09 — I. místo,

12. ledna:

15 km 49,39 — II. místo,

14. ledna:

štafeta 10 km 34,51,

21. ledna:

střídavý trening se zrychleními úseky 2×3 km a 8×500 až 800 m. (18 km za 1:02).

26. ledna:

18 km 58,50 (mistrovství Leningradu),

30. ledna:

I. trening ráno — 10 km za 34,34, II. trening večer — 6 km za 18,30.

14. února:

30 km 1:50,25 — I. místo.

17. února:

15 km 57,27 — X. místo,

20. února:

štafeta 4×10 km (10 km za 34,06),

21. února:

50 km 3:02,58 — I. místo.

val ve třech soutěžích — v běhu na 15 a 30 kilometrů a ve štafetě 4krát 10 kilometrů. Dosáhl těchto časů: 30 km za 1:40,09 hod. (obsadil 1. místo), 15 km za 49:59 min. (2. místo).

Po těchto závodech byly tréninové dávky značně sníženy, aby se v období od 20. do 30. ledna opět zvětšily. V tomto období byl plánován Kuzinův start na mistrovství Leningradu, kde Kuzin zaběhl 18 kilometrů za 58,50 minut. Tento vynikající čas na trati členitého profilu nám potvrdil, že Kuzin je ve výborné formě. 13 dní před mistrovstvím ve Fulunu byly tréninové dávky sníženy.

Na obrázku je zachycena křivka tréninového zatížení zasloužilého mistra sportu V. Kuzina v období od mezinárodních závodů ve Sverdlovsku do mistrovství světa ve Fulunu.

Od první etapy hlavního období byly tréninové cykly plánovány s ohledem na uspořádání a program prvních důležitých závodů. Je třeba podotknout, že program lednových závodů ve Sverdlovsku se poněkud lišil od obvyklého programu. Závodů byly zahájeny během na 30 kilometrů, potom po jednom odpočinku následoval běh na 15 kilometrů a opět po dalším odpočinkovém dni štafeta na 4krát 10 kilometrů.

Vycházejíce z toho, plánovali jsme tréninové dávky v hlavním období tak, že v prvním dnu tréninového cyklu bylo déle trvající zatížení zaměřeno na zvýšení vytrvalé rychlosti v běhu na 30 kilometrů, a po tomto dni následovaly dvě tréninové dávky zaměřené na rychlost. Druhá tréninová dávka byla kratší. V mezidobích mezi intenzivními tréniny jsme prováděli cvičení všeobecné tělesné přípravy, které se skládalo z běhu, různých druhů tělesných cvičení, sportovních a pohybových her, bruslení, slalomu, sáňkování, atd.

Jako příklad uvedu Kuzinův tréninový cyklus v listopadu 1953 (na sněhu):

18. XII. Zdokonalování různých způsobů v terénu — 30 minut. Běh na lyžích 5 km středním tempem, 3 km ostře, 2 km středním tempem, 5 km středním tempem, 2 km ostře, 8 km

volně, 5 km něco více než středním tempem.

Sáňkování.

18. XI. Zdokonalování různých způsobů v terénu.

20. XI. 1. trénin (ráno): rozcvička na lyžích 20 minut; 3 kilometry ostře, 4 minuty odpočinek, 6 kilometrů ostře, 4 minuty odpočinek, 3 kilometry ostře.

2. trénin (večer): rozcvička na lyžích 30 minut; 3 kilometry ostře, 4 minuty odpočinek, 4,5 kilometrů ostře.

22. XI. Procházka, sáňkování.

23. XI. Střídavý trénin 15 kilometrů 5 zrychlení po 300 metrech a 5 zrychlení po 1,5 kilometrů.

Při tréningu byl brán ohled na hodinu, ve kterou se měly konat nastávající závody. Tak na příklad jsme počítali, že tyto závody budou přicházet v úvahu v době od 11—12 až od 3—4 hodin. Proto začátek tréningu nebyl přísně stabilní, a kromě toho jsme praktikovali také dvourázový rychlostní trénin. Tak na příklad jestliže první trénin se konal ráno od 11—12 hodin, pak druhý začínal od 3—4 hodin.

Takovým způsobem bylo umožněno, že v době před důležitými závody i v období těchto závodů se tréninový režim nenarušoval, odpočinek byl normální a trénin probíhal podle obvyklého pořádku.

Den před závodem byla procházka s vložením několika (dvou až tří) nedlouhých (do 1 kilometrů), ale prudkých zrychlení.

Delší odpočinek dovolil dobře snášet zvýšené tréninové dávky. Tuto zvýšenou námahu překonával Kuzin dobře, o čemž svědčí výsledky lékařské kontroly. Úbytek na váze po tréningu dosahoval někdy 3 kilogramů, avšak po jednom dni odpočinku Kuzin tuto váhu opět nabral. Na každém tréningu absolvoval Kuzin průměrně 15—20 kilometrů. Je nutno podotknout, že na rozdíl od minulých let bylo celkově množství absolvovaných kilometrů zkráceno — byla ovšem zvýšena intenzita běhu. V sezóně 1954 se po prvé zařazovaly do tréningu zrychlené úseky 200—400 metrů. Při cvičení rychlosti a speciální vytrvalosti jsme používali v témže tréningu střídání krátkých a dlouhých úseků podle principu 200 až

3000 metrů, 200—1500 metrů atd. Cvičení rychlosti se věnovala hlavní pozornost v prosinci a lednu. Za tyto dva měsíce naběhal Kuzin středním tempem 228 kilometrů, ostrým tempem 319 kilometrů. Kromě treningu na lyžích jsme zařazovali do hlavního období také běh bez lyží, košíkovou a bruslení.

Trening v přípravném období se vyznačoval velkou rozmanitostí. Tak na příklad jsme do treningové náplně zařazovali veslování, lehkou atletiku, (skoky, vrhy, sprinty), terénní běhy, rychlou chůzi, košíkovou házenou atd. Velký význam jsme přikládali rozvoji ramenního svalstva. Za tímto účelem jsme prováděli četné cviky s nářadím i bez nářadí.

Díky rozmanitosti používaných treningových prostředků, střídání treningového zatížení horních a dolních končetin a konečně také díky emocionálnímu provádění treningů snášel Kuzin

toto zatížení snadno, bez velké únavy.

V přípravném období byla značně zvětšena intenzita chůze a běhu. Při treningu v chůzi byla plánována rychlost na 1 km průměrně 6,30 minut. Zvýšení treningového zatížení bylo prováděno hlavně zvětšením rychlosti — vzrůstalo množství úseků (od 50 m do 1 km) absolvovaných velkou rychlostí.

Treningy v běhu byly plánovány tak aby v kontrolním treningu na konci období byly proběhnuty 3 kilometry pod 10 min. Kuzin tuto trať zaběhl za 9,17 minut. Je nutno také zdůraznit, že kromě plánovaných treningů během všech treningových období prováděl Kuzin také ranní rozcvičku (25 až 30 minut).

Za své úspěchy vděčí Vladimír Kuzin také tomu, že pojímal trening takovým způsobem; že v sobě vychoval velmi cenné morální vlastnosti, které pak v závodech hrály velkou roli.

## PROTI NEBEZPEČÍ V HORÁCH

Ve dnech 29.—31. května byla svolána na Skalnaté pleso do Vysokých Tater výzkumná komise horské služby, která jednak provedla zhodnocení dosavadní práce od loňského roku, jednak se zabývala vývojem do budoucna. Komise, které předsedá ing. Vlado Šimo, z tatranské Horské služby, má tyto členy: Filsak, M. Hladík, Igor Houdek, Ing. M. Vrba, Ing. B. Urbánek, z českých oblastí, ing. V. Fibinger, J. Hájek, z moravských, a F. Mrazík ze Slovenska.

Výzkumná komise je teprve mladým pracovištěm při ústřední sekci Horské služby a zabývá se výzkumem sněhu a lavinovou prevencí v našich horách. Pracovníci výzkumné komise pokračovali letos v soustavné práci v oblasti Krkonoš, Jeseníků i na Slovensku, a získali další cenné zkušenosti, které jsou základem vědeckého bádání a nutným podkladem pro řešení úkolů k zajištění bezpečného pohybu v horách.

Během letošní zimy vyškolili členové komise v pořádaném semináři aktivní příslušníky Horské služby, svolané ze všech horských oblastí u nás, aby je seznámili s prací s měřicími přístroji, která je nejen pro staniční měření, ale i pro terénní měření nutná.

V příštím roce budou zřízeny další měřicí stanice v Krkonoších v Peeli, v Kotelných jamách, v Jeseníkách v Kotli, v Roháčích u chaty Pod Roháčem, ve Vysokých Tatrách na Skalnatém plesu. V těchto stanicích bude zvláštními, k tomu účelu sestavenými přístroji, proměřována sněhová pokrývka, a hodnocen její pohyb na svahu. Na základě těchto pozorování, která budou prováděna současně na více místech v republice, budou mimo jiné upozorňováni návštěvníci hor na sněhové poměry a zvláště na lavinové situace v horách. Výzkum, který si vyžadá déletrvající soustavné práce, vypíná tak mezeru v oboru, kterému v cizině, jmenovitě v SSSR a v alpských zemích, a to zvláště ve Švýcarsku, věnují všemožnou péči.

S hlediska lékařského jsou komisí zpracovávány metody a poznatky, potřebné pro ošetřování zranění, utrpěných v horách, a jsou získávány všeobecné poznatky, vyplývající z pobytu ve vysokohorském prostředí.

Aby práce výzkumníků, která z velké části je věnována předcházení nebezpečí v horách, byla úspěšnou, je zapotřebí, aby též návštěvníci našich hor pochopili nesmírný význam činnosti této instituce a aby v zájmu vlastní bezpečnosti plně

využili všech poznatků a informací, které prostřednictvím Horské služby obdrží o situaci v našich horách. Bylo by rovněž na místě, aby sekce lyžařská i horolezecká při školení cvičitelů odpovědně řešila i tuto otázku a postavila preventivní činnost a výzkum sněhu na přední místo v učebním programu. Vždyť při tom jde o poznání prostředí, ve kterém se má cvičitel pohybovat odpovědně po celou dobu své činnosti.

Skalnaté pleso svou polohou a přístupem k meteorologickým zařízením bylo vhodným rámcem této pracovní schůze. Rovněž, pořádající Horská služba zhostila se po stránce organizační svého úkolu příkladně.

Bylo by zajisté přáním všech návštěv-

níků hor, aby tato činnost byla správně hodnocena a podporována ještě v mnohem větším měřítku nadřízenými institucemi. Význam této práce může správně posoudit zvláště ten, kdo je dobře obeznámen s horským prostředím a jeho nebezpečím, nebo ten, kdo včasnému zásahu děkuje za záchranu života. Letošní zima byla bohatá na laviny, které v mnohých oblastech ohrozily lidské životy. Je proto zapotřebí, aby soustavným školením, informováním veřejnosti, zvláště v rekreačních střediscích ROH, nebo při školních zájezdech bylo tímto způsobem objektivní nebezpečí a eventuální ztráty na životech sníženy na nejnižší míru.

Igor Houdek,  
Horská služba SVTVS

## SKLÁDÁME ÚČTY ZA HLAVNÍ OBDOBÍ

O PRÁCI KOMISE ROZHODČÍCH MV PRAHA

Provádíme-li hodnocení dnes, po skončení hlavního období činnosti komise rozhodčích a všech rozhodčích kraje MVTVS Praha, musíme toto hodnocení provést již podzimem 1954, protože právě v této době jsou úkoly komise rozhodčích největší. V tomto přípravném období stojí vždy před komisí řada závažných úkolů, které nutno s velkou odpovědností plnit. Na správném splnění mnohých těchto úkolů se odráží potom průběh a plnění úkolů hlavního období. Prvním úkolem komise bylo zavedení nové kartotéky a vydání nových legitimací. Tohoto úkolu se zhostila celá komise včas. Kartotéka je od té doby stále opravována a doplňována, takže je důležitou pomůckou celé komise. Jedinou chybou je, že rozhodčí nehlásí komisí včas své změny, takže tyto nemohou být zaneseny v takové době, v jaké bychom si přáli. Zavedení nové kartotéky odhalilo řadu rozhodčích, kteří jednak po delší dobu nevykazovali svoji činnost, a jednak projevili nejzájem o další práci tím, že si ve stanovené lhůtě — i když tato byla prodloužena, nevyžvedli nové legitimace. Zarážející u toho je však i ta okolnost, že mezi těmito rozhodčími jsou i ti, kteří v nedávné době prošli kursy pro rozhodčí. Těmto rozhodčím LS na návrh komise s okamžitou platností zastavila činnost.

Kursy pro rozhodčí III. třídy byly uspořádány v našem obvodu celkem čtyři. Jejich pořadatelem proti předcházejícím obdobím byly výhradně KV DSO, a to Spartak, Slavan, Slavia a Slavoj. Celkem tyto kursy navštěvovalo 113 posluchačů, z nichž jen 92 mohli být jmenovány rozhodčími III. třídy, protože vyhověli podmínkám, to jest, že se zúčastnili nejméně tří závodů. Na těchto kursech přednášeli jednak staří osvědčení instruktoři, a jednak ti, kteří prošli seminářem pro rozhodčí I. třídy. Na sklonku roku 1954 byla ještě uspořádána theoretická část kursu pro rozhodčí II. třídy, jehož praktická část byla uspořádána při veřejném závodě ve Špindlerově Mlýně, který byl uspořádán v rámci krajských přeborů. Výběru posluchačů byla tentokrát věnována větší péče než v letech předcházejících. I tak z 20 vybraných posluchačů absolvovalo theoretickou část jen 14, a z toho jen 10 rozhodčích bylo jmenováno rozhodčími II. třídy. Z toho je vidět, že je nezbytné nutné, aby již do tohoto kursu byli rozhodčí delegováni výběrem, a to také z toho důvodu, že právě rozhodčí II. třídy jsou v Praze velkým problémem a jejich práci je velmi nutné zlepšit. Zatím co rozhodčí III. třídy pracovali velmi dobře, nelze toto tak říci o rozhodčích II. třídy. Je nám dnes úplně jasné, že mnozí rozhodčí této třídy nemají příslušnou kvalifikaci, a proto budeme muset vynaložit vše, abychom do příštího období zvýšili jejich úroveň. Toto budeme provádět jednak bedlivým výběrem nových kandidátů a jednak opakovacími semináři, jejichž náplň zaměříme též na naše nedostatky. Na podzim roku 1954 byly komisí po prvé uspořádány doškolovací semináře, a to jak pro rozhodčí II. třídy, tak i pro rozhodčí III. třídy. Oba tyto semináře splnily své poslání. Zejména kladně je třeba hodnotit seminář pro rozhodčí III. třídy. Tento byl uspořádán ve dvou částech a byl velmi pěkně navštíven. Důvod, který nás vedl k uspořádání těchto seminářů, bylo několik. Především jsme v praxi pozorovali, že mnozí rozhodčí se na své zimní úkoly dobře ne-

připravili. Bylo proto nutné zlepšit jejich práci natolik, aby byla dostatečnou zárukou při závodech a nedocházelo k zbytečným přehmatům. Dalším takovým důvodem bylo mnoho změn v pravidlech lyžování, se kterými bylo nutné seznámit všechny rozhodčí. Iniciativou komise byly doplňky rozmnoženy a všem, kteří se seminářů zúčastnili, byly rozdány. Uspořádání seminářů přineslo své ovoce, neboť úroveň práce rozhodčích se skutečně viditelně zlepšila. Při provádění hodnocení byly samotnými rozhodčími tyto velmi kladně hodnoceny. Poněkud méně úspěšný byl seminář pro II. třídu, kde jsme narazili na nezájem některých rozhodčích, což se nakonec též projevilo i v celkové jejich činnosti. Všechny závody, které byly v rámci našeho kraje uspořádány, a to jak postupové, veřejné a mezisektorové, byly řádně obsazeny a dána též při nich příležitost novým adeptům, jichž bylo povoláno na závod až 30%. Zde nutno se též zmínit o jedné zajímavé věci. Při obsazování rozhodčích jsme měli velké potíže s uvolňováním mužů, a tak se také stalo, že téměř na všech závodech se objevovalo velké procento žen. Na krajský přebor byl snížen letos počet rozhodčích z úsporných důvodů. Jaký toho byl důsledek? Byli jsme tak svědky pěti zbytečných úrazů, a to úrazů velmi vážných. K této došlo jen proto, že pro nedostatek rozhodčích nemohla být sjezdovka řádně uzavřena a rozmístěny pořádkové kontroly. Je úplně jasné, že stále snižování počtu rozhodčích má mnohdy velké následky. Orgány, které stále nutí snižovat stavy, musí si již jednou uvědomit, že nelze nijak šetřit tam, kde jde o zdraví závodníků. Mělo-li by v budoucnosti dojít opět k nějakému snižování, nebudou moci rozhodčí přijmout odpovědnost za hladký a bezpečný průběh závodu a tuto bude musit převzít ten orgán, který nemístné snížení nařídil.

Komise rozhodčích pracovala během roku dobře a plnila včas svěřené jí úkoly. Uzavíráme-li dnes účty za hlavní období, nebylo by správné nepřiznat se k chybám, kterých jsme se dopustili a které musí být poučením pro další naši práci. Potěšitelným zjevem byl odchod několika členů komise na odpovědnější místa, což svědčí o dobré práci a výchově dobrovolných pracovníků. Věříme, že úkoly, které nás čekají v příštím období, opět dobře zvládneme a udržíme nadále pověst nejlépe pracující komise.

MIREK KNÖBLOCH, MVTVS Praha

## ROZHODČÍ A FUNKCIONÁŘ

Tento článek pokládám za aktuální v době prověřování činnosti lyžařských rozhodčích v roce 1955 a kdy se na nižších slozkách lyžařských vyskytuje nedostatek činovníků.

Naše sjednocená tělovýchova založená na široké masové základně má svou organizaci upravenou k zvládnutí svých úkolů na slozku stálých zaměstnanců a dobrovolných pracovníků. Obě tyto složky mají pak harmonicky spolupracovat a vytvořit a zaručit správný chod celého systému. Tato spolupráce musí být vážná, cílevědomá a obětavá, založená především na nadšení dobrovolných pracovníků.

Z toho dále vyplývá, že dobrovolní činovníci musí být lidé lnooci zvláštní láskou k určitému druhu sportu. Zpravidla k tomu mají nejbližší z jehož aktivního provozování sami vyšli, mají

z něho zkušenosti, při čemž vlastní volba toho druhu sportu zaručuje trvalý poměr k němu. Výběr takových lidí provádí se tudíž sám, neboť vztah k věci donutí přívržence určitého druhu sportu, aby se sám k práci přihlásil, a tak se dostal blíže k životu kolektivu v němž najde svou polohu. Myslím, že jiný motiv neměl by zde mít místa a ve funkci činovníků, že nemůže býtí lidé, kteří sledují snad prospěch z věci nebo se hodlají prosadit za každou cenu. Jakmile se takový případ objeví, věci neprospěje, nýbrž jí uškodí a bez zájmu se dále nedostane.

Vycházím proto z toho, že faktické zánecí pro věc je jedinou trvalou zárukou správného poměru k práci a dobrých výsledků.

Rostou úkoly a s nimi rostou i lidé, problémy se stávají složitějšími a je třeba

pro ně hledat formáty, mnohdy nestačí jen dlouholetá zkušenost, neboť nemůžeme zásadně chtít na lidech to, na co nestačí. Je proto nutno hledat a svěřovat problémy k řešení do takových rukou, v nichž jsou předpoklady k jejich zvládnutí.

Lidem schopným má býtí proto podávána pomocná ruka a jejich prosazením se nejvíce zasloužíme o věc samu.

Činovníky jevíci skutečný zájem je třeba podporovat a odměňovat uznáním jejich činnosti. Je třeba svěřovat jim úkoly, k nimž mají předpoklady, vysílají je na složitě závody, kde mohou získat další zkušenosti, správně je véstí a pomáhati jim především v tom, že v každém kolektivu vytvoříme duch kamarádké spolupráce a odmítneme neobjektivní kritiky.

Jasná direktiva správně

provedená funkcionářským adeptem je úspěch, jehož si musíme cenit. Vytvořme systém práce podle něhož se lidé dostanou k práci podle svých zájmů, což je cesta k úspěchu.

Máme velký počet lyžařských rozhodčích, relativně nejvíce na světě, rádne jsme je školili, úroveň škol a kursů jsme zvýšili na výbornou úroveň. Při zkouškách jsme viděli, že frekventanti zodpovídají složité otázky, které jsou nad průměrem, učební látky, volíme nejzkušenější učitele, abychom docílili nejlepších výsledků. Rozhodčí jsme rozdělili do tříd podle kvalifikace, čímž máme mít záruku, co nejlepší výkonu ve všech funkcích. Vykonalí jsme tedy mnoho pro zdar akce.

V současné době proběhlo potvrzování oprávnění činností rozhodčích na další rok na základě činnosti předešlé. Na aktivech slyšime o nedostatku funkcionářů a přesto funkcionářskou činnost na záznamním listě nevedeme, ac tato by měla být oficiálně hodnocena stejně jako činnost na závodech.

Toto vše potřebuje zvláštní hlubší studii, která musí vzít v úvahu především příčiny proč rozhodčí činnost nevykazuje a proč se funkcím mimo závody vyhýbá. Tím, že rozhodčí pro nečinnost ze seznamu vyškrtáme, vše asi nespravíme, ztratíme jen náklady vynaložené na školení a u mnohých způsobíme neodčitelnou zatrpkllost.

Bude nutno zaktivisovat rozhodčí vůbec. Zainteresovat je na celoroční práci. Dát jim příležitost k práci na malých úkolech, ale neztrácet s nimi nikdy kontakt. Znamená to přímo je požádat o výkon určité funkce, zvat je do schůzi a na aktivy a tvořit lyžařskou rodinu vůbec jak jen možno všemi projevy přátelství a kamarádství.

Především tedy rozhodčí musí státí v první řadě

i v záloze pro funkcionáře všech složek tělovýchovy, neboť vědomosti, které nabylí musí býti dále prohlubovány ac ve funkcích nebo na závodech přímo. Celoroční činností se získává mnoho, především kontinuita a současnost znalostí je tím podporována. V činnosti funkcionářské se poznávají sklony a zájmy, jichž lze využít v případě potřeby. Neustálý kontakt podporuje udržení zájmu. Je známo, že valná část lyžařských rozhodčích je aktivními lyžaři, kteří milují nejen pobyt na horách, ale i lyžařský sport prakticky provozovaný, který si to pro své kouzlo zaslouží. Nezapomínejme proto na tuto praktickou stránku věci a připravujme praktický výcvik rozhodčích na sněhu jak co do zdokonalování techniky, tak i co do získávání praktických zkušeností ze závodů a znalostí a aplikace pravidel lyžování.

Uspořádejme proto krátkodobé, nedělní zájezdy, sestavme si závodní družstvo z rozhodčích přímo a na takovém závodě provedeném zcela regulérně se všemi důsledky vyložíme si všechny možné případy pravidel. Zájezdu nechť se zúčastní rozhodčí bez ohledu na rozdělení do tříd a titu nechť si vzájemně vyměňují všechny zkušenosti i se zřetelem na mezinárodní pravidla. Zde může býti dána příležitost i k vykonávání funkce mimo kvalifikaci, jestliže se objeví zvláštní zájem nebo přímo talent. Rozhodčím nezkušeným pokud si troufají povolme vykonávat na této zkoušce i funkce složité a na výsledcích poznáme kvality. Není vyloučeno, že rozhodčí nižší třídy se prokáže jako velmi schopný pro další postup, pozná se jejich technická zdatnost a podle ní i praktická použitelnost. Projví se speciální zájem pokud jde o sjezdové nebo klasické disciplíny a i jiné prvky mohou takto býti objeveny. Vycháším z toho, že věc před-

pokládá styk a činnost, aby se dosáhla kvalita.

Učinme závazným, že každý rozhodčí se tak či onak bude zajímat o lyžařství po celý rok, ulože každému funkci třeba malou podle jeho schopnosti, výběru a možnosti. Rozhodčím II. třídy a vyšším dejme možnost prakticky hodnotit skok. Opusťme výsadu pěti lidí v kraji, kteří stylově rozhodují, neboť to není věc patentovaná, nýbrž věc praxe a smyslu pro estetiku. Pochopme, že je to funkce o níž se nežádá, ale která se k provádění ukládá. Začneme tam, kde nelze nic zkazit, trening, soustředění atd. Najdeme jistě i nadšenecce, kteří propagaci pomohou rozšířit skok mezi mládež, když jí povedou a poradí.

Spojme tedy praxi s činností funkcionářskou v organizacích SVTVS a TSO. Rozhodčí jsou pro to určení především. Mají pro to předpoklady a mravní povinnost stykem s věcí rozvíjet znalosti.

Stát se rozhodčím vyšší třídy není účelem, ale důsledkem činnosti, a tím nabýt kvalifikace.

Všichni nemohou rozhodovat jen na přeboru republiky a tam nechť rozhodují jen ti nejlepší. Přebor republiky též není místem na učení, tam musí přijít jen lidé dokonale připravení a osvědčení. Rovněž všichni nemohou býti mezinárodními rozhodčími, ale ti, kteří jimi jsou, musí býti skutečně v mezinárodním měřítku důstojnými representanty naší tělovýchovy po všech stránkách.

Rozmanité a přehledné jsou závody jednot okresů a kraji, sniž je všude bílý, hory všude horami, jde jen o to nabývat zkušeností všude, kde se dá a starat se co nejsvědomitěji o vlastní růst.

Každý rozhodčí nechť si uvědomí, že se spekulací nedojde daleko, pouhý zájem

o výlety na hory, že záhy každého odhalí a že tato cesta nevede k úspěchu!

Splní-li se všechny tyto předpoklady, není možno, aby z dnešního množství rozhodčích nevyšlo dostateč-

né množství funkcionářů, kteří to myslí s věcí vážně a poctivě.

Připravuje-li se závodník celý rok na svůj výkon, ať rozhodčí svým celoročním kontaktem a pracovním při-

spěvkem se rovněž připravuje pro svůj úkol.

Mělo by být předpokladem, že každý lyžařský funkcionář je rozhodčím a opačně, že každý rozhodčí je funkcionářem. J. R.

## Jak pracovala lyžařská sekce MVTVS Praha

Lyžařská sekce MVTVS Praha nezahálela ani v letním období. Vypracovala plán soutěží, rozvoje a rozpočet na rok 1956. Vedení sekce ve snaze zajistit a úspěšně provést všechny úkoly vyplývající z usnesení plna lyžařské sekce SVTVS, konaného dne 14. a 15. května 1955 v Klánovicích, se rozhodlo většinu těchto úkolů projednat a splnit již v letním období. Rozpočet sekce byl předán již 30. srpna 1955 hospodářskému oddělení MVTVS spolu s plánem soutěží a rozvoje.

V minulých letech nebyla péče o mládež dostatečně zajištěna, mládeži nebyla dána možnost vývoje a růstu, protože její závodní činnost končila krajským kolem SHM, a jen malé procento mladých závodníků mělo zajištěnou účast ve finale SHM. V plánu soutěží na rok 1956 je proto pamatováno na přípravu a účast mládeže v propagačních, kontrolních a prověřovacích závodech a vlastních soutěžích. Plán soutěží na rok 1956 byl vypracován s přihlédnutím k celostátním termínům a náplní pro hlavní období a obsahuje:

1. Propagační závody mládeže v okolí Prahy (podle sněhových podmínek v lednu nebo únoru 1956. K provedení instruktáže budou pozváni vynikající lyžaři.
2. Kontrolní a prověřovací závod dospělých a juniorů ve Špindlerově Mlýně od 7. ledna do 10. ledna 1956.
3. Kontrolní a prověřovací závod mládeže v Peci pod Sněžkou od 15. do 17. ledna 1956.
4. Krajské přebory dospělých a juniorů ve Špindlerově Mlýně od 29. ledna do 5. února 1956 za účasti 260 osob.
5. III. kolo SH mladších a starších dorostenců a dorostenek v Harrachově od 8. do 12. února 1956 za účasti 167 osob.
6. Veřejný závod ve skoku prostém o „Velkou cenu hl. města Prahy“ dne 4. února 1956, který bude pořádán každoročně v rámci přeborů kraje. První až třetí závodník umístí se v závodě obdrží upomínkovou cenu.
7. Meziměstské utkání v jízdě na lyžích s některým KVTVS pro dospělé a dorost za účasti 65 osob.
8. Podzimní běh lyžařů v Krči v říjnu 1956 pro dospělé a dorost.
9. XXXIII. ročník přespolního běhu lyžařů v Krči „Memoriál I. Komárka“ v první polovině listopadu pro dospělé a mládež.

Krajský sportovní kalendář bude vypracován do 20. září 1955, ve kterém budou zaznamenány všechny závody veřejné, mezisektorové a jiné.

Sekce provedla vyhodnocení vzhledem k práci pracovníků sekce a komisí podle těchto podmínek:

- a) poměr k práci dobrovolného pracovníka k tělovýchově,
- b) odpovědnost ke kolektivu,
- c) plnění daných úkolů,
- d) docházka do pracovních schůzí.

Jako vzhledem k práci komisí byly vyhodnoceny: komise ÚMK, rozhodčích a sportovní technická.

Jako nejlépe pracující předsedové komisí byli vyhodnoceni: soudruzi Štengl Vladimír, komise bobů a saní. Sekce vyhodnotila kromě jmenovaných další členy sekce a komisí: Kuncce Jana, dr. Kulhánka Ottu, Čápa Jaroslava, Šnobla Jaroslava, Strnada Aloise, Čondlovou Líbu a jiné. Všem vyhodnoceným činovníkům bylo poděkováno za jejich záslužnou a obětavou práci ve prospěch rozvoje lyžařského sportu, s přáním dalších úspěchů a zdaru v jejich činnosti.

Vedení sekce nebylo spokojeno s dosavadní činností trenérské rady a proto tuto rozšířilo o nové spolupracovníky v předpokladu, že rozšířená trenérská rada bude spolehlivě a obětavě pracovat podle předem vypracovaného plánu, bude věnovat dostatečnou péči při výcviku, tréninku a závodech mladým i dospělým závodníkům, sledovat jejich pří-

pravu, vést záznam o trenincích, pečovat a sledovat jejich trening v terénu, pomáhat radou a dbát o zmenšení úrazovosti v treningu a závodech. Obzvlášť zvýšenou péči bude věnovat mládeži.

Komise mládeže byla rovněž rozšířena o nové pracovníky, vypracuje rovněž plán práce s vhodnou náplní, aby péče o mládež byla dostatečně zajištěna.

Komise kvalifikační vypracovala seznam závodníků, kteří splnili technický limit pro udělení nebo obnovu II. výkonnostní třídy, který je uveřejněn ve „Zprávách sekce“ č. 4.

Sekce vydává měsíčně „Zprávy sekce“ s informativní náplní, zprávy z vedení sekce a komisi, o které je velký zájem v lyžařských oddílech a u závodníků. Tyto zprávy jsou prozatím vydávány v omezeném počtu a naší snahou bude v dohledné době jejich vydávání rozšířit.

Vedení sekce projednalo na své schůzi výběr činovníků pro práci v komisích vyšších složek a není s prováděným výběrem spokojeno. Pro práci v komisích vyšších složek měli by přicházet v úvahu pracovníci, které doporučí lyžařská sekce kraje.

Od 1. září 1955 se konají každou středu od 17—19 hodin povinné treningy reprezentančních družstev mladých i dospělých a ostatních závodníků na malém vojenském stadioně na Strahově. Účast bude kontrolována.

Do kursu pro rozhodčí I. třídy byli sekeři navrženi soudruzi: Čáp Jaroslav, dr. Klinger Miroslav, ing. Kučera Václav a Zach Vilém. Věříme, že uvedení soudruzi budou kurs úspěšně absolvovat.

STANISLAV KUBÍN

## ZPRÁVY ZE ZAHRANIČÍ

### PŘEDOLYMPIJSKÁ PŘÍPRAVA FINŮ

Za příznivého vedení trenérů Veli Saarinena a Lauri Silvennoinena absolvovalo 29 vybraných lyžařů Finska namáhavou týdenní předolympijskou přípravu ve Vuokatti. Nedávno koupil finský lyžařský svaz ve Virolahti starou rybářskou loď, která nyní slouží v Naasjarvi jako čtyřka přípravě olympijských kandidátů. Na 20 km trati absolvovalo denně 16 mužů pod dohledem sportovního lékaře dr. Mikko Kunnase (2 čtyřčlenné skupiny ráno a 2 večer) svou těžkou přípravu na vodě. Vedle toho obsahoval denní program, vytrvalostní běh, gymnastiku, míčové hry a vzpírání. Současně se shromáždili

ve Vierumäki pod vedením Tauno Juurtola a Lasse Johanssona skokani a sjezdáři. Jejich intenzivní trening obsahoval skoky na náraď a do vody, vyrovnávací eviky na kladině a skoky se střechy tělocvičny do dřevěných pilin. Sjezdaři absolvovali ještě speciální trening na slalomovém svahu. Ve Vierumäki se připravovalo pod vedením H. Ristolainena také 11 závodnic.

### PRAWDA DO USA

Mistr světa — sjezdař Christian Prawda, který byl Mezinárodní lyžařskou federací (FIS) zbaven možnosti startovat na mezinárodních závodech a na olympijských hrách, odjede se svou ženou do USA, kde bude v příští zimě v Sun Valley

učitelem jízdy na lyžích. Prawda si chce vybudovat v USA pevnou existenci a usadit se trvale v USA.

### LYŽAŘI NA OH

Podle rozhodnutí organizačního výboru zimních olympijských her 1956 v Cortině d'Ampezzo je nejvyšší počet účastníků z jednoho státu včetně náhradníků pro všechny disciplíny 94 aktivních účastníků a 19 činovníků včetně potřebných trenérů a masérů.

Na závodníky v lyžařských soutěžích připadá na alpské disciplíny 6 žen a 3 mužů, na severské disciplíny 5 žen a 20 mužů. Nejvyšší počet startujících v jednotlivých lyžařských závodech z jednoho státu byl stanoven na 4 lyžaře i lyžařky.

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.

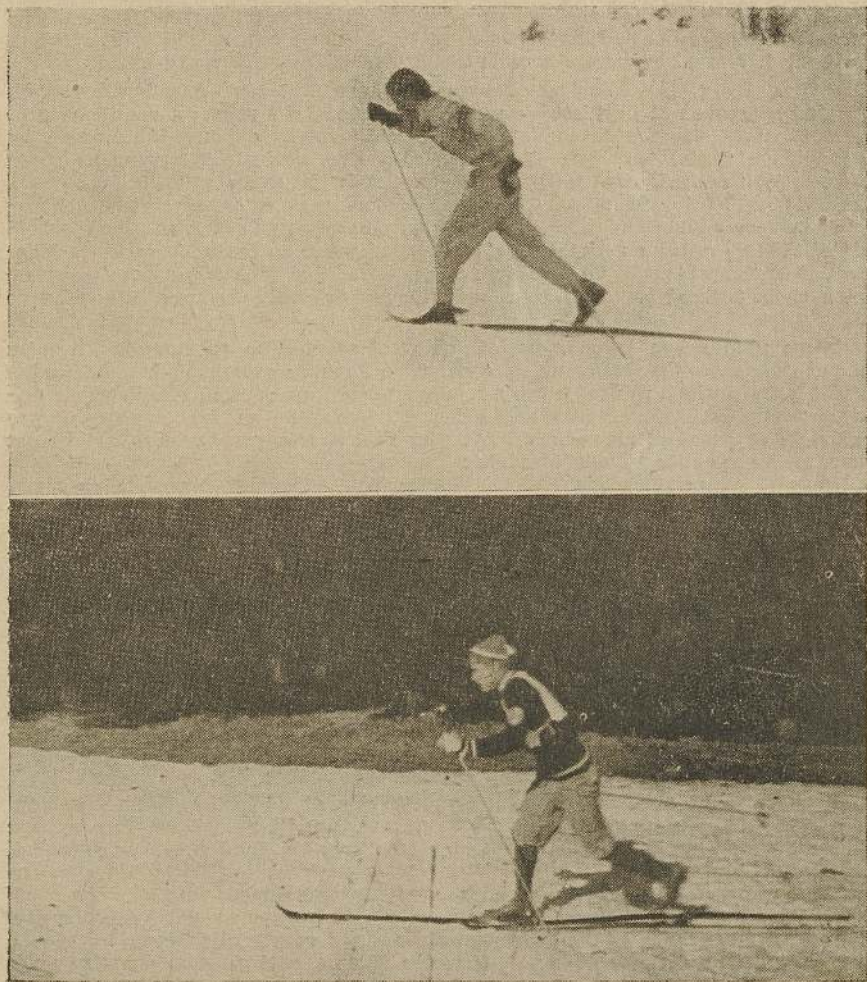


# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41 . Č. 11

PNS 208

LISTOPAD 1955



Mistři sportu V. Careva<sup>1</sup> (horní obrázek) a P. Kolčín patří mezi nejúspěšnější sovětské reprezentanty

# MĚSÍC PŘÁTELSTVÍ

Ing. LADISLAV STUPKA

Idea Měsíce československo-sovětského přátelství je ušlechtilým závazkem pro každého občana našeho lidové demokratického státu, aby se zamyslel nad vším, co v minulém roce ve prospěch vlasti učinil, aby kriticky a sebekriticky zvážil činnost jak svoji, tak i svých nejbližších spolupracovníků, aby vyzdvihl nejen vše kladné, ale hlavně z chyb vyvodil správné důsledky. Pro nás — zimní sportovce — je právě letos zvlášť důležité poohlédnout se zpět a třebaže do největší události v zimních sportech — zimních olympijských her v Cortině d'Ampezzo — zbývá jen zcela krátká doba, ještě, dokud je čas, zmobilisovat všechny své síly k tomu, abychom v této vrcholné soutěži co nejčestněji obstáli.

A tu právě v Měsíci československo-sovětského přátelství nám budiž vzorem příklad sportovců SSSR. Listujeme v časopise »Sovětský sport« a věnujeme svoji pozornost všem těm kritickým a burcujícím článkům, které, aniž by opominuly vyzdvihnout již dosažené úspěchy sovětských zimních sportovců, jsou neméně instruktivními i tam, kde je posuzováno (nikoli odsuzováno) nedostatečné umístění sovětských reprezentantů na mezinárodních závodech. Jsou odhalovány důvody, které k tomuto umístění vedly, a — což je nejdůležitější — právě z vytknutých chyb je ukazováno na cestu k nápravě a k dosažení úspěchů čestnějších. Vždyť se učíme pořád a nejdokonaleji právě z vlastních chyb. Ostatně leckterá chyba v životě jednotlivcové se proměnila třeba ve vynikající příští úspěch, když z dřívějších nedostatků byly vyvozeny důsledky.

Máme před sebou jedno z posledních čísel sovětského sportovního časopisu a nacházíme v něm úvahu nejen o přípravě zimních sportovců k nadcházející sezóně, ale o všech přidružených a neméně důležitých věcech, týkajících se připravenosti lehkého, dřevařského ba i potravinářského průmyslu, aby tak pro zdánlivě nepatrné příčiny nemohl být sám účel sportu porušen. Pro zajímavost uvedme ve vřátku několik postřehů:

»Podzim je rozhodujícím údobím v přípravě sportovních organizací k zimě. Je třeba uvést do příkladného pořádku lyžařské základny, sportovní haly i kluziště, provést prověrku sportovních zařízení a nařadí, vyřadit nepotřebné a opatřit nové a tak všestranně zajistit zdárné a neztenčené uskutečnění podniků podle sportovního kalendáře.

Je však důležité organisovat práci tak, aby příprava k zimě nijak nerušila celoroční plán práce jednotlivých sportovních odvětví. Přejít od prací na sportech letních k přípravám na sporty podzimní a zimní musí být ovšem plynulý, aby i zde nebylo žádných rušivých momentů. Ústřední výbory většiny dobrovolných sportovních organizací se velmi dobře připravují: je organisována prověrka v jednotlivých kolektivech a jedni pomáhají druhým jak opatřením potřebného nářadí, tak i radou a zkušeností. Všude jsou v běhu kursy instruktorů a rozhodčích zimních sportů, všude se dokončují opravy i novostavby lyžařských můstků.

V letošní zimě stojí sovětské zimní sportovci před událostí velkého významu: před spartakiádou odborů. Pravidla o soutěžení jsou již rozesílána. Tato spartakiáda bude přehlídkou tisíců sportovních kolektivů i vážnou zkouškou zdatnosti nejlepších sovětských lyžařů, hokejistů, rychlobruslařů i krasobruslařů a bojem za jejich nejvyšší úspěch. Ale zatím co se zvlášť dobře připravují na zimu sportovci moskevští a gorkovští, nelze tak doslova říci o sportovcích ve Vladimíru, Saratovu, Astrachani, kde se s přípravou na zimní sporty nijak nespěchá. — Že k nám zima nepříjde tak brzo — to nelze říkat a mít při tom dokonce pocit uspokojení z dosavadní práce; již nyní mají přece být nashromážděny pohotové zásoby lyží, sáněk, bruslí a ostatního sportovního nářadí. Tedy nejen starost o sportovní kalendář, ale zajistiti nářadí a opravit i budovati základny. Jen tak

lze dosáhnouti toho, aby nejširší masy sportovců se mohly soutěží zúčastniti. Tyto přípravy pak musí dokonale navazovati na časovou koordinaci samotných utkání v okresech, městech a republikách, aby byl splněn vytčený cíl: dosažení masovosti ve sportu a růst mistrovství. Nakonec nelze zapomenati i na zlepšení organizace závodů PPOV a v neposlední míře zajistiti i vzornou službu jak pro závodníky, tak i pro diváky.

Je pro všechny pracovníky ve sportu velkou ctí, že právě na nich leží odpovědnost, aby vysoká sportovní úroveň zimní sezóny 1955—1956 byla co nejlépe využita pro nábor nových sportovců z nejširších mas pracujících měst a venkova. Zimní sport je značným přínosem pro zdraví pracujícího člověka, a proto musíme na příchod zimy býti plně připravenými. Práce je mnoho a sama se neudělá. Je proto třeba vytrvalosti a iniciativnosti.«

Potud výňatek.

Bylo by chybu, kdybychom se snad měli domnívatí, že u nás jsme již vykonalí pro přípravu zimní sportovní sezóny vše. Připravili a vykonalí jsme dosti, je však třeba důkladného prošetření dosavadní práce, nedostatky odhalit a zabývatí se jimi znovu a znovu, a to ne s úzkého sportovního hlediska, nýbrž s hlediska celku.

A tento sovětský příklad nám budiž směrnicí nejen pro Měsíc československo-sovětského přátelství, nýbrž pro celou naši činnost.

## Propagačně výchovná práce při soutěžích

Máme-li mít dobře připravenou soutěž, pak je třeba, abychom sami byli dobře připraveni. To znamená, ještě teď před příchodem hlavního období našeho sportu, důkladně prozkoumat dosavadní činnost a zaměřit se na slabiny v naší práci z uplynulého roku. Je třeba položit si otázku, zda jsme v dosavadním složení komise schopni plnit své povinnosti v nadcházející sezóně. Máme-li nedostatek pracovníků, vyhledáme další, neboť jen tak zvládneme úkoly, které před námi stojí.

Je nutné uvědomit si, že samotní propagačně výchovní pracovníci nestačí na všechnu propagačně výchovnou práci v soutěžích. Z toho důvodu musí být vychovatelem i trenér, rozhodčí, cvičitel a všichni ostatní funkcionáři. Oni vlastně musí být prvními vychovateli, protože jsou v neustálém styku se sportovci. Co by nám bylo platné, kdyby všichni tito funkcionáři byli jen odborníky a ne vychovateli? Bez jejich pomoci není možné vytvořit ty základní prvky socialistické morálky a poměru ke sportu. Působení kolektivu na jednotlivce je výbornou agitací a tak se jak činovníci, tak i závodníci sami mezi sebou vychovávají. Velikých úspěchů dosahují také ti, agitátoři, kteří jsou aktivními sportovci, neboť jejich slovo má u ostatních závodníků — jak se říká — velkou váhu. Z toho vidíme, že propagačně výchovný pracovník musí vytvořit síť agitátorů mezi samotnými závodníky, dá jim ideologický zá-

klad a pak řídí jejich práci, t. j. výchovu socialistického sportovce. Touto výchovou rozumíme pěstovat city hrdého socialistického vlastenectví, smysl pro kolektivní kázeň a kamarádství a na druhé straně boj proti buržoasním přežitkům jako je primadonství, lánáření, sobectví, samoučelost a kosmopolitismus. Stále musíme dokazovat, že zájem celé společnosti je zájmem každého sportovce a zájmy sportovců jsou zájmy celé společnosti. Je nutné mít na paměti, že v převýchově člověka nás čeká ještě mnoho práce. Myšlení a názory člověka mají v sobě ještě mnoho z buržoasní republiky a protektorátu a nelze je změnit za den, ale trpělivou výchovnou práci, kterou nesmíme provádět příležitostně, nýbrž soustavně a systematicky. Tak budeme vychovávat naše sportovce v čestné bojovníky za slávu naší tělovýchovy.

A nyní k naší práci při samotných soutěžích. Propagačně výchovnou práci

při soutěžích dělíme do tří období. Prvé, které je velmi důležité, je období přípravné. Výsledky práce tohoto období se nám promítnou v dalším, t. j. v samotném průběhu soutěží a konečně poslední část je po soutěži.

Prvním úkolem přípravného období je vytvoření sboru pracovníků, kteří celé propagační zajištění soutěží si především rádně naplánují. Přitom uvažují o materiálním zabezpečení jednotlivých propagačních akcí a jejich zajištění lidmi. Doporučují, aby se touto prací při větších soutěžích (kraj) zabývali nejméně tři funkcionáři. Smyslem jejich práce je jednak propagace závodu samého a jednak vytvoření předpokladů pro konkrétní výchovnou práci funkcionářů, o kterých jsem shora hovořil. To znamená, že úkolem těchto funkcionářů je vejít ve styk s představiteli našeho tisku, rozhlasu, někdy i filmu a pořádání takových kulturních akcí a besed, které jsou výchozím bodem výchovy. Mezi dlouhou řadu jejich povinností spadá i úprava propisic a schválení návrhu na plakáty. Obrovská většina lidí v současné době čte tisk, navštěvuje kina, poslouchá náš rozhlas a vůbec se zajímá o veškeré dění v naší republice. A tady právě záleží na naší iniciativě, jak dovedeme využít formy propagace. Kolik našich pracovníků v přípravě na závody informuje sportovní redaktory? Kolik našich pracovníků zasílá před závodem k jeho propagaci příspěvky? Soudruzi, jak málo využíváme závodního rozhlasu, místního rozhlasu, krajských či závodních časopisů, jak málo používáme propagace formou diapositivu v kině. Nebo vůbec neorganizujeme návštěvy některých závodníků ve vzdálenějších rekreačních střediscích k pozvání a seznámení s programem závodů. Nebo vůbec nevyužíváme cvičitelů, kteří nepropagují u rekreatů a turistů závodní lyžování a závod samý, jeho organizaci, program atd. Nejsou vůbec na př. využívány nálepky do autobusů ČSAD s programem a pozváním, stejně tak i málo dbáme na tak frekventovaná místa, jako jsou lanovky, výtahy, čekárny ČSD a pod. A formy, které se rozhodneme využít, zahrneme do plánu propagačně výchovného zabezpečení jednotlivých soutěží. Tento plán

je vodítkem v práci i v přípravném období.

Následujícím úkolem je zorganizování úpravy míst startu a cíle vhodnou vlnjasklávou, rovněž tak celkové vyzdobení místa konání. Na nejvíce frekventovaném místě připravíme informační tabuli. Každý z příjždějících sportovců touží již po pohodlném ubytování. Proto v první řadě musí být na tabuli vyvěšeny informace o ubytování, to znamená, kde které skupiny jsou ubytovány, případně kde dostanou stravenky. Dále nám tabule slouží k podrobnému informování, a to i diváků, o programu závodů, eventuálně k oznámení změn v programu. Samozřejmostí v rozmanitém výběru propagačních možností je plakátování (jednotné plakáty s možností dotisknutí, vydané ústřední sekci, by našly při mnoha závodech uplatnění), transparenty, poutače atd. Je nutné ovšem využít trochu vlastní iniciativy a nepoužívat stále táž otrěpaná hesla, která se od sjednocení tělovýchovy snad každý již naučil nazpaměť. Prostě ať přijde turista s kterékoli strany, musí být ihned informován, že se zde něco děje.

Dalším významným činitelem je hlasatelská služba. Těto otázky jsme stále ještě nevěnovali patřičnou péči. V mnoha případech bývá opravdu utrpením poslouchat hlasatele. Hlasatelé se především musí zaměřit k výchově závodníků, k výchově diváků, k propagačním cílům a zásadám tělesné výchovy a sportu a k propagaci účasti sportovců i diváků při celostátních významných událostech (na příklad Měsíc čs.-sovětského přátelství, brigády a pod.). Hlasatel musí znát přihlášené závodníky. To znamená ještě před závodem prostudovat materiál, a to hlavně o favorizovaných a nadějných závodnících, aby mohl včas a správně reagovat na události při závodech. Těž musí prohloubit spolupráci s propagačně výchovnými pracovníky a trenéry, aby získal široké znalosti odborné a ideové. Bezpodmínečně musí hlasatel znát pravidla. Jak by mohl vysvětlit nesprávné pojetí branky nebo ohodnotit styl běžce, kdyby tomu sám nerozuměl? A to jsou právě prostředky, kterými seznamujeme diváky s lyžařským sportem. Proto již v tomto ob-

dobí sbor pracovníků propagace a agitace bude dbát na řádný výběr a přípravu těchto funkcionářů. Doporučuji, aby touto funkcí byl pověřen jeden ze členů sboru rozhodčích, za předpokladu, že má dobrý a srozumitelný přednes.

Nezbytným pomocníkem dobře prováděné hlasatelské služby jsou při běžeckých závodech radiostanice, které nám dodá i s obsluhou Svazarm. Tyto stanice rozmístíme po trati, současně s nimi i rozhodčí se stopkami, a tím závod nabývá na zajímavosti. Diváci, kteří takto mohou sledovat boj závodníků po celé trati, jsou pak velmi spokojeni. A toto je opět jedna z forem jak zpupularisovat náš sport.

Neméně důležitým bodem v přípravném období je organizační zajištění akcí kulturně osvětového charakteru. To znamená, že je třeba zajistit biografická či divadelní představení, že je nutné připravit různé estrády, je možné instalovat i výstavy, a to zejména z historie lyžařství. Je možné uvažovat o vytvoření klubu lyžařů-závodníků, kde budou k dispozici různé stolní hry, může být otevřena knihovna s čítárnou, případně i vytvořit kroužek poslechu televizního vysílání. Forem kulturně osvětové práce je jistě celá řada, ale patří k povinnostem těchto pracovníků i organizování dovozu tisku a jeho včasné distribuci. To vše je možné uskutečnit během závodů jedině tehdy, budeme-li se k tomuto úkolu řádně připravovat v přípravném období. Dále je třeba si uvědomit, že průběh závodu klade na každého závodníka velké požadavky, a proto je nutné po prostudování programu závodů naplánovat kulturně osvětovou činnost tak, abychom nerozptylovali závodníka v době, kdy se potřebuje soustředit na závod, ale naopak dovedli mu vytvořit veselou náladu a optimismus, když je tělesně i duševně unaven a potřebuje nabrat nových sil. Zásadou musí zůstat v každém případě dobrovolnost v účasti.

Nastává další období, a to samotný průběh soutěže, ve kterém podle plánu, který vychází z programu soutěží, organizujeme akce, které jsme si vytyčili a o kterých jsem v souvislosti s přípravným obdobím hovořil.

## Ocenění dobré práce

Ve druhé polovině letošního roku byli další pracovníci v lyžařství a reprezentanti odměněni za svou vynikající práci čestnými tituly.

### ZASLOUŽILÝMI MISTRY SPORTU BYLI JMENOVÁNI:

Jaroslav Cardal,  
arch. Karel Jarolimek.

### MISTRY SPORTU BYLI JMENOVÁNI:

Eva Lauermanová-Vašicová,  
Eva Malá,  
Jaroslav Bogdálék,  
Karel Hlaváč,  
Štefan Kovalčík,  
Lukáš Mihalák,  
Rudolf Vrana.

Každé závody jsou zahajovány, jak je nám známo, uvítacími projevy. Ty však bývají mnohdy příliš dlouhé a závodníci ani diváci jim nevěnují patřičnou pozornost, protože jsou psychologicky připraveni k samotnému závodu. Proto vždy musíme prosazovat zásadu, aby tyto projevy byly stručné a krátké. Z těchto důvodů prosazujeme i zásadu jednoho projevu.

Dále je třeba bdít nad hlasatelskou službou, denně provádět vyhodnocení její činnosti a kontrolovat přípravu na další den. Je třeba stále vidět v hlasatelské službě výchovný prostředek a řídit se body, které jsem uvedl na začátku.

Oznámení výsledků spolu se stručným vyhodnocením musí být v co nejkratší době za použití všech propagačních prostředků. Ke hbitému provedení této povinnosti nás jistě nutí vědomí, že výsledky jsou mnoha sportovci i sportovním obecnstvem netrpělivě očekávány. Proto odesíláme zprávy ČTK, sportovním redakcím, a to většínou telefonicky. Přirozeně zveřejníme výsledky soutěží v místě, a to vyvěšením nebo i rozhlasem.

Pro hodnocení jednotlivých disciplín musí být přesně určen a včas oznámen čas a místo zahájení, aby všichni závodníci neb jejich zástupci měli možnost se ho zúčastnit. Při velkých závodech se provádí hodnocení v jednotlivých skupinách a na celkové hodnocení se dostávají jen zástupci závodníků. Na těchto hodnoceních závodů kritizujeme též chování závodníků na trati. Tato kolektivní výchova je velmi působivá. Zde můžeme hodnotit i poměr závodníků k funkcionářům. Udržování kamarádského poměru mezi závodníky a funkcionáři je naší velkou povinností. Snaha funkcionářů je samozřejmě připravit závod co nejlépe. A tady právě závodníci mají možnost otevřeně zhodnotit jejich práci a případně připomenout, co by se ještě dalo zlepšit. Tady je možno hodnotit i pořádek v ubytovnách. Mnoho sportovců po příjezdu na místo vysype obsah tlumoku na postel a večer to shodí na zem, aby si měli kam lehnout. Tak takhle to ukázněný sportovec dělat nesmí.

Při větších soutěžích mezinárodního významu vydáváme bulletiny, a to i několikajazyčné. Na tuto práci musíme mít ovšem zkušené pracovníky.

Při soutěžích celostátních organizujeme a řídíme tiskové konference. Mnohdy kritizujeme články v novinách, že mají po odborné stránce slabou úroveň, a neuvědomujeme si, že my sami jsme vlastní vinníci. Kdo jiný by sportovním novinářům předal zkušenosti než my? A k tomu právě máme velkou příležitost na tiskových konferencích.

Další naší povinností je organizování a řízení kulturně osvětové a propagačně výchovné práce během večerů, někdy i během dne, podle určených plánů. Na velkých závodech můžeme uspořádat na příklad mezikrajskou soutěž v recitaci, zpěvu a různých sólových výstupech. To znamená, že každý kraj vybere ze svého středu soudruhy nebo soudružky s těmito mimořádnými schopnostmi a ti je pak reprezentují na společném večeru. Nezapomínejme na společenské hry, kde jsou všichni jako účastníci zapojeni, na společný zpěv a třeba i večer anekdot a vtipů.

Důležité je připravit sportovcům také takovou zábavu, při které nejsou jen diváky, ale přímými účastníky. Kulturní činnost musíme ovšem také zhodnotit. Na příklad po filmovém představení prodebátujeme, co se nám na filmu líbilo i nelíbilo, jaký nový poznatek nám film přinesl a podobně. Tímtež způsobem hodnotíme i společné besedy a všechny ostatní kulturní akce. Denně se musíme sejit a prodiskutovat, co nového jsme se naučili. Nesmí být jednoho dne, kdy bychom se něco nového nedověděli. Doba přináší denně tolik nových událostí, že jenom neustálé studium při každé příležitosti nám umožní být vždy na výši doby, nezaostávat. Nesmíme si nechat ujít ani jednu významnou sportovní, politickou nebo kulturní událost. Vědění násobí síly člověka. Jeho život se však nezadržitelně odvíjí. Žádnou z uplynulých chvílí nemůžeme vrátit zpět, a proto denně si položíme otázku: čemu jsme se dnes naučili? A toto je velmi důležitý způsob výchovné práce.

Na zakončení závodů bývá vždy vyhlásování vítězů, při čemž často trapně působí neukázněně chování závodníků. Závodník musí být hrdý na svůj úspěch, uvědomit si, že reprezentuje složku, která jej na závody vyslala, a čestně a ukázněně nastupovat. V teplém oblečení, těžkých botách a na kluzkém terénu to mnohdy nelze tak dokonale provést, a proto můžeme obtížnost nástupu zmírnit schůdky, které přistavíme k zadní straně stupňů vítězů.

Nyní, kdy jsme vyčerpali všechny povinnosti období průběhu soutěží, nastává poslední, a to období po soutěži. V tomto období nás čeká úkol, který většinou zůstává nesplněn. Je to odstranění značek s běžeckých tratí. Mějme na paměti, že po nás budou pořádat závody další složky a po nich opět další a závodník si nakonec připadá jako v bludišti. Tož, máme-li trochu ohledu na závodníky, pak na tento úkol určitě nezapomeneme. Zároveň odstraníme i veškerou výzdobu, informační tabule a pod.

Po každých závodech vypracujeme též příspěvek do kroniky. Kde ovšem ji nemáme, tam s ohledem na naše potomky je nutné ji založit.

Pak nám zbývá shrnout a zevšeobecnit své zkušenosti, vyhodnotit činnost svou i všech ostatních funkcionářů a odevzdat písemné zhodnocení řediteli závodů, který je s ostatními dokumenty odešle LS SVTVS.

Tím jsem vyčerpал některé formy práce propagačně výchovných pracovníků při soutěžích. Avšak tím naše povinnosti nekončí. Při každém styku se sportovci musíme mít na paměti, že jsme jejich vychovateli. Nyní, kdy Sportovní hry mládeže nesou již ovoce v hojně míře a mnoho mladých závodníků se objevuje na předních místech, musíme si obzvlášť uvědomit závažnost naší práce. Tito mladí lidé jsou velmi tvárný materiál a na nás spočívá veškerá odpovědnost za jejich výchovu. Avšak i tyto Sportovní hry mládeže mohou mít mnohem vyšší úroveň, budeme-li organisovat a propagovat výcvik a závody školní mládeže. Tyto závody s minimálním finančním nákladem stačí připravit několik obětavých pra-

covníků a tuto obět každý jistě rád přinese, uvědomí-li si, že to dělá pro budoucnost našeho sportu. Vždyť vidět kolem sebe dychtivé tváře malých závodníků je jistě nejkrásnější odměnou. Pro povzbuzení a chuť do dalších závodů je dobrým prostředkem věnovat každému účastníkovi diplom nebo malý upomínkový předmět. Víme, že v organizačním zajištění tělovýchovné základny na školách jsme měli veliké nedostatky. Znáám případ, kdy nadaný závodník byl vyloučen ze III. (!) kola SHM, protože byl ještě školák a tudíž nemohl být členem ROH. Na jeho škole však tělovýchova neexistovala, a proto mu nezbyvalo než čekat, až doroste. Tyto nedostatky nám pomohou odstranit nové organizační změny v řízení a struktuře naší tělovýchovy. Mládež, to je budoucnost naší tělovýchovy. Bez mládeže si nelze tělovýchovu představit. Taková bude uskutečňována tělovýchova, jaké my pro ni vytvoříme předpoklady. JIŘÍ RICHTER

## STO TISÍC NOVÝCH LYŽAŘŮ

MILOŠ DUFFEK

Sportovní hry mládeže přivádějí nám každoročně na start lyžařských závodů desítky tisíc nových mladých lidí, závody mládeže pořádané na vyzvu Pionýrských novin získávají každoročně větší oblibu a řady nejmladších účastníků utěšeně rostou, účast v Sokolovském závodě branné zdatnosti předčí každý rok ta nejmělejší očekávání. Mohli bychom být tedy zdánlivě spokojeni se šírkou základny našeho lyžařství. Jsme si však všichni dobře vědomi toho, že lze udělat ještě víc, že toto vše ještě nestačí a neodpovídá velkým možnostem, které na tomto úseku máme.

Ze sportovních her mládeže, z těch 50.000 účastníků, nám vyrostli naši mladí reprezentanti — běžci Matouš, Prokeš, Malínský, Lauermannová, Patočková i sdruženář Nüsser a další, stejně tak i sjezdáři Bogdálék, Čermák, Hennrich, Richvalská, Fučíková a řada dalších. Podaří-li se nám dále rozšířit tuto základnu, kolik desítek a stovek takových reprezentantů nám v krátké době vyroste, kteří jistě naváží na vysokou tradici našeho lyžařství v minulosti. Vždyť od počátku našeho lyžařství nesli naši lyžaři dlouhá léta hrdý titul nejlepších Středoevropanů a naši reprezentanti již od začátků tohoto sportu u nás proslavili jméno našeho lyžařství

za hranicemi. Tehdy byly tyto úspěchy dílem několika jednotlivců a byly vždy spojeny s velkými osobními obětmi těchto nadšenců. Práce v lyžařských klubech v podhůří byla však provázána pomocí občanů celých městeček a vesnic, jejichž největším zájmem byly úspěchy jejich krajanů.

Nyní, kdy usnesení strany a vlády a zákon o opatřeních k rozvoji tělesné výchovy a sportu přinesl nejvyšší možnou podporu rozvoji našeho sportu, kdy byly položeny dobré základy pro vytvoření správného socialistického systému naší tělesné výchovy a sportu a kdy tedy nejsou naši reprezentanti již odkázáni na blahovolnou podporu jedin-

ců, musíme všichni napnout své síly k tomu, aby výsledky celé naší práce odpovídaly podpoře a péči, kterou strana a vláda dávají našemu lyžařskému sportu.

Bude opravdu nutno zajistit v prvé řadě soustavnou plánovitou práci našich lyžařských oddílů a vytvořit takové podmínky, aby zejména žactvo a dorost, které na základě nových směrnic o členství a hostování mají možnost pěstovat lyžařství i v jednotách TSO ROH a Sokola, měly zajištěno správné vedení a soustavnou péči o jejich další růst.

Podzimní běh Rudého práva ve Střomovce dovedl přivést na start závodu přes 5000 mladých účastníků. Jsem přesvědčen, že stejnou účast můžeme získat pro závod v běhu na lyžích, bude-li uspořádán ve vhodné chvíli a bude-li zajištěna předem jeho dobrá propagace. Vždyť i v těch nejtěžších dobách našeho národa, v době nesvobody, dovedl lyžařský závod přilákat do Střomovky každoročně přes 300 dětí. Který pražský oddíl se ujme tohoto pěkného úkolu?

V mnohých horských místech již začali. A hned první pokusy ukázaly pěkné úspěchy, ať již to bylo v Harrachově, v Novém Městě na Moravě, v Janských Lázních, v Trutnově či v kraji Ústeckém a jinde. Je však třeba tyto dobré zkušenosti, tuto dobrou práci s mládeží uplatnit v celé republice, ve všech místech.

Proto celostátní aktiv sportovně technických pracovníků, konaný ve dnech 15.—16. října 1955 v krásném tělovýchovném středisku Brněnského kraje v Lomnici u Tišnova, projednal podrobně všechny podmínky úspěšného pořádání lyžařských náborových běhů v r. 1956. Všichni pracovníci nadšeně přislíbili svoji nejučinnější spolupráci na tomto úseku, který si stanovili jako hlavní úkol příštího období.

Náborové lyžařské běhy je třeba uspořádat několikrát během zimy a v každém místě, jakmile to sněhové podmínky dovolí. Není to jen úkolem lyžařských oddílů, ale je to úkol všech jednot, oddílů základní tělesné výchovy, turistiky a ostatních sportovních oddílů, úkol všech škol, ale i úkol

všech cvičitelů na rekreaci ROH. Není třeba, aby se lyžařské oddíly bály nějaké konkurence, že snad někdo jiný vedle nich bude pořádat lyžařské závody. Není třeba říkat, že snad tyto závody nebudou dobře provedeny. Je třeba pomoci všude tam, kde bude nutné, je nutno si uvědomit, že všichni ti, kteří budou trvale získáni pro závodní provozování našeho sportu, rozmnoží v budoucnu naše řady.

Je třeba tyto závody připravit předem v každém místě tak, aby jakmile napadne sníh, hned v nejbližší neděli bylo možno tyto závody uspořádat. Nelze pořádat za tím účelem nákladné zájezdy do hor, ale pořádat závody v městech v parcích kultury a oddechu, ve vesnicích a všude tam, kde boji těch nejmladších budou přihlížet desítky a stovky diváků, které nakonec nadšení mládí strhne k tomu, aby to také jednou zkusili.

Celostátní aktiv sportovně technických pracovníků se usnesl na těchto technických podmínkách náborových lyžařských běhů:

Náborové lyžařské běhy budou vyepsány pro ty lyžaře, kteří dosud nezískali žádnou výkonnostní třídu v lyžování, případně kteří dosud vůbec v lyžařství nezavodili, i když jsou aktivními příslušníky jiných sportovních odvětví a lyžařství pěstují jen jako doplňkový sport. Závodníci — nositelé výkonnostních tříd — mohou se těchto závodů zúčastnit jen ve zvláštní kategorii. Je však třeba, aby přední závodníci, nositelé výkonnostních tříd, pomohli v prvé řadě při organizování a pořádání těchto závodů, aby pomohli ve vyhledávání a značení tratí, jako vodiči v závodech těch nejmladších, jako instruktoři a jako činovníci. Svě zkušenosti musí umět předávat mladším a tak také přispět k rozvoji našeho sportu.

Náborové lyžařské běhy budou v roce 1956 provedeny v tomto rozsahu:

Děti 8—10 let (hoši i dívky): 500 metrů za vodičem, společný start, posledních 100 m volný závod.

Mládež 11—12 let hoši i dívky 1 km (co nejlehčí trať); 13—14 let hoši 2 km, dívky 1 km (současně splnění podmínek odznaku zdatnosti BPPOV).



**Dorost** 15—16 let hoši 3 km, dívky 2 km (BPPOV); 17—18 let hoši 5 km, dívky 3 km.

**Junioři** 19—20 let, muži 5 km, ženy 3 km.

**Dospělí nad 20 let:** muži 5 km, ženy 3 km.

Tam, kde to podmínky dovolí, budou uspořádány v rámci náborových lyžařských běhů i závody ve skoku na malých můstcích, případně jinde i závody ve slalomu. Tyto závody však prozatím uspořádáme jen tam, kde jsou pro to dány ty nejlepší předpoklady a podmínky. Jejich provedení nebude prozatím zahrnováno do celkového vyhodnocení lyžařských běhů.

V každém okrese bude vyhodnocen nejlepší oddíl, případně i jiná pořadající složka, v kraji nejlepší okres a na konec vyhodnotí ústřední lyžařská sekce i nejlepší kraj. Pro vítěze připravuje ústřední lyžařská sekce věcné ceny a jistě i okresní a krajské sekce zajistí odměny pro nejspěšnější organizátory náborových lyžařských běhů i pro jejich vítěze.

Věřím, že v plnění tohoto prvořadého úkolu pomohou propagačně výchovni pracovníci v náboru a propagaci, pracovníci s mládeží, cvičitelé, trenéři, rozhodčí a všichni lyžařští pracovníci v přípravách, organizaci i provedení náborových běhů.

Postavili jsme si před sebe velký úkol. Úkol ale radostný, který nám všem přinese uspokojení z dobře vykonané práce pro úspěchy našeho sportu, který máme všichni rádi a který chceme v nejkratší době přivést ke světovým úspěchům. V lyžařství pracuje velký počet zkušených dobrovolných pracovníků. Tradice dobrovolné práce má u nás hluboké kořeny již od začátků tohoto poměrně mladého sportu. Naši dobrovolní lyžařští pracovníci plní s láskou a obětavostí své úkoly po své každodenní práci. Celostátní aktiv nám ukázal, jak správně chápou lyžařští pracovníci heslo »Masovosti k rekordům«, když hlavním úkolem a cílem příštího období stanovili získání co největšího počtu nových a zejména mladých lidí k závodění na lyžích a tak zajištění největšího možného rozšíření základny našeho sportu.

V příštím čísle časopisu si ještě podrobně rozvedeme úkoly jednotlivých lyžařských složek na tomto úseku.

Nyní je však již třeba přejít od slov a od usnesení k činům. Jsem přesvědčen, že se nám, lyžařům, podaří vyburcovat stejné nadšení, které bylo základem velikolepého úspěchu I. celostátní spartakiády, i pro pořádání náborových lyžařských běhů, a že stanovený cíl přivést nejméně 100.000 nových lyžařů na start těchto náborových běhů bude vysoko překročen.

## Kinogram jízdy mistryně sportu Jevgenie Sidorovy

Nejlepší sovětská sjezdářka J. Sidorova dosáhla v r. 1955 několika vynikajících výsledků. Byly to především výkony při závodech na norském Kandaharu v Oslo, kde porazila nejlepší norské a švédské sjezdářky, které patří mezi světovou elitu. Svoji výkonnost potvrdila i na naší Velké ceně Slovenska, kde zvítězila ve slalomu, obřím slalomu a trojkombinaci před velmi dobrými závodnicemi Polska a ČSR. Kinogram zachycuje Sidorovu při projíždění vertikály ve slalomu na VCS, v němž Sidorova s převahou zvítězila. Její jízda se vyznačuje zejména u žen neobvyklou rasantností, při tom však jede velmi lehce.

Obr. č. 1 zachycuje okamžik těsně po nasazení oblouku. Oblouk je nasazen včas a dostatečně nad další brankou. To umožňuje plynulou jízdu těsně kolem vnitřní tyče. Krátké odlehčení vnitřní (levé) lyže je způsobeno tím, že Sidorova začíná oblouk malým přivratem. V další fázi (obr. č. 2) dostává se při vzorném vyjíždění oblouku — obě lyže stejně zatížené, vnitřní lyže vysunuta poněkud vpřed — lyže postaveny mírně na hrany — do směru další jízdy, těsně na vnitřní



1



2



3



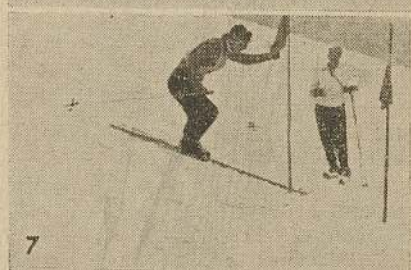
4



5



6



7



8



9



10

slalomovou tyč. Na obr. 3 a 4 vidíme rychlé snížení postoje, postavení lyží na hrany a mírné přitlačení kolen dovnitř oblouku. Tím se zamezuje vzniku nadměrného smyku, který jízdu zpomaluje. Levá paže a rameno vytočeny směrem vpřed umožňují uhnouti trupu před vnitřní tyčí a tím i nejtěsnější stopu jízdy. Pravá paže je už v rozkmitu na další oblouk. Rychlým vztyčením (obr. č. 5) ukončuje oblouk a začíná nasazení dalšího oblouku. Vztyčení (zvýšení postoje) bylo provedeno dostatečně rychle, takže oblouk byl ukončen při minimálním smyku. Na obr. 6 až 10 provádí oblouk na druhou stranu.

Při rozboru její jízdy je nutno si všimnout vyváženosti postoje. Stojí na lyžích přirozeně, ve správném předklonu, takže má neustále možnost okamžitě reagovat na terén a vytyčenou trať. To je důležité zejména při projíždění vertikály, kde obyčejně závodníci ztrácejí potřebný předklon, dostávají se do záklonu, čímž ztrácejí samozřejmě i potřebnou stabilitu. Z kinogramu je též vidět, že Sidorova při krátkém oblouku odlehčuje v počáteční fázi vnitřní lyži, což však při dlouhém oblouku neprovádí. Její jízda se svou bojovností a obratností podobá jízdě nejlepších sjezdařů. Zejména z její bojovnosti by si měly vzít vzor naše závodnice, kterým chybí právě v nejdůležitějších okamžicích dostatek vůle po dosažení nejlepšího výkonu.

Kinogram: Josef Janovský.

JAROSLAV BOGDÁLEK

## CORTINA 1927 NÁS ZAVAZUJE

Arch. KAREL JAROLÍMEK

**Závodníci, kteří budete pověřeni čestným úkolem zastupovati náš stát na zimních olympijských hrách v roce 1956 v Cortině d'Ampezzo, nebudete pamětníky toho, jak vaši předchůdcové — členové lyžařského mužstva československého — před skorem 30 lety proslavili čs. lyžařství na světových závodech v cizině, a proto chci vám připomenouti něco z našich úspěchů v minulosti.**

Mnohé z nich mohly by vám dodat sílu a nadšení, abyste opět proslavili neb čestně obhájili naši československou vlajku.

Dnes nemusíte mít starosti, že se nebudete moci řádně připravit a že nebudete peněz na výpravu, zato tenkrát neměli stát a vládní činitelé ani zájem, aby Československo bylo řádně reprezentováno na velkých sportovních podnikách v cizině. Když v minulosti mohli čs. lyžaři obhajovat naše barvy v cizině, museli poděkovat především jen nadšeným a obětavým jedincům a činovníkům.

Dnes vaši přípravu plně zajišťuje náš stát, proto tím spíše musíte nést závazek čestného hájení našich barev.

V roce 1927, ve dnech 3.—6. února, konaly se v Cortině d' Ampezzo středoevropské mezinárodní závody — dnešní závody FIS. Tyto závody oblesla 10 národů: Československo, Rakousko, Itálie, Švédsko, Švýcarsko, Polsko, Německo, Francie, Jugoslavie a Maďarsko.

Naše výprava sestávala z 12 závodníků: Adolfa, Bima, Dicka, Dontha, Feistaura, Fišery, Josefa a Otakara Německého, Nováka, Purkerta, Tryzny a Wendeho.

V neděli, dne 30. ledna 1927, jsme dokončili v Novém Světě-Harrachově mistrovství ČSR a hned v pondělí, dne 31. ledna, v ranních hodinách jsme opouštěli Prahu za mého technického vedení výpravy. Jen vzhledem k tomu, že výprava musela odjet přímo po dokončení mistrovství, dalo nám ministerstvo železnic k dispozici velký rychlíkový vagon, který jel přímo přes Rakousko až do Cortiny. Jeli jsme velice pohodlně, a to společně s národním mužstvem polským, které startovalo na našich mistrovstvích.

Vagon byl vyzdoben a nesl přes celý vagon nápis »Čechoslováci do Cortiny«. Tato výzdoba musela být přes Rakouské území na přání rakouských úřadů odstraněna, ale na poslední stanici byla ozdobena znovu upravena. Ráno, dne 1.

února, vjeli jsme krásně zasněženým údolím taurské dráhy do Cortiny, kde nás uvítal kromě zástupců italského lyžařského svazu i tehdejší předseda FIS, Švéd, plukovník Holmquist. Ještě téhož dne odpoledne po krátkém odpočinku celé mužstvo trenovalo na svazích Monte Cristalo a druhý den pak zajeli jsme si na trening skoku.

Dne 3. února začal však již závod na 50 km. U startu bylo 37 závodníků. V závodě zvítězil Švéd Lindgren v čase 4:11:22, druhý byl také Švéd Wickström za 4:29:57, 3. byl Donth, ČSR, za 4:34:54, 4. Demetz, Itálie, za 4:51:51, 5. Th. Hans, Německo, za 4:53:06, 6. Josef Německý, ČSR, 4:54:01, Josef Feistauer, ČSR, 4:57:04.

Dne 5. února se konal závod na 18 km. V závodě opět zvítězil Švéd Lindgren v čase 1:23:55, druhý byl Donth, ČSR, za 1:29:42, 3. Schneider V., Německo, 1:30:47, 4. Wickström, Švédsko, 1:30:52, 7. Ot. Německý 1:31:21, 9. Jos. Německý, 1:32:45, 10. L. Novák, 1:32:51, 11. Josef Feistauer 1:33:14, 12. Br. Czech, Polsko, 1:33:31.

V neděli, 6. února, konaly se závody ve skoku na můstku s  $P=53$  m v Zuelu, tudíž v místě, kde se také staví nový olympijský můstek s  $P=72$  m.

Ve skoku sdruženém bylo u startu 32 závodníků. Zvítězil R. Purkert, 2. Ot. Německý a 3. Wende, všichni ČSR, 4. byl Rubi, Švýcarsko. Ve skoku prostém zvítězil Švéd Tore Edman, skoky 52,50 metru, 2. W. Dick, ČSR, skoky 50,49½ metru, 3. B. Karlsson, Švédsko, 5. Wende ČSR, 14. Ot. Německý a 16. Josef Bin.

Závod sdružený skončil skvělým vítězstvím Čechoslováků. První byl R. Purkert, 2. Ot. Německý, 3. Wende, všichni ČSR, 4. byl Rubi, Švýcarsko, 5. Röcknagel, Německo, 6. Br. Czech, Polsko, 12. Karlsson, 13. Edman Tore, oba Švédsko.

Bilance pro čs. mužstvo byla skvělá a získali jsme si plného mezinárodního uznání. Časopisy psaly o naší »Grand classe« a k tomu poznamenávaly, že naše mužstvo nebylo soustředěno k přípravě jako mužstva Švédů, Němců, Itálů, kteří byli v Cortině již 14 dnů před závody. Vraceli jsme se opět domů v našem vagoně, ale bohužel zamrzlo nám v něm topení. Za úspěchy čekalo naše hochy na nádraží v Praze vřelá a radostná uvítání.

Tolik o Cortině 1927. Vy závodníci, kteří pojedete opět obhajovat naši vlajku v roce 1955, jistě uznáte, že vás rok 1927 zavazuje k novým úspěchům.

## Několik poznámek k technice běhu na lyžích

I. MATOUŠ,

representant a dobrovolný trenér lyžování

V posledních letech věnují naši lyžaři hodně úsilí a času fyzické přípravě v přechodném a přípravném období. Můžeme říci, že mnozí přicházejí na sniž dobře fyzicky připraveni, a přece dosažené výsledky nejsou vždy uspokojivé a neodpovídají vynaloženému úsilí. Příčinou je většinou nedokonalá nebo špatná technika jízdy. To je nakonec všem dobře známo.

Víme také, jakou důležitost přikládají technice ti, jejichž jízda se nám zdá dokonalá — sovětská a finští běžci a jejich trenéři. Mnoho času věnují nácviku — podrobně rozebírají a diskutují o všech detailech techniky. I u nás se o technice hodně diskutuje a věnuje se jí dost času, ale vždy až na sněhu a často až po prvních neúspěšných závodech. Nebylo by dobré začít už trochu dřív a vyjasnit si některé otázky v technice ještě než přijdeme na sniž?

Není tajemstvím, že některé základní a i podstatné prvky techniky nejsou ujasněny ani mezi trenéry. A můžeme říci, že při nácviku techniky je dosti nezdravého individualismu. Zachovává se sice vždy to hlavní — odraz, přenesení váhy, skluz, ale právě toto hlavní v technice je závislé na všech ostatních a stejně důležitých prvcích a detailech.

V těchto detailech právě není vždy jasno, tím že nebyl vytvořen jednotný názor na všechny prvky běžecké techniky.

Dochází k tříštění a individuálnímu pojímání techniky, které není vždy správné. A přece máme už dost materiálu a zkušebnosti (filmové záznamy z FIS, Harrachova, z Moskvy), aby stačily na vyřešení všech otázek běžecké techniky. Bohužel někdy právě tyto materiály, tyto záznamy vnašují do běžecké techniky nejasnosti. Proč? Je to jednak způsobeno úžasnou variabilitou běžecké techniky finských běžců ne plně zachycené filmem, jednak individuálními zvláštnostmi a rozdílnostmi v technice vynikajících běžců. Někdy je přehlíženo to, co je v jejich technice podstatné a typické, tím, že si někteří trenéři vybírají a nacházejí jenom to, co potřebují k zdůvodnění svých teorií, co se jim zvláště líbí. To nebývá vždy nenápadná technika ekonomické jízdy.

A tak nemáme dosud mnoho běžců, kteří by jezdili technicky dobře — nebo dokonce bezvadně. Většina se dopouští větších či menších technických chyb, které pak ovlivňují výsledek. Mnozí naši běžci si také osvojili a osvojují jen vnější formy pohybu. Tím sice dostáváme dojem dobré technické jízdy, ale trpí tím účelnost. Také ti, kdo technice učí, ji někdy ovládají jen theoreticky, a to, jak už jsem se zmínil, theoreticky s mnoha neujasněnými otázkami a vlastními názory.

Podívejme se proto blíž na některé otázky střídavého kroku dvoudobého, který je základem běžecké techniky. Jsou to otázky a problémy, které se třeba někomu mohou zdát jasné nebo zbytečné. Některé z nich se řešily v minulém závodním období na soustředění státních reprezentantů — běžců — a nedořešily se. Roztály s posledním sněhem?

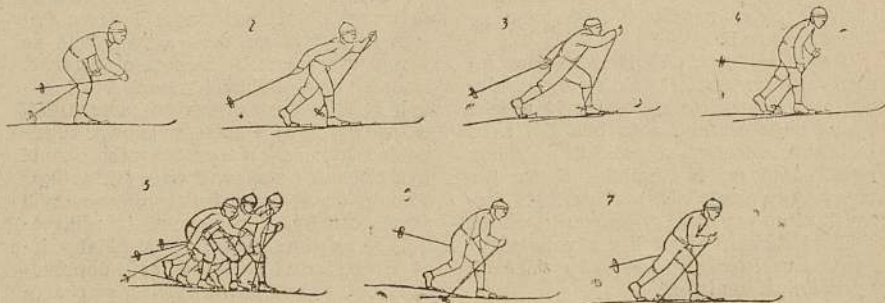
Předem upozorňuji — nechci se systematicky zabývat technikou tohoto kroku — jen k otázkám a některým chybám a zvláštnostem, abych zavdal příčinu k dalším diskusím.

Napřímená nebo pokrčená?

Jde tu o vedoucí nohu na skluzné lyži, vlastně o úhel mezi holení a stehnem této nohy. Jeden názor — napřímený. U základního postavení (obr. č. 1) přirozeně dostatečně nízkého se vedoucí noha po odrazu rychle napřimuje. Skluz pak pokračuje na této noze s co největším úhlem mezi holení a stehnem, na noze téměř napřímené „tupé“, při zachování všech ostatních pravidel technické jízdy, zvláště dobrého přepadu. Asi tak, jak je to vidět na kinogramu jízdy J. Nüssera (Lyžařství č. 9, roč. 1955), jezdí tak i někteří jiní naši běžci (Balatka, Cilich), kteří si zvláště dobře osvojili tento způsob. Důvodem k provádění této jízdy na „vysoké noze“ byl myslím filmový záznam z FIS, kde jsou některé záběry, třeba Hakulinena při jízdě na značně napřímené noze. Ovšem, ten jede takto za určitých podmínek (skluz, terén), „postoj“ pro něho má třeba odpočinkový význam. Dalším důvodem byla reakce na často přehnaně nízký „postoj“ některých našich běžců. Správný postoj a také typický pro většinu jízdy střídavým krokem finských běžců zachycuje kinogram V. Hakulinena (Lyž. č. 2, roč. 1955). Po odrazu pokrčená noha jde dopředu a úhel mezi holení a stehnem se pomalu narovná. Jednak tím, že trup přechází vlivem odrazu nad vedoucí nohu — zvedá se pánev a stehno se napřimuje, jednak tím, že i sama holeň se nepatrně předsunuje. A tak ve fázi, kdy se odrazová noha vrací a přibližuje k přechodu (do základního postavení), úhel mezi stehnem a holení největší, noha však není nikdy úplně rovná. Těsně před přechodem (před odrazem nohy do konečného skluzu) se pánev snižuje, noha pokrčuje, aby v okamžiku odrazu měla příznivý úhel.

Proč tedy nemůžeme považovat vysoký postoj za správný, používali ho závodníci stále?

1. Je pravda, že vysokým postojem se



prodlouží maximální jízda na jedné lyži — protože odrazová noha se brzy po odrazu zvedá (obr. 2) — srovnej se stejnou fází pohybu normálního postoje (obr. 3) — a dosedá na sniž až těsně před přechodem (obr. 4).

2. Přechod ze základního postavení do vysokého postavení nohy prodlužuje dráhu těžiště (vzniká většinou pumpování).

3. Obvykle z něho ani nedochází k příznivému snížení pro silný odraz (kinogram jízdy J. Nüssera), ani úhel odrazu není pak příznivý.

4. Při dodržení přepadu dochází k lámání trupu (obr. 2).

5. Napřímenou nohou odstraňujeme přirozené péro pokrčené nohy citlivé na změny terenu.

Naopak ostrým úhlem nohy (koleno nad špičkou boty), který se během kroku nemění, zaměstnáváme příliš svalstvo zatížené končetiny. Nemůžeme z něho dojít ani k většímu snížení pokrčené nohy před odrazem, při odrazu je odraz slabý, někdy i opožděný „utíká“ dozadu.

U této otázky chtěl bych se zmínit o zajímavé a dosud přehlížené práci holeně u některých vynikajících závodníků, většinou do mírných stoupání, kdy holeň vedoucí nohy zvláště silně vykytuje vpřed (při dokončování skluzu). (Obr. č. 5.) To není nahodilé. Předsunutou holení běžec prodlužuje krok a získává příznivý úhel nohy pro odraz ve stoupání, který zvláště na hladším mazání musí mít určitý „předstih“, musí procházet „pod tělem“, aby byl jistý.

Další otázkou, které se přikládal velký

význam, je opět úhel, a to mezi holení a stehnem odrazové nohy (po odrazu). Mnozí naši závodníci (Malinský, Hrnčiar, Rusko a další slovenští závodníci) pokrčují po odrazu odrazovou nohu. (Více či méně, dříve nebo později.) Odrazová noha se tak ze své poslední odrazové fáze, kdy je ještě na sněhu a plně napjata v kolenní, ohýbá, pata nohy opisuje ve vzduchu oblouk a pokrčená noha se spouští na sniž až těsně před přechodem (obr. 6, kterému odpovídá stejná fáze pohybu s nepokrčenou nohou na obr. 7). (Připomíná pohyb nohy při jízdě na koloběžce.) Tímto způsobem se opět prodlužuje jízda na jedné lyži (i délka skluzu?). K. Spiridonov tento způsob jízdy nazývá aktivním variantem střídavého kroku (na rozdíl od pasivního — „neohnutá“ noha). Říká, že tento způsob zlehčuje přepadání a přenesení váhy. To lze dokázat tím, že třeba při návniku dobrého přenášení váhy dochází u některých běžců (Cardal) k podobnému pohybu nohy. Jízda tímto způsobem budí celkem dojem lehkosti, odraz je však slabší.

Většinou bývá silnější ohyb v kolenní způsobem nedokončeným odrazem ve snaze prodloužit co nejvíce skluz. Často už nastává ohyb v kolenní před dokončením odrazu do napjaté nohy. U některých závodníků zase jde jenom o přejatý návyk. Proto je-li příčinou takováto vnitřní chyba, musíme tento způsob zamítnout.

Nelze ho jistě zavrhnout ve formě, v jaké ho jezdí někteří sovětské závodníci — ohyb menší a až v posledních fázích před přechodem. Severští závodníci tento způsob nepoužívají.

## JAK JSME TŘENOVALI DŘÍVE

Jako člen TR LS SVTVS účastním se řízení treningu našich reprezentantů lyžařů. Když vidím péči a vybavení, jakého se jim dostává, zavzpomínám si často, v jakých poměrech a jak jsme my dříve trenovali.

O každoročním, několikerém soustředění reprezentantů nedalo se vůbec mluvit, jedině když toho roku byly nějaké významnější závody, a to buď OH nebo FIS. Reprezentanti se povolali do místa soustředění podle disciplín. Skokani a běžci vždy společně, protože bylo nemyšlitelné, aby nějaký skokan neběhal. Všichni skokani závodili v závodě sdruženém, ve kterém jsme vždy získávali významnější umístění.

Pracovní den začínal namazáním lyží na běh. Potom se vyjelo do terénu. Na počátku soustředění udělali jsme si v příhodném terénu kolečko, na kterém se trenovala technika a styl jízdy. Potom se vyjelo na turu a trenovala se jenom vytrvalost. A trenovalo se tvrdě. Hodně tvrdě. Bohužel mnozí, kteří nebyli fyzicky dost připraveni, nevydrželi udávané tempo a spíše se udřeli. Předpoklad byl: na začátku hlavního období být tělesně i duševně na výši, jelikož o metodice a plánování treningu neměli jsme potuchy. Kdo závodně lyžařil, věděl, že se zima zeptá, co jsi dělal v létě. Proto každý z nás měl svůj doplňkový sport, ve kterém se fyzicky připravoval.

# BOBY A SANĚ

ROČNÍK I • Č. 8

LISTOPAD 1955

## ZKUŠENOSTI Z NORSKA

BRONISLAV HANÁK

12.30 — opakovaný start.

Přetřel jsem skluznici lehce parafinem a zase jako 7. jsem odstartoval. Saně jely dobře, i když jsem si musel zvykat na měkčí řízení. První ledová zatáčka šla lépe než na »Soukupkách«, ovšem malému smyku na konci zatáčky jsem nezabránil. Ujel jsem slabou horní třetinu trati a vyjel na otevřenou přímou dráhu. . . a teď přišla pohroma — saně nešly, brzdily! V tomto úseku trati a dále až do cíle už nebyl ledový povrch na dráze, ale vlhká vrstva předcházejícím trainingem naprášeného sněhu, který pod neúprosnými paprsky norského slunce dále mēkl a tál.

Cítil jsem, že jedu pomaleji než na »Soukupkách«, diváci kolem trati už nebyli tak rozmazaní jako při první anulované jízdě. A čas? ... 2 minuty 22 vteřin, zatím co přední závodníci dosáhli času kolem 2 minut a 6 vteřin. Teď jsem teprve poznal, že jsem saně neměl měnit, ovšem bylo už pozdě.

Ve 2. a 3. jízdě, které se jely ještě týž den na vlhké dráze, jsem se snažil jet čistě, pečlivě jsem mazal — před druhou jízdou se Švýcary a na třetí jízdu s Rakušany. Časy jsem však podstatně nemohl zlepšit vzhledem k tomu, že dráha byla stále měkčí a časy většiny závodníků se horšily. Druhou jízdu jsem zajel za 2 minuty 19 vteřin a třetí za 2 minuty 16 vteřin. A tak jsem byl po 3 jízdách prvního dne na 30. místě časem 6:57.56 min., zatím co vedoucí závodník Rakušan Aste měl čas 6:09.21. Poláci byli za mnou až na Jerzy Włodzinského, který se držel na 28. místě časem 6:54.73. Do druhého dne jsem šel s vůlí zlepšit své umístění, pokud dráha dovolí.

Nedělní závod byl zahájen ve 15 hodin 4. jízdou mužů v obráceném pořadí. Po-dle starého církevního zvyku se v neděli dopoledne v Norsku nekonají žádné sportovní ani jiné podniky (výjimku tvoří běh na 50 km na lyžích) snad proto, aby se zbožní občané mohli zúčastnit dopoledních bohoslužeb. Jak jsme však viděli, bylo jich asi v kostele málo, protože již od rána vláček Holmenkollbanne vyplivoval na Frognersterenu stovky lyžařů, sánkařů i opěšalých diváků obou pohlaví a různého stáří, takže v poledne byla celá jeden a půl kilometru dlouhá trať obstoupena hustým špalírem obyvatel hlavního města Norska. K mé radosti přimrzlo a dráha nesměle paprsky slunce proti všerejšku ani necítila. Startoval jsem asi jako 40. a vzhledem k tvrdé dráze jsem jel mnohem rychleji než v předcházejících jízdách. Abych nezapomněl, Poláci mi půjčili stříbrný Swix a tím jsem řádně namazal. Po vcelku čisté jízdě jsem docílil času 2:08.67. Pro srovnání uvádím časy některých závodníků ve 4. jízdě: Kienzl — Rakousko 2:00.03, Aste — Rakousko 2:07.03 (s pádem), Grundmann — Německo 1:59.84, Frey — Švýcarsko 2:01.99, Kraus — Německo 2:02.31, Hofer — Itálie 2:00.79, Włodzinski — Polsko 2:06.53, Wojtyński — Polsko 2:12.72, Pedrak — Polsko 2:15.06.

Své umístění ze soboty jsem zlepšil a skončil jsem v celkové klasifikaci na 27. místě s časem 9:06.23. Z polských závodníků mě předjel Jerzy Włodzinski, který získal časem 9:01.26 25. místo. To mě trochu mrzelo a jednou mu to oplatím.

V minulém a dnešním článku jsem dosti podrobně popsal své zážitky během vlastního závodu o mistrovství světa. Chtěl jsem našim závodníkům vylíčit, co vše neočekávaného se na podobném mezinárodním závodě přihodí, o čem je nutno rychle a správně rozhodovat a na co myslet a s kolika nepřijemnými věcmi musí závodník a zvláště nováček počítat. I v tom případě, je-li sportovec dobře připraven (training, výstroj a nářadí), nemusí vždy závod vyjít a stačí mnohdy malé opominutí, aby dlouhý training a pečlivá příprava byly zmařeny nebo v lepším případě aby výsledky neodpovídaly vynaloženému trainingovému úsilí a skutečně dobré formě.

Samozřejmě ten závodník, který je lépe připraven, má vždy větší naději na úspěch a na získání vítězství. V mém případě nešlo o získání předního místa (důvody jsem uvedl v červnovém článku), nýbrž šlo o získání zkušeností. Zkušenosti jsme se s. Beldou získali a snažili jsme se, abychom je předávali dál. To, co nebylo otištěno v našem odborném měsíčníku, sdělili jsme našim sánkařům na besedách a při závodech. V příštím čísle se ještě s. Belda vrátí k některým organizačním poznatkům z mistrovství světa a jeho článkem ukončíme seriál zkušeností z Norska.

Zbývá mi ještě, abych odpověděl na otázku, kterou jsem položil v červnovém čísle: Je-li správné tvrzení s. Beldy, že se naši přední závodníci mohli umístit na I. mistrovství světa v jízdě na saních na 10.—15. místě a v klasifikaci národů jako 3.? Myslím, že po tom, co jsem napsal o mistrovství světa, můžeme se s. Beldou souhlasit. Je třeba jen se dobře z našich zkušeností poučit, všechny uvedené nedostatky odstranit a vytvořit podmínky pro toto umístění. Závodníky máme dobré, vždyť navazují na starou tradici čs. sánkařství.

K zlepšení výkonnosti našich závodníků a k zlepšení uvedeného předpokladu v umístění bude však třeba, protože ani zahraniční závodníci nespí:

1. konstruovat daleko pohyblivější, na řízení citlivější a nižší závodní saně,
2. využívat dovolené maximální váhy saní do 20 kg namontováním snimatelné přítěže,
3. naučit naše závodníky správnému používání vosků při mazání skluznic, správné přípravě a zkoušení vosků,
4. zlepšit techniku jízdy na saních na základě poznatků získaných od Rakušanů, zvláště pokud se týče sedění a řízení nohama,
5. zajistit pro reprezentační družstva mužů i žen schopné trenéry a připravit týdenní soustředění na prvním sněhu, aby se závodníci mohli dostatečně rozjezdit a podstatně zvýšit rychlost jízdy.

Zájezd do Oslo byl pro sánkařský sport velkým přínosem. Jednak proto, že jsme navázali přátelské styky se všemi delegáty zemí, které tento sport provozují, a jednak proto, že jsme se zúčastnili I. mistrovství světa v jízdě na saních, které nám přineslo mnoho cenných technických a organizačních poznatků, s nimiž naši rostoucí sánkařskou obec postupně seznamujeme.

## Hodnocení přeborů v jízdě na saních

Letošní celostátní přebor v jízdě na saních, pořádaný v rámci I. celostátní spartakiády — zimní části měl jednu potěšující skutečnost, že se tohoto přeborů zúčastnilo 6 krajů proti 3 krajům v roce 1954. To je důkazem, že závodní sánkaření se stává skutečně sportem masovým.

Otázkou další je, jaká byla sportovní úroveň tohoto přeboru. Mám na mysli porovnání výkonnosti proti roku 1954. Jestliže vezmeme v úvahu poměrně lehkou málo technickou trať, jaká v Tatranské Lomnici byla, jeví se nám

výkony jednotlivých krajů následovně: Kraj LIBEREC — jako jeden z nejsilnějších krajů v závodním sánkaření — zaznamenal určité ustnutí ve výkonnosti závodníků. Dokonce v kategorii žen došlo k menšímu



poklesu ve výkonnosti předních závodnic. V dorosteneckých kategoriích došlo k určitému zlepšení pouze u dorostenců. Hlavní příčinou tohoto stavu je skutečnost, že závodníci Libereckého kraje, ačkoliv mají nejprůzračnější podmínky pro pěstování tohoto sportu, nevěnují dostatečnou pozornost systematickému tréninku. To se hlavně projevilo u dvousedadlových saní, kde posádka u většiny saní se neustále během sezóny mění, a tím není posádce dána možnost dosáhnout dokonalé souhry, která je pro samotný závod nezbytná.

Kraj PRAHA — u závodníků tohoto kraje se projevila zlepšená technika jízdy na saních, hlavně u předních závodníků (Hanák, Dašek, Havníková atd.), zatím co u ostatních bylo vidět dostatek pevné vůle a bojovnosti za nejčestnější umístění. Myslím, že kraj Praha byl překvapením celostátního přeboru. U tohoto kraje se projevila dobrá práce, pokud se týče osvojení základních pravidel techniky jízdy na saních. Jestliže budou závodníci Pražského kraje i nadále s takovým zájmem zlepšovat techniku jízdy, je pravděpodobné, že v příští sezóně budou vážným konkurentem Libereckému kraji.

Kraj OSTRAVA — závodníci tohoto kraje jsou nováčci v jízdě na saních. Velmi dobré umístění závodníka Osiny je nutno přičíst v prvé řadě velmi dobrým saním a dále poměrně málo technické dráze, i když ani zde není možno upřít pevnou vůli a houževnatost, s jakou oba závodníci z Ostravska bojovali za nejčestnější umístění. Je zapotřebí naučit se dobře technice jízdy.

Kraj ÚSTÍ n. L. — již po druhé se zúčastnili závodníci tohoto kraje celostátních přeborů. V porovnání s rokem 1954 se jeví zlepšení hlavně u žen, zatím co u mužů se projevuje zatím nedostatečná možnost tréninku na závodních saních. I zde je zapotřebí zlepšit techniku jízdy.

Kraj BRNO — nováček v tomto odvětví sportu. Závodníci tohoto kraje mají prozatím nedostatek zkušeností v jízdě na závodních saních. To se pochopitelně projevilo v technice jízdy. Doporučuji, aby závodníci Brněnského kraje se zúčastňovali co největšího počtu závodů, hlavně na techničtějším drahách.

Kraj KARLOVY VARY — také nováček v závodním sáňkování. I zde byl zřejmý nedostatek tréninku na závodních saních. Závodníci tohoto kraje by se měli věnovat hlavně nácviku techniky jízdy na saních.

Kraj VYSOKÉ TATRY — jediný ze zúčastněných krajů, jehož závodníci jezdili severským způsobem s tyčí. Věřím, že v krátké budoucnosti i tito závodníci přesedlají na normální závodní saně, které skýtají při dobrém ovládnutí techniky jízdy záruku lepšího umístění v celostátním měřítku.

Podle olympijského bodování je pořadí krajů z letošního přeboru v jízdě na saních následující:

1. LIBEREC	— 109 bodů
2. PRAHA	— 70 „
3. ÚSTÍ n. L.	— 27 „
4. PDA	— 12 „
5—6. OSTRAVA	— 1 „
KARLOVY VARY	— 1 „
BRNO a VYSOKÉ TATRY	— bez bodu.

Souhrně možno říci, že celostátní přebor ve Vysokých Tatrách měl dobrou úroveň. Bohužel, tak jako jiné roky, byla poměrně malá účast v kategoriích dorostu. Bude nutné, aby jak ústřední sekce, tak i krajské komise se touto otázkou zabývaly a zajišťovaly ze všech sil našemu sáňkařskému sportu to nej důležitější — mládež.

Z letošního přeboru vyplynul dále pro ústřední trenérskou radu velký úkol — sestavit tréninkový plán v jízdě na saních, který bude jednotlivým krajům vodítkem při zlepšování výkonnosti předních závodníků-sáňkařů.

Miloslav BELDA,  
člen trenérské rady

# Sánkařské soutěže letos také do SHM

Počínaje hlavním obdobím 1956 je zařazena jízda na saních také do Sportovních her mládeže. Podle data narození budou tyto věkové skupiny: Mladší dorost — hoši a dívky narození v roce 1940 a 1941 (15—16letí). Starší dorost — dorostenci a dorostenky narození v roce 1938 a 1939 (17—18letí). Přechod do vyšší kategorie bude uskutečňován podle těchto zásad: Dorost, který dosáhne v roce 1956 18 let (ročník 1938), může přejít dnem, kdy dosáhl 18 let, do kategorie mužů nebo žen, jestliže dokončil přebornickou soutěž dorostu. Může však zůstat i nadále v kategorii dorostu, avšak nejdéle do 31. prosince 1956. Jestliže dorostenek neb dorostenka přestoupili do kategorie mužů nebo žen, nesmějí od toho dne, kdy přestoupili, startovat v žádném závodě za dorost. Podrobné směrnice k provádění dorosteneckých soutěží jsou vydány v brožurce „Soutěže dorostu 1955—1956“ (STN, Kės 2,95).



Pražský sánkařský oddíl TJ Slavia VŠE chce letos upravit v Praze na Smíchovské sánkařskou dráhu na Nikolajce v délce asi 450 m a uspořádat na ní několik propagačních závodů mládeže i dospělých. Při závodech budou provedeny též instruktáže jízdy na závodních saních.



Dnem 1. července 1955 byli jmenováni SVTVS tyto rozhodčí bobů a saní: Ing. Josef Miňovský (Praha) ústředním rozhodčím a soudruzi Miloslav Belda (Liberec), ing. Vladimír Dašek (Praha), Miroslav Hora (Karlovy Vary) a Jaroslav Huňáček (Ústí nad Lab.) rozhodčími I. třídy.



K připravovaným zájezdům na mezinárodní soutěže navrhla trenérská rada sekce bobů a saní SVTVS pro reprezentaci 20 bobistů a 22 sánkařů. Nominováni závodníci se před zájezdem zúčastní soustředění, po jeho absolvování bude proveden užší výběr. Z BOBOVÝCH ZÁVODNÍKŮ byli navrženi tyto soudruzi: Václav Hejný, Josef Šimek, Jan Krafl, Miroslav Merta (všichni Teplice), František Kuruňa, Michal Lukačovič, dr. Ján Svrček, Karol Gardelán (všichni Vysoké Tatry), Zdeněk Chládek, Rolin Faflák (oba Teplice), Vojtěch Kaňka, Rudolf Kaňka (oba Liberec), Miloš Mořkovský, Stanislav Neumann, Jan Bůžek (všichni Mariánské Lázně), Eduard Černický, Jozef Novysedlák (oba Vysoké Tatry), Antonín Pláteník, Jaroslav Lavička (oba Mariánské Lázně). — SÁNKAŘI, MUŽI: Josef Heller, Erich Peukert, Horst Urban (všichni Liberec), ing. Bronislav Hanák (Praha), Manfréd Novotný, Leopold Nitsche, Petr Škrabálek, Václav Jelínek (všichni Liberec), ing. Vladimír Dašek, Milan Perla (oba Praha), František Nitsche, Jan Švadlena, Jaroslav Hásek (všichni Liberec), Jaroslav Pospíchal, Václav Pelc (oba Teplice) a Ludvík Krejčí (Liberec). — ŽENY: Traudl Lucková (Liberec), Věra Tomášková (Teplice), Erika Patmanová (Liberec), Eva Hesová, Hana Havlíková (obě Praha), Jarmila Vlasáková (Teplice).

## Přehled

účasti na sánkařských závodech a akcích v zimě 1954—1955.

A) Sánkařské závody	Počet	Účastníků	Poznámka
Mistrovství světa	1	1	
Přebor ČSR	1	75	
Soutěže a veřejné závody	24	892	prům. účast 37 závodníků
Závody ROH	18	2282	Spindlerův Mlýn, Pec
Závody mládeže	29	1641	Liberec 324, Karl. Vary 527, Ostrava 52, Ústí n. L. 238, Pionýr 500
<b>Celkem</b>	<b>73</b>	<b>4981</b>	
<b>B) Sánkařské akce ROH</b>	<b>1143</b>	<b>5970</b>	
(Výlety, sánkařské oduoedne, vypůjčení saní)			
<b>Celkem sánkovalo</b>		<b>10.861</b>	<b>pracujících a mládeže</b>

Sestaveno podle údajů sportovní technické komise SBS a podle ústřední evidence ROH.  
B. HANÁK

val. Já jsem hrál závodně kopanou a rekreačně snad všechny sporty. Nejvíce v létě atletiku a na podzim a v zimě gymnastiku. Kromě toho v Praze u větších klubů, kde byly dobré závodní kolektivy, trenovali jsme na podzim kkrát týdne speciální lyžařskou přípravu buď v Axe nebo na Klárově.

Odpoledne se šlo k můstku. Nejdříve se můstek připravil a hned se skákalo a jen skákalo. Nebylo nikoho, kdo by nás usměrňoval. Učili jsme se jenom odkoukáváním od toho lepšího. Teprve v pozdějších letech prováděli jsme skokanský výcvik již systematictěji, hlavně při instruktorských kurzech a v kurzech dorosteneckých. A na čem se skákalo? Na všem, co bylo širší a delší než normální turistická lyže. A přál bych dnešním reprezentantům vidět tolikrát slepované a nastavované skočky, na kterých snad jen střed lyže byl původní. O výstroji vůbec nemluvil. Snad jen několik z nás, preferovaných závodníků bohatších pražských klubů, bylo na tom lépe. Ale skákalo se a běhalo se.

A s jakým nadšením. Poslední korunu pro svůj sport jsme obětovali. A žádné refundace platů. A v jaké situaci byl táta, řekněme 2 děti? Musel dřít tak, aby rodina po ten čas strávený na závodech nebo v kurse neutrpěla újmy. A to byl ten největší klad charakteru každého jedince, jeho morální vyspělost, s jakou miloval svůj sport, nehledě na přinášení mu obětí. To a zase to by si měli uvědomit někteří, zvláště nyní, na prahu OH v Cortině. Máte usnadněnou cestu při vykonávání svého sportu, jste zajištěni nejlepší dosažitelnou výbrojí, výstrojí a vším, abyste se nerušeně mohli připravovat a zlepšovat svoje mistrovství. A proto je třeba vytrvat v tvrdém treningu. Jen práce přinese úspěch. A já věřím, že až tam dole — v Cortině — uvidíte na stožáru naši vlajku, že vykonáte vše, co bude ve vašich silách, a že čestně obstojíte. A to bude váš dík lidu, který vám to umožňuje, a jeho radost.

OLDA BUĎÁREK

## ZÁVODNÍ VÝCVIK MLÁDEŽE

MILÁDA MEČÍŘOVÁ

Naše socialistická tělesná výchova si vytkla do štítu heslo »Za masovost, za rekordy«. Jestliže řekněme »přes masovost k rekordům«, vyjadřuje toto heslo přímo určitý cíl v naší práci s mládeží: získat mládež, získat ji v co největším počtu pro lyžařský sport a v dlouhodobém pedagogickém procesu správným vedením ideovým i sportovním ji dovést k závodním úspěchům.

Dříve než začnu podrobně rozebírat jednotlivé úkoly nám z toho vyplývající, chci se ještě zmínit o tom, že si musíme uvědomit: chceme-li zvednout úroveň našeho lyžařského závodění na světové prvenství, musíme začínat již se závodní výchovou u mládeže a přistoupit k tomuto úkolu s vážností a odpovědností. Je nutno i u nás a konečně i v našem sportu vytvořit určitou tradici v závodním vychovávání mládeže, a pak se nemusíme bát předat po letech vybraný dospělý materiál trenérům státních družstev, kteří v takto vedených mladých lídech mravně a fyzicky silných vřdycky najdou základ spolehlivé mezinárodní reprezentace.

Vysoké výkony v dnešní době ve všech disciplínách, tedy i v lyžařství, nutí nás posunout hranici specialisování ve sportu do poměrně nízkého fyzického věku mládeže. Ovšem v průměrném měřítku k mla-

děmu organismu chlapce a dívky s hlediska lékařského. Nejlepší formou, zcela novou pro vychovávání sportovní mládeže jsou SSD v mnohých místech už zaběhnuté, v jejichž osnovách jsou přesně stanoveny úkoly:

1. Připravit kvalifikované mladé lyžaře, aby získali výkonnostní třídu a byli schopni nastoupit na místa reprezentantů.
2. Vychovávat zdravé, všestranně tělesně zdatné, vytrvalé a ukázněné hochy a dívky, připravené k práci a obraně vlasti a k boji za světový mír.
3. Vychovat naši mládež v duchu bezměrné lásky k naší lidově demokratické republice a k velikému našemu příteli Sovětskému svazu.
4. Připravit žáky na cvičitele a rozhodčí v lyžování.
5. Zajistit systematickou lékařskou kon-

trolu a spolupráci mezi učitelem, trenérem a lékařem.

Stejně úkoly mají i lyžařské oddíly v místech, kde nejsou sportovní školy mládeže. To je druhá forma závodního vedení mládeže.

A konečně třetí forma, která jen částečně, ale zato systematicky a spolehlivě přispívá k výchově závodní mládeže, je forma pro mládež nejzákladnější — totiž **všeobecné vzdělávací škola**.

Učební osnovy 6.—8. ročníků těchto škol určují kromě přípravných cvičení prováděných celoročně v normálních hodinách tělovýchovy i cvičení žáků v dovednosti účelně a bezpečně se pohybovat na lyžích v mírně členitém terénu, naučit žáky základům lyžařské techniky v běhu, skoku a sjezdu na lyžích. Podobně i 9.—11. ročníků ostatních škol učební osnovy ukládají mimo jiné zdokonalit žáky v technice běhu, skoku a sjezdu na lyžích. To platí o místech, kde k tomu jsou podmínky. Tento výcvik mají doplnit lyžařské výcvikové zájezdy ministerstva školství, které se řídí obsahem i rozsahem osnov lyžařského výcviku 6.—11. ročníků všeobecné vzdělávacích, odborných a výběrových škol.

A na školní výcvik navazují oddíly jednot **DSO**, dnes **TSO** a již řečené **SSD**, které rozdělují mládež do těchto kategorií: mládež 12—13 let, přípravná skupina, mládež 13—14 let, I. skupina, mládež 15—16 let II. skupina, mladší dorost, mládež 17—18 let, III. skupina, starší dorost, junioři.

V další části referátu si připomeneme znovu úkol pro závodní výchovu mládeže: připravit kvalifikované mladé lyžaře, aby získali výkonnostní třídy a byli schopni nastoupit na místa reprezentantů. Ovšem zkušenosti doposud získané nám ukazují, že jak v celoroční přípravě, tak přímo v závodním výcviku mládeže se dopouštíme **mnohých chyb**.

První chyby pramení z nedostatku **znalosti, zvláště tělovýchovy mládeže** a s tím související neplnění zásad všestrannosti přiměřenosti a soustavnosti ve výcviku mládeže. Této chyby se dopouštějí často ti cvičitelé a trenéři, kteří pokládají chlapce nebo dívku za dospělého závodníka a výběrem cviků, předčasnou nebo jednostrannou specialisací, nesprávným dávkováním tréninku nebo i nesprávnou volbou závodů mohou nejen způsobit ztrátu zájmu u mládeže, ale i těžce poškodit mladý organismus.

Druhých chyb se dopouštějí cvičitelé a učitelé **tělovýchovy z nedostatku technických a metodických znalostí**. Sami na příklad neovládají alespoň instrukčně techni-

ku, nedbají přesného provádění cviků, nevidí chyby, neumějí nalézt vhodné podmínky pro nácvik jednotlivých prvků atd., nebo u kategorie 10—14 let nezačnou včas s nácvikem těch technických prvků a s pěstováním těch vlastností, které při pozdější závodní specialisaci jsou nezbytné. Neuvědomují si, že zvýšená dráždivost dětského centrálního nervového systému (ve věku kolem 10 let) umožňuje rychlejší vytváření podmíněných reflexů a tím snadnější osvojení různých pohybových návyků než u dospělých. S tím současně souvisí, že každé přehnané, skreslené, nedokonalé nebo úplně špatné předvádění technických prvků může navzdory pokazit i talentované dítě a uzavřít mu cestu ke sportovním úspěchům, není-li včas chyba přivedena na správnou míru.

Přistupují ke čtvrté části svého referátu, kde v zásadních rysech proberu celoroční činnost mládeže v jednotlivých věkových kategoriích, zastavím se u věcí, které nejsou obsaženy v osnovách sportovních škol dorostu, a věci, které tam jsou, přejdu jen zběžně.

I když pro závodní výcvik mládeže a přípravu na něj vycházíme z poznatků získaných v přípravě a tréninku dospělých závodníků, jeví se nám trénink dospělého závodníka vzhledem k mládeži jako konečný cíl, ke kterému postupným zatěžováním organismu mládeže chceme dospět.

Vezmeme nejdříve **nejmladší kategorii mládeže ve věku kolem 12—14 let**. (V osnovách **SSD** jsou to kategorie přípravná 12 až 13 let a kategorie první, 13—14 let.) Domnívám se, že už u výcviku této mládeže můžeme mluvit o **celkovém procesu tréninku**. Ovšem jen v případě, půjde-li zde o systematicky vedenou činnost během celého roku. A proč? Je známo, že tréninkový proces se skládá ze dvou částí: Nácviku techniky a vlastní funkční přípravy organismu (fysické přípravy čili dávkování).

Zde u mládeže tohoto věku zabýváme se jen prvou částí tréninku, čili **nácvikem techniky**, a o to nám předně půjde a k tomu bude zaměřen celý výcvik. Jde v podstatě o zvládnutí základního lyžařského výcviku správným metodickým postupem. Cílem tohoto základního lyžařského výcviku je cvičit mládež v dovednosti účelné, bezpečné a beze strachu se pohybovat na lyžích v mírně členitém terénu a naučit ji základním prvkům lyžařské techniky závodní všech tří disciplín: běhu, sjezdu a skoku. Tedy nedochází tu naprosto ještě k výběru jediné závodní disciplíny, takže v závodech se převážně zúčastní děti všech soutěží, a na to také dbáme. (Je možné, že zde při cvičení se nám objeví chlapec nebo dívka s většími vlohami, na příklad



*Ve dnech 9.—16. října se konalo v Lomnici nad Popelkou soustředění širšího olympijského družstva. Byli přítomni závodníci všech disciplín, při prověrkách výkonnosti startovali závodníci i v různých lehkooatletických disciplínách. Na našem snímku vítězí Šablatura v běhu na 100 m výkonem 12,4 vt. Vlevo je Janoušek, upravo Felix*

pro sjezd, což se projeví větším úspěchem ve sjezdovém závodě než na příklad v běžeckém.)

Abychom zajistili, že mládež bude mít možnost vybrat si ze všech tří závodních disciplín tu, o kterou má zájem, musíme už při základním lyžařském výcviku dbát, abychom nepřehlíželi nebo nedosta- tečně neprováděli výcvik ve skoku jen z toho důvodu, že vyžaduje více času a péče s úpravou sněhových můstků než běh a sjezd, pro které máme přirozené podmínky. Chci zde upozornit na to, že skok je disciplína, ve které pravděpodobně právě z tohoto důvodu máme početní nedostatky jak v dorostu, tak v dospělých. A přitom skok je disciplína, která se už v plném rozsahu (až na let vzduchem) dá nacvičovat v nejmladší kategorii, naopak tento věk nás k tomu přímo vybízí.

Rozsah a obsah celoroční přípravy pro

tuto kategorii je přibližně obsažen v osno- vách pro ŠSD. Ještě je nutné se zmínit o formách **tréningu** této kategorie, tedy vlastně o formách **nácviku** u nejmladších. Předně je nutné s hlediska cvičitele či učitele využít převážně a maximálně prin- cipu **názornosti**. To znamená předvedení a ukázka, neboť zrakový vjem převládá u této mládeže nad výkladem, popisem či vlastní úvahou. Z toho vyplývá, že otázka uvědomělosti pohybu hraje mizivou úlohu vzhledem k napodobení, a proto cvičitel upouští od normálního ústního výkladu a váhu klade jen na správné předvedení.

A proto také u této mládeže si můžeme ještě dovolit předvádět jednotlivé cviky celistvou metodou, nikoliv rozložené. Zvládnutí takto předvedeného cviku je mnohdy mnohem rychlejší a úspěšnější.

Práce s nimi je v podstatě velmi radostná a vděčná, jsou skutečně ještě děti, které

jsou za všechno vděčné. Bohužel však cvičitelé této kategorie, pokud je vůbec máme, bývají většinou lidé ne právě kvalifikovaní, i když velmi nezištní, protože závodění této kategorie mládeže nepřináší ještě pravou závodnickou slávu ani pro závodníka, ani pro trenéra.

Ke skutečnému závodění mládeže dochází až v kategoriích **dorostu mladšího 15 až 16 let** a u **dorostu staršího 17–18 let**. Mezi první úkoly výcviku této mládeže kladu: podchytit její zájem. Chlapec i dívka kolem 15 let prodělává svou pubertu se všemi příznaky. A proto úkolem cvičitele je podnítit nebo udržet zájem o lyže různými prostředky. Je tu jeden velmi lákavý moment, totiž právě závodění samotné a chut k němu, a proto už zde musí cvičitel dohlížet, aby mladý organismus nebyl zatěžován příliš častým závoděním jak při závodech, tak i v tréninku.

Ovšem naopak je-li závod neúspěšný, může na druhé straně snížit zájem chlapce nebo dívky. Věc vzpružení zájmu záleží pak na dobrém cvičiteli, který má několik prostředků, jak předejít ztrátě zájmu po neúspěšném závodě.

Aby 15letý závodník, začínající závodit, byl úspěšný, musíme mu k tomu vytvořit **optimální podmínky**. Jedním z důležitých čini-

telů při závodění je mazání. Mazání musíme věnovat už v tréninku této mládeže patřičnou pozornost, neboť je to krok k vybrožování mládeže taktickými vědomostmi. Zde znovu záleží na kvalitě cvičitele, jak dobře v této lyžařské teorii umí své žáky vyskolit. Ovšem při závodě je to něco jiného. Zde je nutné, aby s těmito mladými závodníky byl někdo, kdo je připraví na start a namaže jim lyže. Nevěřte tomu, že by to byl zpětný krok pro jejich samostatnost. Nikoliv, naopak je nutné, aby ti, kteří ještě ve svých 14, 15, 16 letech nemají vlastní zkušenosti a vlastní logický úsudek zvláště ve stavu předstartovním, byli někým podpořeni.

Na druhé straně už u této mládeže začínáme s pěstováním návyků, které si odnese do svého pozdějšího závodění. Jako na příklad vyžadování tréninkového záznamu vedeného jednoduchou formou. Je to jeden z dobrých výchovných momentů: dáte chlapci pocit určité závodnické důležitosti a on si přivykne vedení záznamu o tréninku, což je nezbytně nutné později pro jeho celou cílevědomou závodní činnost a trenérovi tím připraví možnost čerpání poučení pro plánování jeho dalšího tréninku a růstu.

Ještě jeden velmi důležitý moment může platně zapůsobit na mládež ve věku kolem

## Celoroční práce - základ úspěchu

Hlavním nedostatkem, se kterým se stále ještě setkáváme u našich lyžařských oddílů, je jejich sezónní činnost. Ty dosud nepochopily, jak velký význam má celoroční práce. Známe celou řadu významných oddílů, které tuto práci zásadně ignorují. Je proto velmi nutné stále upozorňovat naše lyžařské oddíly na velkou důležitost celoroční práce, a ty oddíly, které systematicky pracují po celý rok, zveřejňovat a dávat tak za příklad ostatním oddílům, které se ukládají k »letnímu spánku«.

Mezi oddíly, které pracují celoročně, patří lyžaři ze Spartaku Koh-i-noor ve

Vršovcích. Jejich skromnou práci a činnost nutno hodnotit velmi kladně. Svou práci dokazují, že nejen starost o závodníky, ale především o kádr dobrých lyžařů vede k úspěchům. Z jejich řad vyšel mnohý závodník a nachází se zde i řada dobrých činovníků. Podíváme-li se blíže na jejich práci, vidíme, že vršovičtí lyžaři nekončí svou práci v tom okamžiku, kdy v Krkonosích sejde poslední sníh. Pracují dále i v letním období. Po celý rok scházejí se pravidelně každý týden ve vršovické tělocvičně, kde mají svou »lyžárnu«. Zde hovoří o svých problémech, o své práci a úkolech. Zde také připravují

své podniky. Členové oddílu pravidelně cvičí. Jejich cvičební hodiny jsou velmi dobře připraveny a jako vedoucí těchto cvičení střídají se všichni cvičitelé. Mimo všeobecnou přípravu, jejíž cviky jsou zaměřeny pro lyžařskou přípravu, pěstují se v tělocvičně různé kolektivní hry, kterými se členové připravují na hlavní období. V letošním roce věnovali členové oddílu velkou péči nácviku prostných na I. celostátní spartakiádu. Nácviku se zúčastnilo asi 80% členstva, kteří též cvičili na okresní a krajské spartakiádě. I v řadách cvičenců na Strahově bylo možno vidět lyžaře z Vršovců. Jelikož v jarním období bylo mnoho času věnováno I. celostátní spartakiádě, ne-

15—16 let: přiblížit jí vzor závodníka — vrcholného reprezentanta našeho, sovětského nebo z jiné země. Jisté jim je nejbližší ten náš, i když není třeba opředen takovou sensací jako cizí. Výbornou novou formou přiblížování vrcholných závodníků mládeži jsou instruktáže. Pokud je to možné, využijeme tedy nejlepšího závodníka z okolí k instruktáži alespoň jedné nebo dvěma, na sněhu ovšem, které podpoří zájem mládeže, zvýší zdravou ctižádnost vyrovnat se mu, a konečně dobrého závodníka použijeme k nejlepší názorné demonstraci techniky té lyžařské disciplíny.

Teď se ještě vrátíme k vlastnímu trénin- govému procesu dorostu. Je důležité si říci, že u této mládeže se rozvíjí trénin- gový proces se svými oběma částmi: tedy nejen nácvik, ale i fyzická příprava. Nutné zde vycházíme z celoroční činnosti na podkladě celoročního trénin- gového plánu roz- děleného podle období:

přípravné — červenec až listopad,  
hlavní — prosinec až březen,  
přechodné — duben až červen.

Cvičením rychlosti, obratnosti, vytrva- losti a síly a speciálními cvičeními připravujeme mládež na závodní období. Dobrým prostředkem a současně mírou dávek jsou k tomu limity podmínek odznaku zdravotnosti, na jehož plnění se zaměříme na

začátku přípravného období. Plnění všech disciplín nám zajistí všestrannost ve výcviku, ale přináší také pocit přivyknání si na soutěžení.

Při tréningu na sněhu stále na hlavním zřeteli zůstává nácvik techniky, jehož opakováním a dávkováním vlastně splňujeme i druhý požadavek — **rozvíjení fyzických schopností**. Při tomto dávkování musíme vycházet z hlavní zásady: mládež má přiro- zeně předpoklady pro rychlost, kterou proto budeme pěstovat v nejšířší míře. Na- proti tomu budeme do trénin- gů velmi opatrně zařazovat trénin- govou vytrvalost, kte- rý klade daleko větší požadavky na organis- mus. V praxi se setkáváme s jedinci, kteří ve svých 15 letech, jak se nám zdá, „velmi mnoho vydrží“. Ale to je falešné. Předně 15letý člověk není natolik rozumný, aby sám věděl, kdy míra pro něho je příliš vy- soká, a i když už cítí, že dávky je příliš, nepřizná to z prestižních důvodů ani cviči- telům nebo ani kolektivu, s kterým trenu- je. On to skutečně tak zvané vydrží a do- konce se může stát, že se i zvýší na čas jeho výkon. Nutný pokles jeho výkonu můžeme pak přirozeně očekávat buď na přechodnou dobu, nebo trvale vůbec. Každý z nás zná ze svého okolí nějakého mladého nadaného dorostence, který ve svém dorosteneckém věku zazářil jako talent a zase zmizel. Toto

bylo možno překročit k pl- nění podmínek PPOV, a proto tato důležitá část celoroční činnosti byla prováděna až v podzimním období.

Do celoroční činnosti od- dílu patří i různé společen- ské zábavy, které se těší velké oblibě členů oddílu a které slouží k utužení kole- ktivu. Kolektiv je možno označit za velmi dobrý. Tyto společenské zábavy jsou pořádány vždy před začátkem hlavního období a po jeho skončení. Mimo to scházejí se členové od- dílu mimo tělocvičnu při různých příležitostech.

Oddíl vlastní jednu cha- tu na Mísečkách, kam čle- nové jezdí nejen na nedělní zájezdy, ale mnozí zde tráví svou zimní i letní do- volenou. V podzimních mě-

ších jezdí sem členové na brigády, aby jednak při- pravili dříví na zimu a jed- nak provedli nutné opravy chaty. Zejména letos bylo nutno provést velké opra- vy, neboť celá střecha by- la ve velmi špatném stavu. Leč i to se obětavostí členů podařilo uvést do pořádku, takže chata je připravena přijmout první lyžaře.

Mimo jednodenní a tý- denní zájezdy na Mísečky byly v minulých zimních obdobích organizovány zá- jezdy na jiná místa v Krko- noších, ba i na Malou Fa- tru. I pro tuto zimu při- pravuje se týdenní výcvi- kový zájezd na Slovensko. Zájezdy, a to jak jedno- denní, tak i týdenní, jsou vedeny podle směrnic vy- daných UMK a příprava na ně je prováděna na pra-

videlných schůzkách se čle- ny. Večer po příjezdu jsou rozděleny úkoly pro příští den a tyto uvěřeny, aby se s nimi členové zájezdu seznámili. Zatím co večery jsou věnovány kolektivní zábavě, je den věnován vý- cviku v terénu pod dohle- dem cvičitelů, kterých je v oddíle šest. Kromě těch- to cvičitelů má oddíl řadu dobrých rozhodčích, kteří jsou zárukou hladkého prů- běhu všech závodů, které jsou oddílem uspořádány.

Mimo učebně metodic- kou práci, o níž jsem se jen stručně zmínil, nezap- omínají vršovičtí lyžaři na závodní činnost. Již na podzim je uspořádán přes- poňný běh v Krči »Memo- riál Slavoje Paučka« (tra- gicky zahynulého člena jednoty). V hlavním obdo-

předimenzování je jedním z důvodů předčasněho konce jeho sportovní dráhy.

Ovšem naproti tomu nutno poznamenat, že už v tomto věku se nám vyskytnou jedinci, jejichž tělesná konstituce prozrazuje, že jejich fyzický vývin je daleko vpředu, a kteří už ve svých 16 letech jsou dospělými lidmi. Setkáme-li se s takovým jedincem, musíme naopak zde využít jeho předpokladů k většímu zatížení v dávkách než ostatní členy kolektivu. Kolektivem tuto mládež sdružujeme za společným zájmem — závoděním, ale už zde trenér či cvičitel musí mít před očima ne fyzicky rovnocennou skupinu, ale skupinu složenou z jedinců, jejichž vývin a tréningsový a závodní růst jde samostatnou individuální cestou, a musí k tomu nutně přihlížet. A proto pro tuto mládež potřebujeme odborné cvičitele a trenéry během celého roku. Stává se totiž, že na lyžařské soustředění, pořádané na příklad před SHM, pošlou oddíly často mládež, která není vedena celoročně a pro kterou týdenní program soustředění znamená takové požadavky fyzické, že je zdravotně velmi těžko absolvuje. Někteří jednotlivci ztrácejí pak výkon i zájem.

K první složce — k návěku — je nutno ještě poznamenat, že u dorostu k silnému vjemu zrakovému se připojují též složka rozumová. Z toho důvodu nezůstáváme již

jen u ukázky cviku, ale každý prvek techniky a pohyb správně zdůvodníme, podložíme teorií; jde nám nyní již o to, aby každý dorostenec a dorostenka pochopil, proč to či ono dělají a k čemu je to dobré. Ovšem i zde záleží na správnosti předvádění, protože u této mládeže je vyvinut také smysl pro soudnost, pro kontrolu či kritizování. Technické pohybové návyky v těchto letech získané zůstávají již v podstatě pro takového mladého závodníka konstantní dál do jeho sportovní činnosti bez podstatných změn. Tedy i chyby zde získané, vzniklé neodborností cvičitele buď přímo (když to sám špatně ukázal), nebo nepřímo (když nedovedl opravit chyby), provázejí mladého závodníka také dál do jeho sportovní činnosti. A práce na odstraňování chyb u této mládeže je pironě mnohem horší a také pomalejší než u mládeže kategorie 12—14 let.

A tím se dostáváme znovu k úkolu, na který jsem už několikrát narazila — k nutnosti získat pro práci s mládeží co největší počet dobrovolných pracovníků. Mravně a odborně vyspělý cvičitel nebo trenér dorostu je nám zárukou dobrých výsledků výchovných i tréningsových.

Jeho odbornost nám zaručuje:

1. jeho osobu jako vůdčí a autoritativní v celém procesovém tréninku,

bi je uspořádán přebor jednoty, veřejný závod v obřím slalomu »Štít Zlatého návršu«, který je dobře znám pražským sjezdářům, a o pololetních prázdninách je uspořádán závod pro mládež.

Mimo tyto závody činovníci oddílu úzce spolupracují při pořádání okresních přeborů. U zmíněných dvou veřejných závodech, zejména pak o závodě mládeže, chtěl bych se více zmínit. Závod v obřím slalomu je vždy pořádán na velikonoční svátky. Je velikou škodou, že letošní ročník byl pořádán v téměř dni jako »Pohár osvobození«, takže tohoto závodu se letos nemohli zúčastnit naši přední závodníci. Ani počasí letos závodu nepřálo. Prudká fu-

javice, sněh a déšť byly na závadu. Organisačně byl závod pořadatelé opravdu vzorně uspořádán. Po dojetí každého závodníka byl zveřejněn jeho čas, takže závodníci i obecenstvo, které se přes nepříznivé počasí závodu zúčastnilo, byli ihned informováni.

O závodu mládeže, který byl uspořádán za účasti ostatních lyžařských oddílů, které mají svoje chaty na Míšečkách, možno říci, že byl velmi zdařilý, a to nejen po stránce organizační, ale i co do účasti. Závodu se zúčastnilo celkem 85 závodníků, kteří byli rozděleni do kategorií hochů a dívek a do 4 věkových skupin od 6 do 14 let. Tento závod stojí za zmínku již proto, že to byl jediný závod pro mládež,

kteří byl uspořádán v kraji MVTVS Praha. Bojovnost mládeže byla velká O tom svědčí i ta okolnost, že někteří závodníci dojížděli do cíle i o jedné lyži. Touha po výsledcích byla opravdu velká a tak sbor rozhodčích měl plné ruce práce, aby mohl brzy ukončit zájem mládeže po výsledcích. Zdařilý závod mládeže nás však zavazuje k dalším úkolům. Nelze jen uspořádat závod pro mládež, nýbrž je nutno postarat se nadále i o úspěšné a nadějně závodníky, které nutno zdokonalovat v technice a vést k nejvyšším metám. Jelikož vršovičtí lyžaři pracují opravdu velmi dobře, věříme, že i v tomto směru bude jejich práce úspěšná. Kch.



2. Že se bude řídit vyučovacími zásadami socialistické pedagogiky, nezapomínaje hlavně na důležitost pedagogického principu názornosti, příměrenosti a postupnosti v celém treningovém procesu,

3. Že základní formou treningu bude dobře připravená vyučovací jednotka, jejíž náplň bude odpovídat celkovému treningovému plánu,

4. Že řádné plánování treningu a jeho kontrola je jedním z předních úkolů při celoroční přípravě i v závodním výcviku mládeže,

5. Že při nácviku prvků základního lyžařského výcviku i prvků jednotlivých závodních disciplín zachová správný metodický výcvikový postup podle LS SVTVS, přízpůsobený výcviku mládeže,

6. Že během celoroční přípravy bude pečovat o zdraví mládeže zajištěním bezpečnosti výcviku, lékařskou kontrolou, svou kontrolou jejich zdravotního stavu a pohybových schopností s ohledem na individuál-

ni diferenciaci záků a také na vštěpování základních hygienických návyků.

Mravní vyspělost cvičitele či trenéra nám pak zaručí, že výchova morálně silné závodníky, vděčné svému národu a vládě za možnosti, které jim poskytují. Tyto nové charakterové vlastnosti naší mládeže spolu s jejich závodní kvalitou pomohou pak čs. lyžařství dobýt světového prvenství.

Závěrem tedy nutno poznamenat, že stojíme před dvěma hlavními úkoly:

1. Prvořadým úkolem je získat široký počet dobrovolných pracovníků, zainteresovaných na práci s mládeží, pracovníků, abych tažk řekla, s dřívější klubovou obětavostí, s jakými jsme se setkávali zvláště v podhorských krajích a kteří nám tam dnes chybějí.

2. Na druhém místě je pak třeba přivést tyto dobrovolné pracovníky ke zvyšování jejich ideovosti a odbornosti prohlubováním znalostí z teorie tělesné výchovy, lyžařské techniky, taktiky a dávkování treningu, pedagogiky, fyziologie a jiných teorií.

## PŘEBORY DZBZ A LYŽAŘI

Údoli Divoké Šárky v Praze bylo letos od 26. do 28. srpna svědkem rozhodujících bojů o tituly přeborníků v DZBZ. Tuto významnou událost očekávala s nápětím velká část sportovní veřejnosti zvláště proto, že byla poslední akcí v rámci I. celostátní spartakiády.

Tak jako samotná I. celostátní spartakiáda a všechny akce pořádané v jejím rámci skončily velkým úspěchem, tak i toto finale zásluhou krajského výboru Svazarmu Praha-město, jeho aktivistů a aktivistů VTVS mělo zdárný a úspěšný průběh.

Všichni účastníci závodu našli ve stanovém táboře v Šárce velmi slušné ubytování, dobrou kuchyň a po všech stránkách pozorné hostitele. Novinkou, která se velmi osvědčila na tomto finale, bylo, že nad jednotlivými krajskými výpravami měly některé větší pražské závody a úřady patronáty.

Organisačně technická část závodů byla jedna z nejlepších v branných závodech. Připočítáme-li k tomu velmi dobré a v některých kategoriích dokonce velmi těsné výsledky proti jiným letům, máme tady jasnou odpověď, proč skončil přebor ČSR v DZBZ úspěšně.

Na tomto přeboru se velkou měrou podíleli nejen lyžařští závodníci svými velmi pěknými úspěchy, kterých v DZBZ každým rokem přibývá, ale i lyžařští rozhodčí. Rozhodčím, mezi nimiž byla velká část rozhodčích lyžařských, muselo být zvláště poděkováno za jejich velmi dobrý výkon, s kterým byli všichni závodníci i vedoucí spokojeni, což se ještě na žádném přeboru ČSR v DZBZ nestalo. Svědčil o tom malý počet bezvýznamných protestů. První den nebyla sice spokojenost nad právě počtářské komise, ale po přeorganisování postupu práce podle způsobu, který se provádí při velkých lyžařských závodech, se i její činnost druhý den zlepšila.

Největšího úspěchu dosáhli reprezentanti Libereckého kraje. Získání 7 zlatých medailí a mnoho dalších předních míst ve všech kategoriích potvrzuje, že tento výrazný úspěch není jen dílem jedinců, ale dílem kolektivu dobře vedeného a připravovaného na základě celoročního treningového plánu. Není jistě náhoda, že tento kolektiv trenuje jeden z nejlepších lyžařů-vytrvalců Vašek Weishäutel.

V jeho činnosti mu pomáhají další známí lyžařští závodníci a činovníci Libereckého kraje.

Weishäutel sám získal výrazný úspěch jak v jednotlivcích, tak i v hlídce a získal jednu zlatou medaili sám a druhou se závodníkem Blabolilem a Schnirchem.

Nebyly to však jen dobré výsledky libereckých lyžařů, které nutno velmi dobře hodnotit, i lyžaři z ostatních krajů získali dobrá umístění. Tak hlídka Hradeckého kraje, sestavená z lyžařů Malínského, Hanuše a Herbsta, získala v kategorii mužů 19—31 let velmi čestné 5. místo. Rovněž hlídka žen z Hradce Králové získala obdiv nejen proto, že 3 členky této hlídky měly dohromady 135 let, z nichž velitelce hlídky Bínové je 55 let a nejmladší člence hlídky, Vyskočilové, matce 3 dětí, je 35 let, ale také proto, že se umístily na 5. místě a že to jsou výkonné lyžařky. Další známí lyžařští závodníci, kteří se probojovali do finale, kde se všichni čestně umístili: Novák, Karas, Hladil, Pejsar, Štrupp, Laktiš, Heřmanská, Riedlová, Pochylová, Hanušová a jiné.

J. KUNC

## ZKUŠENOSTI S LYŽAŘSKÝM VÝCVIKEM V PZ

Jeden z nejmladších tělovýchovných úseků — Tělovýchovné sportovní organizace Pracovní zálohy — má poněkud odlišné podmínky pro tělovýchovu a i lyžování od ostatních úseků.

Naše hlavní výhoda je v tom, že většina lyžařů-závodníků i turistů žije internátně na učilištích, což má velký kladný vliv na kázeň, chování i treningové možnosti. Další výhodou je dosti obsáhlý lyžařský inventář učilišť, který sice neodpovídá vždy kvalitě a potřebám, ale slouží dobře masovému lyžování.

Hlavní nevýhodou v naší organizaci je nepoměr mezi mládeží a dospělými pracovníky. Uvážíme-li ještě, že zdaleka ne všichni tělovýchovní a jiní naši pracovníci jsou lyžaři, vidíme, že trenéři a cvičitelé mají v Pracovních zálohách těžký úkol. Jak tento úkol splníme?

Chceme z horských učilišť vytvořit základnu našeho závodního lyžování: ustavujeme tam proto silné oddíly, vybavujeme je materiálně a podle možnosti tam dáváme do čela schopné trenéry a cvičitele. (Meziboří, Liberec, Semily, Vrchlabí, Frýdlant n. O., Ždár n. M. a Slovensko.)

I když víme, že styk se závodníkem přes ústřední sekci bývá těžkopádný, přece pro začátek se sekce a trenérská rada starají přímo o naše nejlepší

representanty. Podařilo se nám vybavit je nejnuttnější kvalitní výzbrojí, usměrnujeme jejich trening a zajišťujeme pro něj podmínky na učilištích. A zde jsme u velkého problému, zvláště proto, že jde o mládež. Jsme rádi, že žáci jako soudruzi Kapalka, Mečířová, Drápal, Chorvát, Šrubař a jiní patří mezi nejlepší prospěchem i chováním. Soudruzi ředitelé je rádi uvolňují pro trening a závody, poněvadž zameškaný čas dohánějí. Slevovat jim však kvůli lyžování nebo je vynášet nad ostatní kolektiv by však byl první krok k tomu, aby- chom je kazili.

Měli jsme letos v létě soustředění našich lyžařů v Tatrách, celkem 48 nás stanovalo v krásném táboře ve Staré Lesné. Výstup za sněhem do Studené doliny po skalách s lyžemi je dosti těžký a k tomu těsně před dosažením cíle se spustil prudký liják. Všichni šli lyžovat v létě po prvé. Bylo chladno, foukal vítr a všichni byli promočeni, přesto však všichni včetně děvčat nejenže statečně vylet absolvovali, ale aspoň se »sklouzli«. Vůbec po celých 14 dnů byla disciplína a chuť do treningu taková, že i náročný trenér by mohl být spokojen. Všiml jsem si však, že většina jich »trpí« přilísnou všestranností. Obvykle ovládají dobře několik druhů sportů, což znamená, že jejich nácviku a provádění věnují hodně času.

Myslím, že v tomto věku by se mělo ubrat trošku na všestrannosti a přidat na specialisaci.

Internální ubytování působí dobře na životosprávu i výchovu žáků. Je sice pravda, že dnes je zvláště na kolektivně ubytované žáky vznášeno nadměrné množství požadavků (pracoviště, školní prospěch, ČSM, DSO, četba, BPPOV, FO, brigády a j.), ale přece je možno u nás na učilištích dodržovat plánovitý training (nejvýše někde střídají denní a odpolední směnu, což však plánovitému trainingu nevadí). Často se nám vytýká, že pracujeme slabě a hlavně že nepoužíváme služeb cvičitelů a trenérů mimo systém pracovních sil. Budeme muset asi změnit dosavadní praxi (vzhledem k uvolnění členství), ovšem je pravda, že dosud jsme se jen neradi odhodlávali svěřovat výchovu našich žáků (a training je součástí výchovy) pracovníkům, kteří služebně nepodléhali řediteli učiliště. Ovšem pomoc svědomitých a odpovědných pracovníků vždy vítáme.

Největší překážkou při naší práci je však to, že u nás trenéroví svěřenec po dvou až třech letech odchází. I oficiální činitelé mají často názory, že u nás sportovní talenty mizivají. To naprosto popírám: Přejde-li do učiliště nadaný hoch nebo děvče, dáváme mu

mnohem více předpokladů pro růst než ustrnutí. Můžeme ovlivnit rozmístování žáků do učilišť a dokonce i umístění našich absolventů. Nacházíme na vedoucích místech pochopení a případy, že ředitelé učilišť lyžařům training neb činnost zneumožňují nebo že závodníci neplní své povinnosti, jsou na štěstí řídké.

Přece však nejsme zdaleka spokojeni. Když jsem příležitostně vyprávěl žákům o tom, že já i hodně jiných jsme v jejich věku lyžovali často o suchém chlebě, nebo třeba spali v chatě na zemi, a jiné pravdivé příběhy, smáli se tomu jako dobrému vtipu. Opravdu dnes tomu naše mládež může těžko věřit. U nás v Pracovních zálohách mají žáci dobré materiální podmínky a snad se to u nich často psychologicky záporně projevuje jak v závodním, tak rekreačním lyžování. Musíme se postarat o to, aby tato okolnost působila vždy jen kladně.

Pro letošní zimu máme bohatý program. Spartakiáda nám dokázala, že máme schopnou mládež i výchovně pracovníky. Učiníme vše, abychom dobře zvládli velké úkoly, které jsme si pro rok 1955—1956 dobrovolně určili.

Miloš ŠTEFEK,  
trenér v PZ

## ŠKOLA ROZHODČÍCH I. TŘÍDY

Lyžařská sekce SVTVS provádí každoročně školení lyžařských rozhodčích I. třídy. Je to její povinnost. Krajské a okresní lyžařské sekce mají povinnost školit rozhodčí II. třídy nebo rozmnožovat řady lyžařských rozhodčích pořádáním škol pro rozhodčí III. třídy.

I. třída je nejvyšší kvalifikace lyžařského rozhodčího. Rozhodčí ústřední je pouze jakési funkční poslání, které uděluje lyžařská sekce SVTVS zkušeným pracovníkům s mnohaletou praxí, zvláště takovým, kteří vedou v krajích činnost lyžařských rozhodčích a práci sportovně technických komisí nebo kteří byli povoláni k této práci v lyžařské sekci SVTVS. Školení rozhodčích I. třídy věnuje LS SVTVS každoročně velkou pozornost a připravuje vždy toto školení tak, aby posluchači získali takové znalosti theoretické i praktické,

kteří by vyvážily a zhodnotily značný finanční náklad, kterým SVTVS toto školení dotuje.

V osnově školy nejsou jen samotná pravidla lyžařských závodů, která posluchači jako rozhodčí II. třídy jistě dobře ovládají, nýbrž jejich hlubší náplň, zvláště pak náplň pravidel skoku na lyžích se zřetelem ke stálému vývoji techniky skoku, konstrukčním normám skokanských můstek nebo změn, které přináší vývoj techniky sjezdových disciplín a pod. Kromě toho je osnova školení zaměřena také k tomu, aby vy-



*Na brigádě při odstraňování trosk zříceného mostu*

chovávala odborné pracovníky a činovníky krajů a také ovšem učitele pro školení rozhodčích II. a III. třídy.

Škola bývá pořádána v místech, kde jsou k dispozici lyžařská zařízení, zvláště skokanský můstek, aby bylo možno co nejvíce přiblížit a zdůvodnit literu pravidel praktickým zkušenostem.

Letošní školy rozhodčích I. třídy, provedené ve dnech 22.—25. září v Harrachově, se zúčastnilo z 62 pozvaných 53 frekventantů, což svědčí o velkém zájmu jak posluchačů samotných, tak i krajských lyžařských sekcí, které si tak zvyšují nejen osobní hodnoty lyžařských rozhodčích, ale i celkový stav kvalifikovaných kádrů v kraji. Že kraje vyslaly do školy skutečně dobré lyžařské pracovníky, je dokladem i to, že všichni účastníci byli navrženi ke jmenování rozhodčími I. třídy.

Až dosud stačilo ke jmenování do I. třídy pouze absolvování této ústřední školy. Zkušenosti však ukazovaly, že skutečná kvalifikace dřívějších frek-

ventantů byla někdy dost rozdílná, a na letošním jarním celostátním aktivu sportovně technických pracovníků bylo konečně přímo žádáno, aby výběr rozhodčích I. třídy byl prováděn podle výsledků dosažených v důkladné zkoušce při závěru ústřední školy. Je nutno konstatovat, že to byl požadavek správný, který posluchače letošní školy neodradil, nýbrž právě naopak vypjal k vysokému pracovnímu úsilí. V letošní škole bylo vidět i známé a zkušené rozhodčí, kteří, když — jak se říká — sotva po obědě lžící odložili — už byli pohroužení do tajů lyžařských výpočtových tabulek nebo novinek lyžařských pravidel tak, že ani polední volnou přestávku nepromarnili. Viděli jsme, jak mají lyžařinu rádi a jak poctivě chtějí v tomto sportu pracovat. Velmi věcně a živě diskuse, zájem o každou sebe-menší podrobnost, žádosti pokračovat v práci bez pravidelných školních přestávek, využít i večerních hodin k doplnění pracovního rozvrhu — to vše

zřetelně dokazovalo pracovní elán a poctivě úsilí frekventantů. A výsledek přísných závěrečných zkoušek podle toho také vyněl. Více než polovina posluchačů složila závěrečnou zkoušku s výtečným prospěchem.

Rozdělení látky bylo mezi jednotlivé přednášející provedeno tak, aby po odborné stránce bylo možno dopracovat se k přesnější formě podání i merita jednotlivých úkolů. Posluchači v závěrečném hodnocení školy posoudili přednášky velmi kladně. Poslední večer se zájmem zhlédli film o skoku na lyžích, který M. Bělohozník doprovázel odborným výkladem.

Konečně je nutno zdůraznit vzornou a příkladnou péči harrachovských lyžařských pracovníků o tuto školu. Účastníci kursu zase naopak uspořádáním brigády v době polední přestávky pomohli Harrachovským odstranit následky jarní velké vody, která strhla most přes Mumlavu na dojezdu skokanského můstku.

Ve škole přednášeli soudruzi Bělohoz-

ník Duffek, dr. Jelínek, Kunc, Petr a Procházka.

Ke jmenování rozhodčími I. třídy 1955 byli navrženi: Kraj Praha MVTVS: Dr. Klinger, Ing. Kučera, J. Čáp. V. Zach. Praha KVTVS: Smutný, V. Setnička, J. Klozar, Ing. Jedlička, B. Kubíček, J. Sudek. Hradec Kralové: M. Ponec, M. Tomek, V. Sobotka, L. Šimek. Liberec: J. Cívín, Z. Cívín, L. Štefan, Ing. Mareš, J. Motyčka, M. Doubalík, Č. Lisý, A. Fučík. Jihlava: Z. Pečinka, Z. Holub. Pardubice: J. Felcman. České Budějovice: J. Zeman. K. Bendl. Ústí nad Labem: L. Šimek. Plzeň: A. Dvořák. Brno: Ing. Kučera, J. Skorkovský, Ing. Špaček. Gottwaldov: J. Leinfellner, K. Baránek. Olomouc: Ing. Radvanský, Ing. Hájek. Ostrava: J. Flanderska, O. Čurda, V. Pylík, J. Zlák. Bratislava: K. Suchánek, Š. Babiak, G. Krenová, Š. Poláček. Prešov: B. Liška. Žilina: J. Diška. L. Divald, J. Starších. Ban. Bystrica: Švarcová M. Košice: L. Růžička. Vysoké Tatry: Ing. Šimo, V. Špirko.

## Slavnostní aktiv pražských lyžařských cvičitelů

*Měl jsem původně napsati zprávu o průběhu tohoto aktivu, ale myslím, že by nebylo správně zabývat se pouze jeho průběhem a nezmíniti se o důvodech, které vedly učebně metodickou komisi lyžařů MVTVS Praha k jeho uspořádání.*

U nově vyškolených lyžařských cvičitelů se stále setkáváme se stejným zjevem, že po vyškolení nám značné procento frekventantů vůbec nepracuje aneb pracuje aktivně pouze krátký čas a potom odpadne. Vidíme to nejlépe při prověrkách cvičitelské práce vždy po skončení závodního období. Kartotéka cvičitelů se stále mění, přibývají noví, ale z kursů dřívějších další a další odpadají a pouze určitou část cvičitelského kadru můžeme považovati za stálou a spolehlivě pracující.

Z toho vyplývá, že někteří účastníci kursu využívají příležitosti k levnému pobytu na horách, kde se chtějí pokud možno naučit lyžovat. Příčinou toho jest hlavně špatně prováděný výběr kandidátů cvičitelství v jednotách, kdy do kursu jsou vysíláni lidé, kteří

sice jsou v technice jízdy na výši, ale nemají žádný další předpoklad pro práci v tomto oboru. Nemám v úmyslu podrobně se v tomto článku zabývat tím, jak správně prováděti výběr v řadách členů lyžařských oddílů. Zde záleží hlavně na odpovědnosti vedoucích činovníků. Nestačí, že navržený jest nejlepší lyžařem, ale rozhodující jest i jeho povahové založení. Ne každý má dobrý předpoklad státi se správným vychovatelem, jakým má býti lyžařský cvičitel. V každém případě zůstává ale nejdůležitější skutečností to, že každý absolvent kursu má mít snahu, aby podle svých schopností předbíval nabyté zkušenosti a vědomosti dále mezi lyžaře, kteří toho potřebují. Aby pracoval ve svém lyžařském oddíle nejen při zájezdech, ale aby se

aktivně zúčastnil organisování a vedení celoroční plánované práce. Krátce, aby plnil úkol, který na sebe převzal účastí v kursu. Takové lidi potřebujeme.

Naše komise došla ale také k závěru, že určitá odpovědnost za špatně prováděnou činnost nových cvičitelů spočívá na nás. Jest nutno nejen v kursech účastníky na tuto jejich budoucí práci připravit, ale vychovávat je i nadále. Starati se o ně i po absolvování kursu a soustavně je vésti k plnění úkolů.

Jedním z takových nedostatků naší práce bylo vydávání nových cvičitelských průkazek. Po skončení sezóny byly tyto na základě zpráv o kursech vypsaný, potvrzeny a rozeslány poštou. Bylo to pouhé potvrzení toho, že jmenovaný absolvoval cvičitelský kurs. Ale význam legitimace jest daleko větší. Její držitel musí být nejen vyspělý po stránce lyžařské, ale ovládat i celou rozsáhlou theorii. Zná podmínky bezpečného pobytu v horách, ví, jak pracovat v lyžařském oddíle, ovládá základy závodních pravidel lyžování, umí poskytnouti první pomoc, zkrátka jest všestranným lyžařským pracovníkem. Jeho činnost jest mnohdy velmi odpovědná, vždyť při zájezdech do vyšších horských oblastí jsou mu svěřeny lidské životy účastníků.

Došli jsme k závěru, že oprávnění k tak rozsáhlé činnosti musí být předáno veřejně a i trochu slavnostně. A zvolili jsme způsob, kdy na slavnostním aktivu před vedoucími činovníky byly průkazky vydávány všem frekven-

tantům kursů z letošní sezóny. Sledovali jsme tím ten cíl, aby každý z přítomných si uvědomil plně závažnost této chvíle a odpovědnost, kterou přebírá. Jest to vlastně titul, který obdržel na základě obsáhlých zkoušek, při jehož udělení jest trochu formálnosti na místě.

Tento náš prvý slavnostní aktiv se konal dne 27. září ve Staroměstské radnici a byl takovým zkušebním kamenem. Již nyní možno říci, že úspěšným. Jeho slavnostní ráz byl podtržen tou skutečností, že zde byli vyhlášeni též noví mistři sportu v lyžování a krasobruslení a dále noví instruktoři lyžařských cvičitelských škol, vyskolení lyžařskou sekcí SVTVS.

Několik krátkých přednášek bylo zaměřeno k tomu, aby si přítomní znovu uvědomili důležitost a rozsah práce lyžařského cvičitele a aby podle svých nejlepších možností se v tomto oboru zapojili plně do práce. Za přítomnosti zástupců představenstva MVTVS Praha a zástupců lyžařské sekce SVTVS bylo zde vyřadeno 259 nových lyžařských cvičitelů a pomocníků lyžařských cvičitelů. Aktiv byl zakončen společným slibem přítomných, kterým se zavazují k nezištné práci pro rozvoj našeho lyžařského sportu i celé tělesné výchovy.

Jsem si vědomi, že tento podnik nemohl zcela odstraniti nepěkné zjevy, o kterých jsem se zmínil na počátku tohoto článku, ale doufáme, že i v budoucnu se stane úspěšnou součástí správné výchovy nových lyžařských cvičitelů, svědomitých pracovníků.

V. ŠTENGL

---

## Aktiv trenérů krajských družstev všech disciplin

Od 2. do 4. prosince uspořádá trenérská rada LS SVTVS seminář trenérů krajských družstev všech disciplin na Fučíkově chatě v Krkonoších. Hlavním úkolem semináře je sjednocení názorů na trening v hlavním období a informování o nových poznatcích v technice i metodice nácvičku techniky. Zároveň budou trenéři krajští informováni o hlavních úkolech trenérské práce na rok 1956. Žádáme trenérské rady KVTVS, aby zaslaly přihlašky trenérů všech disciplin do 20. 11. 1955 na lyžařskou sekcí SVTVS, Praha II, Na poříčí 12. V přihlášce uveďte jméno, disciplínu, bydliště a adresu zaměstnavatele.

TR LS SVTVS

# Význam a poslání jednotné sportovní klasifikace

Dne 15. a 16. října 1955 se konal v Lomnici u Tišnova celostátní aktiv předseů sportovně technických komisí lyžařských sekcí a úseků, na němž mimo jiné byla určena směrnice pro další práci v rozvoji lyžařského sportu v naší republice. Byly prodiskutovány směrnice jednotné sportovní klasifikace, které nabudou platnosti dnem 1. ledna 1956.

Aby byla možnost posoudit význam jednotné sportovní klasifikace, musíme se podívat zpět až do roku 1952, kdy byla zavedena. Její význam je veliký po všech stránkách. Dala nám základ k zařazení závodníků do výkonnostních tříd, což nám dává nejlepší přehled o růstu našich sportovců jak do výkonnosti, tak i do množství. Na jejím základě byla zavedena kartotéka a přehled výkonnosti našich závodníků v jednotlivých krajích, takže dnes můžeme přesně označit, který kraj má nejvýkonnější závodníky. Však největší její význam je pobídka ke zvýšení všestranné přípravy sportovců na základě celoročního plánu práce a systematické přípravy pro hlavní závodní období. Pouze všestranně připravený sportovec může dosáhnouti vynikajících výkonů a nových rekordů. Další její význam je v práci trenérů a cvičitelů, aby jejich svěřenci byli co nejlépe připraveni pro závodní období. Všestranná příprava, kterou lze nejlépe získat plněním disciplin odznaku PPOV, je zárukou pro každého sportovce, že jeho poctivá práce v přechodném období mu přinese ten největší úspěch na závodech. Jednotná sportovní klasifikace nám rovněž byla nejlepším měřítkem a vodítkem pro udělení nejvyššího vyznamenání na poli sportovním, a to čestného titulu zasloužilého mistra sportu nebo mistra sportu. Toto vyznamenání se dostává jen nejlepším z nejlepších a je jistě alespoň tajným přáním každého sportovce, aby byl poctěn cenou nejvyšší. Každý sportovec si však musí uvědomit, že nezíská I. výkonnostní třídu na svém prvním závodě. Ke splnění podmínek pro udělení výkonnostní třídy vede

dlouhá cesta poctivého tréninku a celoroční přípravy.

Pokládám za nutné seznámit závodníky s nejdůležitějšími změnami jednotné sportovní klasifikace dříve, než nabudou platnosti, a proto některé z nich uvádím v tomto článku. Jsou to změny jak v technických limitech pro dosažení výkonnostní třídy, tak i změny organizační.

Od 1. 1. 1956 lze splnit limit pro udělení I. výkonnostní třídy na přeboru ČSR nebo na veřejných klasifikačních závodech určených sekcí lyžování SVTVS za účasti nejméně 5 závodníků I. výkonnostní třídy — u žen 3 závodnic I. výkonnostní třídy, kteří závod dokončili a dosáhli stanoveného výkonu. O udělení výkonnostní třídy musí sportovci zažádat nejpozději do 6 měsíců po splnění technických podmínek. K technickým podmínkám, kterých bylo dosaženo před více než 6 měsíci od podání žádosti, nelze při udělování výkonnostní třídy již přihlížet.

Zařazení do výkonnostní třídy a zavodit v příslušné třídě platí 2 kalendářní roky, počítáno od konce roku, v kterém sportovec skutečně splnil technickou podmínku stanovenou pro získání výkonnostní třídy. Nedosažne-li sportovec během 2 kalendářních roků po splnění technických podmínek, za které mu byla výkonnostní třída udělena, výkonu vyšší výkonnostní třídy, musí v této době dosavadní výkonnostní třídu obnovit. Výkonnostní třídu lze obnovit splněním technických podmínek stanovených pro obnovu příslušné výkonnostní třídy v tom kterém druhu sportu. O obnovu žádá sportovec vždy poslední rok v platnosti své výkonnostní třídy. Platnost výkonnostní třídy se prodlužuje o další 2 roky, a to od data splnění technické podmínky pro obnovu výkonnostní třídy.

Sportovci I. a II. výkonnostní třídy, kteří ve smyslu předcházejícího odstavce neobnoví výkonnostní třídu nebo nezískají třídu vyšší, jsou přeřazeni do té výkonnostní třídy, jejichž technické podmínky podle záznamu v klasifikačním průkaze během 2 let po udě-

lení (obnovení) výkonnostní třídy skutečně splnili. Sportovci kterékoliv výkonnostní třídy, kteří neobnoví svou třídu nebo nezískají třídu vyšší nebo nesplní technickou podmínku pro přeřazení do nižší výkonnostní třídy, jsou vyřazeni ze sportovní klasifikace.

Dorost, zařazený do výkonnostních tříd mládeže všech stupňů, má právo být zařazen v těchto třídách až do konce roku, ve kterém dosáhne 19 let (pokud mezitím již nedosáhne vyšší výkonnostní třídy).

Splní-li sportovec po prvé podmínky výkonnostní třídy, je mu společně s odznakem vydán klasifikační průkaz sportovce. Do klasifikačního průkazu si dává sportovec potvrzovat výsledky obnovení své výkonnostní třídy nebo udělení vyšší výkonnostní třídy. Při nesplnění technického limitu pro obnovení své třídy nebo pro udělení vyšší třídy si dá sportovec zaznamenat výsledky pro udělení nižší výkonnostní třídy, do které bude podle své sportovní výkonnosti přeřazen. Všechny uvedené změny zaznamenává do jednoho klasifikačního průkazu výbor pro tělesnou výchovu a sport, ve kterém je sportovec naposled veden v evidenci.

Ve sportovních odvětvích, ve kterých se vede evidence podle výkonnostních tříd zvláště pro každou disciplinu (na příklad lyžování), jest sportovec povinen žádat o udělení výkonnostní třídy evidenčním listem pro každou disciplinu. Jde-li o shodnou výkonnostní třídu v různých disciplínách, postačí jeden evidenční list, ve kterém se zaznamenávají splněné podmínky všech disciplin. Stejný postup platí i pro udělení vyšší nebo nižší výkonnostní třídy. Záznamy se provádějí stále do jednoho klasifikačního průkazu.

Doporučuji všem sportovcům, aby se podrobně seznámili se změnami jednotlivé sportovní klasifikace a povinnosti plnili své povinnosti, které jsou jim uloženy. Dbejte na řádné vyplnění evidenčních listů a klasifikačních průkazů, ve kterých musí být záznam o členství nebo povolení hostování, potvrzení o udělení odznaku PPOV, a co je nejdůležitější, potvrzení o lékařské prohlídce, bez níž žádný závodník nesmí být připuštěn na start.

Josef Pitín,  
člen kvalifikační komise LS SVTVS

## Jmenování rozhodčích

Předsednictvo SVTVS jmenovalo na základě návrhu lyžařské sekce tyto rozhodčí I. třídy a rozhodčí ústřední.

I. tř. Soudruzi: Josef Vyskočil, kraj Ústí nad L., Stan, Štěpán, kraj Olomouc, a Miloslav Balcar, kraj Pardubice, byli jmenováni rozhodčími I. tř., jelikož splnili již dříve podmínku absolvování celostátního kursu pro rozhodčí I. tř., a to buď jako absolventi, anebo jako instruktoři.

Soudruhy Bertholda Riegra, kraj Liberec, a Jana Hendrycha, rovněž kraj Liberec, rozhodčími I. tř. bez absolvování celostátního kursu za svou dlouholetou zásluhou činností v lyžařském sportu a proto, že ovládají dokonale látku, kterou k výkonu rozhodčího I. tř. potřebují.

Po úspěšném vykonávání funkce rozhodčího I. třídy více než dvou let a na základě prokázané kvalifikace při vrcholných závodech byli jmenováni ústředními rozhodčími soudruzi: Krňoul Rudolf, kraj Praha, dr. Kulhánek Otto, kraj Praha, Petr Karel, kraj Ústí nad L., Čejka Jiří, kraj Hradec Král., Kadlec Jiří, kraj Jihlava, Beranovský Jiří, kraj Jihlava, Bízek Josef, kraj Čes. Budějovice, Máchal Jiří PhMg, kraj Brno, a ing. Zapletal Jiří, kraj Olomouc.

JAN KUNC,  
komise rozhodčích LS SVTVS

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřišská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.

A-090261

Praha, listopad 1955.



# LYŽAŘSTVÍ

ROČNÍK 41. Č. 12

PNS 208

PROSINEC 1955



# ZA DALŠÍ ROZVOJ LYŽAŘSTVÍ

## Ze zasedání plena lyžařské sekce SVTVS

Podzimní plenární zasedání lyžařské sekce SVTVS se konalo ve dnech 5.-6. listopadu v Brně a kromě členů ústřední lyžařské sekce a příslušných komisí se jej zúčastnili i předsedové lyžařských sekcí všech krajů.

Z ústřední sekce bylo přítomno 20 členů, nezúčastnil se žádný zástupce komise mládeže.

Nepřítomni byli zástupci lyžařských sekcí KVTVS Liberec, Košice, Žilina, Nitra, Prešov a zástupce ÚV TSO Rudá hvězda.

Na programu jednání byly dva základní body:

1. Hodnocení plnění plánu rozvoje v roce 1955.
2. Vytyčení hlavních úkolů pro rok 1956 se zaměřením na závodní období.

Referát k prvému bodu přednesl s. J. Pilař, referent lyžařské sekce SVTVS, ke druhému bodu s. Karel Smola, předseda lyžařské sekce SVTVS.

Diskuse k předneseným referátům potvrdila, že lyžařští pracovníci jsou dobře připraveni na své úkoly a že se budou snažit je splnit tak, aby blížící se závodní období přineslo další rozšíření lyžování mezi desetitisíce našich pracujících a aby také znamenalo další podstatné zlepšení nejen výkonů reprezentantů, ale i závodníků všech výkonnostních tříd. Podle usnesení plena sekce uveřejňujeme dnes statě přednesených referátů.

## Plnění plánu rozvoje a plánu práce v roce 1955

(Z referátu soudruha JIŘÍHO PILAŘE)

V úvodu svého referátu hovořil soudruh Pilař o významu tělesné výchovy při budování socialistického státu a o mezinárodní politické situaci. V další části pak vyhodnotil práci lyžařských složek v závodním období a hlavně v letních měsících letošního roku. Ve svém referátu řekl:

Letošní rok — rok 1955 — je rokem bohatým na závažné politické události. Pro všechny náš lid je významný tím více, protože jsme oslavovali 10. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou.

Sportovci a tělocvičáři oslavili 10. výročí osvobození uspořádáním I. celostátní spartakiády, která byla nejen mohutnou přehlídkou úspěchu naší tělesné výchovy, ale také projevem morálně politické jednoty našeho pracujícího lidu. Dnešní organizace tělesné výchovy tak dokázala, že je schopna a umí zorganizovat daleko mohutnější a radostnější akce než bývalá organizace sokolská. Navzdory všem nepřítelům naší lidově demokratické vlasti byla I. celostátní spartakiáda radostným projevem mládeži, spokojenosti a štěstí našeho lidu.

Také plán rozvoje lyžařské sekce SVTVS na rok 1955 vytyčil pro všechny lyžařské složky orgány jako hlavní úkol pro I. pololetí — kromě úspěšného provedení zimní spartakiády — zapojení všech lyžařských závodníků a činovníků do náviku a organizačního zajištění úspěšného průběhu I. celostátní spartakiády. S uspokojením můžeme konstatovat, že se lyžaři plně zapojili do příprav I. celostátní spartakiády, a to nejen jako cvičenci a cvičitelé, ale i jako organizátoři. Většina členů reprezentačního družstva vystoupila na I. celostátní spartakiádě ve skladačích svých úseků, včetně mistrů sportu a reprezentantů Melicha, Felixe, Nüssera a dalších. Nebylo ani jedné krajské sekce, jejíž činovníci by nebyli za-

---

*Z předolympijské přípravy našich lyžařů. Na prvním sněhu ve Vysokých Tatrách vidíte v trainingu naše běžce. Čtyřčlennou skupinu vede Prokeš před Ilrnčárem, Cardalem a Matoušem. (Ke snímku na titulní straně).*

pojení do organizování okresních a krajských spartakiád.

Zimní spartakiáda pořádaná v Tatrách, i přes některé organizační nedostatky dokázala další růst výkonů a sportovního mistrovství našich předních závodníků a znovu potvrdila, že lyžařství má mnoho schopných a nadšených organizace a technických pracovníků, kteří obětavou prací umějí překonávat mnohdy i kritikou nepřizpůsobení a vytvořit závodníkům ty nejlepší podmínky pro podání vrcholných výkonů. Tato obětavost se projevila nejen při organizování zimní spartakiády, ale i při všech lyžařských závodech a soutěžích pořádaných v zimě 1955.

Zvyšující se úroveň nám potvrdily také výběrové závody, jejichž zavedení ukázalo správnost této cesty a které umožnily hlavně mladým závodníkům bojovat s mistry a čerpat tak další cenné zkušenosti pro svou závodní činnost. Zvýšil se tak počet účastníků na důležitých závodech a zvýšil se průměr prvních 10, 20 a 50 závodníků. Zvýšená úroveň se nejvíce projevila v bězích, kde se podstatně snížily časové rozdíly všech závodníků proti vítězům, když tyto také zlepšili proti loňskému roku své výkony. V běhu žen, který zůstává stále slabou, došlo k malému snížení průměru proti roku 1954. Ve sjezdových disciplínách se projevilo zlepšení u všech závodníků. U žen je však poměrně značný rozdíl mezi nejlepšími závodnicemi a dalšími. Ve sdrúženém závodě se zlepšila výkonnost pouze několika závodníků. Potěšitelné je zlepšení Nüssera, který spolu s Melichem jsou naši naději na OH. Ve skoku se projevily značné nedostatky ve výkonnosti závodníků II. třídy. Koncem závodního období se projevil značný pokles výkonů i u předních závodníků.

Na úseku rozvoje lyžařského sportu do šířky pokračovaly lyžařské složky úspěšně v organizování lyžařského výcviku v rámci zimní rekreace ROH, který má v našem sportu již velkou tradici. Výcvik byl zkvalitněn a zvýšily se také požadavky. Přínosem pro další rozvoj lyžařského sportu byl také lyžařský výcvik v kursech n. p. Turista, které byly zřízeny v r. 1955. Je třeba upravit směrnice, zkvalitnit náplň a při úzké spolupráci lyžařských sekcí s pořadatelem bude jejich činnost ještě větší.

Závěrem této části je třeba konstatovat, že uplynulé závodní období, tak jak již bylo hodnoceno na jarním zasedání pléna, znamenalo další rozvoj lyžařského sportu. Znamenalo zkvalitnění vlastního lyžařského výcviku, přineslo rozšíření řad závodníků a z velké části zlepšení výkonů jednotlivých disciplín.

## K PRÁCI V PŘECHODNÉM A PŘÍPRAVNÉM OBDOBÍ

Usnesení pléna sekce ze dne 14.—15. V. 1955 ukládalo jak ústřední, tak i krajským sekcím řadu úkolů, které vycházely z vyhodnocení výsledků a z vyhodnocení form práce lyžařských složek v závodním období, a které sledovaly odstranění hlavních nedostatků proto, aby se lépe připravil ještě úspěšnější průběh blížícího se závodního období.

Je nám přece všem všeobecně známo, že při dnešních úkolech jsou letní a podzimní měsíce velmi důležité proto, že čím více využijeme přechodného a přípravného období k intenzivní práci, tím lépe se nám bude dařit práce v zimě, tím snadněji budeme organizovat soutěže a jiné akce, lépe se nám bude dařit řízení nižších složek a dosáhneme pak radostnějších výsledků. Je potěšitelné, že již dnes si velká většina krajských lyžařských sekcí tuto skutečnost uvědomuje a podle těchto zásad se řídí.

K úplnosti tohoto referátu je třeba provést vyhodnocení, jak byly plněny jednotlivé úkoly, vytyčené usnesením jarního pléna. Kontrolu usnesení použijí jako základ k vyhodnocení situace na jednotlivých úsecích naší činnosti.

Ústřední lyžařské sekci bylo v prvním bodě uloženo — věnovat zvýšenou pozornost morální a fyzické přípravě olympijského družstva.

Trenérská rada vědoma si tohoto nanejvýš odpovědného úkolu provedla rozbor práce se státními družstvy, prověřila již dříve vypracované plány přípravy a učinila konkrétní opatření.

Státní trenéři spolu s trenéry olympijských družstev a místními trenéry — absolventy kursů pro dobrovolné trenéry, vypracovali všem reprezentantům — pochopitelně v úzké spolupráci s nimi — osobní treningové plány, ve kterých byly stanoveny postupné cíle, k nimž se příprava reprezentantů zaměřovala. Kontrola plnění trainingových plánů byla prováděna individuálně trenéry, a ve výcvikových táborech v srpnu pro klasické disciplíny v Jedovnici u Brna, pro sjezdaře na Kežmarské chatě a v Píjnu pak společně pro všechny disciplíny v Lomnici n. Pop., kde byla prověřena celková fyzická připravenost členů olympijských družstev.

Podle rozborů trenérské rady je fyzická připravenost reprezentantů dobrá a podle výsledků, které dosahují v kontrolních zkouškách doplňkových disciplín, se proti stavu v minulém roce značně zlepšila.

Spolu s kontrolou plnění trainingových plánů, probíhá prověrka plnění plánů studijních, které sledují všeobecné zvýšení osobních kvalit každého reprezentanta

s hlavním zaměřením na svládnutí základních otázek marxismu-leninismu, současně mezinárodní situace, jakož i podrobné seznámení s hospodářsko-politickou situací států, kde se reprezentanti zúčastní sou-  
těží.

V druhém bodě bylo uloženo vypracovat směrnice pro jednotné vedení treningu a náviku techniky jednotlivých disciplín, jakož i zlepšení práce dobrovolných trenérů.

Směrnice s tímto obsahem jsou podrobně zpracovány a jsou vydány ve formě přednáškové osnovy. Budou jistě platným pomocníkem při náviku jednotlivých disciplín, neboť sjednocují dosud rozříštěné názory na vlastní způsob metodiky náviku. Na směrnících pracovali nejen státní trenéři, ale i trenéři z řad bývalých vynikajících závodníků.

Pro zkvalitnění trenérské práce a rozšíření stavu dobrovolných trenérů byl v srpnu dokončen již pátý kurs, který probíhal v letošním roce po první formou dálkového studia. Tato forma umožnila řadě bývalých závodníků a reprezentantů, kteří se dříve nemohli zúčastnit měsíčního internátního školení, zkvalitnit jejich theoretické i praktické zkušenosti. Tak bylo vyškoleno 30 nových dobrovolných trenérů, jejichž práce se v dohledné době jistě projeví.

Pro zlepšení výcviku na úseku závodního lyžování především mládeže, provedli členové ústřední trenérské rady instruktáže spojené s promítáním filmů ve všech krajích. Podle předběžné, neúplné statistiky navštívilo tyto instruktáže přes šest tisíc lyžařů. Dobře zajistily instruktáže kraje Liberec, Hradec, Budějovice a Pardubice, slabě pak Karlovy Vary a vůbec instruktáže neprovedl kraj Olomouc.

Pro úplnost hodnocení úseku trenérské rady je nutno uvést, že byly zavedeny patronáty trenérů a reprezentantů nad SŠD a SŠM, což jistě přispěje ke zlepšení výkonů mládeže, které sdružují.

Lyžařští pracovníci jistě uvítají, že byly před několika týdny dokončeny dva instruktážní lyžařské filmy — jeden o letní přípravě všech disciplín a druhý o běhu na lyžích. Filmy přijdou v nejbližší době do půjčoven Čs. stát, filmy ve všech krajích.

Ústřední trenérská rada uložené úkoly v přechodném a přípravném období splnila dobře. Aby její práce mohla být hodnocena ještě lépe, je třeba, aby se v příštím období také více zaměřila na řízení práce krajských trenérských rad. Stále musí ve své práci dbát o zlepšení politické úrovně trenérů všech stupňů, hlavně pak trenérů státních družstev. Je třeba, aby také v plánu na rok 1955 pamatovala, že je vždy rozhodující zaměřit se na hlavní úkoly a neřítit pozornost drobnými, momentálně druhořadými úkoly. Důležité je nepřecházet

z úkolu na úkol, aniž by byl jeden úplně vyřešen.

Třetí bod usnesení ukládal ústřední sekci prohloubit výchovnou práci činovníků.

Propagačné výchovná komise ústřední sekce přes to, že prakticky teprve v době konání jarního plenu začínala pracovat v novém složení, vykonala již značný kus práce. V pravém slova smyslu funguje tato komise necelé půl druhého roku. Z dřívější práce zůstalo málo dokladů, málo zkušeností a dokonce z bývalé komise nezůstal ani jediný funkcionář. Tato skutečnost práci komise značně ztěžovala a ukázalo se, že samo předsednictvo sekce nedokázalo najít správné formy a metody této práce a propagačné výchovnou komisi dobře neřídilo. A hlavně nekontrolovalo její práci. Více se o této práci a její důležitosti hovořilo, než se skutečně konkrétně zajišťovalo.

Úkolem komise bylo vypracovat a vydat jasné, konkrétní směrnice pro propagačné výchovnou práci pro všechny formy naší činnosti. Tento úkol komise dobře splnila, což potvrdil celostátní aktiv předsedy propagačné výchovných komisí pořádaný v září t. r. v Praze. Je nyní na ústřední komisi, aby provedla dodržování a uplatňování vydaných směrnic v praxi, aby čerpala zkušenosti z práce propagačné výchovných komisí krajských sekcí, z práce v lyžařských oddělech a tyto zkušenosti uplatnila při své další práci.

Je třeba, aby se v příští etapě své činnosti, a to hlavně nyní před závodním obdobím a také v jeho průběhu, zaměřila na plné využití všech propagačních prostředků k podstatnému zlepšení propagace lyžařského sportu.

Je všeobecně známo, že sebelepší práce ústředních komisí se nemůže účinněji projevit ve vlastním hnutí, jestliže dobře nepracují — nebo dokonce ani nejsou vybudována — převodová kola, to znamená příslušné orgány u krajských sekcí. Tato zásada platí především u propagačné výchovné práce.

Vzhledem k tomu, že usnesení plenu ukládalo na úseku propagačné výchovné konkrétní úkoly také krajským sekcím, je třeba uvést i hodnocení s tohoto hlediska.

Celostátní aktiv předsedy propagačné výchovných komisí v září t. r. při provádění rozboru výchovné a propagačné činnosti potvrdil, že tento úsek zůstává stále nejslabším článkem činnosti lyžařských složek, a že hlavně výchovná činnost je našimi činovníky opomíjena a podceňována. Potvrdila to již vlastní účast na aktivu a diskuse, která oprávněně budila dojem, že mnohé lyžařské sekce krajů vyslaly na aktiv pracovníka, kterému se momentálně hodila cesta do Prahy a který nemá s propagačné výchovnou prací co dělat. To potvrzuje také

špatný výběr funkcionářů pro tento úsek. Kladně je možno hodnotit zájem a diskusní příspěvky soudruhů Šámala z Liberce, Sejků z Českých Budějovic, soudruha Balcara z Ostravy a soudruha Kuneše z Vysokých Tater. Ostatní pak se ve velké části zúčastnili aktivu pasivně.

Jedna z hlavních příčin špatné úrovně této práce spočívá v tom, že většina lyžařských funkcionářů, pokládá otázku propagace a hlavně výchovy za skončenou tím, že ustavili komisi, anebo určili pracovníky, kteří by se měli tímto úsekem zabývat. Činnost propagačně výchovných komisí se neprověřuje a neřídí. V mnohých krajích, jako na příklad v Plzni, Karlových Varech, Pardubicích, Olomouci i jinde, pověřili vždy funkci předsedy propagačně výchovné komise pracovníka, který bývá zpravidla v této funkci jen pro formu a nezná ani rozsah své práce. Výběr těchto činovníků není tudíž prováděn odpovědně, a práce se „přidělí“ tomu pracovníku, který se do některé z ostatních komisí nevešel. Propagační a hlavně výchovná práce není však věcí pouze propagačně výchovných komisí a jejich pracovníků. Tento úsek musí do své práce zařadit hlavně trenérské rady, UMK, komise rozhodčích a další, neboť trenéři, cvičitelé a rozhodčí se nejvíce dostávají při výkonu svých funkcí do přímého styku se závodníky a lyžařským hnutím a mají proto největší možnost výchovu usměrňovat a vést. Je třeba se tímto nedostatkem vážně zabývat, provést vyhodnocení stavu a učinit opatření k nápravě. Není možné se spokojit jen s organizováním sportu, s prováděním výcviku a organizováním soutěží, ale je třeba v naší činnosti v první řadě sledovat správné zaměření tělesné výchovy a sportu a v praxi uskutečňovat linii, kterou ukládá strana a vláda.

Čtvrtým bodem usnesení bylo uloženo věnovat zvýšenou péči dorostu a mládeži.

Ústřední komise je si plně vědoma důležitosti tohoto úseku naší práce. S její činností nejsme však plně spokojeni. V malé míře se promítá ve hnutí, a proto také jsou tím více patrné nedostatky v oddílech a sekcích. Úsek mládeže je také nejslabším úsekem naší činnosti, a při tom je jedním z nejdůležitějších. Bez široké základny mladých lyžařů budeme těžko zvyšovat úroveň našich závodníků.

Již na zimní spartakiádě v Tatrách se také v plné šíři projevilo, že sportovní úroveň finalistů SHM snese přísnější měřítko pouze v malé části. Většina dorostenců a dorostenek zůstává pak svými výkony daleko za ostatními.

Technické výsledky finale SHM opět potvrzují, že úsek mládeže je zanedbáván, že komise mládeže v krajích a TSO dobře nepracují a že také trenéři a cvičitelé pomá-

hají málo a nedostatečně komisím mladé a nevěnují se výchově a výcviku mladých závodníků. To jsou hlavní příčiny špatné situace na úseku mládeže.

Že i lyžařské sekce krajů jsou si plně vědomy tohoto nedostatku, ukázal celostátní aktiv předsedů komisí mládeže, který provedl v říjnu tohoto roku ústřední komise. Na aktivu byl proveden rozbor situace a v referátech a diskusích byly základní otázky vysvětleny.

Je velmi potěšitelné, že nejen účast, ale i diskuse na tomto aktivu byla dobrá. Svědčila o tom, že pracovníci, kteří se aktivu zúčastnili, mají zájem o práci s mládeží, rozumí jí a mají největší snahu se vypořádat se všemi nedostatky tak, aby vychovávali našemu lyžařství daleko více mladých závodníků — budoucích reprezentantů a mistrů sportu — než dosud. Dále byl v referátu proveden rozbor práce jednotlivých komisí ústřední sekce.

K práci předsednictva LS SVTVS jako celku je třeba zdůraznit, že jeho kladem je činnost podle celoročního plánu, rozpracovaného na čtvrtletní a měsíční plány. Úroveň schůzí se také zlepšila zpracováním předloh.

Práci předsednictva ústřední sekce a všech komisí je třeba zlepšit v přímém řízení krajských sekcí a příslušných komisí. Mnohdy dobré náměty zůstanou pouze v komisích ústřední sekce a nedostanou se do hnutí. Celostátní aktivity, které se konají převážně 2krát do roka ve všech důležitých úsecích naší činnosti, jsou jistě velkým přínosem pro práci krajských sekcí. Nestačí však, jak se ukazuje k přenesení a zajištění všech úkolů. Proto je třeba více jezdit do krajů, zúčastňovat se porad, aktivů a akcí krajských sekcí, případně i komisí a tam účinně pomáhat. Chybí také důsledná kontrola plnění úkolů, což je jistě také závažný nedostatek.

Dnes, kdy již jsou všechny základní směrnice a pokyny pro správnou činnost hnutí zpracovány, bude třeba, aby ústřední sekce prověřovala jejich plnění a pomáhala osobní instruktáží více k jejich realizaci. Proto také tato forma práce je vytyčena v hlavních úkolech ústřední sekce pro příští období.

Je třeba hovořit o spolupráci s lyžařskou sekcí SLVTVS. Spolupráce se hlavně uskutečňuje účastí předsedy slovenské sekce nebo jeho zástupce na schůzích předsednictva sekce v Praze. Po zimní spartakiádě nastaly v naší práci určité nesrovnalosti, které byly podrobně prodiskutovány na schůzi předsednictva sekce. Kriticky byly zhodnoceny příčiny nedostatku, takže dnes je třeba konstatovat, že spolupráce je dobrá a bude jistě při-

nosem pro další rozvoj lyžařského sportu, jak v českých zemích, tak i na Slovensku.

### STRUČNĚ K PRÁCI KRAJSKÝCH SEKCI

O plnění úkolů vytyčených usnesením jarního pléna pro krajské lyžařské sekce bylo již hovořeno při hodnocení práce ústřední sekce a jejích komisí, vzhledem k tomu, že se úkoly prolínají.

Budu se proto stručně zabývat otázkou, jak se ústřední sekci jeví práce sekcí krajských. Pracovníci ústřední sekce navštívili v letech a podzimních měsících některé KVTVS, kde se zúčastnili schůzí lyžařských sekcí, aby tak poznali problémy v tom nebo onom kraji, pomohli na místě krajským pracovníkům vyřešit některé úkoly a osobně přenesli úkoly ústřední sekce na sekce krajské. Při těchto instruktážích jsme získali cenné poznatky pro naši další práci. Ověřili jsme si, jak se na nižších složkách promítají některá usnesení nebo opatření, vycházející z ústřední sekce a jaké jsou jejich praktické výsledky. Přesvědčili jsme se, že jsou lyžařské sekce krajů, které pracují dobře, a vytyčené úkoly plní. Přesvědčili jsme se, že jsou i lyžařské sekce okresů, které také dobře pracují a plně chápou úkoly a poslání lyžařského sportu, a že jsou již na mnohých místech samozřejmě zásady celoroční činnosti.

Znovu jsme si ověřili, že zájem o lyžařský sport je, že je třeba jej organizačně podchytnout, dát mu správné vedení, t. zn. organizovat v dobře pracujících oddílech, výskolnit technicky zdatné a politicky uvědomělé cvičitele, trenéry a ostatní funkcionáře, kteří plně chápou význam a poslání lyžařského sportu, při výchově něho člověka.

Přesvědčili jsme se však také o tom, že je ještě řada lyžařských oddílů, a není jejich málo, že je ještě řada okresních a dokonce i několik krajských lyžařských sekcí, které pracují starým, „osvědčeným“ způsobem a plně dodržují „zásadu sezónnosti“, o které je dnes všeobecně známo, že nemůže přinést zlepšení výsledků naší společné práce.

Přesvědčili jsme se, že ještě mnohde žijí lyžařské oddíly odtržené od každodenního života, že nejsou plně zapojeny do celkových otázek života jednoty, a svých závodů a pracovišť. Vidí prostě ve své činnosti stále jen a jen vlastní ježdění na lyžích a ostatní otázky, které jsou základními úkoly tělovýchovných a sportovních organizací naprosto opomíjí.

Je opravdu těžké dělat zásadní pořadí v práci krajů. Jistě nám v tomto směru situaci na příštím zasedání ulehčí soutěž

mezi KVTVS, jejíž dílčí zhodnocení provedeme již dnes. Pokusím se rozdělit kraje jako vždy do tří skupin.

Mezi dobře pracující kraje zařazujeme Liberec, Ostravu, MV Praha, České Budějovice, Hradec Králové a do budoucna je třeba i počítat s lyžařskou sekcí Gottwaldov, kde se práce v přechodném a hlavně nyní v přípravném období značně zlepšila.

Uvedené kraje pracují podle plánu, úkoly uložené ústřední sekci plní v termínech a hlavně, a to je v jejich práci nejcnější, mobilisují a řídí práci okresních sekcí. Jsou si dobře vědomy, že podstatných výsledků nelze docílit bez dobře pracujících okresních sekcí hlavně v těch oblastech, kde jsou pro rozvoj lyžařského sportu přirozené podmínky. Dobře si v tomto směru vede hlavně kraj Ostrava, Hradec Králové a MV Praha, kde pravidelně dojíždí do schůzí okresních sekcí, svolávají aktivy předsedů okresních sekcí, a tak jejich práci nejúčinněji pomáhají. Kladem jejich práce je dobrá činnost trenérské rady i UMK, které dobře zajišťují plnění úkolů na svých úsecích.

V tomto směru by měla ještě zlepšit práci sekce v Č. Budějovicích, aby tak mohla být plně počítána mezi dobře pracující sekce. Sekce v Č. Budějovicích zaktivovala přípravu přeboru ČSR v běhu na 50 km, který připravují velmi odpovědně. Potvrdilo se tak, že je třeba pořádání vrcholných soutěží svěřovat na příště častěji těm krajům, na které bylo v tomto směru v několika posledních letech zapomínáno.

Kladem práce uvedených krajů je i aktivní účast na organizaci DZBZ, a to jak rozhodčích, závodníků i ostatních organizačních pracovníků. Dále je třeba zdůraznit správnost práce sekcí v Liberci, Hradci, Ostravě, Gottwaldově i Praze, které dávají možnost svým závodníkům prověřit si fyzickou připravenost v mezikrajských utkáních v lehké atletice, v plavání, kopané i jiných hrách, jakož i organizování lyžařských přespolních běhů.

Budou-li i ostatní lyžařské sekce krajů pracovat tímto způsobem, nebudeme muset mít obavy o stálý rozvoj lyžařského sportu nejen do masovosti, ale i výkonnosti. Do druhé skupiny patří kraje Jihlava, Plzeň, KV Praha, Ústí n. Lab. a Olomouc.

Tyto kraje přestože pracují velkou dobrou měrou by ve své práci přidat. Obzvláště Jihlava, Plzeň a Olomouc, které vždy patřily mezi velmi dobře pracující. V poslední době ve své práci polevily, což se projevilo ve výsledcích. Sekce v Jihlavě se příliš ve své práci zaměřuje na Nové Město na Moravě. V Olomouci se stále obje-

vuji neshody mezi aparátem KVTVS, které nepřidávají příliš chutě do práce dobrovolným pracovníkům. V Plzni snad přivodila určitý pokles v práci již třetí změna předsedy během letošního roku. KV Praha má poměrně těžké podmínky pro práci, neboť trpí nedostatkem sněhu. Přesto však je v sekci řada obětavých pracovníků, kteří práci rozumějí a i jistě jí pomohou. Sekce v Ústí n. L. by měla být ve své práci agilnější a opírat se o ty okresy, které mají dobré podmínky. Pořádání přeboru juniůrů v klasických disciplínách jistě sekci zaktivisuje.

Práce sekci v Brně a Pardubicích během letních a podzimních měsíců stagnovala. V Brně je možno hodnotit dobře práci UMK a sportovně technické komise, jinak se však převážně zaměřují pouze na vlastní Brno, a to jistě rozvoji lyžařství v celém kraji příliš nepomůže.

V Pardubicích pracuje dobře jen trenérská rada. Oba tyto kraje jsou si nejlépe vědomy svých nedostatků a jistě vyvodí patřičné závěry.

Zbývá hovořit o lyžařské sekci v Karlových Varech, která již několik let patří

k nejhůře pracujícím. Úkoly dané ústřední sekci neplní a také se její pracovníci zásadně nezúčastňují celostátních aktivit. Nedostatek je též na ústřední sekci, která tuto situaci dobře zná a přece nevyslala do Karlových Varů v letošním roce některého ze svých pracovníků, aby přičinil této situaci prověřil, a na místě účinně pomohl. Je jasné, a to již jsme konstatovali, že papírovou vojnou situaci příliš nepomůžeme.

To je stručně hodnocení práce lyžařských sekci krajů. Závěrem je třeba zdůraznit, že přes uvedené nedostatky se práce krajských sekci vcelku zlepšila. Lyžařské sekce patří ve velké většině krajů k nejlepším a jsou dávány za vzor ostatním sportovním sekcím.

To je dobré vysvědčení pro lyžařské pracovníky a bude jim jistě pobídkou, a to hlavně těm sekcím, které jsme zadělali do druhé skupiny, aby svou práci ještě zkvalitnili a přispěli tak k dalšímu rozvoji lyžařského sportu."

V závěru svého referátu pak soudruh Pilař opět zdůraznil význam lyžařství v celkovém systému naší tělesné výchovy.

## Plán rozvoje a hlavní úkoly na rok 1956

REFERÁT SOUDRUHA KARLA SMOLY

Hovořím-li o plánu, pokládám za nutné říci o tomto pojmu několik slov. V socialistickém a lidově demokratickém státě je základem veškerého společenského dění plán. Plánem si určujeme hospodářský, politický, kulturní a v něm i sportovní život tak, aby sloužil k blahu lidstva. Proto i naše plány jsou a musí být vědomým řízením tělovýchovného hnutí na úseku lyžařského sportu za jeho další rozvoj pro radost všech, kdož mají rádi naše hory. My jsme již v úvodu hodnotili, že velkým kladem naší práce je právě to, že pracujeme podle celoročních a čtvrtletních plánů. Je třeba je jen více zkonkretisovat a přímo určovat úkoly. Pro příští rok si stavíme úkoly silně mobilisační, úkoly však takové, které se při obětavé práci našich dobrovolných pracovníků dají splnit a zajistit. Skutečnosti ukazují, že nesplněné úkoly v naší práci neznáme.

Hlavním úkolem pro příští období bude — jak nám již uložila celostátní konference — využívat zkušeností z I. celostátní spartakiády, a to po všech stránkách, zejména v otázce masovosti a celoroční činnosti a dále pak v otázce propagačně agitační. Využít všech členů lyžařských oddílů, kteří byli zapojeni v zajišťování I. celostátní spartakiády, ať již jako cvičící, cvičitelé, nebo funkcionáři, aby se stali propagátory základní tělesné výchovy, která je základním článkem tělovýchovy a sportu jakéhokoliv odvětví. Myslím, že tato práce se nám stane jedním z vyšších pomocníků při posuzování a zajišťování celoroční činnosti. V tomhle úkole bude nutno vypomoci cvičitelskému

sboru základní tělesné výchovy našimi cvičiteli proto, že se jeví těchto pracovníků velký nedostatek při velkém zájmu o všeobecnou přípravu. Otázka naplnění hřiště a tělocvičen zdravými a mladými lidmi musí být našim prvořadým zájmem.

Ústřední propagačně výchovná komise pracuje celkem dobře vlivem obětavé práce soudruha Blahouta a potřebuje jen kádrově doplnit. Velmi nízká úroveň této práce na krajích i úsecích se nám plně projevila na celostátním aktivu propagačně výchovných pracovníků v září v Praze. Zúčastnění soudruzi nebyli schopni, až na nepatrné výjimky, hovořit o propagačně výchovné práci na svém úseku, natož ještě o této práci na okre-

sech a oddílech. Dalším nedostatkem bylo, že jsme na aktivu viděli většinou nové soudruhy, než které jsme znali z minulého aktivu, z toho vyplývá, že v této funkci jednotlivé kraje mění pracovníky, a to bez ohledu, zda se na tuto funkci hodí nebo nehodí. Soudruzi předsedové, myslím, že to musí být především vašim zájmem, abyste měli tuto funkci a celou komisi skutečně ustanovenou a obsazenou schopnými funkcionáři, protože práce této komise vám musí být pomocníkem při zvládnutí úkolů. Jinak bude vaše práce stále pokulhávat za celkovým společenským i sportovním životem a úkol uložený nám stranou a vládou budeme plnit povrchně a formálně. S tímto nedostatkem musíme skončit a myslím, že už uběhla již dost dlouhá doba od roku 1948, kdy jsme nastoupili novou cestu výstavby socialismu, abychom poznali a cítili nutnost propagačně výchovné práce a výchovy nového socialistického sportovce. Proto bude zajištění a podstatné zlepšení propagačně výchovné práce jedním z hlavních úkolů na rok 1956. Bude třeba na základě směrnice vydaných ústřední propagačně výchovnou komisí zajišťovat a kontrolovat činnost krajských komisí, a to jak předsednictvem LS KVTVS, tak i ústřední PVK.

Vstupní a počáteční úkol ústřední propagačně výchovné komise spočívá v tom, že:

1. zpracuje plán propagačního zajištění hlavního období se zaměřením na veškerý denní tisk a rozhlas. Projedná s redakcemi Čs. sportu a Stadionu pravidelné uveřejňování článků a komentářů. Tento úkol projedná na poradě sportovních redaktorů denních i jiných časopisů. Termín splnění nesmí být delší než 15. listopadu.

2. PVK lyžařská sekce SVTVS bude pravidelně v každém čísle časopisu „Lyžařství“ uveřejňovat články vysvětlující konkrétní formu, jak je třeba provádět propagačně výchovnou práci v lyžařských oddílech a sekcích.

Jestliže až doposud se velmi často hovoří o nutnosti výchovné práce, kterou pocítujeme v denní praxi sami, je třeba přejít od mluvení k jejímu uskutečňování v hnutí. Kdyby to dělal propagačně výchovný pracovník sám, neudělal by téměř nic. Tento úkol je věcí všech funkcionářů, zejména trenérů, učitelů, ale i našich předních závodníků a reprezentantů. Dnes si nemůžeme stěžovat na to, že nemáme požadavky výchovy, a že nevíme čím začít. Máme zcela konkrétní a vědecky přesně zpracované směrnice, které mají vaši předsedové PVK, které jsou nám směrnici pro tuto činnost. Máme

osnovy o propagačně výchovné práce čís. 30, které uvedené směrnice doplňují. Záleží jen na nás, do jaké míry je uvedeme v život v okresech i oddílech. Je třeba vycházet z pravidla, že výchovné prakticky na naše hnutí a svěcení působí celý život, prostředí, ve kterém žijeme, Organizace a účelnost při tom hrají důležitou úlohu. Ale, aby člověk nepodlehli třeba nezdravému působení prostředí a okolí, je nutné, aby byl politicky vyspělý. Proto ve výchově je jejím nejdůležitějším prvkem politická výchova. A v ní musíme vidět vedle organizace našich akcí těžiště své činnosti.

Abychom zachovali určitou metodu v rámci ústřední sekce, doporučuji přijmout v tomto směru hlavní úkoly:

3. Do konce roku 1955 prostudují všichni členové ústřední a krajských lyžařských sekcí směrnice pro výchovnou činnost a k objasnění jejich zásad provedou v provincii seminář. Jeho termín oznámí ústřední sekce.

Ve všech celostátních aktivech vyhodnotí výchovnou práci s důrazem, do jaké míry byla zaesena z různých odvětví naší činnosti a s důrazem na její účinnost. Ústřední PVK bude spolupracovat s TR při sestavování ideové náplně soustředění reprezentantů a občasnou kontrolou se přesvědčí, jak je plánovaný program plněn. Termín plnění tohoto úkolu bude vyplývat z plánu krajů a z plánu soustředění reprezentantů.

Hovořil jsem o některých problémech a úkolech, které jsou pro propagačně výchovnou práci nejdůležitější. Vzhledem k tomu, že se začíná s plánovitým propagačním zajištěním jednotlivých soutěží a že směrnice PVK je nutné ověřit a proto jedním z hlavních úkolů je.

4. PVK lyžařská sekce SVTVS připraví návrh na zajištění celostátních přeborů a mezinárodních závodů uo stránce propagace a agitace. Úkol termínujeme do 15. listopadu.

5. VK lyžařská sekce SVTVS zpracuje propagační zásady pro hlasatelskou službu. Tyto úkoly, které jsem zde jen stručně uvedl, pokládejte za hlavní úkoly pro období roku 1955—1956 na poli této činnosti.

Na tom, jak budou tyto úkoly v termínech a kvalitně zpracovány, budou záležet dobré či špatné propagačně výchovné práce odshora až dolů. Jsou to úkoly veliké, avšak bojovnost a kvalifikace soudruha Blahouta zaručuje, že budou jistě splněny. — Propagačně výchovné práci věnovat zvýšenou pozornost a v případě potřeby se v prvopokladku do práce této komise sami zapojit.



## VĚTŠÍ POZORNOST MLÁDEŽI

Dalším úkolem, kterému budeme věnovat zvýšenou pozornost, je úsek mládeže, který též zůstává slabým místem v naší práci. Poslední celostátní aktiv pracovníků s mládeží sice již ukázal vzestupnou úroveň v práci s mládeží, přesto však bude třeba tento důležitý úsek ještě ve zvýšené míře podporovat a pomáhat mu zajišťovat jeho úkoly. Myslím, že úsek mládeže se nám musí stát hlavním článkem naší práce, protože budoucí rozvoj a reprezentace lyžařství je závislá na dnešní práci s mládeží, a to ve všech úsecích naší činnosti, ať již ve sportovní technickém, učebně metodickém, trenérské radě neb propagačně výchovném. Dnes, kdy je uvolněn členství a každý mladý člověk může pěstovat sport tam, kam ho táhnou kamarádské vztahy kolektivu, jsou podmínky pro zmasovění lyžařského sportu daleko snazší než dosud. Skutečností nám již ukazují, že dosavadní tělocvičny a hlavně cvičitelé nemohou obsáhnouti masu mladých lidí, kteří se nám přímo hrnou do tělocvičen. Předpokládám, že v této míře bude tento nápor v zimě i na naše hory a sněž. Budé na nás záležet, jak budeme dovést organisovat naše hnutí v mládeži a jaké příležitosti jim vytvoříme a dáme. Pro zajištění všech předpokladů, které si vyžádá mládežnické hnutí, vyplývají pro komisi mládeže ve spolupráci s ostatními komisemi tyto základní úkoly:

1. Na úseku propagace daleko více rozvinout propagačně agitací práci v zajišťování všech soutěží mládeže jako běh pionýrských novin, náborové závody mládeže zvláště pak SHM, kterých se musí zúčastnit v roce 1956 50.000 mladých lyžařů. Propagovat mezi mládeží lyžařský sport využitím všech propagačně výchovných metod práce, pak tisk a besedy.

2. Na úseku soutěží prosadit nekompromisní zásadu, aby při každém závodě dopředy byl vypsan i závod pro mládež. Rozšířit počet závodů pro mládež pořádáním takových, které mají převážně náborový masový charakter (na příklad mezi sousedními vesnicemi, mezi školami, internáty, v rámci družby a pod.). Do letošních náborových lyžařských běhů zapojit co největší počet mládeže hlavně záčátečníků v závodění. Dát lyžující mládeži organisováním závodů příležitost na všech obdobích roku k plnění norem PPOV a zvyšovat počet nositelů výkonnostních tříd mládeže.

3. Na úseku učebně metodickém: nejschopnější mladé lyžaře přednostně zařazovat do ŠSD a předávat plánovitě péči trenérských rad.

Všestranně podporovat výchovně výchovně výchovně zájazy mládeže z továren, měst a venkova do přírody a hor.

Pro cvičitele mládeže pořádat zvláštní odborné školení.

Ještě letošní zimu uspořádat soustředění mládežnických závodníků jak ústředně, tak i v krajích. Při všech srazích cvičitelů projednávat otázky mládeže.

4. Na úseku organizačním: dobudovat komise mládeže přizváním zainteresovaných pracovníků, na příklad okresního vedoucího pionýrů, zástupce krajského výboru ČSM, tělovýchovných učitelů, pracovníků okresních a krajských pedagogických sborů a j.

Ústřední lyžařská sekce naváže nejúžší kontakt s ministerstvem školství a projedná některé důležité problémy ve spolupráci.

Evidovat počty účastníků soutěží mládeže, zvláště SHM a podat o průběhu těchto soutěží zprávu lyžařské sekci SVTVS do 30. 4. 1956.

5. Komise mládeže SVTVS bude pravidelně zveřejňovat v časopise „Lyžařství“ ukázky rozpracovaných učebních programů a plánů pro lyžařský výcvik mládeže a vzory cvičebních hodin a treningové deníky našich nejlepších závodníků.

6. Provádět pravidelnou kontrolu práce komise mládeže v krajích, jak zajišťuje a plní úkoly a směrnice z celostátního aktivu komise mládeže v říjnu 1955. Kontrolovat činnost ŠSD, jak uskutečňuje celoroční plán činnosti a ovlivňovat výběr učitelů a ředitelů v těchto ŠSD. Pomáhat, aby výkonnost žáků ŠSD se zvyšovala, aby při vrcholných závodech SHM žáci ŠSD se pronikavěji uplatnili, než tomu bylo dosud.

## O PRÁCI UČEBNĚ METODICKÉ

Nyní k úkolům na úseku učebně metodické práce. Tento úsek pokládám za rozhodující v otázce masového rozvoje v lyžařském sportu. Je si nutno se vší vážností uvědomit, že cvičitel a cvičitelský sbor jsou základním pilířem veškerého tělovýchovného a sportovního hnutí po stránce technické, metodické i výchovné. Cvičitel musí být osou, podle které se nám bude správně technicky i ideově roztáčet celkový rozvoj lyžařského sportu. Pro zajištění výcviku ve hnutí máme sice vyškolených cvičitelů víc než dost, avšak těch, kteří nám skutečně pracují, je málo. Bude nutno provést prověrku práce cvičitelů a pověřovat touto čestnou a hrdou funkcí jen ty, kteří jsou nám zárukou v této práci po stránce technické i ideově výchovné, a kteří cvičitelství dělají s láskou k lyžařskému sportu a k lidem, které učí.

Vzhledem k tomu, že v příštím období počítáme s podstatným rozšířením členské základny, musíme zajistit zkvalitnění celoroční činnosti lyžařských oddílů. Učeb. metod. komise zajistí vyškolení víc než 500 dalších pomocníků cvičitelů a na základě zkušeností a poznatků za poslední 3 léta přepracují „Vzorové učební programy a plány celoroční činnosti lyžařských oddílů“. Myslím, že na tomto poli působnosti můžeme nejlépe využít výsledků I. celostátní spartakiády k dalšímu masovému rozvoji lyžařského sportu a prohloubit celoroční práci oddílů. Za tímto účelem se ukládá učebně metodickým komisím ve spolupráci s krajskými sekcemi konkrétní úkol: zajistit, aby do konce roku 1956 byl stav členů lyžařských oddílů zvýšen o 20 procent a aby do konce roku 1956 uplatnilo nejméně 50% lyžařských oddílů vzorové učební programy ve své práci. Dalším bezprostředním úkolem před UMK a krajskými sekcemi je zajištění a provedení II. části srazů lyžařských cvičitelů na sněhu za účelem zkvalitnění vlastního lyžařského výcviku v oddílech a seznámení se správným postupem podle schválené metodické rady. Při všech srazech, kurzech a masovém lyžařském dění zajistí UMK přes krajské sekce, aby byla plně využívána směrnice pro výchovnou práci cvičitele vypracované ústřední propagačně výchovnou komisí. Zdůrazňují to proto, že v této části práce mají naši cvičitelé ještě velkou mezeru. Jedním z dalších základních úkolů pro UMK je zajištění úzké spolupráce s nově vytvořenou sekcí turistiky, a to proto, že turistické oddily ve své plánované činnosti mají v zimním období lyžařské turistické zájezdy. Naši snahou musí být, aby tyto lyžařské zájezdy a výcvik na nich byl veden v duchu našich směrnic, hlavně v otázce lyžařské metodiky. Zde bude jistě velmi široká základna, kde musíme mít zájem přiblížit lyžařský sport dalším tisícům zájemců.

V hlavním období se musí pracovníci učebně metodické komise ještě více zaměřit na zlepšení práce v lyžařských školách n. p. Turista. V minulém období bylo dosti stížností na tuto spolupráci n. p. Turisty. Myslím, že my odpovědní funkcionáři na úseku lyžařského sportu musíme mít prvořadý zájem, aby všude tam, kde se náš sport provádí, byl provázen správně metodicky a systematicky ke zdraví a radosti všech, kdož ho provozují.

Učebně metodické komise nesmějí též zapomínat na soustavné plnění disciplin PPOV, což spadá do její péče. Hlavně pak disciplíny týkající se lyžařského sportu. Ovšem i v létě je plnění disciplin PPOV základním pomocníkem v rámci celoroční činnosti oddílů.

Trenérská rada je nyní ve vrcholné přípravě olympijského družstva a přebornických soutěží. Možno již dnes říci, že cílevědomá práce na základě plánovaných úkolů již slaví dobré úspěchy v připravenosti našich závodníků. Bude snad třeba se více zaměřit na sladění práce trenérů v běžeckých disciplínách. Nyní mají před sebou závodníci již jen vlastní technickou přípravu na sněhu. Věřím, že právě tak tvrdě, jako byl veden training na suchu, bude veden i training na sněhu a pak se již výsledky hlavně na olympiádě dostaví samy. Základním úkolem trenérské rady a našich závodníků v hlavní sezóně je splnit závazek, který si dali, t. j. být ve všech disciplínách na olympiádě do 10. místa. Po olympiádě čeká naše závodníky ještě vzorná reprezentace a velké boje na všech našich přebornických a mezinárodních soutěžích: Trenérská rada v příštím roce jako jeden z hlavních úkolů zajistí prostřednictvím besed a instrukcí na sněhu i v tělocvičně přenesení zkušeností ze zimních olympijských her do širokých vrstev závodníků. Dále provede doškolení a aktivisaci dobrovolných trenérů a provede možnosti zapojení starších závodníků do doškolovacího semináře. V hlavním období se trenérská rada musí daleko více než dosud zaměřit na výběr a správný training mládeže, protože zde musíme vidět celý základ naší další práce.

Předpoklad dalších úspěchů je odstranění nedostatky ve výchovné a pedagogické práci a s tohoto hlediska bych chtěl k práci trenérské rady připomenout, že v příštím období daleko více než kdykoliv jindy nám bude záležet na ideologické úrovni našich závodníků, a to protože budeme mít veliký mezinárodní styk hlavně s kapitalistickými sportovci. Při těchto stycích se nám musí projevovat přednosti výchovy socialistického sportovce v celém jeho chování a sportovními výkony. Sport a sportovní styky jsou dnes nejspěšnějšími mírovými zbraněmi a jak skutečnost ukazuje sportem se vždy zahajují první přátelská podání ruky mezi národy.

Další úkoly trenérské rady bude provedení od ledna do března instrukcí na sněhu, a to při soustředěních krajských družstev a na významnějších závodech. Při zahájení každého trainingového období rozešle metodické dopisy, a to osobně pro trenéry a pro všechny závodníky.

Dále bude nutno zlepšit práci trenérských rad na KVTVS i TSO v tom, že je třeba více starostí věnovat práci v okresech a oddílech a těmto nižším složkám pomáhat osobně i instrukcemi.

Věřím, soudruzi, že na tomto úseku prá-

# LYŽAŘSKÝ KALENDÁŘ NA ROK 1956

M. DUFFEK

Předkládáme kalendář lyžařských soutěží na rok 1956. V některých případech není kalendář ještě zcela přesný a úplný, což bylo zaviněno neúplným hlášením některých kraji. Přesto však bude dobrou pomůckou všem závodníkům k naplánování závodní činnosti na celé období.

Předsednictvo lyžařské sekce SVTVS stanovilo některé závody jako kvalifikační a jako výběrové. Na závodech takto označených mohou závodníci splnit technický limit I. výkonnostní třídy nebo třídy mládeže. Podle výsledků výběrových závodů sestaví TR SL SVTVS návrh pro zařazení závodníků do státního družstva nebo do družstva mladých. Závody jsou označeny takto:

K — závody kvalifikační,

V — závody výběrové pro dospělé,

VJ — závody výběrové pro juniory,

VD — závody výběrové pro dorost.

# Lyžařský celostátní kalendář na rok 1956

Druh závodu	Termín	Název podniku	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
<b>Prosinec:</b>						
K. K.	23.	Kořenovský běh	běh	Kořenov	M Ž J D	Slavoj Kořenov
K. V.	31.	Pohár Harrachovských sjezdáren	sjezdový ženy 5 km	Harrachov	M Ž	Harrachov
<b>Leden:</b>						
K. V.	1.	Veřejný skok	skok prostý	Harrachov	M J D	Harrachov
K. V.	7.—8.	Velká cena města Lomnice n. Pop.	skok prostý sjezdový +	Lomnice n. Pop.	M Ž J D	Slavoj Lomnice
K. V.	7.—8.	Veřejný závod v klasických a sjezdových disciplínách	sjezdové	Pláně pod Ještědem	M Ž J D	
K.	8.	Veř. — skok, sjezdový běh	skok, sjezdový běh	Vilémov u Šluknova	M Ž J D	Jiskra Vilémov
K.	8.	Propagační běh Rudé hvězdy u Sokola	běh	Rokytnice	M Ž J	Rokytnice
K.	8.	Pohár automobilových závodů	15 km	v Orlických horách Vrchlabí	M	Spauteak AZNP
K.	8.	O šit vesnice	skok	Hrabenov	M J D	KV TSO Sokol
K.	8.	Veřejné závody	sjezdové	Tatr. Lomnice	M Ž J D	Jiskra Kežmarok
K.	8.	Veřejné závody	15 km	Tatr. Lomnice	M	Tauran Tat. Lomnice
K.	8.	Veřejné závody	sialom	Rača	M Ž J D	MVTVS Bratislava
K.	8.	Veřejné závody	skok, běh	Kamzík	M Ž J D	MVTVS Bratislava
K.	8.	Memoriál O. Pokorného	15 km, 5 km	Třebíč	M Ž J	ROH Třebíč
K.	16.	Veřejný běh	15 km	Vratislavice	M J J	Jiskra Vratislavice
K.	15.	Veřejný závod štafety	štafety	Horní Brumná	M Ž J	Sokol Hor. Brumná
K.	14.—15.	Veřejný běh	6, 15 km	Liberec	M Ž J	Vys. stroj. škola Liberec
K. V.	15.	Veřejný závod	15 km, skok	Náchod	M Ž J	Jiskra Náchod
K. V.	15.	Veřejný závod	klasické	Rožnov	M Ž J D	Jiskra Rožnov—KV Gottwaldov
Ksk Vsk DJ	15.	Jihlavská patnáctka	15, 5 km	Čerňek	M J D	KVTVS Jihlava
Ksk Vsk DJ	15.	Veřejné závody	skok	Hronec	M J D	Spauteak Hronec
Ksk Vsk DJ	15.	Memoriál J. Svermy	skok	B. Bystřice	M Ž J D	UV TSO ROH
Ksk Vsk DJ	15.	Veřejné závody	skok, běh sjezd	Klet	M Ž J	Spauteak Motor
K. Vsd JD	21.—22.	Přebor MVTVS Bratislava	klasické	Kamzík	M Ž J	Ces. Budějovice
K. Vsd JD	22.	Putovní cena MNV, ONV Náchod	obří sialom	Náchod	M Ž J D ml.	MVTVS Bratislava
K. Vsd JD	21.—22.	Memoriál J. Německého	sialom	Náchod	M Ž J D	Jiskra Náchod
K. Vsd JD	21.—22.	Zlatá lyže Československé výsady	klasické	Nové Město n. Mor.	M Ž J D	Tauran Nové Město n. M. KVTVS Jihlava
K. Vsd JD	20.—22.	Krajský přebor Brno, Jihlava	klasické	Nové Město n. Mor.	M Ž J	KVTVS Brno
K. Vsd JD	21.—22.	Pohár Beskyd	skok	Ostravice	M J D	DSO Sokol
K. Vsd JD	21.—22.	Mezikrajské utkání Plzeň—České Budějovice	klasické	Hojsova Stráž	M Ž J D	SL KVTVS Plzeň

Druh závodu	Termín	N á z e v p o d n í k u	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
	22.	Veřejný závod	skok	Beohyně	M J D	Bechyně
	21.—22.	L. část krajského přeboru Ústí n. L.	klasické	Privšná Chomutov	M Ž J D	SL KVTVS Ústí n. Lab.
	21.—22.	Štít vesnice	běh ml. skok	Ostravice	M Ž J D ml.	ÚV TSO Sokol
	21.—23.	Krajský přebor Ostrava	sjezd	Pustevny	všechny	SL KVTVS Ostrava
K. Vběh JD	21.—22.	Bezroučkov memorál	běh	Zvolen	M Ž J D	Lokomotiva Zvolen
	22.	Veřejný závod	skok, běh	Tisovec	M Ž J D	OVTVS Hnědáč
	22.	Veřejný závod	skok	B. Bystrica	M J D	Spantak Hronec
	22.	X. roč. Schejbalových štafet	štafety	M. Svatoňovice	M Ž J D	Baník M. Svatoňovice
	22.	Pohár Jesťebních hor	skok	M. Svatoňovice	M J D	Baník M. Svatoňovice
	22.	Veřejné štafety	4×10 km	Kraslice	M	SL KVTVS K. Vary
K. V.	29.	Veřejný závod I. třídy	5, 15 km skok	Jilemnice	M Ž I. tř.	OVTVS Jilemnice
	29.	Veřejný skok	skok	Vilémov	M J D	SL KVTVS Hradec Král.
	28.—29.	Krad. přebor Hradec Král.	všechny	Jánské Lázně	všechny	Jiskra Náchod
	28.	Vešerní závod při umělém osvětlení	sialom	Náchod	M J Ž	Jiskra Náchod
	24.	Utkání Lomnice—Machov—Náchod—Pardubice	sjezd	Náchod	dosp.	Jiskra Náchod
	23.—29.	Krajský přebor Olomouc	všechny	Barborka	všechny	SL KVTVS Olomouc
	27.—30.	Krajský přebor Ostrava	klasické	Blhá	všechny	SL KVTVS Ostrava
	22.—29.	Krajský přebor Gottwaldov	sjezd, klas.	Dolní Bečvy	všechny	SL KVTVS Gottwaldov
	27.—20.	Krajský přebor Brno	sjezd	Rožnov	všechny	SL KVTVS Brno
	29.	Zdárská třífika	30 km	Pustevny	M	SL KVTVS Jihlava
	28.—29.	Kral. přebor Č. Budějovice	sjezd	Zdár n. Sáz. Klet	všechny	SL KVTVS
	28.—29.	Veřejný závod	klasické	Ražice	všechny	Č. Budějovice
	28.—29.	II. část kral. přeboru Ústí n. L.	10, 15 km sjezd, skok	Nové Město v Kruš. hor.	M Ž J D	OV SOKOL Písek
K.	23.—29.	Krušnohorský pohár	sdraž.	Nové Město v Kruš. hor.	M Ž J D	SL KVTVS Ústí n. Lab.
	28.—29.	Krajský přebor Pardubice	běh, skok	Čes. Třebová	M Ž J D	SL KVTVS Pardubice
	29.	Veřejný závod	skok	Hořsava Stráž	M J D	Tatran Píseň
	29.	Chodská třífika	30 km	Domažlice	M	Jiskra Domažlice
	29.	Memoriál kpt. Rašu a Nováka	běh	Štubské Pleso	M Ž J D	PV V. Tetry
	29.—29.	Krajský přebor MVTVS Bratislava	sjezd	Vrátná dolina	všechny	MVTVS Bratislava
K.	23.—29.	Mezinárodní závody ROH	klasické	Hořsava Stráž	D	ÚV TSO ROH
	28.—29.	Krajský přebor K. Vary	sjezd	Jáchymov	všechny	Baník Jáchymov

Druh závodu	Termín	Název podniku	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pofadatel
				Cortina Harrachov Jilemnice Spícká-Zvěčina	všechny mládež M	KVTVS Liberec OVTVS Jilemnice KVTSO Sokol Hradec Králové
				Machov	M J D	Jiskra Machov
				Valaš. Klobouky Valaš. Klobouky Vsetín Kubova Hut	M Ž J D M M J D M Ž J D všechny	KVTVS Gottwaldov Sportak Gottwaldov Sportak MZŠ Vsetín LS KVTVS C. Budějovice
				Spindl, Mlýn Telnice	M Ž J M Ž J D	LS KVTVS Praha LS KVTVS Ústí n. L.
				Jánské Lázně Svratka Listvá Ondřejník	M Ž J D M Ž M Ž J D M Ž J D	LS KVTVS Pardubice LS KVTVS Pardubice Bank Třinec LS KVTVS Ostrava
				Hojsova Stráž L. Bystrica Spíšská N. Ves Vrutky B. Bystrica Chvatimech Kraslice Kamzík Kamzík Harrachov Spindl, Mlýn	všechny M Ž J D M Ž J D M Ž J D všechny všechny všechny všechny D D všechny určí LS SVTVS	LS KVTVS Plzeň LS SVTVS Bratislava OVTVS Sp. Nová Ves Lokomotiva Vrutky KVTVS B. Bystrica KVTVS B. Bystrica LS KVTVS K. Vary MVTVS Bratislava MVTVS Bratislava LS KVTVS Praha LS KVTVS Hradec Král.
				B. Bystrica Vysoké n. J. Spindl, Mlýn Tanvald Jifetín Harrachov	určí LS SVTVS M Ž J D M J D všechny	LS KVTVS B. Bystrica, Liberec Hradec Králové TOŽ—Sp. Varnsdorf Svazarm
				Kunvald Pustevny Hrabemov Dol, Bečva	M Ž J D M Ž J D M Ž J D M J D	Sokol Kunvald—Náchod KVTVS Ostrava KVTSO Sokol Otomouc Jiskra D. Bečva

## Únor:

	26. 1.—5. 2.	Zimní olympijské hry	všechny			
	30. 1.—5. 2.	Kraj. přebor klas. i sjezd.	orient.			
	4.—5.	Orientační závod 10letých mládež	skok			
K.	6.	IX. ročník závodu o Putovní štít Machova	klasické			
K.	4.—5.	Utkání moravských krajů	skok			
	5.	Veřejný závod	sialom			
	5.	Vsacký pohár III. roč.	klasické			
	4.—5.	Kraj. přebor Č. Budějovice	klasické			
	29. 1.—5. 2.	Kraj. přebor MVTVS Prahaklas. sjezd	klasické			
	4.—5.	III. část kraj. přeboru Ústí sialom	obří sialom			
	4.—6.	Kraj. přebor Pardubice	sjezd. d.			
	6.	Kraj. přebor Pardubice	10, 30 km			
	5.	Veřejný závod	klasické			
	4.—5.	Kraj. pohárová soutěž	sjezd.			
		Sokol Rudá hvězda				
	29. 1.—5. 2.	Kraj. přebor Píseň	všechny			
	4.—7.	Přebor Slovenska	klasické			
	4.—6.	Veřejný závod	běh			
	5.	Obří sialom na Magure	obří sialom			
	4.—5.	Kraj. přebor B. Bystrica	klasické			
	4.—5.	Kraj. přebor B. Bystrica	sjezd.			
	4.—5.	Kraj. přebor K. Vary	klasické			
	4.—5.	Kraj. přebor SHM	sjezd.			
	5.	Kraj. přebor SHM	klasické			
	29. 1.—5. 2.	Kraj. přebor KV Praha	všechny			
K. V.	8.—12.	Mezinárodní závody klasíc. disciplíny	klasické			
K. V.	9.—12.	Mezinárodní týden skoků	skok			
	12.	Veřejný závod	obří sialom			
	12.	Veřejný závod	skok			
	10.—12.	Kraj. přebor Liberec UNV Praha	SZBZ			
	12.	Křtův memoriál	30 km			
	10.—12.	Utkání moravských krajů	sjezd			
K.	12.	Severomorav. pohár, veř. záv. a krajský přebor	skok			
	12.	O pohár Valašska	skok			

Druh závodu	Termín	Název podniku	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
K. Vsk JD	12.	II. ročník veřej. záv.	běh	Slavčín	M Ž J D	Spartak Slavčín
	12.	Memoriál J. Tomáše	běh	Vel. Karlovice	M Ž J D	Tatran Vel. Karlovice
	12.	Veřejný závod	skok	Kubova Huta	M Ž J D	Spartak Sfrakonice
	8.—12.	Krajský přebor dor. SHM	všechny	Harrachov	D	LS MVTVS Praha
	12.	Krajský přebor Pardubic	stafety	Čes. Třebová	M Ž J D	LS KVTVS Pardubice
	12.	Veřejný závod	skok	Ostravice	M J D	Sokol Ostravice
	11.—12.	Celosloven. škol. hry mlád.	klasické	Ražomberok	M Ž J D	Porcer, školství
	12.	Veřejný závod	běh	Ban. Stiaavnica	M Ž J D	Beaňik B. Stiaavnica
	12.	"Drahov"	běh	Sebovec	M Ž J D	OVTVS Sebovec
	12.	Veřejný závod	stalom	Javor	M Ž J D	OVTVS Lučence
	12.	Kraslická třicítka	30 km	Kraslice	M	Tatran Amatér Kraslice
	5.—12.	V. roč. veřej. záv. VTA-AZ	16, 5, 4×10 km sjezd, slalom, skok, hřídky	Pustevny	M	VTA AZ
K. Vb-sdr.	17.—19.	Přebor juniorů ČR	klasické	Nové Město v Kraš. horách	junioři	LS KVTVS Ústí n. L.
	12.—19.	Celostátní přebor TSO	stafety	Harrachov	TSO RH	
K.	19.	Rudá hvězda	skok	Jablonec n. J.	M J	Sokol
	19.	Krakonoský pohár	skok	Líběň	M J D	Jiskra Mladé Buky
	19.	Veřejný závod	obří slalom	Mladé Buky	M Ž J D	TS Slovan Zábřeh
	19.	Rybnorský obří slalom	obří slalom		M Ž J D	
	19.	II. roč. běhu o cenu města Zábřeha	běh		M Ž J D	
	19.	Obří slalom o křišťálový pohár	obří slalom	Val. Klobouky	M Ž J D	Spartak Val. Klobouky
	19.	Krajský přebor SBEZ	SBEZ	Vesetín	všechny	Svazarm Vesetín
	19.	Gotwaldov	běh	Lopeník	M Ž J D	Spartak Bojkovice
	13.—19.	Cena Vel. Lopeníku	všechny	Harrachov	D	LS KVTVS Praha
	19.	Krajský přebor dor. SHM	SBEZ	Dečín	všechny	Svazarm Ústí n. L.
	18.—19.	Krajský přebor SBEZ	klasické	Lysá Hora	M Ž J D	Tatran Ostrava
	19.	Veřejný závod	sjezd	Písek	M Ž J D	Sokol Písek
19.	Kral. přebor TSO Sokol	skok, běh, sjezd	Ostravice	mládež	Ostrava	
19.	Krajský přebor SBEZ	SBEZ	Malá Morávka	všechny	Svazarm Ostrava	
17.—19.	Dálková ližda na lyžích	—	Sušice-Klatovy	M	Tatran Pízek	
19.	Veřejný závod	sjezd, běh	Domazlice	M Ž J D	Slavoj Píšťany	
19.	Pohár Februárového víťazstva	stalom	Brezno	M Ž J D	OVTVS Brezno	
19.	Slalom o Dukelský pohár	stalom	Čerňov	M Ž J D	OVTVS Bardějov	
19.	Memoriál J. Nováka	sjezd	Martin, hole	M Ž J D	Slovan Martin	
19.	Kral. přebor SBEZ	SBEZ	E. Stiaavnica	všechny	Svazarm E. Stiaavnica	
19.	O slití SNP	běh, skok	Kremnica	M Ž J D	OVTVS Kremnica	
19.	Skok o pohár SNP	skok	E. Bystrica	M J	MVTVS E. Bystrica	

Druh závodu	Termín	N á z e v p o d n í k u	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
19.		Trutnovská patnáctka	15 km	Trutnov	M	Spartak Trutnov
19.		Velká cena Machova	trojkom. muži dvoukom. ženy	Machov	M Ž	TJ Machov
19.		Pohár Zvižiny	běh	Bílá Třemešná		LS OVTVS Dvůr Král. n. Lehb.
19.		Veřejný závod	SBEZ	Karl. Vary	M Ž J D všechny	MVTVS Karlovy Vary KV Svazarmu C. Budějovice
18.—19.		Krajský přebor SBEZ	klasické	Harrachov	M Ž M J	LS KVTVS Liberec
19.—26.		Přebor CSR v klas. disciplínách	sjezd	Ohleň	M Ž	LS SIVTVŠ Bratislava
22.—26.		Přebor CSR ve sjezd. disciplínách	klasické	Nové Město n. M.	J D st. ml.	LS KVTVS Jihlava
18.—22		Finale SHM — přebor dorostu	skok	Harrachov	J	LS KVTVS Liberec
26		Přebor CSR juniorů	štafety	Jilemnice	M Ž	Slovan Jilemnice
26		Veřejný závod	15 km	Velký Šenov	M Ž J D	Jiskra—Slovan V. Šenov
26		Veř. běh o cenu Orlických h.	běh			TJ Tatran Písařov
26		kartáčovn	obří slalom	Lopeník	M Ž J D	Spartak Kumovice
26		Cena n. p. Let. Kumovice	sjezd	Dolní Bečva	M Ž J D	Tatran Val. Meziříčí
26		Půtovní pohár UV TSO Tatran	běh	V. Javořina	M Ž J D	Jiskra Květné
26		O pohár Javořiny	klasické	Nové Město n. M.	M Ž J D	TSO Sokol C. Budějovice
26		Stř. vesnice	SBEZ	Kozubová	M Ž J D všechny	Svazarm Jihlava Baník Třinec
26		Krajský přebor SBEZ	obří slalom			
26		Veřejný závod	štafety			
26		krajský přebor SBEZ	SBEZ			
26		krajský přebor SBEZ	SBEZ			
26		krajský přebor SBEZ	SBEZ			
26		Sarišský pohár	slalom	Čergov	M Ž J D	Svazarm B. Bystrica
26		Pohár Február. vít.	skok	Čergov	M J D	KVTVS Prešov
26		Prímát Považia	běh	Imovec	M Ž J D	OVTVS Trenčín
24.—27.		Závody Vítězného února	15, 5, 4 × 10, 3 × 5 km.	Spindl. Mlýn	M Ž J D	Slovan Praha
26		Krajský přebor SBEZ	sjezd			
26		Veřejný závod	SBEZ			
24.—28.		Přebor dorostu ČSR	SBEZ	Kleť	všechny	Svazarm Hradec Král. Sokol Křemže
1.—4.		Velká cena Slovenska	sjezd	Pustevny	M Ž J D dor. st. ml.	LS KVTVS Brno
1.—4.		Mezinárodní závod	sjezd	Vys. Tatry	určí LS	LS SIVTVŠ Bratislava
1.—4.		Finale SBEZ	SBEZ	Javorníky	SBEZ	UV Svazarmu
4.		Sachty	skok	Vysoké n. Jiz.	M J D	Jiskra Kaňhar Vysoké n. J.
4.		Veřejný závod	klasické	Vratislavice		Jiskra Rožnov
4.		Veřejný závod	skok	Rožnov p. Radh.	M J D	



Druh závodu	Termín	N á z e v p o d n í k u	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
	4.	Kraj. orient. lyžař. turistický závod	orient.		M Ž J D	LS KVTVS Čes. Budějovice ÚV TSO ROH Praha
	1.—4.	Pohár Vítězného únoru	klas. dis. sjezd	Spindl. Mlýn	M Ž J	
	4.	Telnický obří slalom	obří slalom	Telnice	M Ž J D	SL KVTVS Ústí n. L.
	3.—4.	Útekání Olomouc—Ostava	klasické	Bílá	M Ž J D	Sokol Bílá
	4.	Zlatá lyže Slunmavy	3×10 km		M J	Slavia Pízeň
K.	4.	Pohár Slovenky	30 km	E. Bystrica	M Ž J D	Slovenka E. Bystrica
	4.	Veřejný závod	obří slalom	Spáská Nová Ves	M Ž J D	Baník Spáská Nová Ves
K. V. JD	4.	Bruněnská petnáctka	5. 10. 15. 30 km	Nové Město n. M.	M Ž J D	Lokomotiva Brno
	4.	Stasšská patnáctka	15 km	Stachy	M Ž J D	Sokol Stachy
	28. 2.—3. 3.	Čelostát. přebor oprav. sruží	sjezd	Pustovny	M Ž J D	Ostava
	4.	Veřejné závody	štafety	Kozubová	M Ž J D	Baník Třinec
	4.	Veřejné závody	obří slalom	Bílá Třemešná	M Ž J D	Jiskra Třeba Dvůr
	4.	Běh kolem pramenů	obří slalom	Zvíkonec	M Ž J D	Králové n. L.
K. V.	11.	Hančův memoriál — přebor běh	běh	Mariánské Lázně	M Ž J D	SL KVTVS K. Vary
	4.—11.	Čelostát. 50 km	běh	Kubova Hut	M - nad 23 let	LS KVTVS Čes. Budějovice
	11.	Sružený závod mládeže	klasické	Spindl. Mlýn	mládež	
	11.	Napříč Jeseníky	štafety	Vitkovice	M Ž J D	LS KVTVS Olomouc
	11.	II. memoriál Tošenovského	obří slalom	Dolní Bečva	M Ž J D	LS KVTVS Gottwaldov
	11.	Napříč Jeseníky	štafety	Karlov	M Ž J D	SL KVTVS Olomouc
	11.	Memoriál Josefa Dufky	štafety	Javorníčky	M Ž J D	Jiskra Obrovkvice
	10.—11.	Putovní štít Pražovky	10. 30 km	Friesorovy boudy	M Ž J D	AZKG Praha Vysocany
K.	10.—11.	Veř. závod, o cenu Hutníka	sjezd, trojboj	Javorový	M Ž J D	PZ
	11.	Štaf. běhy Sloven. národ.	štafety	Martin	M Ž J D	Baník Třinec
	11.	Sjezd na Fabovej holi	sjezd	Fabova hola	M Ž J D	Baník Tisovec
	9.—11.	Čelostov. hry škol, mláď.	sjezd.	Chopok	škol. ml.	Pover. škol
	10.—11.	Klasic. disciplíny ŠŠ	skok	Dol. Lehota	M J D	Sokol Dol. Lehota
	11.	Veřejný závod	klasické sjezd	Cergov	M Ž J D	MVTVŠ a OVTVŠ
	11.	Veřejný závod	štafety	Krátky	M Ž J D	Ban. Bystrica
	11.	Tyrišův štít	klas. sruž.	Sněžné	M Ž J D	Sokol Sněžné
	11.	Jizerské štafety	skok	Jánské Lázně	M Ž J D	Jánské Lázně
	11.	Jizerské maratón	4×10 km	Abertam	M J	LS KVTVS K. Vary
K. V.	13.	Pohár kongres. mládku	30. 10 km	Jablonec n. N.	M Ž	OVTVS Jablonec
	13.	Veřejný závod	skok	Harrachov	M J D	Harrachov
	13.	Veřejný závod	obří slalom	Ještěd	M J	OVTVS Liberec
	17.—18.	Veřejný závod	sjezd, slalom	Cervenohorské sedlo	M Ž J D	Lokomotiva Šumperk
K.	18.	Mem. Jak. Stěnána	obří slalom	Modrý důl	M Ž J D	Sp. Avia Čákovice
	11.—18.	Mezinár.	všechny		M Ž J D	ÚV TSO ROH

Druh závodu	Termín	Název podniku	Disciplíny	Místo	Kategorie	Pořadatel
K. V.	16.—18.	Ondrášova cena	sjezd, trojboj	Lysá Hora	M Ž J D	Baník Lískovec
	18.	Napříč Jeseníky	běh	Jeseníky	M Ž J D	OVTVS Opava
	18.	Boubínské štafety	štafety	Kubova Huť	M Ž J D	Spartak Strakonice
	18.	Závod kpt. Jaroše III. roč.	obří slalom	Peč	M Ž J D	LS KVTVS Praha
	17.—18.	Veřejný závod	dvojkomb.	Křižná	M Ž J D	MVTVS B. Bystrice
K. VD	18.	Vef. skok ve Velické dolině	skok	V. Tatry	M Ž J D	Slovan Tat. Polianka
	18.	Jánošíkova valáška	sjezd	Vrátná-Gruh.	M Ž J D	Jiskra Žilina
	18.	Vytrvalostní běh	30 km	Chleib	M	TJ Štřba
	24.	Blatenská stezka	sjezd, slalom	Lysá Hora	M Ž J D	LS KVTVS K. Vary
	25.	Veřejný závod	štafety	Barborka	M Ž J D	Jiskra Žel. Brod
K. V.	25.	Veřejné štafety	3×10 km	Barborka	M Ž J D	KV TSO ROH Olomouc
	25.	Memoriál Skorkovské a Zavadilů	sjezd	Barborka	M Ž J D	KV Tatran Olomouc
	25.	"Přes 3 kopce"	běh	Mísečky	M Ž J D	Spartak Brno
	25.	Závod kpt. Jaroše III.	běh	Dvoračky	M Ž J D	ObVTVS Praha Košíře
	25.	Utkání okresů	sjezd	Lysá Hora	M Ž J D	LS KVTVS Praha
Duben:	24.—25.	Ostravského kraje	sjezd	Chorok	D	LS KVTVS Ostrava
	24.—25.	Sjezdové disciplíny ŠS	klasické	Tatr. Lomnice	M Ž J D	KVTVS Košice—MVTVS
	24.—25.	Mezikraji, utkání Tatry—Košice	sjezd	Tatr. Lomlice	M Ž J D	Tatry
	25.	Jáchymovské slalomy	slalom	Jáchymov	M Ž J D	Baník Jáchymov
	1.	Veřejné závody	sjezd	Plavý	M J D	Jiskra Plavý
K. VD	1.	Kořením rokle	obří slalom	Kotel	M Ž J D	Železnobrod, sklárny
	1.	Sít Zlatého návrší	obří slalom	Kotel	M Ž J D	Spartak Koh-i-noor Praha 13
	1.—2.	Velká cena Vys. Tater	sjezd, slalom	Vys. Tatry	M Ž J D	MVTVS Vys. Tatry
	2.	Přebor ÚV TSO Sokol	všechny	Spindl. Mlýn	M Ž J D	ÚV TSO Sokol
	1.	Velká noc	obří slalom	Tatr. Lomnice	M Ž J D	ÚV TSO ROH
K. V.	2.	Memoriál Hanče a Vrbatvy	štafety	Labská bouča	všechny	OVTVS Jilemnice
	2.	Závod osvobození	slalom	Studentní hora	všechny	OVTVS Jilemnice
	8.	Veřejný závod	obří slalom	Barborka	M Ž J D	LS KVTVS Hradec Král.
	8.	Štafetové běhy	štafety	Štrbské Pleso	M Ž J D	KV TSO ROH Olomouc
	13.	Sjezd z Dračej branky	obří slalom	Chorok	M Ž J D	MVTVS Vys. Tatry
Květen:	13.	Cagaškov memoriál	sjezd	Vys. Tatry	M Ž J D	Jiskra kož. zárody
	20.	Velká cena Nizkých Tater	obří slalom	Sliezský dom	M Ž J D	Slovan Vys. Tatry
	22.	Jarní běh	běh	Dumbier	M Ž J D	Tatrasvit
	22.	Obří slalom	obří slalom	Krkonoša	M Ž J D	OVTVS Brezno
	5.	Rozloučení se sněhem	štafety, slalom	Velká zmrzlá dolina	M Ž J D	ÚV TSO Sokol
Červenec:	9.	Slalom o oštiepku sväta	slalom	Studená hora	všechny	MVTVS Vys. Tatry
	10.	Slalom v rámci dňa Tater	slalom	Chleib	M Ž J D	LoKOMOTIVA Trutnov
	15.	Letný slalom	slalom	Velká zmrzlá dolina	M Ž J D	Tatran Tat. Lomnica

ce budeme v hlavním období slavit velké vítězství v našem sportu, která nám vybojují naši závodníci na zimních olympijských hrách.

### PRÁCE NA ÚSEKU SPORTOVNĚ TECHNICKÉM

Sportovně technická komise, která zpracovala směrnice pro organizování lyžařských soutěží, které vám budou v nejbližších dnech rozeslány, má jako základní úkol na podkladě těchto směrnic zajišťovat všechny vrcholné soutěže. Bude sledovat pečlivě dodržování těchto směrnic a současně je bude prověřovat, jejich správnost a účelnost i jejich úplnost. Podle zkušenosti příštího období pak provede během příštího roku všechna opatření na doplnění a zkvalitnění těchto směrnic, které budou jistě dobrým pomocníkem při organizování lyžařských soutěží všech stupňů.

Dalším úkolem sportovně technické komise je včasné vydání rozpisů všech celostátních a mezinárodních soutěží tak, aby byly vydány nejpozději 6 týdnů před jejich zahájením.

Největším úkolem, který byl svěřen sportovně technické komisi pro období 1955—1956, je zajištění a organizování náborových lyžařských běhů. Předsednictvo sekce lyžování klade největší důraz na mohutné provedení této akce, protože v jejím úspěšném organizování vidí zřetelně jednu z největších možností zmasovění lyžařského sportu. Je zcela samozřejmé, že mistrovství nám může vyrůst jen z masové základny. Lyžařství sice již dnes má určitou masovou základnu, ta však nám nestačí, a nespíme se s ní spokojit. Úkolem naším je stále ji rozšiřovat. Je třeba v první řadě zajišťovat vysokou úroveň práce našich lyžařských oddílů, neboť právě v nich má být soustředěna veškerá práce našich lyžařů.

Velká odpovědnost za růst úrovně našeho sportu leží na lyžařských sekcích výborů pro tělesnou výchovu a sport i na lyžařských sekcích TOS, kterým je svěřena péče o lyžařské oddíly.

Abý byl podchycen velký zájem o lyžařství, aby byla zajištěna masová základna, z níž jedině může vyrůst sportovní mistrovství, vyplývá pro sportovně technickou komisi a její pracovníky do příštího hlavního období velký bojový úkol:

provést v co nejširším měřítku náborové lyžařské běhy v roce 1956, všude tam, kde bude možnost je uspořádat, t. j. všude, kde bude sníh. Přivést na start těchto závodů nejméně 100.000 lyžařů. Bylo by nutno, aby již nyní se krajské

lyžařské sekce a lyžařské sekce TOS zabývaly propagačním zajištěním těchto závodů.

### KE KOMISI ROZHODČÍCH

V příštím období bude mít úkol připravit a zajišťovat doškolaovací seminář rozhodčích ústředních a I. třídy na základě zkvalitnění celkové práce sboru rozhodčích, který provede do konce února 1956. Práci rozhodčích na všech stupních soutěží dále zkvalitnit tak, aby se nám neopakovaly nedostatky z minulých let. Zvláštní péči a pozornost je třeba věnovat zejména rozhodčím stylu a soustavnému zvyšování jejich kvalifikace. Je třeba dát rozhodčím každou příležitost ke cvičení v bodování nejen na závodech, ale zejména při treningu a na soustředěných závodech, vzájemně porovnávat a zdůvodňovat bodové srážky a v tomto směru i úzce spolupracovat s trenéry. Tento systém pomůže jak rozhodčím ve zvyšování kvalifikace, tak i trenérům v jejich práci. Je třeba, aby se rozhodčí na svoje úkoly odpovědně připravovali před každým závodem, protože závodník za svou celoroční pečlivou přípravu má právo, aby jeho výkon byl zcela spravedlivě ohodnocen.

### O SPORTOVNÍ KLASIFIKACI

Jednotná sportovní klasifikace se nám musí stát pobídkovým systémem pro stále se zlepšující výkony našich závodníků, jak dospělých, tak mládeže. Státní výbor pro tělesnou výchovu a sport stanovil cíle a úkoly jednotné sportovní klasifikace takto:

1. Položit základy pro zařazení československých sportovců do výkonnostních tříd.
2. Usilovat dosažení vynikajících výkonů a nových rekordů československými sportovci.
3. Zlepšit účinnost sportovní práce trenérů a cvičitelů při vedení i organizaci výcviku sportovců.
4. Zvyšovat všestrannou výchovu sportovců na základě plánovitěho plnění podmínek odznaku zdatnosti a získat pro pravidelnou činnost v tělesné výchově a sportu nové zájemce z řad pracujících a především mládeže.
5. Získat přehled sportovců zařazených do výkonnostních tříd a kontrolovat tak úroveň výkonnosti v jednotlivých druzích sportu.

### ÚSEK HOSPODÁŘSKOPLÁNOVACÍ

Tento úsek bude nutno kádrově posílit a zkvalitnit jeho práci v části plánovací. V hlavních úkolech pro příští období jest:

1. Vypracuje návrh rozpočtu pro rok 1956.

Při sestavování bude vycházet ze zkušeností roku 1955.

2. Bude sledovat čerpání rozpočtu a jednou za čtvrt roku bude o čerpání informovat předsednictvo sekce.
3. Zpracuje přehled o všech lyžařských zařízeních (sjezdových tratích, lyžařských místků, lanovek a výtahů) na celém území ČSR. Tento přehled vyznačí na mapě.

### ORGANISAČNÍ ÚSEK

Bude nucen podle nové směrnice vybudovat sbor dobrovolných instruktorů, které bude řídit a usměrňovat v jejich práci směrem na nižší složky.

Všechny úkoly uvedené v tomto plánu „zajištění závodního období“ budou zajišťovány hlavně osobním stykem, a to formou instruktaží na plánovaných celostátních aktivech, poradách i při důležitých úkolech a schůzích krajských sekcí neb schůzích TSO. Do konce závodního období (15. 5. 1956) bude každý kraj a TSO navštívena nejméně 2krát členy předsednictva nebo organizační komise LS SVTVS.

Organizační komise vypracuje přehled o instruktažích a povede též přehled a kontrolu plnění těchto instruktaží.

### KOMISE MEZINÁRODNÍ

V této komisi bude třeba jen pokračovat v době započaté práci, a to jest:

1. Spolupracovat na přípravách a provedení všech 3 mezinárodních závodů, které u nás budou v období 1955—1956 uspořádány.
2. Sledovat vývoj lyžařského sportu v měřítku mezinárodním a podávat o tom pravidelná hlášení předsednictvu LS.
3. Sledovat technické výsledky na mezinárodních závodech v cizině, pořizovat o nich záznamy a pokud to bude možné, provádět srovnání mezi výsledky našich a zahraničních závodníků a závodnic.
4. Udržovat písemný styk s Mezinárodní lyžařskou federací a lyžařskými svazy v zahraničí.
5. Zajistit přípravu a vydání lyžařské ročenky ČSR pro rok 1956 nebo nějaké podobné publikace menšího rozsahu — Ročenku rozeslat lyžařským svazům v zahraničí.

### K OTÁZCE SPOLUPRÁCE

V této práci se nám jeví celá řada nedostatků, které nám brzdí rychlejší rozvoj našeho sportu. Do příštího období vstupujeme s novou organizační tělovýchovnou a sportu, která musí mít bezprostřední vliv na naši spolupráci. Tím, že byla od-

straněna roztržitést zřízením mnoha DSO a zcentralisováno řízení tělovýchovy ROH do lyžařské TSO, musí podstatně pomoci v otázce řešení společných úkolů.

Ústřední lyžařská sekce má prvořadý zájem na úzké spolupráci, což vyplývá z úkolů, které jsou jí dány. Sekce jako celek je odpovědná se SVTVS za rozvoj lyžařského sportu. To znamená, že odpovídá za správné řízení i organizační celé činnosti v našem sportu. Při této práci se musíme řídit zásadami státního řízení, státní disciplíny a nejvyšší hospodárnosti: I když i my máme ještě nedostatky v otázce spolupráce a řízení lyžařského sportu k hnutí, v daleko větší míře však projevovaly nezájem o spolupráci jednotlivé úseky, přestože jsme jim nabízel pomoc a spolupráci prostřednictvím celostátních aktivit i osobním stykem. Tento nedostatek musí být ještě v letošním roce odstraněn a věřím, že nám k tomu pomohou nové směrnice pro práci sportovních sekcí, kde jsou jasně vymezeny úkoly: pravomoc, působnost a vztahy mezi jednotlivými tělovýchovnými orgány.

Dobry duch spolupráce byl již nastoupen lyžařskou sekcí TOS ROH, kam jednak docházeli soudruzi s předsednictva a pro další spolupráci budou zástupci lyžařské sekce TOS ROH docházet do schůzí našeho předsednictva, čímž budou informováni o celkové činnosti v lyžařském hnutí. Pro ostatní TOS navrhuje, aby předložily lyžařské sekcí SVTVS plán svých pracovních schůzí, a lyžařská sekce SVTVS vám pak bude delegovat pracovníky předsednictva sekce na vaše schůze, ve kterých vám mohou pomoci nebo poradit při řešení problémů a úkolů, které před námi společně stojí. Osobní návštěvy zde nemohou být problémem, protože ústřední sekce jednotlivých TSO jsou v Praze. Pokud se týká spolupráce s jednotlivými kraji i zde musí být osobní styk podstatně rozšířen a informovanost jednotlivých komisí sekcí musí být zajištěna písemným stykem. Podle potřeby pro zajištění dobré informovanosti celé činnosti a směrnice budou rozšířeny správy sekce.

K závěru bych chtěl dodat, že dnes, kdy celková mezinárodní situace se vyvíjí s krásnými perspektivami nového mírového života, které jsou právě tak důležité pro provozování a rozvoj našeho sportu, bude se nám daleko lépe pracovat. Musíme vítat zvýšeným pracovním úsilím rozhodný boj Sovětského svazu za vzájemné přátelské soužití všech národů bez ohledu na jejich společenské zřízení. Věřím, že naše práce prováděná v tomto prostředí bude mít krásné výsledky nejen pro náš sportovní život, ale pro celkové společenské dění v našem státě.

# Práca lyžiarskej sekcie LS SIVTVŠ

REFERÁT J. MRÁZE, PREDSEDY LS SIVTVŠ

Lyžiarska sekcia SIVTVŠ na základe plánu rozvoja zamerala celú svoju činnosť hneď od jesennej plenárky vo Vysokých Tatrách na plnenie hlavných úloh. Bolo to v prvom rade zorganizovanie a prevedenie zimnej časti I. celoštátnej spartakiády vo Vysokých Tatrách, ďalej niekoľko veľkých lyžiarskych podujatí v celoslovenskom meradle a účasti lyžiarov na príprave I. celoštátnej spartakiády v Prahe.

Lyžiarska sekcia, stojac asi tak pred veľkými úlohami v r. 1955, musela urobiť niekoľko organizačných opatrení v samotných komisiách. V prvom rade išlo o vyriešenie problému trénerskej rady a učebno-metodickej komisie, ktoré boli pred tým spojené, a takto sa stalo, že praktický trénerská rada svojou aktívnosťou pretiahla na seba celú činnosť a začiatkom roku zaostávala práca na úseku učebno-metodicom. Takto trénerská rada zhostila sa na 100% svojich úloh, o čom svedčí a jej hodnotenie v celoštátnom lyžiarskom merítke. Dopustili sme sa však chyby, že učebno-metodickej komisia stratila tak kontakt so svojou prácou, a toto sme vyriešili až v jarných mesiacoch, nakoľko v našej práci nie je možné prikríčiť počas hlavného obdobia na nejaké podstatné zmeny, nakoľko nás plne zamestnávajú súťaže.

Ostatné komisie zhostili sa svojej práce najmä príprava na I. celoštátnu spartakiádu, zimnú časť, a vo väčších prípadoch ich práca bola kolektívna, až na komisiu propagačno-výchovnú, v ktorej hlavným čínomnikom bol sám predseda.

Nadalej sa nám javila slabšia práca na úseku práce s mládežou. Na tomto úseku, čo je koniec koncov celoštátny jav, bolo málo postarané o mládež, najmä čo sa týka masovosti. Boli zistené prípady, že jednotlivé okresné kolá boli preveďené v menšom merítke, ako tomu bolo v rokoch 1951—1952.

V slabšej činnosti učebno-metodickej komisii znamenalo, že sme sa nedostatočne starali o výchovu nových cvičiteľov, kde, ako sa zistilo, sú značné medzere. Lyžiarska sekcia preto v pláne rozvoja 1956 zamerala sa na odstránenie tohoto nedostatku, a to tým, že hlavná úloha v III. štvrtroku 1955 bola „sostaviť schopnú UMK, na čelo ktorej bola postavená osvedčená pracovníčka z cvičiteľského úseku“. Táto úloha bola na 100% splnená a terajšia učebno-metodickej komisie svojou prácou zaraďuje sa medzi najlepšie.

V hlavnom období zameriavala sa sekcia v prevážnej činnosti na organizovanie veľkých súťaží, a to jak celoštátnych, tak aj celoslovenských. Dobré zorganizovanie I. celoštátnej spartakiády, zimnej časti, ako aj Veľkej ceny Slovenska je veľmi dobrou vitzkou zdatnej organizačnej práce lyžiarskych čínomnikov z oblasti Žilina a Vysoké Tatry, kde vlastne je stredisko našich zjazdových terénov v ČSR. V tejto nezástnej práci snažili sa pracovníci ústrednej sekcie im svojim dielom pomôcť. Dobré spolupracovali pracovníci ústrednej sekcie, najmä pri usporiadaní prv spomenutých dvoch veľkých pretekov. Táto dobrá spolupráca svedčí o tom, že slovenskí čínomníci sú povolaní k tomu, aby organizovali v budúcnosti veľké medzinárodné a celoštátne podujatia na Slovensku.

Popri týchto poznatkoch ukázala sa nám menšia medzera v tom, že máme v drobnej organizačnej práci nedostatky. Tento poznatok sa snažíme odstrániť v r. 1956.

Chýba nám ešte lepšia starostlivosť o pretekárov, najmä čo sa týka materiálneho vybavenia, ako napr. špeciálne lyže, vosky, ktoré doteraz dovážame a ktoré sa nedostávajú popredným pretekárom v takej miere, ako by to bolo žiaducé, a ústredná sekcia SIVTVŠ mala by sa vecou zaoberať a doviesť špeciálne výstroje, najmä vosky a lyže pre širší káder pretekárov v ČSR.

Po skončení hlavného obdobia v jarných a letných mesiacoch zamerala sa sekcia na niektoré organizačné opatrenia, a to hlavne na evidenciu, výkonnostné triedy a zlepšenie práce v jednotlivých krajoch. Okolnosť, že súťaže išli po linke krajov, zaktivizovala v hlavnom období prácu krajských sekcií. Podarilo sa nám stabilizovať prácu v kraji Žilina a Prešov. Bohužiaľ práve na týchto krajoch pociťujú dobrovoľní pracovníci nedostatčnú starostlivosť zo strany plateného aparátu na príslušných KVTVS. Zvlášť sa vyostriala situácia v Prešovskom kraji, kde ani na niekoľko príslubov predsedu KVTVS nebola zjednaná náprava a nepomohli ani služobné cesty, ktoré tam urobili naši dobrovoľní pracovníci. Zodpovední čínomníci na tomto kraji stavajú sa k celej veci úplne pasívne.

Podobná situácia bola aj v kraji Žilina, avšak v posledných týždňoch bolo nechtuná záležitosť bola likvidovaná ku spokojnosti lyžiarskych čínomnikov. Toto boli aj hlavné príčiny záležitostí okolo zjazdovky na Chlebe a okolo priprav zjazdových majstrovstiev ČSR v roku 1956. Ostatné kraje na Slovensku plnia svoje úlohy dobre. Kraj

KVTVŠ Bratislava a MVTVŠ Vysoké Tatry patria na prvé miesto činnosti na Slovensku a za nimi je potom kraj Košice, sledovaný KVTVŠ Bratislava, Kraj Banská Bystrica sa nemôže doposiaľ vyporiadať so sezónnou činnosťou a svoju prácu rozvíjajú vždy v neskorých mesiacoch prípravného obdobia.

Hoci takéto prísne hodnotenie odкрýva nám značné nedostatky v našej činnosti, urobili sme kus dobrej práce v lyžiarstve na Slovensku. Svedčia o tom dosiahnuté výsledky našich pretekárov. Boli to v prvom rade bežci, ktorí urobili veľký krok do predu a v priemere zlepšili svoje časy vo všetkých disciplínach. Obdobne je tomu aj u skokanov, ktorí svojimi výkonnými sa priblížili k žiaducej hranici modernému ponímaniu skoku na lyžiach. Horšie je tomu v zjazdových disciplínach, kde až na niekoľko málo výnimiek (2-3 pretekári SHM) ostalo svojou výkonnosťou tam, kde boji pred minulým rokom. Táto nežiaduci úroveň zjazdových disciplín stala sa teda záležitosťou zjazdovej komisie naše TR, ktorá robí niekoľko opatrení pre zlepšenie.

Tieto výsledky ako aj niekoľko dobre usporiadaných súťaží a tiež plnenie plánu rozvoja nás zaväzuje ku lepšej príprave pre rok 1956 a sekcia Slovenského výboru pre telesnú výchovu a šport bude sa snažiť odstrániť tie chyby, ktoré sa nám ukázali v našej uplynulej činnosti. Veríme, že dobrou spoluprácou so sekciou SVTVS budeme vedieť čeliť nedostatkom, s ktorými sa stretávame v každodennom živote.

## Náborové lyžařské běhy

Před námi lyžaři stojí velký úkol — přivést na start lyžařských náborových běhů nejméně 100.000 účastníků z řad sportovců, turistů, lyžařů-nezávodníků a závodníků, kteří se závodů zúčastňují dosud jen nepravděelně a nezískali také dosud žádnou výkonnostní třídu. Tím rozšířit masovou základnu našeho sportu a tak zajistit jeho další rozvoj a vzestup.

Abychom splnění tohoto úkolu včas zajistili, připravili a uskutečnili, řekneme si dnes několik slov o úkolech jednotlivých lyžařských složek.

Krajské sekce VTVS, které jsou fidičím orgánem na úseku lyžování v kraji, musí nejprve podrobně seznámit všechny své pracovníky se směrnicemi pro lyžařské náborové běhy. Musí tomuto úkolu věnovat dostatek času ve svých schůzích a musí odpovíděně rozdělit úkoly mezi všechny pracovníky sekce pro dokonalé a úplné zvládnutí tohoto úkolu v rámci celého kraje. Je povinností krajské sekce přenést urychleně tyto pokyny do okresů a do krajských sekcí TSO, pokud budou zřízeny, nebo projednat provedení náborových běhů přímo s krajskými výbory TSO. Je třeba předem projednat pravděpodobná čísla účasti v jednotlivých okresech a osobně prověřovat a kontrolovat pracovní plány okresů na tomto úseku. Je třeba, aby krajské sekce VTVS zajistily přímé projednání všech těchto otázek zejména s krajským výborem pro dobrovolnou tělovýchovu školní při IV, ref. KNV (školský a osvětový referát KNV) a projednaly s krajským inspektorem organizací náborových lyžařských běhů a jejich propagací mezi školní mládeží.

Dále je třeba, aby krajské sekce projednaly účinnou spolupráci sekcí základní tě-

lesné výchovy, aby oddíly základní tělesné výchovy uspořádaly běhy všude tam, kde nejsou ustaveny oddíly lyžování. Je nutné projednat i spolupráci sekcí turistické i ostatních sportovních sekcí, aby ty uspořádaly náborové běhy pro svoje sportovce v době přechodné a přípravné jako součást celoroční plánované činnosti sportovců.

Krajské sekce zajistí také všestrannou propagační běhů v rámci svého kraje, aby tak získaly prvenství v soutěžení v účasti mezi kraji. K zvýšení soutěživosti doporučujeme, aby krajské sekce naplánovaly a vypsaly odměny pro nejlepší okresy a nejlepší kolektivy. Krajské sekce budou také pečovat o to, aby v místech, kde nejsou dosud lyžařští rozhodčí, pomohli rozhodčí z jiných míst. Nebude jistě jediného lyžařského rozhodčího v ČSR, který by nezajišťoval alespoň jeden lyžařský náborový běh. U nově vyškolených rozhodčích III. tř. učinite tuto spolupráci podmínkou jmenování rozhodčím.

Průběhem celé akce soustavně prověřovat její soustavně provádění ve všech okresech s využitím příznivých sněhových podmínek. Je ovšem také třeba, abychom získali správný obraz o průběhu celé akce, aby krajské sekce zajistily včasné hlášení, vyhodnocení okresů a podání zprávy ústřední sekci. Krajské sekce mohou využít dobře náborových lyžařských běhů k výběru svých budoucích reprezentantů. K tomu je třeba, aby cvičitelé a zejména trenéři se také aktivně zúčastnili na organizaci běhů a vybraným účastníkům zajistili další odborný vývoj a růst.

Okresní sekce VTVS čekají tytéž úkoly jako krajské sekce, při čemž ovšem okres-

ní sekce mají již bezprostřední styk se všemi složkami, které mají náborové běhy provádět. Nemí tedy úkolem okresních sekcí vlastní provádění závodů, nýbrž okresní sekce jsou povinny seznámit s tímto úkolem všechny jednoty v okrese a zvláštní péči věnovat těm jednotám, které mají vhodné podmínky pro pěstování závodního lyžařství v místě a nemají dosud ani ustaven lyžařský oddíl. Zvláštní pozornost věnují okresní sekce zejména učilištím PZ, závodním učňovským školám, odborným školám, velkým průmyslovým podnikům s mladými zaměstnanci a všude projednávají účinnou spolupráci a koordinaci všech akcí. V těchto střediscích uspořádají okresní sekce lyžařské besedy s filmy a jinou vhodnou propagací. Projednávají také všude pravděpodobný počet účastníků. Nebudou však postupovat tím způsobem, že by snad rozepsaly nějaká směrná čísla jednotlivým tělovýchovným složkám v okrese. Tím by nebylo dosaženo úkolu.

Úkolem okresních sekcí je také organizovat půjčovny lyžařského vybavení a zajišťovat účast všech lyžařských rozhodčích, cvičitelů a trenérů na organizování a provádění náborových lyžařských běhů v rámci okresu. Stejně je třeba vás provést příslušná hlášení o průběhu a vyhodnocení celé akce a zajistit odměnění nejlepších jednot. Tím ovšem úkoly okresních sekcí neskončily, ale začínají. Je třeba, aby právě okresní sekce zajistily možnost dalšího vývoje těm, kteří byli náborovými běhy získáni pro závodění na lyžích. Okresní sekce budou proto se starat o další provádění lyžařských soutěží nejhrůznějších forem (utkáni dvou měst, vesnic, dvou nebo více JZD, dvou průmyslových podniků, učňovských škol a pod., případně ve formě utkání na dál-

ku — účast — plnění podmínek odznaků zdatnosti PPOV v lyžařství a pod.).

Všechny jednoty a oddíly si připraví ještě před příchodem zimy náborové běhy tak, aby při vhodné příležitosti, jakmile to sněhové poměry dovolí, bylo možno po krátké přípravě závod provést. Provedou předem zejména agitaci mezi členstvem a mládeží i na školách, provedou propagační akce, připraví plakátky, vývěsky, bleskovky, připraví pro všechny účastníky jednoduché diplomy, plakety nebo odznaky, případně pro vítěze jednotlivých věkových kategorií i malé věcné ceny (požádat závodní výbor a správu podniku, ve školách Sdružení rodičů a přátel školy a pod.). Zorganizují předem vzájemné zapůjčení lyžařského vybavení mezi účastníky běhů. Zajistí patronátní pomoc všech složek (PO, ČSM, ZV, SRPŠ, MNV a pod.) a spoluprací oddílů základní tělesné výchovy, turistického i sportovních oddílů.

Všechny jednoty naplánují opakování těchto závodů po celou zimu k získání všech účastníků pro soustavné pěstování závodního lyžařství.

A nakonec ještě několik slov k úkolům orgánů TSO. Téměř všechny úkoly, o nichž jsem se zde zmínil u všech složek VTVS, se zmnhoňasobují pro všechny složky TSO. Vždyť jejich základním úkolem je právě zajišťování masové základny naší tělesné výchovy a sportu. A tak se domnívám, že není ani třeba zvlášť vytyčovat úkoly na úseku náborových lyžařských běhů jednotlivým orgánům TSO. Veřím, že všichni splní svoje úkoly tak, že po skončení hlavního období 1955/1956 budeme radostně přehlízet bilanci náborových lyžařských běhů, které nám zajistí do budoucna další růst úrovně našeho lyžařství.

M. DUFFEK

## Pomozme lyžařům TSO Sokol

Diskusní příspěvek soudruha Štefka

Bylo zde proneseno mnoho slov o práci sekcí při KVTVS. Dověděl jsem se o potížích a úspěších. Avšak pouze zástupce kraje Hradec Králové se rozhovořil o práci na okresech. Myslím, že hlavní úkol sekcí při KVTVS je řídit práci v kraji. Podle mého názoru se toto neděje. Hlavní úsilí je věnováno uspořádání krajského přeboru, případně jiného závodu. Od žádného předsedy jsme zde neslyšeli, jak jeho sekce pomáhá na př. sekci ROH nebo Sokola. Naopak, mezi těmito sekcemi jsou mnohde nersrovnalosti. A v tom je velká chyba. Je třeba si uvědomit, že KVTVS nemá členstvo, dorost nebo mládež, že všechno, co udělá, musí někomu předat k vlastnímu provedení. Vždyť nakonec ani s krajským reprezentačním družstvem nemůže být stále ve styku a musí nutně péči o jednotlivce přenést na nižší složky. Proč to zde říkáme? Chtěl bych požádat všechny předsedy sekcí, aby dbali o ustavení lyžařských sekcí při KV TSO Sokol všude tam, kde jsou pro to podmínky. Ve většině krajů již tyto sekce pracují. Nemají však tolik zkušených pracovníků jako sekce KVTVS nebo ROH. Většinou jakmile někdo prokáže schopnosti, je, jak se říká, přetažen, a na úseku Sokola

je vše při starém. Prosil bych vás, abyste takového jednání nepřipouštěli, neboť Sokol má veliké úkoly a tyto nemohou být zvládnuty bez dobrovolných pracovníků v krajích a okresech. Sokol má již v plné šíři také žactvo a všechen dorost zemědělských škol. Tito všichni čekají jen na odborné vedení. Práce, která bude věnována této mládeži Sokola, se projeví později, bohužel však ne už na našem úseku, nýbrž v úseku ROH, kam dorůstající mládež přechází. Jistě je vám známo, že většina dnešních státních reprezentantů pochází právě z vesnic a že v budoucnu bude situace právě taková. To nám dokazují i výsledky loňského finale SEM v Tatrách, kde se umístilo několik našich příslušníků na nejpřednějších místech. Někteří byli zařazeni do státního družstva mladých a o jiné převzala péči sekce při ÚV TSO Sokol. Avšak o všechny se musí starat a jejich činnost kontrolovat, případně upravovat trainingové plány a dávky někdo dole v hnutí. Rozhodně na to nestačí ústřední sekce sama, kdyby sebelépe pracovala. My sami pracujeme na podchyzení živelného zájmu o lyžování i o závodníky. Za tím účelem připravujeme v širokém měřítku náborové závody o „Štit vesnice“. Cílem této akce je získat na start co největší počet účastníků z řad nezávodníků. Ale to je málo. Nemůžeme být všude.

Žádáme vás, abyste v krajích věšli ve styk přímo s předsedy KV TSO Sokol a tyto otázky projednali. Příkladem dobré práce jsou nám kraje Olomouc, České Budějovice, Hradec Králové a v poslední době Ostrava, kde se rozvíjí činnost v plné šíři. Ale i zde je zapotřebí dohlédnout, aby se činnost nezaměřila jen na péči o závodníky.

Končil bych tím, abyste se neřvali na sekci při KV TSO Sokol jako na vaši konkurenci, ale jako na lidi, kteří se za daleko těžších podmínek starají o nejvíce opomíjený úsek v naší tělovýchovné organizace a potřebují vaši pomoci.

## Slovo k výchovně výcvikovým zájezdům žactva do hor

JAROSLAV VOJTĚCH

Ze zkušeností načerpaných během několika let trvání výchovně výcvikových zájezdů do hor možno dnes a snad ještě včas poukázat na mnohé nedostatky, které se tu a tam objevují. Začít s kritikou přímo u kořene věci, to je snad nejsprávnější. Jsou to tedy kurzy pořádané ministerstvem školství. Ty vychovávají vedoucí a instruktory pro podobné kurzy pořádané v rámci kraje pro vedoucí a instruktory zájezdů. V prvních letech přicházely do ústředních kursů kádry lyžařsky velmi vyspělé nejen po stránce praktické, ale i metodické, kádry, které se s problematikou metodiky lyžování zabývaly snad desítky let, rozhodně však dříve než vznikly zmíněné zájezdy. Je docela přirozené, že školské odbory rad KNV poslaly do prvních kursů to nejlepší, co mezi učители bylo. Kvalita těchto osob se projevila při instruktážích v kursech krajských. Snaha dopřát ústřední školení dalším a dalším novým kádram v letech pozdějších musela vést k tomu, že v ústředních kursech se postupně ocitali stále méně a méně lyžařsky kvalifikovaní učitelé. Tito frekventanti nemohli být zárukou dobré instruktážní práce v krajských kursech. Bylo by proto na místě zvážit a rozhodnout, zda je výhodnější nejkvalitnější „instruktorský sbor“ jednotlivých krajů dále ústředně vzdělávat, prohlubovat jeho znalosti či celkem všeobecně školit další nové kádry. Chybí především zdravé rozhodnutí a směrnice komise mládeže kraje.

Ze zkušeností možno tvrdit, že se žáky přijíždí do hor třídní učitel, i když se v lyžování mnohdy nevyzná, a učitel tělesné výchovy. Navíc k tomu přistupuje ta okolnost, že mnozí neabsolvovali krajský kurs, ať je to z důvodů jakýchkoliv. Na pomoe mají několik instruktorů z řad žáků. Tito instruktoři bývají téměř vždy dobrými lyžaři, ale špatnými metodiky. Nemají dostatek sebekázně a tím méně kázně. Program se hrouští den ze dne, instruktoři dělají jen to, co členy družstva právě baví, bez ohledu na režim dne. Na zájezd nepatří vedoucí a instruktor, učitel a žák, kteří neprošli krajským školením, alespoň krátkodobým. Nedostatečnou měrou využívá se ustanovení výnosu ministerstva školství, kterým se dává možnost získat pro zájezd a zajistit instruktora-učitele i z jiných škol. Při této příležitosti nemohu se nezmínit o lyžařské výzbroji. Žáci na ní jezdí buď z donucení v tom případě, když nemají vlastní lyžařskou výzbroj a jsou nuceni navštívit střediskovou půjčovnu, nebo z nedostatku dobrého nazírání při nákupu této výzbroje. Pro výcvik je bezpodmínečně nutné, aby



se turistická, branná a sjezdová část prováděla na turistických nebo sjezdových lyžích. V tomto směru potíží není. Žáci více než z 90% tuto výzbroj vlastní. Zbývajících 10% je však ze střediskové půjčovny obdařeno takovým brakem, na kterém se ani dobrý lyžař bezpečně neotočí. Je třeba zlikvidovat stovky párů bezcenných lyží ve střediskových půjčovnách a nahradit je novými, odborně nakupovanými, asi 25 páry lyží turistických či sjezdových s dobrými holemi. Podstatně horší situace se jeví při výcviku běžeckém. Instruktory na vlastních běžeckých lyžích instruuje družstvo vybavené sjezdovkami se spodním tahem. Tímto způsobem se nejkrásněji lyžařské disciplině naučit nedá. Po polodenním výcviku je družstvo unaveno, bez dalšího zájmu o další běžeckou instruktář. Stojí jistě za uváženou, zda by nebylo výhodné vybavit každé středisko kompletní běžeckou výzbrojí zatím pro jedno družstvo. Jinak pokládám běžecký výcvik za bezcenný.

Hybnu pákou celého střediska je střediskový vedoucí. Má být, ale mnohde není. Hledáte-li střediskového vedoucího, málokdy ho najdete na lyžích mezi instruktory a mládeží. Stále opravuje, sčítá lyže, hole a boty ve střediskové půjčovně a sepisuje protokoly o zlomených lyžích a urovnává osobní spory mezi kuchařkami, domovníkem a vedoucími zájezdů. Ve volných chvílích přichází k jednotlivým družstvům, pokud jeho obvod se nerozkládá na desítkách kilometrů, aby jim pomohl ve výcviku a poradil. Jeho pomoc bývá však instruktory i vedoucími zájezdů přijímána s různými pocity a někdy i s nevolí. Střediskový vedoucí zastupuje ve svém oblasti školský odbor rady svého KNV a i ministerstva školství. Podle této důležitosti by měl být vybaven patřičnou pravomocí, která mu však není dána. Jeho úkol by měl být předně inspekční a teprve potom hospodářský. Po dobu vykonávání funkce by měl být vybaven pravomocí krajského inspektora tělesné výchovy. Střediskový vedoucí by měl setrvávat ve své funkci celé období. Strídají-li se vedoucí každý běh, jak tomu bylo v mnoha případech v roce právě minulém, pak nedělají nic jiného, než přejímají a předávají inventář. Není neuskutečnitelné, aby alespoň v některých krajích bylo zřízeno jedno středisko se stálým střediskovým vedoucí a instruktory z řad učitelů. Ve školách zkvalitňují všemi prostředky práci učitelů. Výchovně výcvikové zájezdy žactva do hor jsou nedílnou součástí školní práce. Snad tento příspěvek dá podnět k tomu, aby uvedené připomínky a návrhy byly zkoumány a projednány.

## Usnesení plena lyžařské sekce SVTVS

Po referátech a hodnotných diskusních příspěvcích se plenum usneslo:

1. Přijmout referát soudruha Pilaře a koreferát soudruha Mráze za zhodnocení práce lyžařských sekcí v r. 1955.
2. Přijmout referát soudruha Smoly doplněný koreferáty soudruhů dr. Jelínka, Duffka, Pácla a dr. Kulhánka za úkoly vytyčené na rok 1956 s důrazem na náborové běhy za účelem zmasování lyžařství hlavně v řadách mládeže.
3. Předsednictvu sekce se ukládá projednat do konce roku 1955 rozsah práce se sekcí turistiky a výsledky oznámit ve zprávách sekce.
4. Vzhledem k důležitosti plena lyžařské sekce je nutné budoucí zasedání plena v květnu 1956 uspořádat dvoudenní, t. j. se začátkem v sobotu ráno a ukončením v neděli v poledne.

## Pokyny k přípravě závodníka běžce na sněhu

Týdny, na které jsme se řadu měsíců těšili, kterým jsme však také obětovali stovky treningových hodin, mnohou zábavu i odpočinek, ohlášily se bílým trpytným prachem, který pokryl naše hory. Radost ze sněhu a touha co nejvíce jej užít, udělat co nejvíce práce v krátké době, co největší pokrok, vedou zvláště u závodníků nižších tříd, kteří nemají vlastní zku-

šenosti ani trenéry, kteří by je vedli, k značným škodám. Mohou to být nejen škody na růstu sportovní formy, ale co je závažnější, i na zdraví závodníků. Je beze sporu, že toto nebezpečí je největší u běžců, kterým jako každoročně patří následující rady.

Nesčetné praktické zkušenosti potvrzené vědou dokazují, že jen dostatečně dlouhé, postupné zatěžování a

prizpůsobování organismu novým podmínkám vede k jeho posílení trvalejšího charakteru a vytvoření podmínek pro pozdější jeho vysokou pracovní schopnost. Úplně jiné prostředí, zcela odlišná a daleko namáhavější práce lyžařského závodníka běžce vyžadují si zvlášť dodržení těchto zásad.

Jaký by měl být asi správný postup výcviku na sněhu?

Prvý den pobytu věnujeme jen seznámení se sněhem, to je k obnovení pocitu lyží, sněhu a nejzákladnějších pohybů, ve formě pomalé rozjíždky v mírně vlnitém terénu, a to 4 až 5 hodin, s dvouhodinovou polední přestávkou. Můžeme-li věnovat této projíždce dva dny, při čemž bychom druhý den zvolili trochu obtížnější cestu přes nějakou muldu, sjezd a podobně, bude lépe.

Teprve další dny přejdeme k nácviku techniky, a to tak, že vždycky jej ukončíme projíždkou terémem s opakovaním nacvičovaných prvků. Na příklad při celodopoledním výcviku věnujeme dvě hodiny nácviku techniky a jednu hodinu projíždce terémem. Odpoledne podobně. Takové rozdělení dne volíme v prvé dva až tři dny, které nám přibližně stačí k zvládnutí nejdůležitějších základních prvků. Později provádíme nácvik, respektive opakování půl až jednu hodinu denně a zbylou převážnou část věnujeme rozjíždění, případně lehkému rovnoměrnému tréninku. Chtěl bych zdůraznit, že techniku nacvičujeme za ideálních podmínek, to je na odpovídajícím terénu a vzorně upravené stopě. Zvlášť vysokou péči věnujeme střídavému běhu dvoudobému, jehož jednotlivé fáze najdeme téměř v každém dalším běžeckém prvku. Podrobně je metodika nácviku techniky popsána v novém vydání lyžařské příručky »Běh na lyžích« a v osnovách SVTVS.

Projíždky během nácviku techniky, kterých postupně přibývá, jsou prakticky přechodem k vlastnímu tréninku rychlosti a vytrvalosti. Vystřídáme je nejdříve tak zvaným rovnoměrným tréninkem, ve kterém jedeme stále stejným — rovnoměrným tempem delší vzdálenost, a to přibližně 15 až 20 km u muže a 10—15 km u ženy, s nižší

intenzitou. V dalším tréninku zkrátíme trať řekněme o 5 km, ale zvýšíme intenzitu. V dalším proběhneme dvakrát trať 5 km dlouhou ještě s vyšší intenzitou, ale s tři až pětiminutovým odpočinkem mezi jednotlivými koly. Odpočinkem nerozumíme úplné zastavení, ale pomalé projíždění. Určená délka odpočinku má svůj fyziologický význam a měla by být dodržována.

Tímto jsme již prakticky přešli k intervalovému tréninku, ve kterém po dvou až třech popsanych trénincích na 5 km, se snahou snižovat v každém potřebný čas k projetí kola, přejdeme na kolečka 1 km dlouhé, na kterém se snažíme od tréninku k tréninku intervalově snižovat čas. Měřítkem mohou být časy mezinárodních závodů a závodů u nás, o kterých víme bezpečně, že proběhly na dobře změřených tratích. Kolečko pro intervalový trénink si postavíme v rovinatějším terénu, kde bychom uplatnili a stále zvyšovali skluz, švih a lehkost jízdy. Je to velmi namáhavý způsob tréninku a není vhodné zvláště u méně trenovaných závodníků zařazovat jej vícekrát než třikrát týdně. Deset kilometrových úseků intervalového tréninku je nejméně stejně vyčerpávající jako závod na 15 kilometrů. Pro možnost srovnávání časů a jejich snižování provádíme alespoň tři tréninky na stejném kolečku.

V ostatních dnech trenujeme rovnoměrně, což jsme si již popsali, nebo tak zvaným střídavým tréninkem. Střídavý trénink je způsob, kdy si závodník vyjede do terénu a podle svého uvážení, spíše by se dalo říci »chutě«, střídá rychlé úseky s pomalými. Tento trénig působí velmi příznivě na nervovou soustavu a učí nás různě jak se říkat zapínati, jak je zapotřebí ve vlastním závodě. Samotný je však pro získání vysoké rychlosti nedostačující, protože rychlost není zde dobře měřitelná a srovnatelná.

Vysoké tréninkové dávky před závodem podstatně snižujeme, abychom nacerpali sílu. Tak na příklad při závodě na 15 km můžeme si tuto vzdálenost proběhnout v pondělí rovnoměrně, ve středu intervalově na 1km kolečku,

ale pouze 10—12 kol, s největší intenzitou vystupňovanou v závěrečných kolech. V pátek se lehce projedeme asi 10 km a jinak odpočíváme.

Hořejší pokyny jsou jen vodítkem, které si každý závodník musí přizpůsobit vlastním podmínkám. Velmi dů-

ležitá je, jak jsme si již vpředu řekli, zachování postupnosti, o které bude rozhodovat nejvíce nejen cit a odhad sama sebe, ale i uvědomělost a trpělivost závodníka.

Boh. Tvrzník,  
státní trenér běžců

## Soutěž o nejlepší LS KVTVS

Na podzimním plenu lyžařské sekce bylo provedeno dílčí hodnocení soutěže o nejlepší sekci KVTVS. I když tato soutěž běží teprve půl roku, možno říci, že nám podává jakýsi obraz práce v krajích, i když někde poněkud skreslený, a to zejména u některých našich vysoce aktivních krajů, jako je Hradec Králové a Liberec. Je to tím, že do soutěže nebyla pojata a hodnocena veškerá práce našich krajů v přechodném období. Podíváme-li se blíže na body, v nichž LS byly hodnoceny, vidíme, že jsou více méně organizačně administrativního rázu. A zde je snad na místě, uvedeme-li, že mnoho našich krajů tuto práci podceňuje a zůstávají v ní pozadu. Přesto však možno říci, že v mnohých krajích přinesla soutěž zakřivení jejich práce, zlepšila práci po stránce organizační a přivedla mnohé kraje k práci podle celoročního plánu.

Bylo by si do dalšího půlroku jen přát, aby činovníci sekcí více spolupracovali s organizační komisí LS SVTVS a sdělovali jí své poznatky ze soutěže a rovněž tak i své připomínky do dalšího ročníku.

Do hodnocení byla pojata tato kritéria:

1. Složení sekcí včetně komisí.
2. Zaslání zprávy o složení sekcí do 31. května t. r.
3. Účast na těchto aktivech: propagační, mládeže, ÚMK, STK, plenum sekce.

## Celostátní aktiv sportovně technických pracovníků

Ve dnech 15.—16. října t. r. sešli se sportovně techničtí pracovníci z celé republiky k zasedání v Lomnici u Tišnova v tělovýchovném středisku krajského výboru pro tělesnou výchovu a sport v Brně, aby zhodnotili práci vykonanou během přechodného a přípravného období a aby si vytyčili úkoly pro období hlavní. Aktiv ukázal, že máme velký počet zkušených dobrovolných pracovníků, zanícených pro

4. Splnění směrného čísla pro kurs rozhodčích I. tř.

5. Zaslání kalendáře soutěží do 30. 9. tohoto roku.

Na základě těchto bodů byly vyhodnoceny lyžařské sekce KVTVS (MVTVS) takto: 1. MV Praha 100 bodů, 2. Jihlava 97, 3. Ústí n. L. 87, 4. KV Praha 82, 5. Budějovice 77, 6. Gottwaldov 74, 7. KV Bratislava 72, 8.—9. Pardubice 67, 8.—9. Ostrava 67, 10. MV Bratislava 59, 11. Olomouc 52, 12. Hradec Králové 50, 13. Plzeň 45, 14. Brno 40, 15. MV Vysoké Tatry 33, 16.—17. Liberec 32, 16.—17. Banská Bystrica 32, 18. Karlovy Vary 22, 19.—20. Žilina 10, 19.—20. Prešov 10, 21. Košice 3, 22. Nitra 0,7 bodu.

V druhé části soutěže budou kraje hodnoceny v těchto bodech: 1. včasné zaslání proposit ke schválení, 2. dodržení termínu k zaslání zpráv (protokolů) o závodech, 3. zaslání zápisů z konaných schůzí (nejméně jednou měsíčně), 4. uspořádání veřejných závodů mládeže v kraji (mimo SHM), 5. výškolení cvičitelů podle směrného čísla, 6. uspořádání podzimních a zimních srazů a účasti na nich, 7. výškolení rozhodčích II. tř. podle směrného čísla, 8. plenum kvalifikačních pracovníků, 9. jarní aktivity a jarní plenum sekce.

Ty kraje, které po dílčím vyhlášení zůstaly pozadu, mají ještě mnoho příležitostí v hlavním období bodovou ztrátu dohonit.

MIREK KNOBLOCH

práci v lyžařském sportu, kteří všichni, každý svým podílem, chtějí přispět k tomu, aby lyžařský sport v naší vlasti se dále rozvíjel a květal.

Sportovně techničtí pracovníci shromáždění v Lomnici s výjimkou 3 českých a 3 slovenských krajů, byly zastoupeny všechny kraje a všechny tělovýchovné úseky — podrobně pojednali o hlavním svém úkolu v zimním období 1955—1956, o ly-

žařských náborových běžích. Ujasnili si znova význam a souvislost široké masové základny s úrovní sportovní výkonnosti a nastupují do příštího hlavního období s bojovým úkolem provést po celé republice, všude tam, kde napadne třeba jen na několik dnů trochu sněhu, lyžařské náborové běhy v nejbližším možném měřítku.

Sportovně technické pracovníky krajských a okresních sekcí, všech sekcí TSO, jakož i lyžařských oddílů i všech jednot, které nemají lyžařské oddíly, čeká perná práce. Rozhodli se přivést na start náborových lyžařských běhů 100.000 nových lyžařů; chtějí docílit, aby provádění lyžařského sportu se stalo opravdovou radostí desítek tisíců a snad statisíců našich občanů a mládeže, chtějí vychovat zdravé a všestranně zdatné lidi.

Dalším neméně důležitým úkolem sportovně technických pracovníků v příštím závodním období bude péče o ostatní druhy soutěží, o soutěže přebornické, dále o soutěže veřejné, pohárové, o utkání na dálku, o dálkové a hvězdicové jízdy a pod. Bylo obšírně pojednáno o zásadách, jimiž zejména přebornické soutěže mají být ovládnány, o způsobu jejich provedení a o úzké spolupráci s orgány Svazarmu při provádění Sokolovského závodu branné zdatnosti. Účastníci aktivu uvítali rozhodnutí předsednictva LS SVTVS o rozdělení a oddělení provedení celostátního přeboru v klasických disciplínách, ve sjezdových disciplínách, a závodu v běhu na 50 km, jakož i zavedení kategorie juniorů. Jako každý rok i letos se velmi živě diskutovalo o celkovém počtu účastníků jednotlivých krajských výprav pro přebor republiky.

Jakýmsi stínem jinak velmi zdařile pro-

bíhajících zasedání bylo projednávání celostátního lyžařského kalendáře pro rok 1956. Příště musí sportovně technická komise ústřední sekce lépe připravit jednání o kalendáři a kraje jí v tomto úsilí musí lépe podpořit. Opožděné zaslání návrhu krajských kalendářů ztěžuje přípravu práce STK, zbytečně komplikuje a prodlužuje vlastní jednání na aktivu. Mnoho krajů odevzdalo návrhy termínových listin svých krajských soutěží teprve na aktivu a některé kraje je ústřední sekcí zaslaly dokonce dodatečně po aktivu. Celostátní kalendář je uveřejněn v tomto čísle „Lyžařství“. Které závody jsou závody kvalifikačními a výběrovými, je uvedeno v kalendáři; o krajských přebornických soutěžích rozhodlo předsednictvo LS SVTVS, že nejsou kvalifikačními závody. Tím byla rozřešena otázka, která byla předmětem neobyčejně zapálené diskuse aktivu.

Na zasedání bylo rokováno o celé řadě dalších otázek týkajících se jednak úseku rozhodcovského, stavby běžeckých a sjezdových tratí, jednotné sportovní klasifikace a pod. V neděli vyslechli účastníci zasedání dva velmi cenné a zajímavé referáty, jeden zaměřený k technice skáků a posuzování stylu, druhý zaměřený k formám práce kvalifikačních komisí. Hodnocení průběhu aktivu vyznělo příznivě; konkrétní úkoly STK ústřední sekce, STK krajských sekcí a STK jednotlivých tělovýchovných úseků byly specifikovány a shrnuty v usnesení.

Aktiv nepochybně splnil své poslání: sportovně techničtí pracovníci přecházeli do hlavního období dobře připraveni, mají ujasněný cíl a hlavně chuť do práce.

OTTO KULHÁNEK,

člen sportovně technické komise  
LS SVTVS

Olympijské medaile pro vítěze a závodníky umístivší se na zimních olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo byly zhotoveny podle návrhu profesora Constanza Affera milánskou firmou Lorioli. Jejich rozměr je 6

cm. Na přední straně je hlava ženy s pochodní a kromě pěti olympijských kruhů napsí „VIIGiochi Olimpici Invernalí“.

Na zadní straně je horský masiv Tre Croci a symbolické sněhové krystalky se slovy Citus (rychleji), Altius (výše), Fortius (silněji) s letopočtem Cortina 1956. Stejně medaile, v menším, 4cm provedení, dostanou v upomínku všichni účastníci olympijských her v Cortině.

**V.** LYŽAŘSTVÍ, odborný měsíčník Státního výboru pro tělesnou výchovu a sport. Vydává Státní tělovýchovné nakladatelství v Praze. Redakce Praha II, Jindřichská ul. č. 5. Telefon 22-41-51. Vedoucí redaktor St. Toms. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Objednávky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel. Jednotlivá čísla Kčs 1,20, roční předplatné Kčs 14,40. — Tiskla tiskárna Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.