

*sedmá 7*  
**Lýžařství**

ROČNÍK 44

LEDEN 1958



# KDO Z NICH BUDE STÁT NA STUPNI VÍTĚZŮ?

Za pět týdnů budou zahájeny zajímavé boje. Přinášíme několik fotografií závodníků a závodnic, od nichž jsou očekávány vynikající výkony na mistrovství světa v Lahti.



1



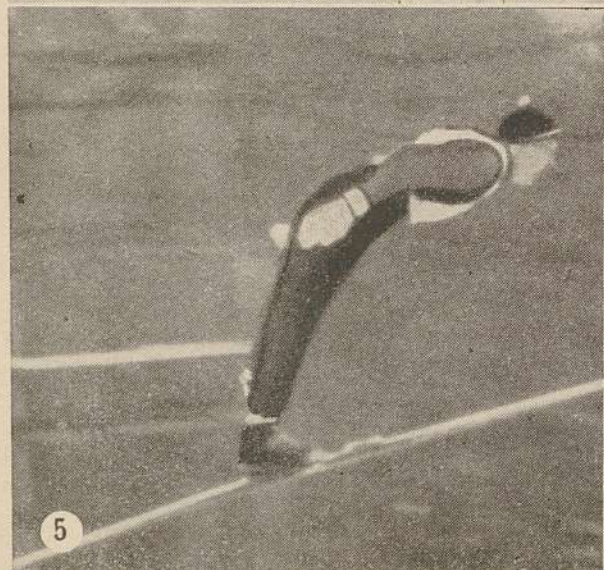
2



3



4



5



6

1. Finský závodník E. Kolehmainen po závodě na 50 km v Lahti v roce 1957, ve kterém zvítězil. Činovník, stojící prýj zleva, je předseda běžecké komise FIS S. Bergman. — 2. Sovětská závodnice Ankasova při závodě na 10 km (Lahti 1957), ve kterém se umístila na 2. místě. — 3. V. Lahr — snímek z Lahti v r. 1957, kde se Víta čestně umístil ve sáruženém závodě na 3. místě. — 4. S. Edström, velmi dobrá švédská závodnice, jedna z favoritů běhu na 10 km žen. — 5. Hyvärinen A. (Finsko), vítěz olympijských her 1956. — 6. S. Jernberg (Švédsko) na mistrovství světa bude patřit k nejlepším.

Foto V. Pácl

# DO DALŠÍ PRÁCE

KAREL SMOLA, předseda ústřední lyžařské sekce

## Lyžařství

ROČNÍK 44

LEDEN 1958

### OBSAH:

- Do další práce — str. 1  
Do nového roku s novým »Lyžařstvem« — str. 2  
Trenéři v roce 1958 — str. 2  
Bez toho to opravdu nepůjde — str. 3  
Umíte je získat? — str. 5  
Závody FIS před 25 lety — 70 let organizovaného lyžařství — str. 6  
Z podzimního zasedání plna ústřední sekce — str. 8  
K letošní padesátce — str. 9  
Dávkování trainingu sjezdaře v hlavním období — str. 11  
Směrnice pro závodění mládeže — str. 12—13  
Návrh na úpravu přechodného oblouku nájezdu v doskočišti u lyžařských můstků — str. 18  
Napsali nám z oddílů — str. 19—20  
Dočkali se... — str. 20  
Trénerská konference lyžařské sekce SÚV ČSTV — str. 21  
Hory mají srdce v člověku — str. 22  
Lehká montáž — vázání — str. 23  
Mistrovství světa ve sjezdových disciplínách — str. 15  
Stavba slalomu na malých závodech — str. 16  
Než začneme rozhodovat — str. 17  
Několik poznámek k zasedání plna ústřední sekce — str. 18  
Obří slalom na VI. ZOH v Cortině d'Ampezzo — str. 24

### Na titulní straně:

Do nového roku s plným elánem tak, jak to několikrát dokázal loňského roku V. Lohr, kterého vidíme na obrázku v plném tempu.

Foto K. Novák

**V.** LYŽAŘSTVÍ — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Stanislav Toms. Redakce Praha 3, Na pořtčí 30. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.  
Praha, leden 1958

A-14045

Skončil další rok v koloběhu dějin — rok 1957. Všechny úseky našeho národního hospodářství prostřednictvím podřízených podniků, ústavů a organizací předkládají pracujícím našeho státu vyhodnocení své práce, ať již je tato dobrá, nebo nedostatečná. Je správné, abychom i my na sportovním úseku předstoupili před lyžařskou veřejnost a předložili výsledky své práce v minulém roce a nastílnili si další úkoly pro rozvoj našeho sportu v roce příštím.

Tak jako v celém rozvoji národního hospodářství dosahují naši pracující dalších a dalších úspěchů, které obohacují náš život, tak i v naší činnosti projevuje se rok od roku zlepšení v práci na všech úsecích. I když mluvíme o zlepšení, je však již nutno předem říci, že máme ještě řadu nedostatků v naší práci a že celková činnost neodpovídá podmínkám a vykonaným přípravám, které tomu byly věnovány. Částečnou omluvou pro rok 1957 zůstává skutečnost, že v průběhu hlavního období byla naše činnost a většina akcí narušena nedostatkem sněhu. Tento nedostatek pak velmi silně zasáhl do naší největší propagačně náborové akce, »do náborových běhů«.

Podíváme-li se zpět na výsledky své práce podle jednotlivých úseků naší činnosti, vidíme, že v roce 1957 se zlepšila a prohloubila práce na úseku organizačním, a to tím, že se zlepšil osobní styk ústřední sekce se sekcemi krajskými a tyto pak zlepšily svou řídicí činnost na nižší složky, t. j. na okresní sekce a v některých případech až na oddíly. Podařilo se nám v daleko větší míře než v minulosti rozšířit propagační základnu, zejména v tisku, rozhlasu a televizi a tím seznámit širokou veřejnost s krásami našeho sportu a získat ji pro něj. V menší míře, než jsme očekávali, se nám dařil nábor mládeže do našich řad, přesto, že veškerá naše činnost a obětavá práce dobrovolných pracovníků v poslední době je zaměřena zvláště na masovost a v ní pak na mládež. Z mládeže nám musí vyrůstat další desítky nadšených závodníků, které budou hájit reprezentační čest, závodníků s pevným morálním závědem, oproštěných od všech kapitalistických prvků. V této činnosti, t. j. činnosti politické výchovy, i když v průběhu roku 1957 nastalo zlepšení, zůstává ještě celá řada nedostatků, a to v tom, že neumíme celý náš život ve sportovním kolektivu prolnout nenásilnou ideově výchovnou prací, kterou působíme a vychováváme socialistického člověka. Toto pak chybí nejvíce v činnosti našich trenérů a cvičitelů.

I na úseku učebně metodickém se začalo v roce 1957 systematictější pracovat. Byla zpracována jednotná čs. učební osnova s použitím vědeckých poznatků moderního pojetí výuky a techniky jízdy na lyžích. Podzimních srazů cvičitelů bylo využito nejen k rychlému rozšíření této osnovy a techniky, ale i k zdůraznění úkolu cvičitele jak ve směru výcvikovém a výchovném, tak zvláště ve směru zlepšení práce v oddělech a zejména práce s mládeží. Byla zkvalitněna práce lyžařských rozhodčích prováděním přezkoušení rozhodčích všech tříd, při čemž byly současně popularisovány zkušenosti mezinárodní a zevšeobecněny změny vyplývající ze změn mezinárodních pravidel. Byla uspořádána školení autorů sjezdových tratí, která přispěla ke zkvalitnění práce technických pracovníků všech stupňů. Pracovníci na úseku plánování lyžařských zařízení se také sešli po prvé, aby usměrnili a prohloubili svou práci. Počet dobrovolných trenérů roste uspořádáním dalšího ročníku dálkového studia, čímž se lyžařským závodníkům dostává dalších odborných vedoucích. Je nutno se pochvalně zmínit o dobré práci některých sportovních škol dorostu a mládeže, vedených většinou obětavými odborníky. Naše postavení ve FIS bylo v tomto roce upevněno nejen potvrzením našich zástupců soudruha Pacla a soudruha Bělonožníka znovu v jejich funkcích, ale i rozšířením našeho zastoupení o soudruha Mráze.

Podle výkonnosti se udržují ve světové špičce sdružení, jejichž výkon je nám příslibem dobrého umístění na mistrovství světa v Lahti. V průměru se udržují naši běžci, i když zaznamenali v některých případech velmi krásné výsledky, jako na příklad soudruh Prokeš v Le Brassus, ženy pak v roce 1957 ve své výkonnosti polevily. Ve sjezdových disciplínách jsme kromě výsledků soudružky Richvalské nedocílili očekávané výkonnosti. Problémem pak i nadále zůstává disciplína skoku.

Konec roku 1957 zastihl nás lyžaře ve zvýšených přípravách na nastávající hlavní období. V této přípravě, zejména pak zaměřené na masovost a práci s mládeží, jakož i na přípravu k mistrovství světa jsme věnovali celé zasedání podzimního plna sekce. Celý rozbor kladů i nedostatků, jakož i zásadních návrhů na zlepšení práce přednesl soudruh Mráz, jehož referát je v tomto čísle zařazen.

Práce, která byla vykonána, je prací desítek a set dobrovolných pracovníků, kteří s láskou obětují mnoho volného času, aby veškeré naše akce byly se zdarem zajištěny. Vaší zásluhou, činovníci, trenéři, cvičitelé z krajských, okresních sekcí i lyžařských oddílů, jsme zajistili veškeré úkoly plánu rozvoje našeho sportu v roce 1957. Mou milou povinností je jménem předsednictva lyžařské sekce vám poděkovat a přát hodně zdaru do dalšího roku. Vstupujeme do nového roku jistě všichni s nejlepšími perspektivami — vstupujeme do nového roku v naději na krásné a radostné jeho prožití v míru a vzájemné pohodě. I my, lyžaři, chceme v tom v hojně míře pomoci tím, že zveme vás všechny, co nejširší sportovní veřejnost, zejména mládež, na naše krásné hory, že chceme všem zájemcům dát základy jízdy na lyžích, a to proto, aby všichni, kdož ochutnali náš krásný sport, měli skutečně radostný pocit z pohybu, z krásy přírody a nabrali nových sil do další práce.

# DO NOVÉHO ROKU S NOVÝM „LYŽAŘSTVÍM“

Milí sportovní přátelé! Vitáme vás na stránkách našeho nového časopisu a přejeme vám, aby měl tak dobrou úroveň, abyste s ním byli spokojeni. Podarilo se nám — a důležitost našeho sportu a dobrá práce v něm jistě hodně ovlivnily rozhodování příslušných míst — že časopis »Lyžařství« je od 1. ledna tohoto roku jedním z pěti, které vycházejí ve velkém formátu. Přejí si to již mnoho let a stále jsme o to usilovali, konečně se to podařilo — ke spokojenosti naší a jistě i vaší.

Starší čtenáři »Zimního sportu« často litovali, že se lyžařství muselo uskrovnit na daleko menší papírovou plochu a že jako oficiální časopis může jen skrovně uspokojovat nároky čtenářů. My, v jeho redakci, jsme zase byli zoufalí z toho, co dříve do čísla dát, které články odsunout, a jak čtenáři ve zkratce podat to, co zasluhovalo často podrobný rozbor. Bylo hodně potíží, přece naše bývalé »Lyžařství«, i když rozměry uskrovněné, se snažilo přinášet svým čtenářům hodně poučení a — bylo-li místo — i něco zábavnějšího. S lítostí jsme se na příklad dívali na krásné fotografie z našich kouzelných hor. Přímou volaly po očištění a zařazení do čísla. Jednak však nebylo místo, jednak na špatném papíře byla jejich krása tiskem znehodnocována. A práce s články? Jak jsme byli vděční těm rozumným příspěvatelům, kteří chápali všechny naše obtíže a nezlobili se, když jsme jim tu a tam v rukopise škrtli, jen aby se tam dostalo hodně věci.

Všechny tyto obtíže dnes odpadají. Totiž — doufáme v to a budeme se o to snažit. Máme opět »Lyžařství« ve větším formátu a budeme chtít udělat z něho časopis, na který budou všichni čtenáři dychtivě čekat. Větší plochy stránek nám dovoří lepší grafickou úpravu článků, budeme moci otiskovat i více a daleko zajímavějšího materiálu, budeme moci uveřejňovat fotografie, kresby a hodně zajímavosti z domácího i zahraničního lyžařství.

Chceme to dělat co nejlépe. Nám samotným — redaktoru časopisu a redakční radě — se to však bez vaší pomoci těžko bude dařit. Můžeme si opatřit zajímavé články, hezké fotografie a novinky z lyžařského sportu v zahraničí, nemůžeme však psát o životě ve vašem oddíle, ve vašem kraji, u vás na horách, poněvadž se tam nedostaneme tak často jako vy. Nemůžeme vědět, co děláte dobře, jaké máte potíže, jaká zajímavá věc se u vás přihodila nebo na co jste přišli. O tom nám musíte napsat sami. Jak, to je vaší věcí. Můžete psát vážně, zajímavě věci vesele, o nesnázech kriticky, o dobrých věcech pochvalně. Bude to propagace vaší práce v oddíle či jiných složkách, »Lyžařství« se musí stát i místem pro vaše oprávněné stížnosti a z vašich příspěvků si budou brát jinde poučení tak, jako to budete dělat vy, když budete číst o tom, jak si jinde vedou.

Napište nám i tehdy, když budete mít na některý článek, který otiskneme, jiný názor, když se vám něco ve článcích, jež budete v »Lyžařství« číst, nebude líbit. Kolik lidí, tolik názorů, a jde přece o to, abychom zjistili ten nej-správnější. »Lyžařství« by se mělo stát i místem, kde se bude diskutovat o nějakém lyžařském problému, ať je to již třeba mazání, či učební postup, návod k treningu nebo další věci. Kdoví, třeba to děláte někdy lépe, než je zatím oficiální názor na věc, a tu je potřeba upozornit a zlepšit.

Pravděpodobně jsme nevyčerpali všechno, co bychom od vás pro náš časopis chtěli. A tak ještě jednu důležitou věc závěrem. Mnoho lyžařů neod-bíralo dosavadní »Lyžařství« — i když ho četli — poněvadž v něm nena-lézali vše, co by chtěli. Teď, když bude náš časopis, při zachování veškeré odbornosti, navíc ještě populárnější a zajímavější, takže bude uspokojovat i ty, kdož nejsou jen lyžařskými »vědci«, čekáme, že se rozšíří okruh našich odběratelů. On totiž každý časopis má ještě svůj rub — a tím je určitá finanční rovnováha při jeho vydávání. Čím bude »Lyžařství« vycházet ve větším nákladu, tím bude soběstačnější i po finanční stránce a tím bude moci provést další určitá zlepšení. Je proto na všech členech lyžařských oddílů, aby se stali odběrateli »Lyžařství« a pomohli nám i po této stránce. Doufáme, že i po této stránce podpoříte naši práci.

Předkládáme vám dnes první číslo našeho časopisu v nové úpravě. Jistě, že v něm není ještě vše v dokonalém pořádku a tak, jak si to sami do budoucna představujeme. Určitou vinu na tom mají objektivní potíže — a to není v naší moci — že ještě nezačala lyžařská sezóna, takže musíme žít z materiálu, které někdy nejsou tak aktuální. V prvním čtvrtletí, které je »nabitá« velkými událostmi (mistrovství světa v Bad Gasteinu a Lahti a další velké mezinárodní události a domácí mistrovství), však budeme moci náš časopis již »rozjet« naplno a tak, jak bychom si představovali. A do té doby také doufáme, že se vaše spolupráce s námi stane co nejužší. S. T.

## TRENÉŘI v roce 1958

Celý náš život v současné době je charakterisován širokými, dalekými a smělymi perspektivami. Totéž platí pro rozvoj závodního lyžování. Široké perspektivy vidíme v tom, že je třeba získat další tisíce chlapců a děvčat a zařadit je do kvalitního treningového procesu. Ke smělym perspektivám patří náš cíl — dosáhnout v nejbližší době ve všech družstvech výsledků světové úrovně. Abychom toho dosáhli, musíme především všestranně zkvalitnit náplň treningu všech závodníků a zvláště mládeže. Dále je třeba podstatně rozšířit počet trenérů, především III. třídy, zlepšit práci lyžařských oddílů a vyřešit řadu organizačních a hospodářských problémů. Podstatně musíme zkvalitnit výchovnou práci.

Při uskutečňování těchto cílů se v běžné práci setkáváme s řadou velmi vážných problémů — s přechodnými nebo náhodnými nedostatky. Někteří trenéři někdy pro detailní problémy nevidí celek a ztrácejí perspektivy. Proto nejdůležitější směrnicí v roce 1958 — v roce mistrovství světa, v roce zahájení příprav na II. celostátní spartakiádu a zimní olympijské hry 1960 — je nalézt každý v sobě a v kolektivu, kde pracuje, dostatek bojovnosti pro překonání všech přechodných překážek a řídit se heslem »Překážky nás zocelují«. Naříkání ještě nikdo nikdy nic nesvedl a neudělal.

Jaké konkrétní úkoly vyplývají pro nás z plánu činnosti na rok 1958? Všeobecné úkoly pro všechny trenéry jsem naznačil v úvodu a k těmto se řadí další:

Pomoc a všestranná péče o mládež také v souvislosti s lyžařskými náborovými běhy ve všech disciplínách. Musíme také podstatně přispět k upevnění práce lyžařských oddílů a založení nových zvláště v horských oblastech. Maximálně využít všech nových poznatků, které přinesou zkušenosti z mistrovství světa v letošním roce.

Jaké úkoly čekají krajské trenérské rady? Především dále pokračovat v dobré organizační činnosti, tak jak to dělají soudruzi v Liberci, Hradci Králové, v Gottwaldově a v dalších krajích. Velmi důležitá je péče o školení trenérů III. třídy a doškolení všech trenérů a cvičitelů, kteří pracují se závodníky. Dále je třeba zajistit zvýšení počtu nositelů výkonostních tříd nejméně o 10 %. I pro krajské trenérské rady platí to, že je nutné věnovat zvýšenou pozornost výchově mladých talentovaných závodníků a nadějně závodníky přednostně zařazovat do krajských družstev. V neposlední řadě zlepšme osobní styk s oddíly, kde jsou závodníci.

V letošním roce připravíme podmínky pro to, aby v silných horských lyžařských okresech byly ustaveny trenérské rady. Z počátku stačí 3—4členné.

Také ústřední trenérská rada bude řešit řadu vážných problémů, zaměřených především na pomoc nižším složkám. Uskutečnime další VIII. ročník školy pro dobrovolné trenéry (první část 12.—19. ledna, druhá část v červenci) a doškolovací seminář pro trenéry z krajů (jeden běžec, jeden sjezdař a jeden skokan nebo sdrůženář) o zkušenostech z mistrovství světa 1958 tak, abychom již v létě mohli zlepšovat přípravu na závodní období 1958—1959.

Trenérská rada zpracovala na základě posledních zkušeností materiály o technice, dávkování a plánování treningu, o lyžařských tratích atd. Tyto materiály jsou k dispozici všem trenérům. Na úseku jednotlivých disciplín pokračujeme ve výzkumné činnosti, aby urychleně jsme přezkoumali současné problémy a nejasnosti v trenin-

govém procesu a na tomto základě urychleně odstranili nedostatky.

Vážnou prověrkou práce trenérů státních družstev bude mistrovství světa. Mistrovství světa se zúčastní ti závodníci, kteří mají předpoklady probjovat se mezi světovou »špičku«. Sekretariát ÚV ČSTV projednal dne 16. prosince 1957 předlohu o naší přípravě na mistrovství světa. Po hodnotné diskusi, kde byla projednána řada opatření pro zlepšení práce, byla dosavadní naše příprava schválena. Pro naši účast na mistrovství světa byl schválen také návrh na hodnocení výsledků (což je některým pracovníkům i některým novinářům nejasné). Za světovou »špičku« pokládáme: v běžeckých disciplínách mužů i žen, ve sjezdových disciplínách mužů a ve skoku prostém 1.—15. místo. Ve sjezdových disciplínách žen a v závodě sdruženém 1.—10. místo. Při tom nám bylo uloženo prověřit dosavadní formy a metody přípravy reprezentantů a navrhnout opatření pro zajištění olympijských her 1960. V souvislosti s tím budeme řešit otázky podpory a rozvoje jednotlivých disciplín tak, aby to bylo v souladu s našimi terénními, sněhovými, materiálními a technickými podmínkami.

Je samozřejmé, že nejen na mistrovství světa, ale i na dalších mezinárodních závodech chceme dosáhnout nejlepších výsledků. S některými členy družstva mladých počítáme pro závody v Polsku, kde mají získat zkušenosti na mezinárodním poli. Ostatním našim závodníkům bude dána možnost startu na mezinárodních závodech v Harrachově, na Velké ceně Slovenska a na skokanských závodech v Čechách a na Slovensku.

Také pro příslušníky ústřední trenérské rady platí všechny úkoly uvedené pro krajské trenérské rady, a především to, že chceme, aby každý z nás podle svých možností pracoval v některém oddíle. Zvláštní péči budeme věnovat úseku ideově výchovné práce. Pro veškerou práci trenérských rad platí ta zásada, že dobrá práce se musí především projevit ve zlepšených výsledcích a v růstu výkonnosti závodníků.

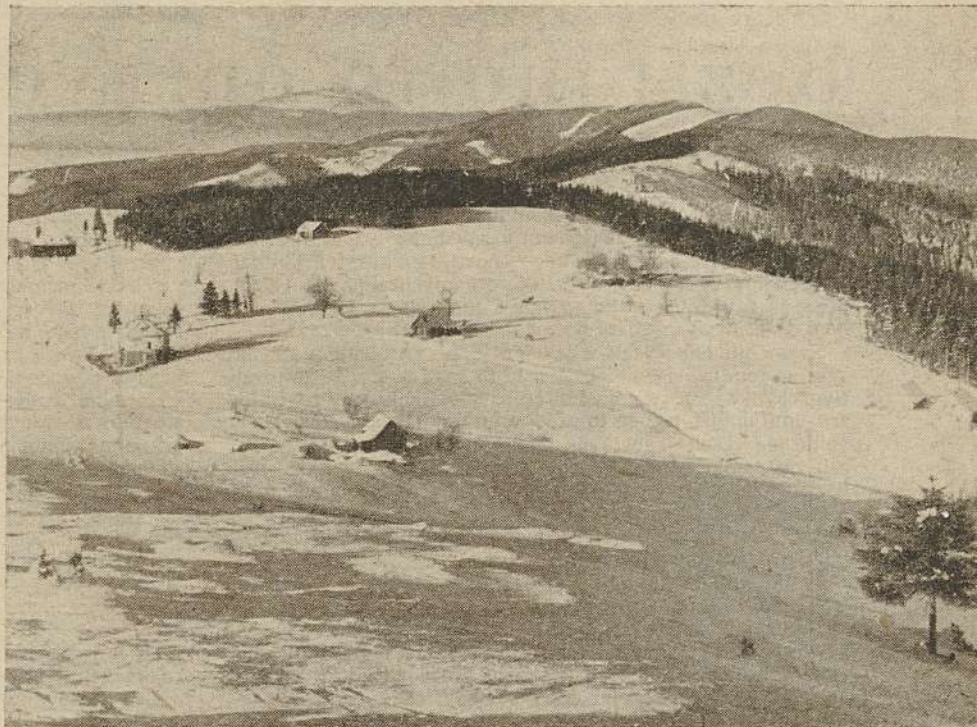
Ještě několik poznámek k některým metodám práce: pro trenérskou práci platí daleko více než pro jiné pracovní úseky nutnost jednoty ve výchovném a tréninkovém působení a při řešení technických otázek. V souvislosti s tímto musíme zkvalitnit spolupráci s cvičiteli, učeňně metodickými komisemi a komisemi mládeže. Je třeba skončit se všemi zbytky různých »škola« a »školička«. Nastoupíme cestu jednotného, společného zajišťování všech úkolů s maximálním využitím individuálních pedagogických schopností a znalostí trenérů.

Při této příležitosti si nemohu odpustit poznámku, že není pro nás zvláštní ctí, že se v některých případech setkáváme s podceňováním vlastních zkušeností. Někteří pracovníci, tak jak jsme to viděli v minulosti při tak zvané francouzské škole, udělali u nás z rakouské školy a pana Kruckenhausera lyžařskou modlu č. 1. Trochu více rozvahy a kritického pohledu by neškodilo.

Na druhém místě pokládám za nezbytné zdůraznit nutnost dalšího prohlubování vzájemné důvěry mezi trenéry a respektování vzájemné práce. Přitom budeme i nadále otevřeně, kriticky a sebekriticky hodnotit dosažené výsledky.

Za třetí je třeba při veškeré přísné a náročné práci nezapomínat na velký emoční význam lyžování, které nám přivádí ročně desetitisíce především mladých lidí do našich nádherných hor. Krásná zimní příroda, pobyt v soudružském kolektivu lyžařů, nezapomenutelné chvíle v běžecké stopě, na sjezdové trati, při skocích s můstkem nám mobilisují závodníky k intenzivní celoroční přípravě.

Za čtvrté: radostnou a blízkou perspektivou pro nás všechny je vybudování socialistické



BESKYDY V ZIMĚ



KRÁSY MALÉ FATRY

Foto V. Heckel

mu v nejkratší době. S tím těsně souvisí vybudování socialistické tělesné výchovy. Aby naše cesta i v tělesné výchově a sportu byla co nejpříjemnější, je třeba využívat mimo naše vlastní zkušenosti a poznatky také zkušenosti první socialistické tělesné výchovy na světě — sovětské fyzkultury. I nadále budeme čerpat z bohatých zkušeností sovětských trenérů v lyžování nejen v běhu, kde sovětská závodníci patří k nejlepším na světě, ale i zkušenosti ze skoku

a sjezdových disciplín, neboť i zde budou brzy mezi nejlepšími. To ovšem neznamená, že nechceme čerpat i odjinud, ano, ale tak, že budujeme československou školu lyžování, která je svým obsahem socialistická.

Závěrem přejeme všem trenérům i závodníkům výkonnostních tříd, i těm, kteří je teprve získají, v tomto roce hodně úspěchů, vytrvalosti, houževnatosti v tréninku, na pracovištích, ve školách a v celém životě.

V. PAČL

# Bez toho to opravdu nepůjde

Toko, Swix, Kästle, Järvinen, Splitkein, Marker-automatik, Rottefella, Alpy, SSSR, Skandinávie, lanovky, zahraniční tratě — to jsou pro zasvěcené v závodním lyžařství srozumitelná hesla technických nezbytností, bez kterých je dnešní vrcholný výkon závodníka skoro nemyslitelný. Není proto divu, že závodníci se jich všimají stále více a více. V mnohém jsme nuceni šetřit, ale mnoho též dovedeme zajistit.

Nezměnili jsme však v poslední době pro druhou stránku věci na tom to nejdůležitější? Je to snad proto, že je primitivní logika, že bez sněhu či prvotřídních lyží to nejde, srozumitelnější, než že to především nejde bez člověka a člověku bez vysoké sportovní, lidské či politické morálky. Primitivní logika dnes k vrcholnému výkonu nestačí. Ano, bez politického uvědomění, bez odpovědně konané práce v zaměstnání a bez obětavé lásky ke svému sportu nedokáže žádná příprava ani sebelepší materiální zajištění přivést závodníka k nadprůměrnému výkonu.

Svého nejlepšího výkonu je schopen člověk jen tehdy, je-li psychicky vyrovnán, zdrav a netrpí-li představami omezcování a nesvobody. A takovými představami trpí všichni političtí nevdělanci, ti, kteří se nedovedou podřídit dobrovolné společenské kázní a pořádku, který je přirozenou součástí našeho dnešního politického zřízení a vývoje v celém pokrokovém světě.

Necítí se svoboděn ten, který kradě, když společnost kradě než trestá; ten, který zahálí, když společnost práci ctí a zaháleče pranýřuje; ani ten, který nechává svoje nitro otrávit ze studu a obavy před soudem společnosti nevysloveným jedem zloby, namířené proti všemu, co představuje politickou současnost a pokrokovost. Při tom se však »ponižuje« tím, že se bezostyšně podílí na vymoženostech práce právě těch, kteří mu nejvíce leží v žaludku.

Jest nutno se politicky vzdělávat, vědět a na základě toho žít a jednat. Z vědění a přesvědčení vzniká dobrovolná kázeň, která nezná pocitu omezcování či nesvobody. Známe sportovce, kteří, ač jejich výkony je k žádným zvláštním výhodám neopravňují, považují za křivdu, požaduje-li se na nich, aby na soustředění nebo závody věnovali část své řádné dovolené. Jiní opět, a jsou mezi nimi ti nejlepší, věnují svému sportu celé dovolené již po řadu let a považují to za naprostou samozřejmost.

Dnes nemůže z našich řad nad průměr vyniknout ten, kdo by si chtěl ze sportu vytvořit pláštík pro ulejšváctví. K pocitu celkové vyrovnanosti, která je předpokladem dobrého sportovního výkonu, potřebuje člověk v socialistické společ-

nosti nezbytně též pocit uspokojení z dobře vykonané, společensky platné práce. Závodník pak odchází k tréninku a soutěžím s vědomím práva na čas k provozování svého sportu, více si jej váží a lépe využívá. Vzpomeňme si třeba na určité momenty v problémech členů bývalého ÚDA. Pro takového závodníka, který nemá na světě nic než ten výsledek svého závodu, jenž k dovršení všeho ještě závisí do určité míry i na objektivních podmínkách, odchází s prohraným závodem jakoby kus smyslu života a to je rozhodně nesprávné. Podle toho vypadá také jeho duševní stav před startem a tréma, která se jej zmocňuje, podporuje spíše šibeniční humor, než aby vhodně mobilisovala jeho nervovou soustavu. Naopak závodník, za kterým stojí doma kus pořádné práce, je, posiluje-li ho vědomí poctivého tréninku, na startu rozehvěn mnohem kladnějšími podněty. Snáší též mnohem lépe tíhu odpovědnosti, startuje-li jako státní reprezentant nebo reprezentant určitého kolektivu. Skloubit vrcholně prováděný sport s úspěšnou prací v zaměstnání je nesporně tvrdý oříšek a představuje problém, jehož řešení vyžaduje též pochopení na druhé straně. Buďmež však nejprve poctiví a přísní k sobě a budeme pak třeba překvapení, o kolik více porozumění najdeme u druhých.

Bez obětavé lásky, bez hlubokého poměru k závodně prováděnému sportu to také nejde. Ten, kdo je tou svou »lyžařinou« skutečně »zatižen«, tomu jde příprava mnohem lépe k duhu než tomu, kdo jí sice dělá také poctivě, ale musí se k dodržování programu přinucovat a plýtvat tak energií na potlačení jiných zájmů. Není snad třeba ani dlouze vědecky dokládat, jak blahodárně působí na burcování a osvěžení stereotypu a celé nervové soustavy každý pohled na lyže, lyžařské nářadí a výstroj, nedočkavé obouvání bot a lyží ke konci přípravného období nebo bujná fantazie, která umožňuje takovému lyžaři, aby při jízdě autem, na motocyklu nebo kole si představoval, jak by se ty zatáčky pěkně jely na lyžích. Takovýchto »nepřičetností« se však může dopouštět jenom ten, kdo je do lyžařiny opravdu až po uši zamilován. U mladých nadšenců se s tím můžeme setkat dosti často, ale ne každému to stejně dlouho vydrží.

Těmito odstavci chci vyjádřit, že nezáleží nejen na materiálním vybavení a strohém dodržování tréninkových dávek, aby byl úspěch zaručen, ale že ušlechtilé sportovní snažení musí odpovídat celému způsobu závodníkovy života.

JAROSLAV PITTL,  
býv. čs. reprezentant



SNĚŽKA V ZIMNÍ KRÁSE.

Foto Z. Menec

# UMÍTE JE ZÍSKAT?

Na plenárním zasedání ústřední lyžařské sekce jsme si vytkli jako hlavní úkol pro nejbližší dobu zlepšení práce oddílů a hlavně zapojení co největšího počtu mládeže do soustavného pěstování lyžařství.

Blíží se nám také II. celostátní spartakiáda a my, lyžaři, nechceme jistě zůstat pozadu za ostatními sportovci. Nic nebrání tomu skutečnost, že jsme zimní sport. Vždyt v roce 1960 bude mistrovství ČSR i přebor juniorů a dorostu ČSR proveden v rámci zimní části II. celostátní spartakiády. Ale o to nám zatím nejde. Jde o to, abychom v rámci příprav na II. celostátní spartakiádu získali co největší počet pracujících, a to zvláště mládeže do řad sportovců, do našich jednot a oddílů, k trvalému pěstování tělovýchovy a sportu.

Jak toho chceme docílit my, lyžaři? V prvé řadě chceme získat co největší počet účastníků náborových lyžařských závodů. Na nich může každý zkusit první nesmělé závodnické krůčky. To je takové první osmělení. Tím ovšem naše práce nekončí, ale teprve začíná. Pro ty, kteří se již osmělili, budeme pořádat soustavně, ve všech místech, po celou zimu, jakmile to dovolí sněhové poměry, propagační a náborové závody. Tyto závody budeme pořádat ve všech disciplínách a na všech tratích, odpovídajících směrnicím pro závodění mládeže. Všechny tyto propagační závody budeme pořádat již v rámci příprav na II. celostátní spartakiádu.

A jak odměníme mládež za její účast? Jak ji získáme pro to, aby se opět na příští závod přihlásila?

Odměníme jí zvláštním lyžařským spartakiádním odznakem — spartakiádní vložkou. Tyto odznaky si bude smět přišít na rukáv kterýkoliv chlapec nebo dívka ve věku od 10 do 18 let, který splní stanovený limit na lyžařských závodech. Může ho splnit na všech přebornických soutěžích všech stupňů, na všech veřejných lyžařských závodech a na všech spartakiádních propagačních závodech.

Limity jsou stanoveny jen zpožděním (zhoršením proti vítězi). Limit splní závodník, který docílí: ve sjezdových disciplínách času horšího proti vítězi nejvýše o 20 procent, při čemž sjezdové víceboje se v tomto případě

neberou v úvahu, v závodech v běhu na lyžích času horšího proti vítězi nejvýše o 12,5 procenta, v závodech ve skoku na lyžích skoku bez pádu dlouhého nejméně 75 procent délky docílené vítězem závodu, při čemž styl skoku se pro toto hodnocení nebere v úvahu.

Pořadatel závodů zaznamená do jednoduchého formuláře, vydaného ústřední sekci, splnění limitu. Tento formulář bude současně průkazem, který bude opravňovat k nošení příslušného odznaku — spartakiádní vložky.

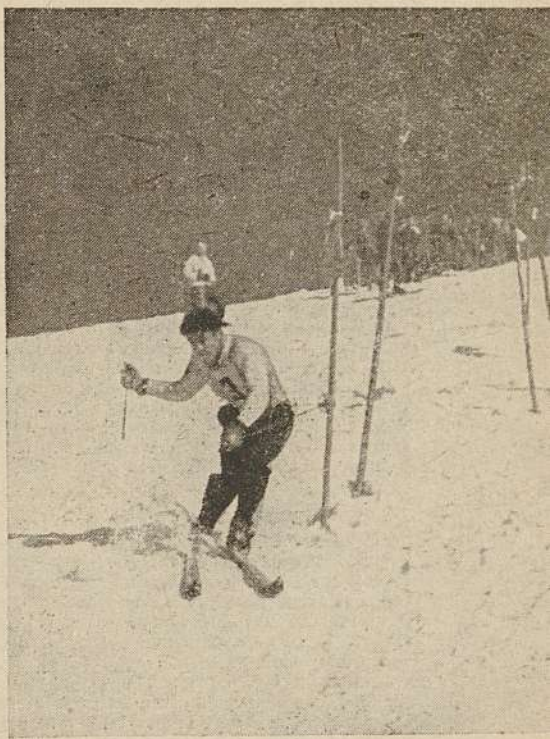
Za každý splněný limit v závodě získá závodník jednu červenou vložku. Za čtyři vložky červené (splněný limit ve čtyřech závodech) získá jednu stříbrnou vložku. Za tři stříbrné vložky (tedy za splnění limitu celkem ve dvanácti závodech) získá závodník vložku zlatou. Nositelům zlatých, případně i stříbrných spartakiádních vložek budou případně uděleny zvláštní odměny, o jejichž výši bude rozhodnuto později.

Všem nositelům spartakiádních vložek bude udělen v době zimní části II. celostátní spartakiády v roce 1960 diplom. Přitom bude také vyhodnocen nejlepší oddíl a okres.

My, lyžaři, jsme uměli vždy takové akce dobře organizovat a splnit svoje úkoly. Nejlepším dokladem byla krásná účast na náborových lyžařských bězích v roce 1956. Budeme to umět i nyní v rámci příprav na II. celostátní spartakiádu? Jistě neklameme! A jistě společným úsilím odpovíme kladně na otázku uvedenou v nadpisu tohoto článku. Ano, umíme získat mládež mezi sebe, do našeho středu, protože jí připravíme hezké závody a pěkné prostředí, takže se mládež bude stále ve větším počtu zúčastňovat naší činnosti, našich závodů. Budeme ji pečlivě cvičit, soustavně připravovat a vychovávat. A nejkrásnější odměnou nám bude zimní část II. CS, na níž se nám objeví již stovky nových mladých reprezentantů, kteří budou schopni vést naši vlajku při mistrovství světa v roce 1962 a 1966 na stožár vítězů.

Dnem 1. ledna 1958 začínáme. Jistě nikdo nezůstane stranou. Vždyt víte, že kdo chvilku stál, již stojí opodál!

M. DUFFEK,  
předseda ÚSTK.



KURT HENNRICH — náš nejúspěšnější sjezdař na OH 1956. Podarí se mu i na mistrovství světa v Badgasteinu 1958 opět tak úspěšně reprezentovat čs. lyžařství? Předpokládáme plný úspěch a zdar tohoto skromného sportovce. Záběry jsou z vysokoškolských přeborů na Lučňi bouďe.

Foto K. Sýkora

## Upozornění čtenářům

Sportovní a turistické nakladatelství vydá v roce 1958 m. j. několik příruček, jejichž náklad bude stanoven podle poptávky čtenářů.

Tělovýchovným pracovníkům, cvičitelům tělesné výchovy a studentům tělovýchovných škol je určeno dílo předního sovětského psychologa a pedagoga P. A. Rudika »Psychologie tělesných cvičení«. Je výkladem jednotlivých otázek obecné psychologie. Obsahuje také psychologickou analýzu sportovní činnosti, zvláště procesů nácviku a tréninku. Cena vázaného výtisku bude asi 38,50 Kčs.

Publikace vedoucího katedry tělesné výchovy na lékařské fakultě v Plzni dr. Z. Hornofa »Hygienu tělesné výchovy mládeže« pojednává populárně a mládežl přístupnou formou o hygieně tělesných cvičení ve všech sportovních odvětvích a vyzdvihuje význam hygienických návyků pro rozvoj mladého organismu. Brožovaná publikace o 140 stranách s 20 vyobrazeními bude stát asi 9 Kčs.

Druhé vydání příručky dr. Schmidta »První pomoc při sportovních nehodách«, uvádí pravidla první pomoci při různých sportovních nehodách, podává přehled o organizaci první pomoci, úrazové zábraně a o vybavení místností pro první pomoc a brašen pro první pomoc, 168 str., 70 fotografií a vyobrazení; cena brožovaného výtisku asi 12 Kčs.

Důležitou pomůckou při studiu sovětské odborné literatury bude Bukového »Rusko-český slovník tělovýchovných výrazů«, obsahující na 18.000 hesel ze 40 druhů sportů, z tělovýchovného lékařství, anatomie a fyziologie. Cena vázaného výtisku bude asi 25,— Kčs.

# ZÁVODY FIS PŘED 25 LETY

Před více než čtvrt stoletím při zasedání mezinárodní lyžařské federace (FIS) v roce 1924 bylo rozhodnuto, že všechny lyžařské svazy se utkají nadále každoročně v mezinárodním lyžařském závodě u příležitosti zasedání FIS.

První tyto závody byly uskutečněny v roce 1925 v Československu v Janských Lázních. Vítězem tohoto památného závodu byli v běhu na 18 km časem 1:43,58 O. Německý, v běhu na 50 km časem 5:09,56 F. Donth a v závodě sdruženém opět O. Německý.

V dalším roce — 1926 se zúčastnila malá výprava z ČSR závodů v Cortině, kde se O. Německý umístil v závodě na 18 km na 14. místě. V těchto závodech v Cortině d'Ampezzo 1927 obsadili Čechoslováci Donth, Německý a Feistauer v běhu 3., 6. a 7. místo, na 18 km Donth, J. Německý, Vl. Novák 2., 9. a 10. místo. V závodě sdruženém obsadili Čechoslováci Burkert, O. Německý a Wende 1., 2. a 3. místo. Byl to pronikavý úspěch čs. lyžařství.

Při zasedání mezinárodní lyžařské federace 6. a 8. února 1929 v polském Zakopanem se rozhodlo, že tyto mezinárodní lyžařské závody mají být dále nazývány »závody FIS« a jako první pod tímto názvem proběhly závody v Zakopanem v době zasedání. Ohlas těchto závodů, vysoká úroveň i mezinárodní účast byly takové, že se ve sportovním světovém tisku označovaly tyto závody jako »Mistrovství Evropy«. FIS závody se konaly pouze v klasických disciplínách. Teprve při zasedání 1930 v Oslo bylo jednáno o sjezdových disciplínách a stanoveno, že v roce 1931 se sjezdové závody pojedou také pod hlavičkou FIS. Jest zajímavé, že v souvislosti se zařazením sjezdových disciplín do programu proběhla velmi dlouhá diskuse. V roce 1929, kdy po první žádají zástupci Rakouska zařazení sjezdu do programu, zaujímají Norové naprosto odmítavé stanovisko a považují vůbec za nedůstojné norského svazu se touto otázkou zabývat. (Jest zajímavé, že se v pozdějších letech Norové úspěšně sjezdových závodů zúčastňovali a jejich úspěchy vyvrcholily na posledním mistrovství světa 1954 slavným vítězstvím St. Erikssena.) V roce 1930 v Oslo se také upřesňují pravidla sjezdových disciplín: pomoc holí k brzdění a výměna lyží zakázány. Zákaz pádů není a přípustnější se závody mužstev. Romberk, zástupce Rakouska, se vyslovil pro trestání pádů, aby se tyto závody nezměnily v seriál více nebo méně obratného švihání pádem. Na tomtéž zasedání bylo také rozhodnuto vytvořit přesné podmínky pro zařazení běhu rozestavného do programu FIS.

Tak můžeme říci, že v roce 1929 a 1930 byl vytvořen základ moderním závodům FIS, ze kterých vyrostly závody FIS jako

mistrovství světa. Při vzpomínce na začátky dnes nejdůležitějších lyžařských závodů bude dobré si připomenout i zastoupení a úspěchy našich závodníků. Při listování starými »Zimními sporty«, ze kterých jsem získal všechny údaje, jsem si uvědomil, že naše závodnická minulost jest hodně bohatá. FIS závody v Zakopanem v Polsku v roce 1929 byly důstojným základem a předchůdcem dnešních mistrovství světa. Na startu se soustředila snad největší konkurence, jaká se kdy do té doby sešla. Norsko, Finsko, Švédsko, Německo, Československo, Polsko, Lotyšsko, Anglie, Francie, Švýcarsko, Rakousko, Maďarsko, Rumunsko, Jugoslaviie, Itálie obeslaly závody. V závodě na 18 km zvítězil Fin Saarinen za 1:20,05 hod., 9. Donth, ČSR, 11. Fišera atd. Na 50 km zvítězil opět Fin Knuuttila v čase 3:50,01 hod., 8. Donth, ČSR, 4:04,39, 10. Německý 4:19,05. Závod sdružený vyhrál Nor Vinjarengen se 452 body a z našich byl Burkert sedmáctý. Skok S. Ruud Norsko 57 a 55 m, 11. Burkert, ČSR. S výsledky tehdy dosaženými nebyla naše lyžařská veřejnost právě spokojena.

O rok později v r. 1930 na FIS závodech v Oslo neměli naši závodníci opět lehkou posici. Vždyť v soutěžích startovalo na příklad 100 norských závodníků atd. Dobrých výsledků dosáhli naši závodníci v závodech vojenských hlídek v rámci FIS závodů konaných. Ve vlastních klasických disciplínách pak byly výsledky následující: 18 km Rustadstuen, Norsko, za 1:19,58 hod. Náš Německý byl 56. v čase 1:32,13. Skok vyhrál Nor Andersen a naši závodníci skončili kolem 50. místa. V závodě na 50 km zvítězil Švéd Utterström za 3:55,14, Německý, ČSR 42. v čase 4:53,36. V závodě sdruženém zvítězil opět Nor a to Vinjarengen výkonem 446 bodů a náš Německý byl 25. se 401,70 body. V roce 1931 se konala FIS v Oberhofu v Německu. Československo obeslalo závod dvanácti závodníků, kteří dosáhli v jednotlivých závodech těchto výsledků: V běhu na 18 km zvítězil Nor Grottnumsbraaten v čase 1:23,43, Bartoň byl dvanáctý v čase 1:29,58. V běhu na 50 km byl první Nor Stenen časem 3:52,09, Bartoň sedmý v čase 4:12,28, Fišera devátý v čase 4:15,53, Německý desátý atd. Startovalo 25 závodníků. Sdružený závod vyhrál opět Nor Grottnumsbraaten s 439 body. Wende, ČSR, se umístil jako dvanáctý s 389 body, Lauer šestnáctý, Šimůnek devatenáctý atd. Skok vyhrál další Nor B. Ruud výkonem 56,5 m a 58 m a 236 bodů, Dick, ČSR, byl osmý s 52 m a 54 m a 215 body, Pech čtrnáctý, Vrána patnáctý atd. Závod dokončilo 65 závodníků. V tomto roce se jely také FIS ve sjezdových disciplínách ve Švýcarsku v Mürren. V soutěži mužů zvítězil Walter Prager, Švýcarsko, a v soutěži žen Esmé Mackinnon, Anglie.

V roce 1932 se FIS závody v klasických disciplínách konaly v rámci olympijských her v Lacke Placis v USA. Sjezdové závody pak v Cortině d'Ampezzo. Běh na 18 km vyhrál Švéd Utterström

## 70 let organisovaného lyžařství

V letošním zimním období 1957—1958 slavíme již 70 let organisovaného lyžařství v našich zemích. Na toto výročí můžeme být právem hrdí. Lyžařský sport byl u nás totiž organisován jako první v Evropě.

V aktech obchodní firmy HEYDE i GUSTAVSEN v Oslo je korespondence i kopie účtu z roku 1887 za lyže, zasláné Josefu Rösslerovi-Ořovskému do Prahy. Téhož roku zakládá J. Rössler-Ořovský při tehdejší Bruslařském klubu v Praze Lyžařský kroužek, který měl na počátku 14 členů a pořádal společná cvičení v jízdě na lyžích a výlety do nejbližšího okolí Prahy.

V HISTORII LYŽAŘSKÉHO SPORTU JE TUDÍŽ ROK 1887,

NEBO PŘESNĚJI ZIMA 1887/88, POČÁTKEM SPORTOVNÍHO LYŽAŘSTVÍ V ČESKÝCH ZEMÍCH A MIMO SKANDINAVII V EVROPĚ VŮBEC

Další lyžařský klub byl ve střední Evropě založen až v roce 1890—1891 — Ski-Club München, roku 1891 Erste Wiener Skiklub a další. Lyžařský sport se tak přičinil k ostatním sportovním odvětvím. Tehdy v popředí zájmu bylo veslování, bruslení, šerm a cyklistika. Tyto sporty se těšily největší oblibě a byly současně i určitou formou společenského života vládnoucí třídy — buržoasie. Ta počala také provozovat sport jako první, neboť k tomu měla ty nejlepší předpoklady — finanční i materiální podmínky, styk s cizinou a dostatek časových možností.

Příslušníkem této vrstvy byl i J. Rössler-Ořovský, syn pražského velkoobchodníka, stejně jako i řada dalších členů Českého Ski Klubu Praha, jak se od roku 1894 Lyžařský kroužek jmenoval.

K vlastnímu začátku lidového rozvoje lyžařství dochází v Krkonoších, kde přes nepříznivé podmínky národnostního útlaku a bez podpory vlastní velkoburžoasie přičiněním řady obětavých a nadšených pracovníků nastává rozvoj lyžařského sportu za okolností dnes těžko představitelných.

Prvními průkopníky lyžování v Krkonoších byli obyvatelé německé národnosti, kteří již v letech 1885—1890 se ojedinele pokoušeli o jízdu na lyžích. Čeští obyvatelé Krkonoš začali s lyžováním ve vysokém n. j. a v Jilemnici

již v roce 1891 a o rok později v Harrachově.

Jilemnice se může rovněž pochlubit prvními lyžařskými závody u nás. Bylo to v roce 1893, kdy na Kozinci u Jilemnice se spolu střetli později naši slavní závodníci Mládek a Bedrník. Je nutno ještě poznamenat, že tyto závody byly jedny z prvních, které se konaly v Evropě (mimo Skandinávii). Jako první závody se uvádějí závody v Mürszuschlagu v Rakousku v roce 1893.

Nástup k širokému rozvoji závodní činnosti nastává v roce 1896, kdy ČSK Praha pořádá ve Stromovce památného 19. LEDNA 1896 PRVNÍ ZÁVODY O MISTROVSTVÍ KRÁLOVSTVÍ ČESKÉHO V BĚHU NA 1050 m.

Po tomto roce dochází k dalšímu rozmachu našeho lyžařství díky řadě obětavých pracovníků, mezi nimiž přední místo zaujímají J. Rössler-



časem 1:23,07 hod., Novák, ČSR, byl čtrnáctý za 1:32,59, šestnáctý byl Bartoň, dvacátý prvý Faistauer a dvacátý třetí Cifka. Závod sdružený vyhrál Nor Grottnumsbraaten s 446 body a z našich Bartoň byl šestý s 397 body, osmý Šimůnek, jedenáctý Cifka, dvanáctý Faistauer. V běhu na 50 km zvítězil Saarinen, Finsko, v čase 4:38,0 body, desátý Bartoň 4:52,24, jedenáctý Novák, třináctý Faistauer a čtrnáctý Cifka.

Ve skoku zvítězil B. Ruud, Norsko, s 228,1 body a 66,5 a 69 m, 21. byl Bartoň, 23. Šimůnek. Ve sjezdových disciplínách v Cortině zvítězili: sjezd Lantschner, Rakousko, slalom Däuber, Německo, v kombinaci Furrer, Švýcarsko. V ženách ve sjezdu Paula Wiesinger, Itálie, slalom Rösli Streiff, Švýcarsko, a tatáž zvítězila v kombinaci.

Roku 1933, to jest právě před 25 lety, se konaly závody FIS v rakouském Innsbrucku. Zde se jely po prvé štafety, které skončily velkým úspěchem naší štafety v sestavě Šimůnek, Novák, Bartoň, Musil, která se časem 2:57,34,4 hod. umístila na druhém místě za Švédskem, které zvítězilo v čase 2:49,00 (nestartovalo tehdy jen Norsko a Finsko). Dalšího skvělého výkonu dosáhl Bartoň, který skončil v závodě sdruženém na druhém místě se 422 body za vítězným Švédem Eriksonem 454,1 b., osmý byl Burkert. I ve skoku jsme slavili úspěchy. Prvým Reymond, Švýcarsko, 69 a 70,5 m a 224 bodů, druhým Burkert, ČSR, 68 a 70 m a 213 bodů, dvanáctý Kraus, ČSR.

V běhu na 18 km zvítězil Eglund, Švédsko, 1:02,19, sedmý byl Bartoň v čase 1:06,16, desátý Šimůnek 1:06,53, 14.–15. Hromádka a Novák 1:07,34 atd. Běh na 50 km vyhrál Saarinen, Finsko, v čase 4:13,49, 8. byl Novák 4:32,15, 9. Musil, 10. Cifka. Sjezd mužů: Prager, Švýcarsko, 29. Mohwald, ČSR, 37. Zienecker atd. Ve sjezdu žen byla prvá Lantschnerová, Rakousko, která vyhrála i slalom a kombinaci. Slalom mužů vyhrál Seelos, Rakousko, 1:19,1 a 1:10,8, z našich byl 18. Möhwald. Sdružený závod sjezdový vyhrál také Seelos a z našich byl nejlepší Möhwald, a to 22.

Uvedené výsledky dokazují, že před čtvrt stoletím dosáhli na FIS závodech naši závodníci vynikajících výsledků v klasických disciplínách. Ve sjezdových disciplínách to byly vlastně první pokusné kroky a nedá se říci, že byly neúspěšné. Nechci provádět srovnání a hodnocení. Každý at sám se zamyslí nad dobrými i špatnými výsledky z minulosti i dnes. Chtěl bych však těmito řádkami vzdát díky všem těm, kteří prošlapávali cestu našim úspěchům na FIS.

FIS závody v roce 1958 jsou přede dveřmi. Finské Lahti a rakouský Bad Gastein se připravují na uvítání účastníků. FIS 1958 budou pravděpodobně největší soutěží nejen počtem zúčastněných států, ale i výkonností. Mezi startujícími budou také dobře připravení reprezentanti Československa a věřím, že dokážou, že jsme udrželi krok s mohutným vzestupem všech lyžařských disciplín ve světě za posledních 25 let.

BOHUSLAV SÝKORA



Záběry ze závodů FIS 1935 ve Vysokých Tatrách:

Č. 1. Start štafety 4 X 10 km

Č. 2. Předávání štafety družstva ČSR

Č. 3. Vítěz závodu na 50 km V. Saarinen (Finsko) — dnes jako jeden z trenérů připravuje finské národní družstvo na mistrovství světa v Lahti



Ořovský, Jan Buchar a Josef Aleš, zvaný »Lyžec«.

Josef Rössler-Ořovský se zasloužil v největší míře o organizovanost českého lyžařství, byl spoluvůdcem našeho Svazu lyžařů a dlouhá léta jeho hybnou pákou. Jeho zásluhou bylo uznání našeho lyžařského Svazu na mezinárodním fóru, přes obtížné boje se zástupci německého a rakouského Svazu.

Jan Buchar, řidičí učitel v Krkonoších, svými výpravami po hřebenech Krkonoš, přednáškami a články o krásách zimní turistiky získával pro lyžařství široké vrstvy přátel a spolu s J. Alšem byl největším propagátorem a tvůrcem české lyžařské turistiky.

Lyžařský život se soustřeďoval především v Krkonoších — v Jilemnici a ve Vysokém n. J. Tam také vznikly po ČSK Praha další naše lyžařské kluby. Roku 1895 v dubnu Český Krkonošský spolek

Ski Jilemnice a roku 1903

Český Ski Klub Vysoké n. J. Významným mezníkem v dějinách našeho lyžařství je rok 1903. Toho roku 21. listopadu v hostinci Ráj v Jablonci n. J. byla uskutečněna schůzka představitelů tří tehdejších lyžařských klubů, na které byl ustaven Svaz lyžařů království Českého v čele s předsedou Janem Bucharem, jako první lyžařský Svaz ve střední Evropě (Švýcarsko 1904, Německo a Rakousko 1905, Polsko 1919).

Svaz se stal záhy řidičí složkou všeho lyžařského dění u nás. Rychlý rozvoj Svazu je možno sledovat na těchto číslech:

rok	spolků	členů (odhad)
1903	3	120
1909	20	1000
1913	60	7500

Svaz pořádá každoročně mezinárodní závody o mistrovství země království Českého.

O tom, že výkonnost našich závodníků byla na vysoké úrovni již v samých počátcích našeho závodního lyžařství, svědčí jejich úspěšná účast a vítězství v řadě mezinárodních soutěží. Na příklad již v roce 1896 startovali jilemničtí závodníci Bedrník a Mládek na Taubenbergu v Alpách, kde zvítězili dokonce nad Nory a Švédy.

Nezapomenutelný Bohumil Hanč slavil své úspěchy nejen doma, ale i v zahraničí. V roce 1907 startoval v Annabergu v Sasku a zvítězil v závodě na 20 km. Tehdy Hanč přijel do cíle tak brzo před ostatními závodníky, že mu bylo prvenství uznáno až po překontrolování výsledků a regulérnosti závodu.

Počátky našeho lyžařství, přes některé úspěchy a mnohá prvenství ukázaly, že lyžařství v tehdejších podmínkách politických a sociálních se nemohlo stát a také se nestalo sportem lidovým.

Lyžařský sport (závodní lyžování) v současné době zaujímá jedno z nejdůležitějších míst, neustále se rozvíjí a dosahuje stále lepších výsledků. Vedle světlych stránek se však ještě objevují i různé nedostatky, spočívající v pomalém růstu masové základny, malého počtu kvalifikovaných trenérů a cvičitelů a tím i zaostávání výchovy mladých závodníků.

Při odstraňování dnešních nedostatků hraje důležitou úlohu využití a uplatnění všech kladných zkušeností a pokrokových tradic.

Vzpomínáme-li dnes 70. výročí organizovaného lyžařství v našich zemích, činíme tak proto, abychom si připomenuli nadšení, lásku a obětavost k práci ve prospěch lyžařství, touhu čestně reprezentovat svůj národ a vlastnosti průkopníků našeho lyžařství, které jsou nám dnes dobrým příkladem.

FELIX CHOVANEC

# Z podzimního zasedání plena ústřední sekce

Plenární zasedání ústřední sekce, které se konalo 23. a 24. listopadu 1957 v Praze, probíhalo pod ústředním heslem »Za zlepšení práce na úseku masového lyžování a za další rozvoj lyžařských oddílů«. V tomto duchu se také neslo celé jednání plena, a tak vytyčené heslo nezůstalo jen pouhou frází.

Myšlenka zjistit pravý stav lyžařského hnutí, zjistit jak a v jakých podmínkách pracují lyžařské oddíly, co je příčinou ne právě utěšeného stavu, a pochopitelně také snaha najít nejučinnější cestu a formy, jak situaci zlepšit, se projevovala nejen v hlavních referátech, ale také ve všech diskusích příspěvcích. Všichni členové plena ústřední sekce si byli vědomi významu projednávaných otázek a každý z nich měl snahu přispět co nejvíce k jejich vyřešení.

V první části přednesl referát předseda ústřední sekce soudruh Karel Smola, který zhodnotil, jak byly plněny úkoly uložené usnesením jarního plenárního zasedání a současně podal zprávu, jak pracuje nové představenstvo a jednotlivé komise ústřední sekce. Věcně, konkrétně a kriticky hovořil o práci jednotlivých krajských sekcí, o plnění úkolů, o dobrých výsledcích a dobrých příkladech, které je možno uplatnit v ostatních složkách. Poukázal současně na nedostatky, které se projevují v práci komisí ústřední sekce, a zdůraznil, co je třeba napravit také v práci krajských sekcí. V závěru svého referátu konstatoval, že práce lyžařských složek, především sekcí krajských výborů, se v posledním roce značně zlepšila. Toto zlepšení se projevilo v plně a soustavně práci krajských sekcí během celého přechodného a přípravného období. Nyní je třeba, aby tato dobrá práce se projevila i ve výsledcích a činnosti lyžařských oddílů.

Referát k hlavnímu bodu programu přednesl místopředseda ústřední sekce soudruh Jan Mráz. Tímto referátem předložila ústřední sekce svému plenu podrobný rozbor situace na úseku nezávodního lyžářství a stavu v lyžařských oddílech a současně navrhla opatření, jak situaci řešit. Účelem referátu bylo předložit zprávu o skutečném stavu v lyžařských oddílech, nezastírat pravý stav a kriticky upozornit na hlavní příčiny, které brzdí rozvoj lyžařského sportu, práci a výsledky lyžařských oddílů. Aby bylo možno stanovit konkrétní a nejučinnější opatření a říci si, na jaké hlavní úkoly a v jakých etapách se zaměří práce všech lyžařských orgánů, neobsahoval referát pouze přehled dnešního stavu, ale vycházel a hodnotil také činnost, formy práce a výsledky lyžařských oddílů v minulosti.

V diskusi k tomuto referátu vystoupili předsedové téměř všech krajských lyžařských sekcí. Informovali plenum o tom, jak oni ve svých krajích zajišťují rozvoj lyžařského sportu, a navrhovali, jak by bylo možno nejrychleji projevující se nedostatky odstranit.

Vzhledem k významu tohoto materiálu uveřejňujeme nejdůležitější části předneseného referátu a usnesení, které bylo přijato všemi účastníky.

## ZA ZLEPŠENÍ PRÁCE NA ÚSEKU MASOVÉHO LYŽOVÁNÍ A ZA DALŠÍ ROZVOJ LYŽAŘSKÝCH ODDÍLŮ

(Referát přednesený na poradě plena lyžařské sekce ÚV ČSTV dne 23.–24. XI. 1957.)

Představenstvo LS ÚV ČSTV, sledující pozorně rozvoj lyžařského sportu v naší vlasti v posledních letech, výtýčilo si jako nejdůležitější úkol dosáhnout dalšího masového rozšíření lyžařského sportu mezi naše pracující, hlavně mezi mládež. Předkládá proto nejvyššímu orgánu československého lyžářství — plenu ústřední sekce lyžování — k projednání stav situace na tomto úseku a k přijetí závazných usnesení, jejichž plnění má zajistit co nejrychlejší odstranění dosud se projevujících nedostatků.

Všichni zajisté cítíme, že převážné zaměření celé činnosti příslušných složek na závodní lyžování nebylo správné, neboť mělo za následek celkovou zmenšení péče o masu lyžařů, kteří nezávodí na lyžích, ale zajíždějí do naší krásné přírody, aby pěstovali lyžařský sport pro tělesné a duševní osvěžení, poznávali přírodní krásy naší vlasti a načerpali nových sil k plnění úkolů na svých pracovištích. Naším hlavním úkolem nadále zůstává získat široké masu doposud neorganizovaných lyžařů do dobře pracujících lyžařských oddílů, vysvětlovat jim branný význam našeho lyžařského sportu a získat je tak i pro hlavní úkol — dobudování socialismu v naší vlasti.

Je pravda, že jsme se v posledních letech širokým masám lyžařů poměrně málo věnovali. Činnost cvičitelů se odkloňovala od práce v oddílech, od práce s členstvem, a tak práce v oddílech ztrácela postupně svou náplň a oddíly se přestávaly více nebo méně starat o zajišťování a rozšiřování vlastní členské základny. Zaklad naší práce na úseku masového lyžování můžeme považovat různé masové soutěže, jako byly SHM, závody o cenu Pionýrských novin, v posledních letech pak náborové závody, které nám získaly masu mladých lidí pro lyžařský sport, i když v důsledku organizační struktury naší tělovýchovy v minulosti zůstávaly tyto, opravdu převratné akce, dost nevyužité. I když hovoříme o řadě nedostatků na tomto úseku, je naproti tomu možné uvést i příklady velmi dobré práce některých lyžařských oddílů, které v těžkých organizačních podmínkách dosáhly krásných výsledků.

V tomto referátu budeme podrobněji rozebírat mnohé stinné

stránky naší činnosti na tomto úseku práce a předložíme k diskusi některé zásadní návrhy představenstva LS na zlepšení naší práce, nemůžeme si však myslet, že tímto referátem budou nedostatky rázem odstraněny. Nikoliv — bude třeba ještě velmi mnoho mravenčí práce stovek dobrovolných pracovníků zejména v oddílech, aby se situace zlepšila. Musíme však začít ihned a výsledky této drobné, nadšené a obětavé práce jistě na sebe nenechají dlouho čekat.

## ROZVEDENÍ PŘÍČIN DNEŠNÍHO NEUSPOKOJIVÉHO STAVU

Když listujeme v historii čs. lyžářství v Čechách a později i na Slovensku, jistě najdeme i poměrně dobré a věrohodné statistiky o počtu pracujících oddílů. Přitom byla jejich přesná evidence, a dokonce i řádná ústřední evidence. Přitom činnost oddílů byla zaměřena převážně na drobnou práci v oddíle, na organizování kolektivního života, na organizování výletů. V kolektivním životě lyžařského oddílu se pořádalo mnoho akcí, které lyžaře sblížovaly zejména proto, že měli společné zájmy. V lyžařských oddílech se převážně pěstovalo turistické lyžování, z kterého vyrůstali činovníci, a tito se pak starali i o závodníky. Oddíly pořádaly celou řadu propagačních a náborových závodů pro mládež. Statistika cvičitelů z té doby uváděla, že v počtu cvičitelů jsme měli být jedním z nejpřednějších států lyžařského světa. Počet cvičitelů byl dostatečný, takže tito prováděli výcvik nejšířšího členstva oddílu, starali se o vedení zájezdů a organizovali i letní činnost lyžařských oddílů.

Je dobře známo, že lyžařský sport neměl v minulosti takovou finanční podporu jako dnes, a přece lyžařské oddíly žily, protože v nich pracovali lyžařští pracovníci, kteří pro tento sport pracovali oddaně a nezištně a »produkovali« potřebné finanční prostředky na činnost oddílu. Je samozřejmé, že toto příslušné upnutí činovníků ke »svému« sportu vedlo k nezdravému klubismu, který dnes v naší sjednocené tělovýchově nemá místa. Rovněž je třeba si přiznat, že tehdejší život lyžařských oddílů byl někdy samoúčelný.

Po osvobození, jak je všem jistě známo, prošla tělovýchova a s ní i lyžařský sport řadou reorganisačních a změn. Tyto reorganisační, přestože v mnohém směru přinesly kladné a v postupném vývoji naší tělovýchovy potřebné změny, byly pro nás lyžaře vždy těžkým zkoušebním kamenem naší připravenosti a pohotovosti, protože přicházely vždy k 1. lednu, tedy na začátku našeho hlavního období. Je třeba zdůraznit, že reorganisační byly potřebné už proto, že jsme museli odstranit dřívější úzké formy jednotlivých sportů a dát je na platformu kolektivní důležitosti, společného tělovýchovného života. Bylo by však při hodnocení této situace nesprávné, kdybychom chtěli zapomenout i na záporné důsledky, které reorganisační pro lyžařský sport měly, zejména postupné ubývání členů v lyžařských oddílech. Rovněž naše vnitřní zaměření na závodní lyžování a dokonce na některé preferované lyžařské oddíly, jako byl na př. ÚDA, nebylo vždy správné, zejména když jsme do těchto oddílů povolávali i některé závodníky, kterým se příslušnost stala zaměstnáním. Je však jisté, že ÚDA sehrál pro další rozvoj a výkonnostní růst našich závodníků významnou úlohu. Léta ubíhala a my jsme se nestačili věnovat, anebo jsme snad nevolili vhodné formy, abychom učinili obrat k zlepšení situace na úseku masového lyžování. Rovněž příslušní pracovníci na úseku metodické práce a práce s mládeží dostatečně tvrdě neprosazovali svoje úkoly. A to je paradox, v našich podmínkách budování socialismu, v naší lidové demokratické republice díky opatření naší strany a vlády se lidé v masovém měřítku začínají mít lépe. Lyže kupují lidé, kteří nemohli o koupi lyží dříve ani snít. Naše hory se staly eldorádem našich pracujících, a ne již bohatých vrstev obyvatelstva. Skutečné masu našich pracujících se po roku 1948 dostávají na hory, na lyže prostřednictvím různých akcí, ať již to je rekreace ROH, zimní zájezdy škol, rozšíření turistických výletů s n. p. Turista anebo další akce, jako jsou: vysokohorské zájezdy, podnikové výlety atd. Z několika tisíc anebo snad desetitisíc lyžařů lyžujících v minulosti vyrostla masa pracujících a mládeže, která pěstuje náš krásný lyžařský sport, do stotisíc a jistě nebudeme přehánět, když budeme odhadovat počet lyžařů u nás v ČSR na 800.000.

Neumělí jsme a doposud neumíme získat lidi, kteří lyžují a kteří se zúčastňují náborových soutěží, do lyžařských oddílů a organizovat jejich činnost. Důvody spočívají zejména v tom, že činnost oddílu ještě stále není dost přitažlivá a kolektivy lyžařů nejsou upraveny. Vyskolili jsme též v poslední době, a to značným nákladem, mnoho nových cvičitelů, kteří se však přeorientovali, často z důvodu osobního prospěchu, na vedení zájezdů a výcvik v akcích ROH, Turisty, Čedoku a jiných. Tím se postupně oddalovali od práce v lyžařských oddílech a členství v oddílech postupně ztrácelo na významu, t. j. tvořil a věst kolektivy spojené společným zájmem.

Je nepochybné, že nejen podmínky v osvobozené vlasti budující socialismus měly rozhodující vliv na zvyšování počtu lyžařů, ale že i různé formy naší činnosti lyžařských pracovníků byly úspěšné a měly za následek, že se lyžařský sport začal lidem líbit, i když nehovoříme o emocionálních vlivích, které hrají značnou

# K letošní padesátce

Na dosah ruky, řeklo by se přede dveřmi, je mistrovství světa v lyžování, z něhož se klasická část uskutečnila v Lahti. Výběrový závod, ze kterého budou reprezentanti jmenováni, je jistě i mistrovství ČSR v běhu na 50 km, který ústřední sekce svěřila Jihlavskému kraji — Novoměstským — a jistě právem. Tam vyrostla řada úspěšných závodníků i vytrvalců a k nim patřili Josef a Otakar Německý. Vám, kteří do Nového Města přijedete, ale i všem ostatním těch několik řádek:

Až »vypálíte« od startu a po několika desítkách metrů pojedete podél hřbitovní zdi, vzpomeňte, že tam odpočívá po svém úspěšném sportovním životě jeden z našich reprezentantů.

Josef Německý, třetí z jedenácti dětí, zdědil po otci nejen jméno, ale i chalupu, kde se říkalo u Varhaníků, a s tou chalupou i dřinu, které spíše přibývalo, když většina sourozenců odcházela na studie a dva z nich dokonce na vysokou školu. Takové mládí prožívala většina dětí drobných zemědělců v podhůří i v západním kraji, kterým byl i kout plný sněhu v zimě a drsný po celý rok — na Českomoravské vysočině.

Toto drsné prostředí zanechalo v Josefovi své stopy. Zocelilo jeho vůli, vytrvalost a příslovečnou houževnatost. Do své pinoletosti byl malého vzrůstu a ke sklonku prvé vojny nebyl ani odveden. Tehdejší starosta nelibě nesl, že má v obci »kriplac«. Po vojně jako by proutkem švihl a Josef dorůstal, vytáhl se z něho jinou krásou pohledět. Už v mládí, když se v Novém Městě nějaká ta lyže objevila, projevil velikou chuť zúčastnit se všech kratochvilných veselostí na prkýnkách na sněhu. Ve spojení s bratry obstarali sud a tak jako jinde pokoušeli své štěstí na dužkách ze sudu a na dřevácích. V roce 1911 viděl na vlastní oči po prvé Hanče. Předlouhá by byla řada jmen závodníků, která byla Německému vzorem na sněhu i v práci.

Zemědělská rachota na kamenitých poličkách dovedla procvičit celé tělo, ale to bylo málo. Trenoval před prací nebo pozdě večer. Atletická příprava po celý rok přinesla ovoce.

Dnes málokdo z Nového Města by mohl s určitostí říci, na kolika závodech Josef byl, ale bylo jich hodně a nebyly všechny jen na Vysocině. Stalo se, že Novoměstští vyslali své závodníky do Krkonoš. Byl mezi nimi i Josef, v té době již dospělý, zdatný a urostlý nejen lyžař, ale i jedlík. Finančních prostředků nebylo mnoho a co na cestu dostali, musili důkladně doplnit z vlastních prostředků. Jejich propočty však nedopadly právě nejlépe, zásoby se tenčily, až došly, a bylo nutno sáhnout do obálky s částkou na cestu vlakem domů. Pak nezbývalo než cestovat domů na lyžích. Živil se jak se dalo a jednoho dne dorazili hladem umoření a zakabonění k hospodě a rozmýšleli se, jak ukojit touhu po vhodném soustu na další cestu. Přisedli ke stolu, kde hostu přinesli párek, a Josef prohodil mezi své: »Kluci, těch bych dvacet spořádal.« Host zpod obočí popatřil na přichozí a odvětil: »Tak je platím, jestli je sníte sám.« »Tak je objednejte!« Josef na to. »Jestliže je nesníte, prohrál jste a zaplatíte sám!« To bylo špatně. Nezbývalo než slovo dostat, protože nebylo čím zaplatit. Když párky donesli, tak jich s chutí snědl velkou hrst, čím blíže k tomu poslednímu, tím to šlo hůře. Oddychl si



Zleva: Josef, Bořivoj, Otakar Německých. Vítězná štafeta mužů 1931 — přebor ČSR Štrbské pleso

a utřel potoky potu, když zbytek posledního páru zasloukal do krku. Sázku vyhrál, hůře však bylo s kamarády, kteří hládli a byli svědky toho, jak Josef přesycen spokojeně dovršil den.

Sportovní úspěchy Josefa Německého svědčí o fyzické připravenosti v letech po první vojně. V roce 1924 v Jilemnici se stává mistrem na 50 km, 1926 a 1928 vyhrává mistrovství na 18 km, současně po dva roky za sebou 1927 a 1928 vítězí v Běchovicích a jeho traťový rekord 33:23:6 překonal Kosčák až v roce 1934, přeborníkem ČSR v atletice na 5 km se stal v roce 1926, získává 2krát titul v běhu na 10 km a 1927 ještě i titul přeborníka v přespolním běhu. Olympijský křest v Chamonix 1924 ve 24 letech na 50 km 17. Mistrem v běhu na 50 km se stává po druhé v roce 1926. Ve Sv. Mořici na olympijských hrách je v závodě na 50 km 11. jako první Čechoslovák. Mistrem Jugoslaviie se stal v roce 1931. Celkem 11krát reprezentoval úspěšně naši vlast.

Neméně úspěšný byl i bratr Otakar, jeden ze sourozenců, který vystudoval. V roce 1927 vyhrál mistrovství Polska, téhož roku v Německu vyhrává závod na 50 km. Ve Sv. Mořici je 8. v závodě sdruženém a na závodě FIS v Oslo 1930 jako člen vojenské hlídky se zasloužil o třetí místo za vítěznými Nory a Švédy, v závodě na 30 km v Oslo byl 2. a 19. místem v závodě na 17 km skončil jako první cizinec za Seveřany. »Varhanici«, jak se u Německých říkalo, byli opravdu lyžařibojovníci. V roce 1931 na Štrbském plesu dovedli zvitězit ve štafetě ve složení: Josef, Bořivoj a Otakar.

Josefa bylo možno potkat u pracovním, bosého se starým slamákem na hlavě. A když při řezání krmiva přišel o prsty pravé ruky, dovedl si i jako invalida poradit. Uchopil kosu právě tak, jako pahýly rukou sevřel lyžařskou hůl. Celkem povrchní zranění bosé nohy přivedlo jeho předčasný odchod. Josef Německý se narodil 6. 12. 1900 a 10. června 1943 zemřel.

Při mistrovské padesátce vzpomeneme velkého a skromného sportovce.

Z. PEČINKA.

úlohu v rozhodnutí se pro jednotlivé sporty. Jedním z neúspěšnějších prostředků na tomto poli byly masové soutěže konané zejména pro mládež, které přivedly další desetitisíce mladých lidí na lyže. Je třeba vyzdvihnout též kladný vliv, který pro rozšíření lyžařského sportu udělaly i jiné organizace, jako na př. ROH, poskytováním zimní rekreace, kde i nelyžařům bylo umožněno zdarma se naučit lyžovat, dále školské zájezdy, které přinášely a přinášejí naší mládeži tolik radostných chvil. Na těchto akcích projevila se dobrá práce mnohých cvičitelů.

Po rekapitulaci tohoto krátkého pohledu do minulosti naší práce a snažení na úseku masového lyžování třeba konstatovat, že dnes již není problémem přivést naši mládež a naše pracující na lyže, neboť ti již na nich jezdí, ale je problémem je naučit lyžovat

tak, aby na těchto lyžích často nepadali, abychom je organizačně přivedli v našem sportu do kamarádských lyžařských kolektivů, získali je do práce pro lyžařský sport ať již jako funkcionáře, kteří by se starali o masu lyžařů anebo o růst výkonných závodníků, kteří by proslavili naši vlast na poli lyžařského sportu, anebo pro práci na výstavbě lyžařských zařízení. A toto se nám lyžařům, ať již v sekcích nebo v oddílech sedíme a pracujeme, dodnes nepodařilo a o tomto je třeba dnes, zde na našem plenu, se poradit a vytyčit si cestu, jakou půjdeme společnými silami dále k odstranění tohoto »úzkého profilu« naší organizační práce.

Bude vhodné, abychom zde alespoň letmo uvedli některé nedostatky v naší práci, abychom si je uvědomili a odstranili je a v naší další práci se jich definitivně vyvarovali. Některé jsme

jíž uvedli: jako přílišná orientace na závodní lyžování, budování vybraných oddílů, reorganisace a pod. Naši chybou bylo, že jsme nekladli přílišný důraz a nevyzdvíhali jsme práci oddílů. K řešení otázek na úseku masového lyžování jsme mnohokrát přistupovali formálně, v metodických věcech jsme převážně teoretisovali o tom, která lyžařská škola je lepší, ale méně o tom, jak prakticky naučíme lidi podle této školy lyžovat. Školili jsme cvičitele, ale méně jsme se starali o to, jak dále pracují, a u těch, co poctivě pracovali, jsme jejich drobnou práci mnohokrát dostatečně neoceníli. V nedávné minulosti jsme se spokojili se statistikami a čísly o počtu oddílů a cvičitelů a podle toho jsme mnohokrát i svou práci kvalifikovali, naproti tomu ale statistiku o dobře pracujících oddílech, kterou bychom dnes potřebovali jako sůl, nemůžeme pro vlnný poměr mnohých krajských sekcí získat.

Je však pravda, že lyžařské oddíly v rámci svých jednot se mnohokrát pro nespřávné názory a pro dávání přednosti výnosnějším sportům nemohly postavit na vlastní nohy. Finanční základ činnosti byl odtržen od práce oddílů, na př. lanovky byly vyňaty ze správy tělovýchovy, byly těžkosti s udržováním sjezdových tratí, o které se měl samozřejmě starat majitel toho kterého lyžařského zařízení. Řada dalších příčin je i mimo nás. Na př.: dobří pracovníci jsou neúměrně zatěžováni i na svých pracovištích, jsou těžkosti s uvolňováním ze zaměstnání, z organizování v oddílech nevyplývají členům žádné výhody.

Uvedli jsme zde některé hlavní příčiny, jak my je vidíme. Výpočet těchto nedostatků by nás mohl vést k domněnce, že jsme v minulosti v lyžařském sportu pracovali špatně a že jsme neměli úspěchy. To by bylo ovšem velmi jednostranné a špatné. Práce lyžařského hnutí nebyla špatná. Měla sice nedostatky a při jejich sumarizaci se nám jich zdá dost. My dnes ovšem hovoříme převážně o těch nedostatcích, které bránily, abychom ještě úspěšněji plnili úkoly, které od nás naše strana žádá, a proto by jistě nebylo vhodné o těchto nedostatcích mlčet, ale naopak jejich zveřejnění nám pomůže naší práci zlepšit zaměřením se na jejich systematické odstraňování. Jen si otevřeně povzme, že po r. 1948 vypadla z práce v lyžařském sportu celá řada zkušených lyžařských organizátorů, kteří dodnes stojí mimo naši práci, protože nedovedli k ní najít správný poměr. Bylo třeba začít pracovat s novými a méně zkušenými pracovníky a při hledání nových cest jak správně pracovat v nových podmínkách jsme udělali i výše uvedené chyby. Všechno těchto nedostatků bylo třeba vzpomenout proto, abychom si udělali ucelený obraz o situaci. Není však třeba, abychom se zaměřovali na to, co a jak jsme dělali v minulosti, ale abychom se všichni společně zaměřili na to, jak se vyvarujeme těchto nedostatků v další práci, respektive jaké formy si zvolíme, aby naše práce zaznamenala další úspěchy.

Na úseku masového lyžování nás čekají velké úkoly. Jistě že je nespělné hned a nesmí nás proto přejít chuť odstraňovat překážky, které se nám postaví do cesty. V našich silách je splnění tohoto těžkého úkolu. Mysleme, že k zlepšení naší celkové práce bude třeba se zaměřit zejména na tyto hlavní úkoly:

aby se otázky spojené s masovým lyžováním staly hlavním úkolem všech lyžařských složek v nejbližším období;

těžké práce přenést ze sekcí do lyžařských oddílů;

zpracovat konečnou evidenci pracujících lyžařských oddílů, jako základ, ze kterého budeme vycházet v další práci;

navázat úzkou spolupráci s turistickými odbory. Půjde o to, abychom si vyjasnili vzájemné úkoly a spolupráci a ne konkurenční boj, který v naší tělovýchově nemá a nesmí mít místa. Naším společným úkolem musí být přivést co nejvíce lidí na lyže, ale zde nejde jen o jejich získání do tělovýchovné organisace, ale o to, abychom celý národ naučili lyžovat. Nedělat problém z lyžařů a turistů, neboť po tom bychom museli dělat problém i z poměru k ostatním sportům, které jako doplněk k svému sportu lyžují. Ústřední lyžařská sekce udělala v tomto směru rámcovou dohodu s odborem turistiky;

těsně spolupracovat se základní tělesnou výchovou, v které je třeba vidět základnu pro pohybově nadanou mládež i pro pozdější pěstování lyžování;

získávat při každé akci a každou formou mládež do lyžařských oddílů a nevynechat možnost spolupráce na tomto poli zejména s našimi školami, organisacemi ČSM a Svazarmu;

v daleko větší míře než dosud prohloubit a projednat spolupráci se školami, neboť na tomto úseku není situace uspokojivá a po reorganisaci tělovýchovy mnoho mládeže nemůže najít uspokojivé využití se ve sportu mimo školu. Lyžařské oddíly a pracovníci by měli pomáhat a nabídnout pomoc svých cvičitelů na sobotní a nedělní výlety školní mládeže, případně lyžařský výcvik v rámci tělovýchovy na školách. Bude potřeba postupně prosazovat, aby do povinné školní tělovýchovy v horských a podhorských oblastech bylo zařazeno lyžování. Prvé úspěchy práce a snahy o spolupráci se školským úsekem vykazuje kraj Liberec;

iniciativně, metodicky a propagačně zapojit se do rekreace ROH a získávat pracovníky pro lyžařský sport;

zapojit a vysílat cvičitele na školní zimní zájezdy;

musíme navázat spolupráci a hlavně pomoci metodicky při řešení lyžařských otázek ostatním sportům, kde součástí jejich celoroční práce je lyžování;

předsednictvo naší ústřední sekce musí uvážít, jak by naší práci pro zmasovění lyžařského sportu mohla pomoci naše armáda a Svazarm a jak bychom mohli naopak pomoci my jim v plnění odpovědného úkolu na poli zvyšování obranyschopnosti našeho lidu;

uvést v Československu v život lyžařskou učební osnovu, začít lidi podle ní systematicky učit lyžování. Je třeba zdůraznit, že je nutné zajistit jednotné vyučování podle této osnovy ve všech složkách, kde se lyžování pěstuje;

bude třeba věnovat větší péči i našim sportovním školám, protože i oni mohou sehrát velkou úlohu při získávání naší mládeže pro pěstování lyžování. Masový základ našeho lyžařství nemůžeme vidět jen v úkole naučit lidi lyžovat, ale vidět v mládeži široký základ pro pěstování závodního lyžování v jednotlivých disciplínách;

prohloubit styk sekcí s oddíly zejména osobním stykem; naši pozornost musíme zaměřit hlavně na lyžařské oddíly v horách a pod horami, kde jsou pro pěstování lyžařského sportu nejlepší přírodní podmínky.

To jsou některé z hlavních úkolů lyžařského hnutí pro nejbližší léta. Z nich by měly pro jednotlivé naše lyžařské orgány vyplynout tyto podrobnější úkoly:

Pro lyžařské oddíly:

slučovat oddíly v městech do dvou až tří silných oddílů; zakládat lyžařské oddíly v horských obcích (i samostatné lyžařské jednoty, kroužky), případně společně s turisty;

v oddílovém životě zavést osvědčené formy kolektivního lyžařského života, jako jsou společné lyžařské výlety, promítání filmů, společné brigády na stavbě lyžařských zařízení, zábavy, plesy a pod.;

vést přesnou registraci členů lyžařských oddílů, využít k tomu právě probíhající výměnu členských legitimací;

při každé příležitosti provádět nábor mládeže do oddílů, po dohodě s rodiči a se školou;

pomáhat škole, ČSM, Pionýrským novinám při uspořádání masových soutěží;

do práce v oddílech zapojit všechny rozhodčí, cvičitele, techniky, trenéry a organizační pracovníky;

pořádat pravidelné náborové závody a další masové náhradní soutěže;

do vedení oddílů postavit schopné organizační pracovníky. Práci cvičitelů a trenérů přesunovat postupně do oddílů, informovat je často o lyžařské problematice a našich hlavních úkolech;

v oddílech zavést řádné hospodaření a podporovat soběstačnost, uvažovat o možnostech zvýšení podpor pracujícím oddílům;

intenzivně zapojit oddíly do výstavby lyžařských zařízení; práci oddílů soustředit do těchto čtyř úseků a nerozptylovat ji do mnoha komisí:

a) organizování masového lyžování;

b) trenérská práce jako nejdůležitější činitel ke zvyšování výkonnosti nadaných jednotlivců;

c) sportovně technická práce, rozhodčí a kvalifikační;

d) výstavba lyžařských zařízení a hospodářské úkoly.

Pro lyžařské sekce OV ČSTV:

zakládat okresní sekce tam, kde jsou pro to podmínky a alespoň tři činné oddíly, jinak převezme jejich funkci krajská sekce;

svolovat pravidelné čtvrtletní porady vedoucích oddílů;

pozornost především zaměřit na pořádání masových soutěží;

být neustále v bezprostředním styku s oddíly, vést o nich přesnou evidenci a přehled.

Pro lyžařské sekce KV ČSTV:

vést též přesnou evidenci činných oddílů a okresních sekcí, a kde okresní sekce vytvořeny nejsou, řídit oddíly přímo;

svolovat aktivity vedoucích oddílů jednou až dvakrát do roka;

informovat oddíly přímo o činnosti formou zpráv a pamatovat i na osobní styk;

vysílat instruktory do oddílů;

starat se o výchovně politickou činnost v oddílech;

přenášet ústřední pokyny, směrnice až do oddílů;

vést přesnou evidenci cvičitelů a pečlivě kontrolovat jejich činnost.

Pro lyžařskou sekci ÚV ČSTV a SÚV ČSTV:

zlepšit bezprostřední styk s krají častějšími návštěvami patronů;

prohloubit spolupráci s ČSM, Svazarmem, odborem turistiky ÚV a ZTV, vyjasnit si otázku kompetence při provádění lyžařského sportu;

vydat čs. učební osnovu lyžování, sjednotit metodické pokyny a zavést jednotné provádění až do oddílů;

uvést do života již vydané směrnice o práci lyžařských oddílů a kontrolovat jejich plnění;

zajistit masovou výrobu lacíné, ale kvalitní lyžařské výstroje. V této věci musí spolupracovat a pomáhat všechny složky, vyvlejet neustále tlak, aby se touto otázkou zabývaly příslušné orgány, a neustále poukazovat na nutnost vyřešení této otázky, která je mimořádně důležitá pro další rozvoj lyžařského sportu;

vydávat pokyny k otázce celoroční práce lyžařských oddílů, hlavně v tom, že je třeba za činnost považovat provádění jiných sportů, jako turistiky, vodních sportů, lehké atletiky a pod.;

vydat populární formou pokyny pro hospodaření lyžařských oddílů, informace o možnostech obstarávání finančních prostředků;

starost o masové rozšíření lyžařského sportu a starost o zakládání oddílů; nábor mládeže do oddílů považovat pro nejbližší období za prořadový úkol předsednictva lyžařské sekce ÚV ČSTV a SÚV ČSTV.

Nedomníváme se, že tímto referátem byla vyčerpana celá problematika, která tohoto času na úseku masového lyžování je. Většinu kladů a nedostatků v naší práci jsme zde uvedli, a to jistě stačí k tomu, abychom si uvědomili dřívější důsledky a i další, které by vznikly, kdybychom otázky masového lyžování chtěli věnovat jen

# Dávkování treningu sjezdaře v hlavním období

Dávkování v hlavním období, které je možno nazvat obdobím činnosti na sněhu, je sestaveno s přihlédnutím k tomu, že drtivá většina sjezdařů musí za sněhem a vhodným terénem dojíždět. Generálně se nedá počítat s tím, že by závodníci, vzhledem ke krátkosti zimního dne a vesměs značným vzdálenostem, mohli trénovat na vyhovujících terénech s lanovkami po skončení svého denního zaměstnání. Takovéto závodnické podmínky má jen několik desítek šťastlivců, u nichž je problém dávkování omezen pouze na to, jak sladit denní trénink s potřebným odpočinkem podle individuální povahové a fyzické konstituce závodníka.

Vzhledem k určitým rozdílům v časových možnostech, materiálním zajištění tréninku na sněhu a přirozené nutnosti diferenciace přípravy předpokládané pro zahraniční reprezentaci proti přípravě na domácí soutěže uvádíme pro snadnější orientaci závodníků a trenérů dvě eventuality dávkování.

První jest střední dávkou prvotřídního závodníka, člena státního družstva, se zaměřením na dosažení úrovně světové třídy, nebo sjezdaře s ambicí na dosažení limitu pro titul mistra sportu. Pochopitelně se budou snažit přiblížit se této formě dávkování i všichni ti, jimž to charakter povolání, místo bydliště a hmotná situace kraje či oddílu alespoň trochu dovolí.

Druhá eventualita je míněna pro závodníka-sjezdaře, zaměřeného na dosažení první výkonnostní třídy a reprezentaci kraje na mistrovství republiky. Pro talentovaného závodníka, který se po celý rok poctivě připravuje, je i tato poněkud redukovaná forma dávkování dostatečná, aby umožnila jeho sjezdařským kvalitám na sebe upozornit dobrým umístěním na domácích vrcholných závodech mezi špičí těch nejlepších. Pro závodníky nižší výkonnosti a pro dorostence znamená pak metu, ke které se musí dostat, chtějí-li svoji výkonnost pozvednout na úroveň hranice mezi druhou a první třídou.

Trenink sjezdaře vykazuje v hlavním období několik charakteristických, od sebe dosti dobře odlišitelných fází, které můžeme pro lepší orientaci pojmenovat:

- I. Rozježdění.
- II. Zvyšování techniky.
- III. Příprava na závody
- IV. Závody.
- V. Vrcholné závody.

## I. ROZJEŽDĚNÍ

Tato první fáze jest již vcelku dnes každému jasná a všeobecně ji již závodníci praktikují. Sjezdař si musí na ten svůj »živel« prostě zvyknout. O »rozježdění« toho bylo řečeno a napsáno již dosti, aby závodníci měli dostatečně jasnou představu o tom, jak si mají v této fázi, která počíná s napadnutím prvního sněhu, obvykle okolo poloviny listopadu, správně počínat.

U kategorie reprezentantů dáváme i pro tento začátek zásadně přednost kolektivnímu tréninku v soustředění před individuálním ježděním, jelikož zde předpokládáme obzvláště úzký kontakt trenéra s družstvem po celou sezónu. Pro rozježdění jest vhodné jednotýdenní soustředění, pokud možno ve vysokohorském terénu s výtahem. Příroda si však velmi často nedá poroučet a tak se bohužel stává, že se toho obvykle více nachodí než naježdí, jelikož na začátku zimy nebývá vždy sníh tam, kde máme výtahy.

Prozatím při rozježdění záměrně nehovoříme o tom, kolik se má naježdět sjezdových kilometrů. Jezdíme jich zásadně tolik, kolik můžeme snášet bez pocitu únavy a tvrdosti v jízdě. Doporučujeme spíše řídit se v této fázi časovými dávkami, které rozdělíme takto: první tři dny trénujeme vždy po třech hodinách hrubého času dopoledne a po 2 hodinách odpoledne. Po třech dnech vsuneme jeden odpočinkový den, do něhož zařadíme sportovní

filmů – záběry světových es, vlastní nejlepší záběry z loňské sezóny – a věnujeme se jejich rozboru. Po tomto odpočinkovém dnu pokračujeme po zbyvajících dva dny s poněkud zkrácenou dávkou na 2½ hodiny dopoledne a na 1½ hodiny odpoledne.

Program práce na sněhu, který nám zabere 23 hodin, doplníme denně hodinou teorie techniky, metodiky, rozboru treningových plánů, zopakování závodních pravidel a podobně. Dále věnujeme denně hodinu společnému kulturnímu a politickému programu a minimálně hodinu péči o nářadí, výstroj a mazání. Mimo obvyklých ranních rozvíček dbáme na to, aby se závodníci v lehkém oděvu a v teplé místnosti krátce rehabilitačně »protáhli«. Můžeme to spojit s denním programem kolektivní zábavy a duševního rozptýlení, jako jsou různé hry a soutěže.

Týdenní rozježdění představuje tedy zhruba dávkou 47hodinového programu, který vhodně doplníme odpočinkovou činností, přibližující závodníkoví prostředí, ve kterém žije doma (česba, studium, pracovní záliba a pod.). Tak jako jest důležité se v dalším tréninku nešetřit a pořádně se potit, tak jest důležité, aby týden rozježdění se děl bez zbytečné dřiny a v naprosté duševní i fyzické pohodě.

Při redukované formě, která předpokládá úzkostlivější šetření časem, naježdí závodník oněch k rozježdění potřebných 20 až 23 hodin tréninku na prvním sněhu, za dvě listopadové, či podle sněhu, prosincové soboty a neděle. Sobotu dopoledne si jest možno vždy přes týden nějak napracovat. Vzhledem k delšímu odpočinkovému intervalu jest možno bez obav prodloužit v tomto případě denní dávky natolik, aby bylo k rozježdění nutného času na sněhu dosaženo.

U těch, kteří se »rozjíždějí« v týdenním soustředění, se doporučuje týden klidu, ve kterém se podrážděné reflexy nervové soustavy z poněkud desorientovaného stavu »uhladí« pěkně po srsti«, čemuž napomáháme lehkým kondičním pohybem v tělocvičně nebo v terénu, na hřišti či kluzišti. Na tuto zásadu nikdy nezapomínejme a zvykněme si jí dodržovat po celou dobu hlavního období.

## II. ZVYŠOVÁNÍ TECHNIKY

V tomto období se jedná o přechod od lehkého rozježdění k postupnému zvyšování treningových dávek, až po dosažení připravenosti celého organismu k maximálnímu zatížení. Závodník musí za pomoci výsledků přípravy na suchu a za rychlého znovunabývání bývalé technické úrovně progresivním tempem překonat kritické údobí, kdy se objevuje tendence ustnout na pasivním zvládnutí jízdy. To jest ono údobí, kdy postupným zvyšováním kilometrových dávek na obtížnějších sjezdových terénech počne závodník kompenzovat důsledky některých nedostatků v technice nesprávně zvýšeným výdajem sil. Vzhledem k dobré fyzické připravenosti se mu skutečně daří tráť zadržlivě s úspěchem zvládati. Jeho jízda však postrádá dynamičnost, jelikož během jízdy vyčerpává zbytečně mnoho cenné energie na křečovitě udržení technickými chybami ztrácené jistoty či na boj proti pádu nebo dokonce na boj proti rychlosti. Paralyzuje tak své schopnosti a síly potřebné k aktivnímu a dynamickému zvládnutí tratě.

Závodník se může přiblížit k nejvyšší výkonnostní metě jen tehdy, osvojí-li si techniku jízdy a vytrénuje svůj nervový systém natolik, že při vrcholné jízdě trať ovládá, reaguje na její záluždnosti a překonává je s přirozenou, bezmála podvědomou technickou brilancí. Bezdělná činnost totiž nezná prakticky únavy a umožňuje tak sjezdaři, aby soustředil veškeré svoje trénované úsilí k dosažení co největší rychlosti a překonání tratě v nejkratším možném čase.

Tomu, aby technika jízdy a poměr sjezdaře ke sněhu, terénu, lyžím a rychlosti, jeho podvědomě správná reakce na nekonečné varianty tratě, se staly sjezdaři prakticky vlastností, jest věnována tato druhá fáze jeho tréninku na sněhu. Většinou jej provádíme raději ještě bez bran a stopek a soustředujeme se hlavně na rychlou a technickou jízdu ve volném terénu sjezdových tratí. Začínáme trénem ovládání maximální rychlosti a postupujeme od lehčího terénu k těžšímu, nejprve přímou a pak cílevědomě sjezdovými oblouky usměrňovanou jízdou, suponující obří a prostý slalom.

Pro první kategorii závodníků počítáme v tomto údobí s dvěma samostatnými týdny soustředění, přerušeny jedním týdnem odpočinkovým. První tři dny jezíme denně přibližně 15 až 20 sjezdových kilometrů, které vystupňujeme do konce týdne na 20 až 25 sjezdových kilometrů denně.

(Pokračování na str. 14)

takovou pozornost jako dosud a neudělali jsme zásadní obrat v názorů na tuto otázku.

Je třeba, aby všichni lyžařští pracovníci doplnili ze svých bohatých zkušeností nejen konstatováním a přízvukováním k nedostatkům, ale hlavně svými podnětnými a mobilizačními návrhy tuto zprávu. Jistěže nebude důležité hovořit o tom, co bylo, ale naopak je nutno obrátit pozornost a zaměřit se na budoucnost, abychom se vystříhali toho, co jsme snad udělali dobře a nastoupili správnou cestu plněním uložných úkolů.

Je třeba, abychom přijali usnesení, které by bylo platné několik roků, kterým si stanovíme postupné cíle, které budou pod naši neustálou kontrolou, a i v příštím roce postavili otázku rozvoje maso-

vého lyžování a kontrolu plnění úkolů jako hlavní bod našeho plánního zasedání a tuto otázku spoili s podrobnou analysou nedostatků a kladů při získávání naší mládeže pro náš krásný sport.

Velkým úkolem nás všech bude přenést přijaté usnesení do našeho lyžařského hnutí, aby se stalo věcí každého lyžařského činovníka, závodníka i člena lyžařského oddílu. Nastupujeme těžkou, ale pro rozvoj lyžařského sportu důležitou cestu, není obrazně řečeno ani »asfaltovaná ani betonová«, ale je pořádně hrbolatá. Lyžaři měli vždy dostatek jak dobrých inženýrů, tak i pracovitých rukou a vybudovali s nimi milionové hodnoty. A když si znovu všichni vysoukáme rukávy, nebude pochybností, že splníme tyto naše úkoly.

(Usnesení plenárního zasedání lyžařské sekce je na str. 24.)

# Směrnice pro závodění mládeže

Jedním z požadavků správného systematického výcviku lyžařských závodníků od nejmladších přes dorost a juniory až k dospělým je správné stanovení závodních tratí pro všechny věkové kategorie tak, aby nároky na obtížnost tratí stoupaly plynule s možnostmi technického, fyzického i psychického zatížení jednotlivých věkových kategorií.

Vysoké sportovní výkony, docilované dnes ve světovém měřítku, vyžadují kromě správného vyřešení všech otázek přípravy a vybavení závodníků i jejich ranou specialisací a usměrnění vzestupné linie požadavků kladených na obtížnost závodních tratí.

V zásadě nedochází ve směrnících pro závodění mládeže pro rok 1958 k podstatným změnám. Znovu připomínáme, že celé směrnice určují zejména maximální hranice, které nesmějí být v žádném případě překračovány v žádném závodě. Horní mez, vymezená směrnice, má být dosažena u přeborů ČSR, u krajských přeborů pořadatel rozhodne podle vyspělosti závodníků, zda použije dolní meze určené pro příslušnou věkovou kategorii, nebo normy vyšší (nejvýše však do stanoveného maxima). U náborových závodů se použije hodnot o třídě nižších. Pro tyto závody byly vydány zvláštní pokyny, uveřejněné v 10. čísle časopisu »Lyžařství«, ročník 1957.

Směrnice roku 1957 jsme doplnili ještě dalšími údaji, aby tak všichni lyžařští pracovníci měli přesné vodítka pro svoji práci s mládeží.

## BĚH

Přehled tratí běžeckých je uveden v připojené tabulce (na str. 14 dole). Tam, kde jsou uvedeny dvoje

tratě, jsou vyšší hodnoty určeny pro celostátní přebory, nižší hodnoty jsou určeny pro přebory krajské. Pro okresní přebory a ostatní závody je možno použít i tratí o třídě nižších, to znamená, že na příklad pro dorostence starší může být závod proveden na tratích uvedených v tabulce pro dorostence mladší.

Údaje směrnice doplňujeme ještě maximálními výškovými rozdíly. Výškový rozdíl trati, t. j. rozdíl mezi nejnižším a nejvyšším bodem trati a výškový rozdíl nepřerušovaného stoupání nemá překročit údaje uvedené v tabulce.

Juniory běhají zásadně trať 10 km, juniorky 5 km. K přechodu na trať mužů a žen mají se junioři účastnit v r. 1958 také některých závodů na 15 km a to ročník narození 1939 dvou a ročník 1938 pěti závodů, juniorky závodů na 10 km v témže počtu závodů jako junioři na 15 km.

U všech věkových kategorií má být mezi jednotlivými závody dodržena nejméně jednotýdenní přestávka. Před dalším závodem kratším má být přestávka nejméně 48 hodin.

## SKOK

Maximální rozměry můstků jsou uvedeny rovněž v připojené tabulce. Závody nižších tříd budeme pořádat většinou na sněhových můstcích s nižším kritickým bodem.

Jak si postavíme sněhový můstek, dočtete se v článku MS soudr. Běložoňníka v 12. čísle časopisu »Lyžařství«, ročník 1957.

U závodů ve skoku pro mládež (vyjma juniorů) platí rovněž zásada pokud možno jednotýdenní přestávky mezi jednotlivými závody.

U sdruženého závodu klasického nesmějí být obě části závodu provedeny

v jednom dnu, při čemž závod ve skoku má být proveden před závodem v běhu.

## SJEZDOVÉ DISCIPLINY

I zde jsou závodní tratě sestaveny do vývojové řady tak, aby jejich obtížnost stoupala plynule s růstem závodníků.

U 10–12letých se vybírá zpravidla jen jeden sjezdový závod (disciplína) podle terénních možností místa pořádání. Výčet všech tří disciplín je uveden pro různé terénní dispozice a možnosti našich krajů. Ve všech případech platí ovšem zásada, že závody ve sjezdových disciplínách budou pořádány jen v těch místech, kde jsou pro jejich pořádání vhodné podmínky a předpoklady dalšího růstu a vývoje. U sdružených závodů sjezdových (víceboje) musí být mezi jednotlivými částmi dodržena vždy nejméně jednodenní přestávka.

## SJEZD

Výchozím hlediskem je maximální rychlost dovolená v závodě té které kategorie a bezpečnostní předpisy. Ze stanovené průměrné rychlosti jsou určeny průměrné sklon tratě, jejich délky a výškové rozdíly. Dvoji hodnoty, stanovené u každé třídy sjezdovky, určují horní a dolní meze, z nichž hodnoty vyšší jsou určeny pro soutěže vyšší úrovně (celostátní) a hodnoty nižší pro soutěže nižší (krajské). Při závoděch okresních je možno užít třídy o jeden stupeň nižší. Maximální sklon úseků (padáky) jsou svou délkou vázány na stanovené maximální rychlosti na těchto úsecích docilované. Doporučujeme, aby vybraná trať byla před závodem pečlivě změřena a projeta na zkouš-

ku kvalifikovaným závodníkem nebo činovníkem. Docílené časy a změřené nebo vypočítané rychlosti jsou pak vodítkem pro eventuelní úpravy tratě před zahájením vlastní soutěže. Z bezpečnostních předpisů je nejdůležitější určení profilu příčných vln a vyjždění zatáček v zarostlém terénu.

Příčné vlny mají mít dostatečně zaoblené dolní i horní hrany, jejich minimální délka je určena 10 % číselné hodnoty maximální dovolené rychlosti v úseku a maximální houbka 10 % číselné hodnoty sklonu úseku.

Při vedení trasy zalesněným terénem, nebo kolem jiných nebezpečných překážek, je nutno zajistit vyjždění ze zatáček brankami tak, aby vnitřní tyč branky byla minimálně vzdálena od překážky jednu pětinu šířky sjezdovky.

Rozdělení sjezdovky na úseky: V zásadě by měla být každá trať rozdělena na 5 úseků: rozjezd, rychlostní úsek, úsek oddechu, technický úsek a dojezd.

V úseku rozjezdu se závodník po startu uklidňuje ze startovací nervosity. Má tedy tento úsek dovolit nabrání rychlosti v terénu poměrně hladkém, bez větších terénních vln. Délka asi 5 % délky sjezdovky.

Rychlostní úsek, kterým závodník projíždí v plném tempu, musí ho přinutit k plnému vypětí všech fyzických i duševních schopností. Vyžaduje se již zvláštní sjezdové trasy ve směru vertikálním i horizontálním. Délka asi 40 % délky sjezdovky.

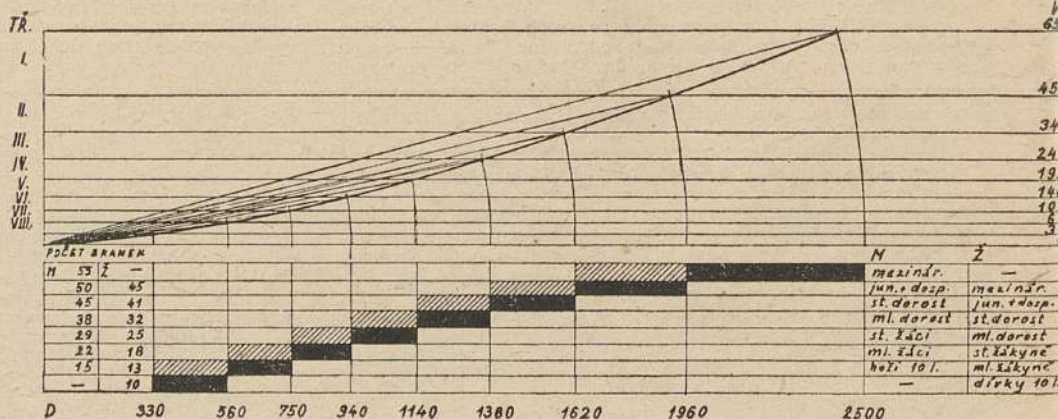
Úsek oddechu má umožnit uvolnění svalového i nervového vypětí a připravit závodníka na další zvýšení výkonu. Tento úsek má být opět hladší, bez větších terénních vln, aniž by ovšem podstatně snižoval dosaženou rychlost. Délka asi 10 procent délky sjezdovky.

Technický úsek klade na závodníka opět zvýšené požadavky ve

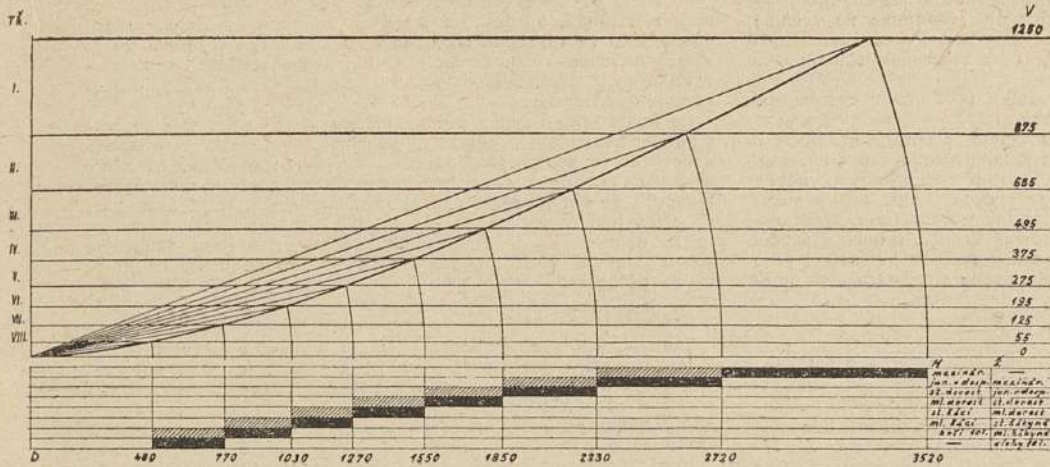
## SMĚRNICE PRO ZÁVODĚNÍ MLÁDEŽE — OBŘÍ SLALOM

### NÁVRH NA ROZDĚLENÍ ZÁVODNÍCH TRATÍ OBŘÍHO SLALOMU

V.řada	výřk. rozdíl	délka	max. průř. sklon	max. pr. rychlost	počet branek		kategorie	
					muži	ženy	muži	ženy
III.	340	1820	12°10'	45 km/h	45	—	st. dor.	
	240	1360	10°10'	40	45	—	17-18l.	
IV.	240	1360	10°10'	40	38	32	ml. dor. st. dor.	
	195	1140	9°50'	35	38	32	15-16l. 17-18l.	
V.	195	1140	9°50'	35	29	25	st. ž. ml. dor.	
	140	940	8°40'	30	29	25	13-14l. 15-16l.	
VI.	140	940	8°40'	30	22	18	ml. ž. st. ž.	
	100	750	7°40'	25	22	18	11-12l. 13-14l.	
VII.	100	750	7°40'	25	15	13	hoří ml. ž.	
	60	560	6°10'	20	15	13	9-10l. 11-12l.	
VIII.	60	560	6°10'	20	—	10	dívky	
	30	330	5°45'	15	—	10	9-10l.	



NÁVRH NA ROZDĚLENÍ ZÁVODNÍCH SJEZDOVÝCH TRATÍ



zvládnutí terénu i rychlostí technikou. Předpokládá značné zvlnění vertikální a horizontální. Délka asi 40 % délky sjezdovky.

Úsek dojezdu má být opět klidný a přímý, bez snižování rychlosti. Délka 5 % délky sjezdovky.

Prostor za cílem má být pokud možno vodorovný nebo do mírného protisvahu, dostatečně široký.

OBŘÍ SLALOM

Tabulka tratí je vypracována obdobnou metodou jako u sjezdu. Pokud není jinak uvedeno, platí zde všechny předpisy »Pravidel«.

SLALOM

Tabulka je vypracována obdobně. Tyto pokyny mají sloužit zpřesnění podmínek závodění mládeže a jsou výsekem z připravované práce o normalisování sjezdových tratí. Aby tato práce mohla být úspěšně zakončena k prospěchu celého našeho lyžařství, je nutno shromáždit značné množství studijního materiálu. Žádáme proto všechny autory tratí, aby nám zaslali přesné údaje o svých tratích, t. j. podélný rozvinutý profil a půdorysný náčrt tratě s údaji o výškách, skloněch a délkách společně s nejlepšími docleňnými časy.

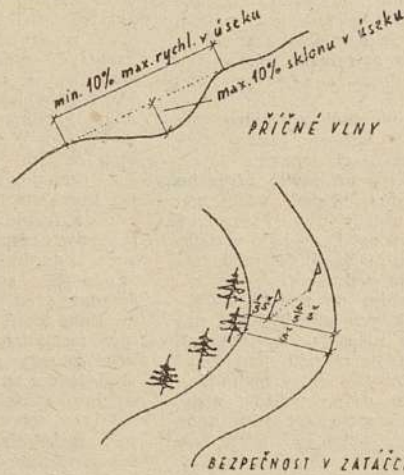
Totéž platí i o tratích běžeckých. Žádáme proto všechny pořadatele vrcholných a výběrových soutěží, aby nám zaslali po ukončení závodů spolu se zprávou o průběhu a s výsledky závodů i podélné profily všech běžeckých tratí. Rovněž nám zaslajte svoje připomínky a zkušenosti z praktického použití těchto směrnic v praxi.

Zpracovali: Ing. K. MEZERA,  
M. DUFFEK, VL. KDÝR, J. FEIX

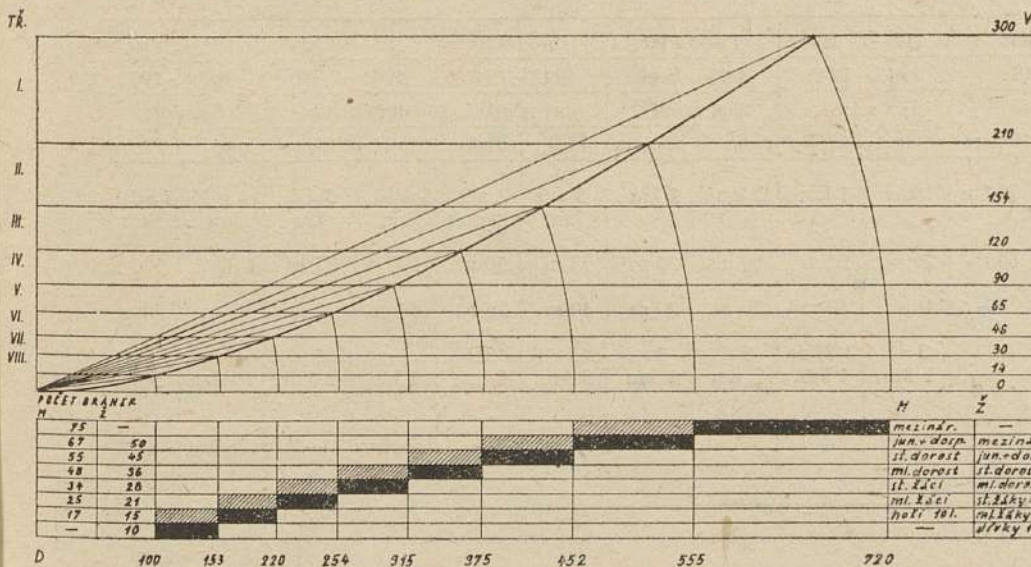
SMĚRNICE PRO ZÁVODĚNÍ MLÁDEŽE — SJEZD

V/ída	výšk. rozdíl	délka	max. sklon		max. rychlost		kategorie	
			prům. v úseku	v úseku	prům. v úseku	v úseku	muži	ženy
III.	655	2230	17°40'	30°	70 km/h	90 km/h	st. dor.	
	495	1850	15°40'	25°	60	80	17-18l.	
IV.	495	1850	15°40'	25°	60	80	ml. dor.	st. dor.
	375	1550	14°	25°	55	70	15-16l.	17-18l.
V.	375	1550	14°	25°	55	70	st. ž.	ml. dor.
	275	1250	12°40'	20°	45	60	13-14l.	15-16l.
VI.	275	1250	12°40'	20°	45	60	ml. ž.	st. ž.
	195	1030	11°	20°	40	50	11-12l.	13-14l.
VII.	195	1030	11°	20°	40	50	hoši	ml. ž.
	125	770	9°30'	15°	35	45	9-10l.	11-12l.
VIII.	125	770	9°30'	15°	35	45	dívký	
	55	480	7°	10°	25	35	9-10l.	

min. šířka sjezdové tratě je v rovných úsecích určena číselnou hodnotou prům. sklonu; v zatáčkách je urč. číselnou hodnotou max. sklonu v úseku.



NÁVRH NA ROZDĚLENÍ ZÁVODNÍCH TRATÍ SLALOMU



SMĚRNICE PRO ZÁVODĚNÍ MLÁDEŽE — SLALOM

V/ída	výšk. rozdíl	délka	max. sklon	prům. rychlost	počet branek		kategorie	
					muži	ženy	muži	ženy
III.	154	452	20°	25 km/h	55	—	st. dor.	
	120	375	18°40'	21	55	—	17-18l.	
IV.	120	375	18°40'	21	48	36	ml. dor.	st. dor.
	90	315	16°40'	16	48	36	15-16l.	17-18l.
V.	90	315	16°40'	16	34	28	st. ž.	ml. dor.
	65	254	14°50'	13	34	28	13-14l.	15-16l.
VI.	65	254	14°50'	13	25	21	ml. ž.	st. ž.
	46	220	12°	10	25	21	11-12l.	13-14l.
VII.	46	220	12°	10	17	15	hoši	ml. ž.
	30	153	11°20'	7	17	15	9-10l.	11-12l.
VIII.	30	153	11°20'	7	—	10	dívký	
	14	100	8°	5	—	10	9-10l.	



Po týdenním odpočinku pokračujeme v dalším soustředění, pokud možno na jiném terénu, ve stejném programu, avšak počneme s 25 sjezdovými kilometry denně a skončíme s 30–35 kilometry denně. Nejméně dva dny každého týdne věnujeme na training prostého slalomu, respektive jeho suponování bez branek při rychlé jízdě volným terénem na sjezdové trati nebo slalomového svahu výtahem.

Pro druhou kategorii našich závodníků počítáme v redukované eventualitě pouze s jedním týdnem, pokud možno kolektivním trainingem, vyplněným přibližně stejným programem. Dochází pouze k určité změně v denním dávkování sjezdových kilometrů. Jest možno doporučit rychlejší vzestup od počáteční dávky k maximální, kterou jest však opět koncem týdne nutno snížit bezmála na výchozí dávku, aby důsledky zvýšeného zatížení závodnickova organismu nesnižily přesplnění kvalitu, intenzitu a účel trainingu. Záleží při tom na technické vyspělosti kolektivu, jeho současné formě, sněhových poměrech, terénu a organizačních možnostech.

### III. PŘÍPRAVA NA ZÁVODY

Během této fáze přípravy jest již náplň trainingových dávek specialisována na nácvik jednotlivých sjezdových disciplín. Vše je zaměřeno na to, aby veškeré trainingové úsilí sjezdaře bylo usměrněno ve snahu po dosažení co nejvyšší možné rychlosti. Zde přijdou již plně k uplatnění slalomové branky a trenérovy či závodnickovy stopky. Od trainingu sjezdu po úsecích, měřených později na čas, a od trainingu slalomových figur, které jezdí závodník tak dlouho v různých obměnách, až se mu stanou technickou samozřejmostí, přechází sjezdař pozvolna k tomu, aby si alespoň v užším kolektivu vytvářel častými starty na čas podobné podmínky a prostředí, jaké jej budou čekat při vlastních závodech.

Důležité jest, aby závodník neustrnul na tom, že se spokojí ve svém kolektivu s nějakým tím třetím nebo čtvrtým místem. Jakmile se s tím jednou smíří, tak nad svou závodnickou budoucnost zlámal hůl. Musí za pomoci trenéra rozebírat svůj výkon, analyzovat svoje chyby a přednosti soupeře a v dalším trainingu si klady osvojoval a chyby odstraňovat. Zde se zvláště uplatní trenér, který dovede pracovat rychle s filmovou kamerou nebo alespoň s fotografickým aparátém.

Během této trainingové fáze má každý závodník absolvovat již také svoje první oficiální závody. Tyto mají sice z hlediska trenérského ještě typicky přípravný a kontrolní charakter a jejich výsledky musí být posuzovány za použití značné dávky zdravého úsudku, avšak pro závodníka jsou v každém případě nezbytnou součástí tohoto období. Velká překážka tkví v tom, že nebývá v oddílech jednot dostatek organizační pružnosti, aby bylo využito eventuaálně příznivějších, jinak v této roční době doposud nepřilíš stálých sněhových a povětrnostních podmínek.

Časově spadá tato fáze přípravy na sněhu do období vánočních svátků, během kterých počítáme jak pro první, tak i pro druhou kategorii závodníků s deseti dny kolektivního trainingu, během kterého se zúčastní jednoho až dvou závodů. Pro sjezd nebyvají vždy v této době dostatečně příznivé sněhové podmínky, ale dobrý obří slalom a prosté slalomy se dají uspořádat vždy. Nejlépe je se napojit na nějakou pořádanou soutěž (obvody) nebo požádat o organizační pomoc místní jednotu, nebo, což nikdy nezklame, sáhnout k svépomoci.

Denní dávky musí činit průměrně 30 sjezdových kilometrů a nejméně 3–4 dny musíme věnovat slalomu. Slalomový den je vlastně pouze půlden, poněvadž slalom v brankách trénujeme zřídka po delší dopoledne a odpoledne pak jdeme sjezdovat. Jest zapotřebí dbát na to, aby slalomový training byl vždy intenzivní a dravý. Závodník musí být v potu. Vlačný training slalomu a postávání jest mrhání drahocenným časem. Při trainingu sjezdu se snažíme, pokud to možnosti dovolí, abychom nejždili pouze na jedné trati.

Pro první kategorii závodníků počítáme pak ještě kromě vánočního soustředění ještě s dalším sedmidenním kolektivním trainingem, který navazuje bezprostředně na týdenní odpočinek. Program tohoto trainingu, spadajícího přibližně do poloviny ledna, je obdobný jako ve vánočním soustředění, pouze s tím rozdílem, že je charakterisován vystupňováním trainingového zatížení až po maximální přípustnou hranici, a záleží na trenérovi, aby ji dovedl správně odhadnout.

Ke konci tohoto týdne předpokládáme absolvování dalšího trainingově kontrolního, avšak oficiálního závodu. Obvykle spadá konec tohoto soustředění do doby krajských přeborů, na které je možno se napojit a kde dobrá úroveň účastníků již sama o sobě zaručuje, že ani reprezentanti si nebudou moci dovolit brát start na příliš lehkou váhu.

Pro druhou kategorii závodníků začíná s koncem vánočního soustředění již vlastní období se zaměřením na účast na krajských přeborech.

### IV. ZÁVODY

Tento úsek hlavního období, i když představuje již vlastně naplnění smyslu veškeré naší předchozí činnosti, jest charakterisován příliš markantním vzestupem závod od závodu rostoucí výkonnosti závodníka a hraje tak specificky důležitou roli ve vývoji výkonu na cestě sjezdaře k vrcholným závodům, že jest těžko se o ní zvláště nezmínit.

Nepočítáme v této době se soustředěním, ale s pravidelnou každodenní účastí na závodech. Podle důležitosti závodu, jeho obtížnosti a vzdálenosti si napracováváme sobotu, popřípadě i pátek, abychom si mohli trať prohlédnout a prošetřit. Nezvykle si »spát« na sjezdových tratích před závody po celé dny. Máme umět sjezdovat a ne umět zajet jen »nabíflovanou« sjezdovku. Výjimku tvoří pochopitelně start reprezentačního družstva na mezinárodních závodech na těžkých zahraničních tratích. Neří třeba se o náplni ani významu tohoto období v hlavní sezóně závodníka zvláště šřit. Trvá přibližně 5 týdnů a představuje každodenní účast na závodech a plnou práci v zaměstnání během týdne. Končí prakticky týden před mistrovstvím republiky. Znamená to, že společně se starty na kontrolně přípravných závodech z předchozí fáze bude mít závodník do mistrovství republiky a ostatních vrcholných závodů, které pak následují, za sebou celkem 6–7 závodů, což znamená, počítáme-li průměrně 2 starty na závod, celkem 12–14 startů.

Z trainingového hlediska jest toto období obzvláště cenné a dávky, které absolvuje každý závodník jak ve formě vlastních startů, tak ve formě bezprostřední, poměrně krátké, avšak neobyčejně intenzivní přípravy předcházející každý jednotlivý závod jsou vysoce hodnotné. Stav určitého rozrušení před závodem jest nevhodnějším stavem závodníka pro rychlý a intenzivní training. Sjezdař před závodem jest celým svým nitrem soustředěn na studium tratě, veškerá jeho vůle a úsilí jest zaměřeno na zvládnutí terénních zápludností a dosažení největší rychlosti. Sjezdař před závody připomíná trochu studenta před hodinou zkoušek. »Nalejvá« a »hustí« to do sebe, jak nejrychleji to jen jde, a letmo se dotýká všeho toho, čím jej předchozí training vyzbrojil.

Dávky tohoto období představují tedy pro sjezdaře starty na pěti závodech a společně s nimi souvisící přípravu. Dále je šablonovat nemá význam, jelikož otázka závodů a přípravy na ně jest otázkou správného odhadnutí vlastních sil a stanovení vlastního cíle. Jsou to problémy jednak již vícekrát podrobně rozebrané z všeobecného hlediska v příručce »Sjezdové disciplíny« a různých článcích v »Lyžařství«, a jednak problémy příliš individuální, než aby bylo možno tyto materiály bez nebezpečí formální šablonovitosti ještě dále jednotlivci přiblížit. Při závodech se prostě projevuje závodník takový, jaký je, jak je tělesně i duševně nejen připraven, ale i celkově založen.

S. PITTL

Disciplína	Věk Rok narození Kategorie Údaje	10 let		11–12 let		13–14 let		15–16 let		17–18 let		19–20 let	
		1948		1947–1946		1945–1944		1943–1942		1941–1940		1939–1938	
		děti		žáci mladší		žáci starší		dorost mlad.		dorost starší		junioři	
		chlapci	děvčata	chlapci	děvčata	chlapci	děvčata	hoši	dívky	hoši	dívky	muži	ženy
Běh:	maximální délka tratě	500 m	500 m	1 km	1 km	2 km	2 km	3 a 5 km	2 a 3 km	5 a 10 km	3 a 5 km	10 a 15 km	5 a 10 km
	maximální výškový rozdíl	10 m	10 m	20 m	20 m	50 m	30 m	75 m	50 m	100 m	75 m	200 m	100 m
	maximální nepřeruš. stoup. počet členů štafet	—	—	10 m	10 m	20 m	20 m	40 m	25 m	60 m	40 m	90 m	50 m
Štafety:	a maxim. délky tratí:	—	—	3 × 1 km	3(2) × 1 km	3 × 2 km	3 × 1 km	3 × 3 km	3 × 2 km	3 × 5 km	3 × 3 km	4 × 10 km	3 × 5 km
Skok:	kritický bod můstku nejvýše:	15 m	—	30 m	—	55 m	—	55 m	—	všechny	—	všechny	—



# MISTROVSTVÍ SVĚTA ve sjezdových disciplínách 1958

Ve dvou posledních číslech »Lyžařství« z minulého roku zabývali jsme se popisem tratí, a to jak pokud jde o alpské disciplíny v únoru v rakouském Badgasteinu, tak i pokud jde o disciplíny klasické v březnu ve finském Lahti. Aby naši čtenáři byli podrobně informováni a mohli případně i »na dálku« sledovat výkony závodníků při těchto vrcholných sportovních událostech letošní zimy, zbývá nám ještě pro všechny případy všimnout si náhradních tratí, jak je připravili organizátoři MS 1958 v Badgasteinu pro alpské disciplíny. Než přistoupíme k podrobnostem, je třeba si připomenout, že náhradní tratě pro závody mužů i žen ve sjezdu jsou položeny do prostoru Graukogelu, kdežto všechny tratě ostatní jsou položeny do volného prostoru Stubnerkogelu, a to na d hranici lesního porostu.

## 1. Sjezd — muži

Start	— 2200 m n. m.
Cíl	— 1360 m n. m.
Délka tratě	— 3000 m
Výš. rozdíl	— 840 m

Start je položen do místa asi 200 m nad horní stanicí výtahu na Graukogel. Přesné umístění startu bude závislé na sněhových poměrech, takže bude teprve před závodem rozhodnuto, zda bude start položen do vyšších nebo nižších poloh.

Oficiální trať začíná těsně u hranice lesního porostu, kde také je horní stanice výtahu na Graukogel, kdežto první díl náhradní tratě probíhá na místech lesa vůbec prostých. Charakter této náhradní tratě je sám určen krajinou, kterou trať probíhá: trať je totiž vedena severně od horského hřebtu, který jí nejen kryje od jižního větru i od slunce, ale tvoří i přirozenou hráz, jež zachycuje spousty sněhu. Takto je zajištěn po celé trati naprosto jistý a hladký průběh celého závodu, a to i za jinak nepříznivějších sněhových poměrů.

První díl náhradní tratě vyúsťuje ve výši 1950 m n. m. do oficiální sjezdové tratě mužů v místech, kde končí přímá úzda (šusem) od startu. Právě ve výši 1360 m n. m. je přirozené a neobvyčejně vhodné místo pro umístění cíle, ačkoliv i níže, až k mytíně »Chachen« (viz předchozí popis tratě v »Lyžařství« č. 11) ve výši 1270 m n. m. je celá řada pro cíl vhodných míst. Jak jsme již uvedli — o přesném položení startu i cíle bude rozhodnuto až podle sněhových poměrů.

## 2. Náhradní trať pro sjezd žen

Start	— 2100 m n. m.
Cíl	— 1480 m n. m.
Délka tratě	— 2750 m
Výš. rozdíl	— 620 m

Pro náhradní trať závodu žen ve sjezdu byla vybrána horní polovina nejstarší a nejoblíbenější sjezdovky v celém okruhu hory Graukogel.

Tato sjezdovka (standardní) je vždy za jakýchkoliv sněhových poměrů ve svých horních dílech (až k střední stanici výtahu) naprosto sjízdná, neboť sněhu má dostatek. Jen pro zajímavost uvádíme, že právě zde jsou pořádány již od roku 1936 vždy nejzávažnější závody. Rovněž budí konstataci, že odborníky je právě tato sjezdovka (standardní) považována za nejvhodnější pro sjezdové závody žen.

Start je položen asi 100 m nad horní stanicí výtahu na Graukogel a cíl je umístěn v bezprostřední blízkosti střední stanice téhož výtahu.

## 3. Náhradní trať pro obří slalom mužů

Start	— 2200 m n. m.
Cíl	— 1600 m n. m.
Délka tratě	— 2200 m
Výš. rozdíl	— 600 m

Na rozdíl od všech dříve popsanych tratí je tato (a další, kterých si ještě všimneme) umístěna na horském masivu Stubnerkogel (2245 m n. m.), ležícím na opačné straně údolí Gasteinu, naproti horskému masivu Graukogelu. Start se nalézá v bezprostřední blízkosti (severně) horní stanice horské dráhy na Stubnerkogel. Cíl je položen do výše 1600 m n. m. na plošinu »Mittereggmahd«. Celá trať probíhá až do hranice lesního porostu (do výše 1750 m n. m.) naprosto bezpečnými stráněmi, takže i zde i za nejnepříznivějších sněhových poměrů při jinak zcela nedostatečné sněhové pokrývce je závod pokud jde o množství sněhu naprosto zajištěn.

Ačkoliv i zde bude nutno přesně trať vymezit až podle okamžité sněhové situace, lze již nyní — na podkladě dlouholetých zkušeností — říci, že závod (bude-li v těchto místech uspořádán) zajišťují za závodníkům skvělou příležitost dosáhnout nejlepších výsledků.

## 4. Náhradní trať pro obří slalom žen

Start	— 2200 m n. m.
Cíl	— 1700 m n. m.
Délka tratě	— 2000 m
Výš. rozdíl	— 500 m

Trať vede od hřebenu Stubnerkogelu až k těsné blízkosti údolní stanice výtahu »Jungerlift«. Po celé své délce probíhá trať v území naprosto volném (nad hranicí lesního porostu) a je položena do obrovského horského kotle, obráceného k severozápadu. Pro dokreslení tohoto místa uvádíme, že v létě je celé toto území obrovskou horskou loukou. Ježto je to veskrze travnatý terén, stačí i zde nejtenčí sněhová pokrývka k tomu, aby závod byl za všech okolností uskutečněn a aby jeho průběh byl nejen bezpečný, ale i ve svých výsledcích co nejlepší.

## 5. Náhradní tratě pro slalom mužů a žen

V dřívějších popisech tratí i krajiny, do které jsou tratě položeny, jsme se snažili celý vzhled místa mistrovství světa 1958 čtenáři natolik přiblížit, že se nyní domníváme, že pro zbývající, dosud neuvedené závody (ve slalomu), stačí již jen poukázat na přibližná místa, kde budou slalomové tratě vytyčeny, neboť zase bude záležet na konkrétních sněhových podmínkách, podle kterých pak těsně před závodem bude přesně místo závodu vždy určeno.

Pro náhradní slalomové tratě bylo vybráno území kolem vrcholku Stubnerkogel, neboť právě rozhodující byla skutečnost, že tento celý, dříve již popsany, luční terén zaručuje všude umístění startu od místa, jež vzdálenost od horní stanice horské dráhy nepřesahuje 5, nanejvýše 10 minut. Travnatý podklad je i zde zárukou dobrého průběhu závodů, uskutečnitelných i na nejslabší sněhové vrstvě.

V zásadě byla vybrána pro umístění startu tato místa:

	Start	Cíl	Délka	Výš.
	m n. m.	m n. m.	m	m
Zittrauer Tisch	2300	2100	400	200
Stubner Mulde	2200	2000	400	200
Zittrauer Mulde	2160	1980	400	180

Zittrauer Tisch a Stubner Mulde jsou obráceny k severu, kdežto svah Zittrauer Mulde je obrácen k východu.

Tratě jsou mnohokrát vyzkoušeny, neboť velmi četné závody ve slalomu již zde po mnoho let byly uskutečňovány.

Pro přehlednost ještě si opakujeme tato technická data:

### HLAVNÍ TRATĚ

	Start	Cíl	Délka	Výš.
	m n. m.	m n. m.	m	m
Sjezd - muži	1983	1068	3500	915
Sjezd - ženy	1657	1068	2400	589
Obří slalom - muži	1670	1068	2400	602
Obří slalom - ženy	1525	1068	1800	457
Slalom - muži	1270	1068	562	202
Slalom ženy	1240	1068	529	172

### NÁHRADNÍ TRATĚ

	Start	Cíl	Délka	Výš.
	m n. m.	m n. m.	m	m
Sjezd - muži	2200	1360	3000	840
Sjezd - ženy	2100	1480	2750	620
Obří slalom - muži	2200	1600	2200	600
Obří slalom - ženy	2200	1700	2000	500
Slalom Zittrauer Tisch	2300	2100	400	200
Slalom Zittrauer Mulde	2160	1980	400	180
Slalom Stubner Mulde	2200	2000	400	200

Nyní nám již nezbyvá nic víc, než přát oběma dílům mistrovství světa 1958 jak v Badgasteinu, tak i v Lahti, dobrý průběh a našim závodníkům čestné umístění.

ING. LADISLAV STUPKA

## ŠUMAVA — SE SVÝMI KRÁSAMI VÁS VOLÁ

ZIMNÍ SPORTY, DOVOLENOU, REKREACI — NABÍZEJÍ RESTAURACE A JÍDELNY V PÍSKU V NOVĚ UPRAVENÝCH HOTELÍCH VLTAVA, VIMPERK A ČERNÝ KŘÍŽ, PRACHATICE

Velmi výhodné pořádání internátního školení — stravování v domácí kuchyni.

BLÍŽŠÍ INFORMACE OCHOTNĚ POSKYTNE PODNIKOVĚ ŘEDITELSTVÍ RESTAURACI A JÍDELEN V PÍSKU, TELEFON 2408, 2519.

# Stavba slalomu na malých závodech

Nutnost určení hlavních zásad pro stavbu slalomových tratí je stále aktuálnější. Nastalé změny v technice jízdy a tím i zvýšení rychlostí, očekávané a již naznačované změny v konstrukci lyží, úpravy pravidel v rozhodování a rychlý vývoj všech dalších součinitelů, tvořících slalomový závod, vyžadují neustálé pozornosti, spolupráce a aplikace celého tohoto vývoje na stavbu slalomových tratí.

Je jasné, že základní abeceda slalomu (slalomové figury) nemůže a nesmí být zneužívána k mechanickému řaděni branek bez ladu a skladu. A nebylo by rovněž zdravé tuto abecedu rozšiřovat o další kombinace. Čím větší mistr, tím více dokáže jednoduchými prostředky a nezáleží na tom, stávil-li trať pro velký nebo malý závod.

V zásadách koncepce, plynulosti, rytmu a pečlivosti provedení není a nesmí být rozdílu. Spíše bych řekl, že u t. zv. menších závodů, při účasti nižších výkonnostních tříd a hlavně mládeže, musí být stavba tratě mnohem pečlivější než u závodů velkých. Vypělí závodníci, i když třeba nebudou někdy spokojeni, mají větší technické i zkušenostní schopnosti se s danou tratí dobře vyrovnat. U nižších výkonnostních tříd a u mládeže nejsou všeobecně tyto osobní předpoklady na takové výši, takže špatně postavená trať může přinést důsledky znechucení dalšího tréninku nebo i úrazů. Tím ovšem nechci říci, že by slalom pro nižší výkonnostní kategorie měl být postaven pro snadné vození od branky k brance. Naopak. Má být rychlý, má být technický. Ovšem jeho požadavky musí být úměrné kategorií závodníků, pro niž je určen.

Vytyčme si zásady, které platí všeobecně pro stavbu slalomů všech výkonnostních tříd a z nich pak odvodíme specifické požadavky pro třídy nižší.

Pokusím se napřed určit — pokud je to vůbec možno — definici slalomu:

Slalom je sjezdová trať pravidly stanovené délky a sklonu, určující systé-

mem branek detailně sjezdovou trasu za účelem poznání, jak který závodník ji zvládne technicky i psychicky v nejkratším sjezdovém čase. Z tohoto hlediska má mít každý slalom určitou, přesně vyhraněnou koncepci — hlavní myšlenku, kterou autor tratě vtělí do skutečného provedení v terénu. Tato koncepce je výslednicí mnoha faktorů, z nichž mezi prvními jsou osobní zkušenosti autorovy a dostatek invence. Tyto osobní vlastnosti autora spojeny s požadavky terénu, kvalitou sněhové pokrývky, povětrnostními požadavky a fyzickými, technickými i psychickými schopnostmi určené závodní kategorie dají v synthese charakterový výraz základní koncepce slalomu.

Při proniknutí do sumární mentality uvažované kategorie může si autor určit na podkladě základní koncepce celkový rytmus tratě, který pak musí být dodržen jak pro celek, tak pro vzájemné detailní vztahy mezi jednotlivými brankami. Součinitel rytmu má velký vliv na výkony závodníků, protože nesprávně volený rytmus, neodpovídající okamžitému, celkovému duchu závodníků, může i při jinak dobře postavené tratí, znehodnotit jejich výkony.

Při určité morální ochablosti, zmenšené sebedůvěře a sníženém zájmu o výsledek, zaviněných malou závodní zkušeností, je nutno postavit trať slalomu tak, aby z počátečních lehkých branek o volném rytmu přecházela do obtížnějších rychlejších figur v tempu, v kterém se závodník uklidňuje a rozehrává vlastním výkonem.

Naopak, při vzrušeném, dramatickém napětí, při touze závodníků být už na tratí, doporučuji celkovou koncepci rychlejší už od začátku, dravější i s konečným, prudkým závěrem.

Uvedené případy jsou vybrány jako příklady z mnoha jiných. Je samozřejmě téměř nekonečná řada dalších variací, které rozpoznat, správně určit a podle nich postavit odpovídající trať je jednou ze základních povinností dobrého stavitele slalomu.

Je pochopitelné, že při vytyčování tratě se nebude autor řídit ani těmi nejsilnějšími, ani těmi nejslabšími jezdci v dané závodní kategorii, ale širokým průměrem. Při tom ovšem musí být trať vytyčena tak, aby dovozovala všem určeným závodníkům správně její zvládnutí podle jejich individuálních schopností.

Pečlivé provedení je samozřejmostí u všech druhů závodů. Tak jako se závodník připravuje dlouhou dobu na krátké časové vypětí v závodě, je nutno aby i technický pracovník se předběžně připravoval na svůj úkol. Studium různých úloh, studiem tratí jiných autorů a průběhem závodů na nich připravuje se autor, řekl bych kondičně, na svůj odpovědný úkol. Před závodem pak pečlivou prohlídkou a prostudováním určeného terénu si stanoví základní názor a koncepci.

Podle potřeby upravuje pak autor se svými spolupracovníky trať tak, aby podle dosažitelných možností poskytovala stejné podmínky všem závodníkům. To znamená, že trať musí být pevná, s tvrdým podkladem, ale pružným, vodivým povrchem, bez vyjždění nebezpečných koryt a prohlubní. Pokud povětrnostní a sněhové podmínky nedovolují takovou trať do důsledku připravit, je nutné neustálým upravováním během závodu udržovat ji v dobrém stavu po celou dobu trvání závodu. Detailní návody o údržbě a přípravě tratí (prošlapávání, solení, salmiakování atd.) není možno zde obsáhně uvádět a je lépe prakticky si vyzkoušet mimo dobu závodů přímo v terénu.

Zde bych chtěl učinit malou, ale důležitou odbočku — připomínku sportovním hospodářům. Neplývejte, ale hlavně neomezujte nerozumně počet technických pracovníků a nezkracujte jim potřebnou dobu na přípravu všech lyžařských tratí. Málo pracovníků, málo času a spěch vedou vždy k improvisacím, nedostatečně připraveným tratím a všem nemilým důsledkům z toho plynoucím. Z tohoto hlediska se pak jeví vysoká odpovědnost plánovačů a hospodářů v našem sportu a jejich spoluodpovědnost za zdárný vývoj nebo pokles výkonnosti.

A nyní k vlastní stavbě slalomové tratí. Protože hlavním předmětem této úvahy jsou t. zv. »menší« závodní, určíme si nejprve význam tohoto termínu. Do kategorie menších závodů počítáme přebory jednot a okresů, veřejné závody s účastí závodníků i nižších vý-



ZÁVODY NA SKALNATÉM PLESE

konnostních tříd, závody náborové a propagační. Je pochopitelné, že má-li být na těchto závodech umožněna účast všem kategoriím, hlavně mládeži, musí i charakter a obtížnost tratě odpovídat výkonnostní úrovni těchto kategorií.

Podrobné pokyny k technickým požadavkům na tratě jsou obsaženy na str. 12 a 13 dnešního čísla a v Pravidlech lyžařských závodů.

Z předpisů vyjímám:

Slalomová branka se skládá ze dvou pevných tyčí stejné barvy, silných 2 až 4 cm a tak vysokých, aby vyčnívaly 1,8 m nad sněh. Tyto tyče musí být buď nabarveny, nebo opatřeny červeným, modrým nebo žlutým praporkem. Za sebou jdoucí branky nesmějí být téže barvy. Minimální šířka branky je 2 m. Vzdálenost jedné branky od druhé nesmí být menší než 0,75 m. Místo, kde je branková tyč zabodnuta do sněhu, má být označeno barvivem, aby se mohla vyražená tyč postavit do původního místa. Maximální vzdálenost branek 15 m, maximální výškový rozdíl mezi dvěma sousedními brankami 4–5 m.

Tolik pravidla. A nyní vraťme se opět k vlastní stavbě slalomu na menších závodech.

Jedním z prvních úkolů je správný odhad psychických a technických schopností kategorie, pro niž slalom stavíme. Na uvedených menších závodech není ještě u závodníků vypěstována dokonalá souhra kombinačního myšlení a rychlé reakce z obtížnosti tratě na vlastní technické zvládnutí daného úkolu. Soustředění závodníků nižších výkonností je zaměřeno více na zvládnutí vlastní technické stránky jízdy, než na ekonomii projíždění brankových figur. Protože k těmto základním faktorům přistupuje ještě předstartovní tréma a někdy i bázeň, vyplývající z malé závodní zkušenosti, je nutno, aby autor slalomu opravdu odpovědně volil vyhovující základní rytmus v jednoduchém sledu brankových figur.

Takovýto slalom má mít vždy volný začátek, s maximální dovolenou vzdáleností jednoduchých branek, aby závodník po startu se uklidnil v plynulé jízdě a získal sebedůvěru k překonání dalších úseků tratě. Teprve po tomto začátku může být tempo jízdy rovnoměrně zrychlováno, při zachování základního určeného rytmu, který se řídí nikoliv prostou vzdáleností branek, ale výlučně rychlostí jízdy mezi dvěma sousedními brankami. Při čemž předpokládaná rychlost musí být volena úměrně k výkonnosti závodní kategorie.

V členitém terénu je nutno vést základní sjezdovou trasu slalomu mezi boulemi, nikdy přes boule a přičně přes koryta, která rozrušují stabilitu jízdy. Pro najíždění branek nutno volit (podle rychlosti jízdy) správné místo otáčení nad brankou, pokud možno na převráceném svahu boule. Při tom vzájemná poloha a vzdálenost branek musí být tak voleny, aby dovolily slabšímu závodníkovi projíždět trať ve větších obloucích při menší rychlosti a závodníkovi vyspělejšímu ekonomičtěji trať

## Než začneme rozhodovat

V době, kdy dostanete toto číslo Lyžařství do ruky, bude již závodní lyžařské období zahájeno. Většina lyžařských pracovníků se na průběh závodního období připravila dobře. Tam, kde nebyl čas na přípravu, je třeba se urychleně ještě orientovat, co se v lyžování a hlavně v oboru rozhodování stalo nového.

Letošní letní kongres FIS v Dubrovniku schválil mnoho změn v lyžařských pravidlech. Kusé výtahy byly uveřejněny v Lyžařství již dříve. V posledním čísle pak byly oficiální opravy našich lyžařských závodních pravidel. Urychleně, pro informaci všech byly otištěny bez komentáře. V souladu s usnesením kongresu FIS schválilo toto znění oprav předsednictvo ústřední lyžařské sekce. Je naprosto jasné, že tyto změny platí již pro začínající období. Při zpracování změn a při přihlížení k připomínkám našich rozhodčích se do pravidel daly jen ty nejdůležitější změny a pokud možno ve stejném znění jako mezinárodní závodní řád. Ústřední komise rozhodčích ví, že v našich pravidlech je ještě hodně věcí, odstavců a ustanovení, která by mohla být formulována jinak a lépe. Do nového vydání pravidel, které nemůže nechat pro množství dnešních oprav na sebe dlouho čekat, bude nutné vše rádně probrat a upravit. Pravidla jsou věci stále živou, ale také rychle stárnoucí. A je jisté ke cti každého národního lyžařského svazu, má-li svoje pravidla co nejlepší, nejmodernější, která co nejvíce prospívají závodníkům i rozhodčím k hladkému a dokonalému průběhu závodů. Máme velký počet rozhodčích, kteří se zabývají problematikou lyžařských pravidel. Stejně tak i někteří naši trenéři a závodníci. Od těch všech bychom chtěli slyšet, co se jim v pravidlech nelíbí a co by mělo být upraveno jinak. Neodkládejte toto zamýšlení dlouho. Sedněte a napište ústřední komisi rozhodčích svoje připomínky. To bude nejlepší cesta k zlepšení, k předání zkušenosti a ke splnění úkolů.

Tak jako závodník nemůže nastoupit k závodě bez přípravy, tak je tomu i s rozhodčími. Přes letní období se zapomene řada některých základních článků pravidel, zapomene se, jak to je s interpolací a podobně. Není hanbou si před zimou tyto nedostatky doplnit. Z velkého počtu obětavých rozhodčích, skutečných odborníků, lze vytvořit pro všechny naše závody dokonalý sbor pracovníků, kteří zajistí hladký průběh závodů. Ale přece se občas objeví některý pracovník, jehož znalosti nejsou na patričné výši a pak je zle. Mnoho řečí, zbytečná nedůvěra závodníků, zkažení dobrého poměru celého kolektivu.

A když přišlo tolik oprav pravidel, když provádění funkce rozhodčího u mnohých se stávalo jakousi samozřejmou společenskou záležitostí, pak předsednictvo schválilo v zájmu zlepšení veškeré práce na poli závodního lyžování přezkoušení rozhodčích. Začalo se na podzim, a to u těch nejvyšších. Některé kraje se přidaly již v krajském měřítku. Na ty ostatní, kteří k přezkoušení ještě nepřišli, čekají vrcholové závody nebo krajské semináře, kde přezkoušení bude provedeno.

Účelem přezkoušení není paušální snižování třídy, ukazování nějaké nadřazenosti, nucení do dřeni jednotlivých článků. Zkušební komisaři budou chtít vědět, jak třeba rozhodčí I. třídy bude přednášet v kursu III. třídy některou část pravidel, jaký je princip výpočtových tabulek a pod. Vše se provádí a bude provádět ve formě rozhovoru a vypočítáním několika příkladů. Buďte ubezpečeni, není to formálnost, není to snaha zbavit rozhodčí chuti do práce. Chceme, abychom všichni naprosto jednotně a přesně na závodech pracovali, abychom dokonale školili naše nástupce, abychom byli dokonalými přáteli a pomocníky závodníků a trenérů. Jistě každého bude mrzet, když některý rozhodčí zkoušku nesplní. Ale stane-li se to, nehoršete se. Podívejte se znovu do pravidel a svoje vědomosti si doplňte. Je to lepší, stane-li se taková nepřijemnost jen u zeleného stolu a ne na sněhu.

A jak dopadne celé toto přezkoušení, to vám zase napíšeme na jaře na stránkách našeho časopisu. Ale věřte, že o špatných výsledcích podle dosavadních zkušeností vám určitě psát nebudeme. S našim lyžařstvím je to dobré, ale musíme se snažit, aby to bylo ještě lepší, bez chyb.

PhMr JIŘÍ MÁCHAL,  
předseda ústřední komise rozhodčích

sou. Prakticky to znamená sestavit slalomovou trať převážně z otevřených a zavřených branek, jednoduché figury (hl. vlásenky a protáhlé vlnovky) dostatečně protáhlé. Právě úhly používáme pouze pro určení správného najetí branky. Brzdících branek se nemá zásadně používat, protože trať má být tak volena, aby jich nebylo potřeba.

V této, pro nedostatek místa zhuštěné úvaze o stavbě slalomu na malých

závodech snažil jsem se zdůraznit spíše hlubší zákonitosti, než všeobecné pravdy a základní pravidla.

Byl bych spokojen, kdyby tato úvaha podnítila větší zájem a péči o stavbu slalomů všech stupňů, aby naši závodníci se setkávali při svých utkáních s nejlepšími tratěmi, na nichž by mohli dokázat svou vzestupnou úroveň.

Ing. arch. Karel Mezera

## LYŽAŘI! ROZŠÍŘUJTE ČASOPIS LYŽAŘSTVÍ!

Náš časopis můžete objednat u vašeho poštovního doručovatele nebo u Poštovní novinové služby na každém poštovním úřadě nebo přímo v prodejní oddělení Sportovního a turistického nakladatelství, Praha 3-Nové Město, Klimentská 3, tel. 62574, které zařídí předplatné u PNS nebo vyřídí případné reklamace.

## Několik poznámek k zasedání plena ústřední sekce

Podzimní zasedání plena ústřední lyžařské sekce mělo velmi zdařilý průběh, četné a hodnotné diskusní příspěvky k předneseným referátům a dosud největší účast krajin. Zasedání plena byl přítomen po celé sobotní jednání tajemník ÚV ČSTV soudruh Uhlíř a jeho připomínky k diskusním příspěvkům byly přijaty s plným souhlasem.

Nedostatkem tohoto zdařilého zasedání byla neúčast zástupců tisku. Domnívám se, že projednávání tak důležitého problému, jako je zlepšení práce na úseku masového lyžování a zapojení mládeže, rozvoj lyžařských oddílů, si vyžadovalo účast zástupců sportovních rubrik denního tisku, aby jejich prostřednictvím byla zajištěna náležitá propagace a pomoc.

V Pražském kraji jsme uvítali rozhodnutí předsednictva ústřední lyžařské sekce, aby se plenární zasedání zabývalo jako hlavním problémem otázkou zlepšení práce na úseku masového lyžování a dalšího rozvoje lyžařských oddílů.

Toto rozhodnutí, bude-li odpovědně a do všech důsledků projednáno a učiněna vhodná opatření a usnesení, může být prvním krokem na cestě ke zlepšení a rozšíření masového lyžování hlavně mezi mládeží.

Otevřeným problémem v Pražském kraji a domnívám se, že i v jiných krajích, zůstává a pravděpodobně ještě dlouho zůstane — jak zapojit široké masy školní mládeže, zajistit její trvalý zájem o lyžování a systematicky a plánovitě provádět její výcvik pod odborným vedením cvičitelů a trenérů, kteří náležitě ovládají novou čs. osnovu.

Dalším vážným problémem zůstávají dobrovolní trenéři a cvičitelé, kteří mají malý zájem o práci v lyžařských oddílech. Vážíme si dobré práce těch pracovníků, kteří pracují v TR a ŮMK a současně pracují i v lyžařských oddílech, aby své zkušenosti, odborné znalosti a vědomosti přenášeli na závodníky a cvičence a přispívali tak ke zvyšování jejich výkonnosti. Máme zjištěno, že v oddílech, kde naši trenéři svědomitě plní svoji práci, zvyšuje se zájem a účast při cvičeních a pořádaných soutěžích, jak se to projevilo v přespolních bězích, kterých bylo v našem kraji uspořádáno v měřítku krajském, oblastním a oddílovém celkem devět za značné účasti závodníků právě z těch oddílů, kde jsou zapojeni trenéři.

V mnoha poradách kraje jsme se zabývali otázkou, jak zapojit pražskou mládež pro masové lyžování. V sekci máme dostatek schopných a ochotných pracovníků, ale lyžařské oddíly nemají dostatek mládeže a ani neprojevují dostatečný zájem o její získání, jak se to projevuje u velkých tělovýchovných jednot, které mají od jiných sportovních oddílů vysoké finanční částky ze vstupného, jako Spartak Sokolovo, a mají zájem jen o špičkové závodníky. Takovéto zaměření v žádném případě neodpovídá celostátním zájmům a usnesení sjezdu ČSTV.

Dospěli jsme k názoru, že sami budeme hledat cesty pro získání a zapojení mládeže. A to se nám také skutečně podařilo. Navázali jsme jednání s odborem ZTV, který má dostatek mládeže a dohodli jsme se na stěžejních zásadách, jak zapojit mládež.

Hodně si slibujeme od spolupráce s turistickými oddíly. Dále jsme připravili otevřené svahy pro mládež na různých místech Prahy, které povedou naši cvičitelé a trenéři. Všechny tyto akce jsou připraveny a zajištěny, takže čekáme již jen na sněh.

Na závěr je nutno s uspokojením konstatovat, že předsednictvo ústřední sekce připravilo program pro zasedání plena, se kterým jsme nejen všichni souhlasili, ale který jsme uvítali z důvodu, že jsme se tímto problémem zabývali a že hodnotné diskusní příspěvky a usnesení přispějí ke zvýšené činnosti všech dobrovolných pracovníků v krajích za zlepšení a rozšíření masového lyžování mládeže a dalšího rozvoje všech lyžařských oddílů v naší vlasti.

STANISLAV KUBÍN

## Návrh na úpravu přechodového oblouku nájezdu i doskočiště u lyžařských můstků

Je bez pochyby věcí technika, aby sportovci dal taková zařízení, která mu při větší bezpečnosti umožní stejné výkony.

Výkon ve skoku na lyžích je ovlivněn především dvěma činiteli:

1. konstrukcí můstku (profil),
2. vlastním skokanem.

Ve svém příspěvku bych se chtěl věnovat úpravě podélného profilu můstku a je pravděpodobné, že vyřešením problémů dále uvedených by byla možná i revize normy můstku.

Jak pozorovateli, tak i skokanům je známo, že pro závodníka nejobtížnějším úsekem po dopadu je projetí přechodového oblouku doskočiště. V přechodu dochází také nejčastěji k pádům a statistika by nám jistě dokázala, že největší procento úrazů vzniká při pádech v přechodu.

Z tohoto důvodu také předkládám návrh na úpravu přechodového oblouku jak nájezdu, tak i doskočiště lyžařských můstků.

Pády v přechodovém oblouku vznikají proto, že skokan je náhle vystaven účinkům odstředivé síly při náhlé změně křivosti  $\frac{1}{\infty}$  na křivost  $\frac{1}{R}$ . Při projíždění oblouku působí na skokana odstředivá síla

$$S = \frac{m \cdot v^2}{R}$$

při čemž  $m$  = hmota skokana,  $v$  = rychlost skokana,  $R$  = poloměr oblouku, který skokan projíždí.

$$m = \frac{\text{váha skokana}}{\text{zrychlení}} = \frac{G}{g} \dots \dots \dots \text{kg} \dots \dots \dots \text{m/sc}^2$$

$$S = \frac{1}{R} \cdot \frac{G \cdot v^2}{g}$$

Váží-li skokan na příklad 80 kg a projíždí oblouk o  $R = 60$  m rychlostí 20 m/sc (72 km/hod.), působí na něho odstředivá síla

$$S = \frac{1}{60} \cdot \frac{80 \cdot 20^2}{9,81} = 54,3 \text{ kg,}$$

která tlačí skokana do kolen.

Tento zjev je ještě méně vítaný při přechodu z nájezdu na odrazový stůl, neboť skokan je nucen těsně před provedením odrazu vykonávat pasivní práci, spočívající v překonávání setrvačné síly, což po psychické stránce nepřidá na jistotě a rasantnosti odrazu.

Podobná odstředivá síla se vyskytuje (ve směru horizontálním) na silnicích nebo železnicích při projíždění oblouků a tato síla se snaží vynést vozidlo směrem ven z oblouku.

Při stavbě silnic a železnic se omezuje působení odstředivé síly převýšením vnější hrany silnice nebo vnější kolejnice proti vnitřní hraně silnice nebo vnitřní kolejnici a náhlé změny směru způsobující ráz pak uložení křivky o křivosti plynule stoupající z křivosti  $\frac{1}{\infty}$  na křivost  $\frac{1}{R}$  před a za oblouk o poloměru  $R$ , t. zv. přechodnice.

Ve stavitelství železničním se používá jako přechodnice kubické paraboly, ve stavitelství silničním křivky zv. klotoida.

V předkládaném návrhu se doporučuje, aby při stavbě lyžařských můstků bylo pro přechodové oblouky nájezdu i doskočiště používáno místo kruhového oblouku

buď 1. oblouku složeného z přechodnice (kubická parabola, klotoida, dvojnásobný poloměr) a kruhového oblouku  $R_2$  podle normy můstku, nebo 2. použitím průběžného přechodnicového oblouku (čistá klotoida) o min.  $R_2$  podle normy můstku.

Při praktickém užití tohoto návrhu při stavbě by bylo nutno určit, kam položit začátek přechodnice, t. j.

a) u nájezdu — konec přechodnice položit na konec pasivní části nájezdu, t. j. na začátek stolu nebo až na odrazovou hranu, t. j. na konec stolu?

b) u doskočiště — začátek přechodnice položit do kritického bodu (P) nebo do konečného bodu (K)?

Předkládám tento návrh, aby se k němu vyjádřili naši odborníci pro stavbu lyžařských můstků a uvažovalo se případně i o vyzkoušení návrhu při stavbě některého můstku.

Jsem si vědom toho, že tento návrh setrvačnou sílu nevyloučí ani zmenší, zamezí však vzniku nežádoucího rázu a rozloží reakci k rázu na postupně se zvětšující zatížení.

Domnívám se, že by se tímto způsobem značně zvýšila bezpečnost skokanů, což je jistě přáním všech pracovníků v tělovýchově.

Ing. Mirko Tulis, Nové Město na Moravě.

# Napsali nám z oddílů

## Z činnosti lyžařů TJ Spartak Gottwaldov

Členové lyžařského oddílu TJ Spartak Gottwaldov už začínají šestý rok své činnosti. Jejich střediskem je pěkná chata v Javorníkách na Portáši. Bylo odpracováno 6000 brigádních hodin. Teď zbývají jenom menší úpravy. Stále zlepšování provádějí členové ve středisku, aby zde mohli trávit soboty a neděle. Bylo zde již 54 výprav. Zdokonalovaly se ve výcviku, školení a také rekreačně lyžovali.

Snahou oddílu je získat mládež pro lyžařství. Proto jsou pořádány náborové instruktáže s filmem v domovech mládeže a v osmiletce, pak jsou to každoročně pořádané veřejné závody pro děti na lyžích a pravidelné středeční oddílové besedy, které udržují a tmelí dobrý kolektiv. Zde na těchto besedách probírají organizační záležitosti, hovoří o závodech, promítají filmy, besedují s předními lyžaři (Bělohožník, Tvrzník atd.). Na tyto besedy je zvána mládež a veřejnost. O dobré práci mluví také udržovaná skříňka oddílu. Pěkných sportovních úspěchů dosáhli členové: Novotný, Fiala, Jugasová, Pančošková-Sokolová, Pavlas a další.

V létě žije oddíl turisticky a na hřišti. Všichni cvičitelé a rozhodčí oddílu TJ Spartak Gottwaldov jsou aktivními tělovýchovnými pra-

covníky. Svou účastí na 48 různých závodech pomohli při organizaci asi 5000 hodinami a zasloužili se o úspěšný průběh. Mimo to uspořádali několik lyžařských škol na svém středisku na Portáši a účastnili se též rekreace ROH jako cvičitelé.

Oddíl lyžařsko-turistický má 113 členů, z toho je 15 lyžařských cvičitelů, 5 učitelů vysokohorské turistiky a 8 rozhodčích. Dosud získali 17krát titul přeborníka ČSR, z toho Jugasová, Pančošková-Sokolová třikrát v orientačních závodech a SZBZ, dvakrát Václav Novot-

ný, Lažnovský, Vodstrěllová a Jindra Novotný, jednou Zelinka, Bartoš a Láznicka.

V lyžování Jindra Novotný ve sjezdové kombinaci v r. 1956. V krajských závodech o přebor byli nejčastějšími vítězi Z. Fiala, Jugasová, Sokolová a Pavlas.

Bohatá všestranná činnost oddílu TJ Spartak Gottwaldov přinesla v uplynulých pěti letech i výchovné úspěchy. Byl to především dobrý kolektiv, kamarádský duch a pocit odpovědnosti ke kolektivu.

VOJTECH NOVOTNÝ



Jeden z několika závodů, které oddíl připravil, i ti nejmenší dostali čísla, aby se stali závodníky



Chata na Portáši. Na snímku žactvo ZTV při svém dvou denním zájezdu

## CVIČITELÉ KRAJE OLOMOUC SI PŘIVSTALI

Učebně metodická komise lyžařské sekce kraje Olomouc ustavila na výroční schůzi lyžařské sekce své nové vedení v čele s předsedou komise s. Lubošem Zapletalem. Nové vedení komise nenechává nic náhodě a na letošní zimní období se pečlivě připravilo již v letních měsících. Nejdříve provedlo důkladnou prověrku činnosti všech cvi-

čitelů kraje a do nového období počítá jen s těmi cvičiteli, kteří plní své cvičitelské povinnosti hlavně ve svých lyžařských oddílech a jednotách. Těmto cvičitelům pak věnuje největší možnou péči jak v přípravě teoretické, tak i praktické, aby výsledky činnosti cvičitelů byly co nejlepší, hlavně v péči o mládež.

Proto již koncem října svolala komise cvičitelský sraz do tělocvičny Slovana Olomouc, kde byly podrobně probраны všechny otázky lyžařského výcviku, práce s mládeží, výchova mládeže, ukázka cvičební lyžařské hodiny v tělocvičně a přítomní cvičitelé bohatou diskusí ke všem otázkám potvrdili, že své úkoly v novém období vážně a dobře chápou. Krajská UMK povzbuzena zájmem cvičitelů ihned zahájila přípravu zimního srazu cvičitelů, s hodnotným programem doplněným všemi lyžařskými novinkami, které cvičitele zajímají. Ve dnech 6.—8. XII. 1957 sjelo se 50 lyžařských cvičitelů na Kursovní chatě pod Pradědem, aby si téměř na prvním sněhu, který mnohokrát znásobil krásu Jeseňníku, ověřili svou připravenost na hlavní období a současně zkusili pochopit a naučit se novému lyžařskému výcviku, který pro všechny lyžaře připravila ústřední UMK. Dva dny na svazích Praděda znovu a znovu předváděli cvičitelé celý postup lyžařského výcviku, hlavně správnou jízdu přímo svahem, šikmo svahem, oblouky v pluhu, přívatné oblouky, sesouvání, smyky ke svahu a od svahu, krátké oblouky a všechny přípravné cviky, které vedou k dokonalému zvládnutí jízdy na lyžích. Dva dny diskutovali a znovu zkusili všechno to nové, co UMK pro lyžaře připravila, aby i za tuto krátkou dobu načerpali co nejvíce zkušeností a vědomostí, které by mohli přenášet do svých jednot. Příznáme se, že nám to z počátku moc nešlo, ale ta kolena a pánev ke svahu, trup od svahu a všechno ostatní trápilo cvičitele dlouho do noci a ještě na chodbách chaty znovu zkoušeli základní polohy a znovu si opakovali rady a ukázky instruktorů.

Rovněž prakticky prováděný výcvik na sněhu doznal změny. Učební látka důkladně teoreticky probraná ve večerních přednáškách, byla na sněhu bezvadně předvedena nejlepšími instruktory celému kolektivu cvičitelů. Ukázkové jízdy doplněny připomínkami ostatních instruktorů, upozorněno na správné a chybné provedení a zodpověděny všechny dotazy cvičitelů. Pak rychlé rozdělení do družstev a další pilování a zlepšování všech lyžařských prvků pod dohledem instruktora. Iniciativou krajské UMK bylo opatřeno dostatečné množství opisů nové učební osnovy lyžařského výcviku, jejíž vydání připravuje ústřední UMK, osnova rozdána cvičitelům, proveden výklad osnovy a tak cvičitelé Olomouckého kraje mohli jako první v republice teoreticky a prakticky používat nový postup lyžařského výcviku. Snad nám chyběl jen instrukční film, který byl sice v Praze včas zajištěn a přislíben, ovšem k našemu srazu nedošel. Úspěch krajského srazu cvičitelů dovršil i hodnotný závazek přítomných cvičitelů, kteří slíbili v novém lyžařském období věnovat se hlavně výchově a výcviku mládeže ve svých oddílech. Věříme, že tento slib splní a pomohou tak mládeži i všem lyžařům Olomouckého kraje bezpečně a radostně poznávat krásu našich hor s vědomím dobře zvládnuté jízdy na lyžích.

R. PAULA, Lok. Šumperk

# NOVÝ LYŽAŘSKÝ MŮSTEK u Nýdku na Těšínsku

V Nýdku v blízkosti státní hranice československo-polské měli již dávno před 2. světovou válkou lyžařský můstek, na němž pořádali každoročně mezinárodní lyžařské závody, které přilákaly na start silnou konkurenci nejlepších československých a polských skokanů. Ještě po válce bylo v závodech pokračováno. Můstek však podléhal víc a více povětrnostním vlivům, až v roce 1951 byl definitivně vyřazen z provozu.

Tuto okolnost velmi těžce nesli lyžaři a zejména skokani z Nýdku a okolí. Proto malá, avšak agilní jednota Sokol Nýdek si vytkla smělý cíl: výstavbu nového lyžařského můstku. V její snaze podporoval ji tajemník bývalého OVS, nyní jednatel OV ČSTV Český Těšín soudruh Josef Riedl. Příslušná jednání byla úspěšná a proto v roce 1955 mohlo se začít s přípravami. Známý projektant lyžařských můstků Ing. Parýzek z Ostravy proměřil profil terénu a vypracoval tři alternativní návrhy lyžařských můstků s kritickými body 50, 60 a 70 m. Po bedlivé úvaze a po poradě se skokanskými odborníky rozhodl se výbor Sokola Nýdek pro můstek s kritickým bodem 60 m a pro železnou konstrukci. S prvním vyměřováním terénu a s projektem konstrukce umělého nájezdu začalo se na jaře 1956. Dnem zrodu nového lyžařského můstku je však 17. srpen 1956, kdy nýdečtí sportovci začali s výkopem základů pod ocelovou konstrukci. První krumpáč vbil do tvrdého pískovce na místě stavby Karel Hečko.

Již v podzimních měsících roku 1956 odpracovali nýdečtí občané, členové i nečlenové Sokola Nýdek, na stavbě nového lyžařského můstku asi 1600 brigádnických hodin. Jejich práce nebyla nikterak lehká. V kamenité půdě bylo možno sekat otvory pro betonové základy konstrukce jen ztěžka. Pískovec ustupoval nářadí jen po velké námaze.

Nyní po více než roce usilovné práce, která si vyžádala téměř 9000 brigádnických hodin, je nový lyžařský můstek, až na některé dokončovací práce, prakticky hotov. Červeně natře-



DETAIL KONSTRUKCE OCELOVÉ  
NÁJEZDOVÉ VĚŽE V NÝDKU

ná ocelová nájezdová věž se hrdě tyčí nad Nýdkem, jako by chtěla hlásat do světa, že pilné a obětavé ruce občanů podhorského Nýdku, které ji postavily bez mechanizačních prostředků a bez valného technického vybavení, zmožou všechno. Nešlo však pouze o konstrukci. Bylo třeba vykácet les na šířku 22 m, zřídit 20 m široký most přes Horský potok a dát do pořádku výstup k nájezdové věži.

Duší celé stavby a neúnavným pracovníkem, který se zúčastnil téměř všech brigád, je Karel Hečko. Jeho nejbližší spolupracovníky byli Beroušek, Podhorský, Svider a další. Mezi nejobětavější brigádníky patří nýdečtí závodníci Josef Turoň, Brzuchaňský Emil, bratři Cieslarové a celá řada dalších nadšenců. Z třineckých lyžařů byl zde častým hostem Mrázek.

Zbývá ještě uvést popis nového ly-

žařského můstku, který je největším v kraji Ostrava. Jak již bylo řečeno, má můstek kritický bod 60 m. Část jeho nájezdu je umělá. Nájezdová věž je ocelová a 10 m vysoká se sklonem nájezdu 35°. Sklon odrazového stolu je 7°. Rovněž tento odrazový stůl je zhotoven z ocelové konstrukce. Doskočiště tvoří násyp ze zeminy a kamení. Tribuna pro rozhodčí, rovněž z ocelové konstrukce, je vysoká 16 m a má rozměry 3X4 m. Dole v ní je sklad nářadí a 1 kabina. Následují 3 poschodí, kabina pro rozhodčí a nad ní kabina pro ředitele závodů. Ocelová konstrukce můstku je lehká a velmi vkusně řešená. Projektantem nájezdové věže a tribuny je soudruh Wantulok z Třince. Stavební dozor při montáži konstrukce prováděl soudruh Heckel. Ocelovou konstrukci zhotovily Třinecké železárny. Lyžařský můstek byl postaven přesně podle mezinárodních pravidel a norem.

Budou-li zajištěny všechny předpoklady, dojde v příštím roce k výstavbě cvičného dřevěného můstku s kritickým bodem 28 m.

Veliké dílo nýdečských sportovců je tedy zhruba hotovo. Dokončovací práce, které se v příštím roce provedou, nevyžadají si již ani zdaleka tolik námahy a brigádnických hodin jako vlastní stavba. Výstavba můstku samotná je pak důkazem toho, co zmůže nadšení a obětavost. MILERSKI—TUROŇ

## Dočkali se...

Když loňského roku na podzim začínalo několik lyžařských nadšenců pracovat na výstavbě skokanského můstku, jistě si ještě zdaleka neuvědomili, kolik překážek se jim postaví v cestu. Rozhodnutí postavit ocelovou nájezdovou věž bylo jistě odvážné, vždyť stavba toho druhu bude snad první u nás. Ale zkušební pracovníci v čele se soudruhem Marešem se s chutí do zdánlivě nemožného pustili. Ještě před koncem léta bylo započato se zemní úpravou doskočiště a dojezdu. Pak následovala příprava jam pro betonování patek konstrukce věže. Pro betonování bylo nutno potřebný materiál cement, štěrk a vodu s velkým úsilím dopravit na nepřístupné stráně nad Havličkovou třídou. To však již se pomalu hlásila zima a s ní první mrazíky. S velkým spěchem bylo započato s betonováním, které se podařilo ještě dokončit. Pak přišla další obtíž. Započala shánka po materiálu, hlavně ocelových trubek. To se podařilo v Plzni, kde bylo nutno 10m trubky navagonovat a dopravit do Kraslic. Vložení a doprava na pracoviště byla konečně také zdlouhá. Zdálo by se, že si teď lyžařští nadšenci, neznačící překážek ani únavy, konečně odpočinou. S nastávající zimou přišla však další práce v oděle, v přípravě náborových závodů pro mládež, přeborů a ostatních plánovaných podniků. Ani při této práci nezapomínali na »svojí« můstek. Bylo ještě nutno připravit projekt, přepracovat s dřevěné konstrukce na kovovou. Konečně kousek štěstí. Byl získán ing. Zita ze Semil, další pracovník v lyžař-



POHLED NA OCELOVOU NÁJEZDOVOU VĚŽ V NÝDKU.

# Trénerská konferencia lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV

V peknom prostredí Mikuláškovej chaty, neďaleko Vrbského plesa, akoby v objatí Chopka i Derešova, zišli sa v dňoch 6. až 8. decembra 1957 slovenskí lyžiarski tréneri na II. trénerskej konferencii lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV. Pol stovky nadšených pracovníkov za dva a pol dňa dumalo o súčasnom stave lyžiarstva na Slovensku, ako aj o tom, ako tento stav zlepšiť a tým i splniť uznesenia Slovenského sjazdu ČSTV, ktoré sú adresované lyžiarstvu. Sú to úlohy nie malé! Ak k tomu pridáme ešte úlohy z tohoročnej plenary lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV, ďalšie uznesenia II. a III. pléna SÚV ČSTV — je veru toho toľko, že bolo treba poriadne vysúkať rukávy, aby sa tematika zvládla.

Po úvratkách a administratívno-organizačných formalitách, ktoré skončili večerom prvého dňa konferencie, kedy bol vlastne príchod účastníkov konferencie do zasneženého prostredia v okolí chaty, dlho do noci viedli sa vzájomné debaty. Vlastná programovaná práca započala až ráno. Hlavný referát predniesol tréner z povolania s. Terežčák na tému »Výchovná práca v oddieloch«. Referát, okrem výstižného úvodu, v ktorom sa zaoberal stručne nielen poslaním telesnej výchovy v našej ľudovodemokratickej a k socializmu kráčajúcej vlasti, ale hlavne podielom lyžiarstva na zvýšení telesnej zdatnosti a tým i brannej zdatnosti nášho ľudu, hlavne však mládeže. Spomí-

ně, který projekt provedl. Letošního roku bylo započato v akci Z MNV v Kraslicích s vlastní výstavbou nájezdové věže. Stavebník, Okresní stavební podnik v Kraslicích, započal v září. Během stavby bylo pokračováno s úpravou a vylepšováním doskočiště, příprava a přisun dalšího stavebního materiálu. Ihned za montéry pak natírání oper a postupně s přibývající konstrukcí další a další. Že to nebyla práce lehká a bezpečná, je vidno z toho, že nájezdová věž je 17 m vysoká. Nyní, když se přiblížil okamžik dokončení skokanského můstku s kritickým bodem 40 m, mohou se soudruzi Mareš, Kubát, Kramer, Veverka, Černý a další, kteří podle svých možností se výstavbu zúčastnili, s pýchou zadívat na dílo, které s takovou obětavostí pomáhali budovat. Nyní, kdy nejlepší můstek Karlovarského kraje očekává příliv lužařů-skokanů, hlavně mladých, pro které můstek byl stavěn, dali si budovatelé této krásné stavby další úkol. Vybudovat ještě letos v sousedství malý cvičný můstek pro ty nejmenší s možností skoků 15 m. Na konec k těm, kteří provedli odborné práce. Soudruhu Bělohlávkovi s jeho kolektivem patří veliký dík nás všech za nebezpečnou, příkladně obětavou práci na jejich díle, které s úspěchem dokončili. Věřte, soudruzi, pochýbovali jsme již o tom, že svou stavbu letos ještě dokončíte. Vždyť potíže bylo dost a dost. Jste ka-brňáci, překonali jste je. Nakonec si mohou všichni zúčastnění jen přát: Pěknou zimu, dostatek sněhu a můžeme začít.

KUBÁT VÁCLAV,  
Kraslice

nal dále nedostatky, které se objevují v celkovém pedagogickém procese mladých sportovců. Naznačil i zlé následky, které sa v mnohých prípadoch medzi našimi poprednými športovcami objavili, sviažúc tieto priamo s nedostatkami výchovnej práce v športových oddieloch, aplikujúc pritom úlohy trénerov k odstráneniu nedostatkov. Analyzoval ďalej život, vlastne živenie lyžiarskych oddielov vo veľkej väčšine našich telovýchovných jednôt. Apeloval na potrebu získania presnej štatistiky a evidencie oddielov i jednôt, ako aj členstva v nich. Osobitne sa snažil zvládnuť problematiku organizovanej masovosti v lyžiarstve s jej dielčimi nedostatkami — ženské lyžiarstvo, potreba sústavnej celoročnej práce so zameriavaním sa hlavne na náš »drobízg« v podhorských dedinách, pri súčasných nedostatkoch materiálnej základne. Tu vyzdvihol úlohu trénera nielen ako technického pracovníka, ale i jeho poslanie v osvetovo-výchovnej a propagačno-mobilizačnej i náborovej práci, vypichnúc tu i veľké poslanie škôl a pedagógov, ktorých veru — ani v našom najväčšom horstve, t. j. v okolí, ba i vo vlastných Vysokých Tatrách — niet v uspokojivom množstve s dávkou príslušného zápalu pre drobnú prácu v lyžiarskych oddieloch.

Ako druhú časť svojho referátu venoval s. Terežčák podtému »zvýšenie výkonnosti slovenských lyžiarov«. Tu sa zaoberal úlohami, ktoré má pretekové lyžiarstvo po Slovenskom sjazde ČSTV, sú to hlavne: a) ako dosiahnuť väčšiu účasť slovenských pretekárov v reprezentačných celkoch ČSR do roku 1959 v jazdových disciplínach vyše polovicu a v bežeckých disciplínach vyše tretinu, a b) prebojovať sa v jazdárskych disciplínach do roku 1960 medzi svetovú elitu.

Konštatujúc prílišnú náročnosť týchto úloh, dal sa do analýzy predpokladov pre ich splnenie. Cez materiálnu a technickú základňu došiel k hraniciam výkonnosti. Zvlášť spomínal ťažké a dlhodobé pedagogické procesy prípravy a vybraných talentov pre splnenie týchto úloh pod vedením kvalifitných trénerov v živých lyžiarskych oddieloch, respektíve osobitne talentovaných jedincov v športových školách, ktoré majú byť »lyžiarskymi univerzitami! Načrtol metódy a formy práce s vrcholnými pretekármi, herce do úvahy ich možnosti ľudské i zamestnanecké s osobitným zreteľom na ich časové možnosti pri plnení ich úloh v budovateľskom procese. Zvlášť načrtol poslanie a potrebu sústreďení pre špičkových jedincov, ako aj osobnosť trénera a jeho úlohy v tejto významnej úlohe. Končil svoj obsiahly referát slovami: »Musíme byť optimisti a nesmieme ustupovať pre prvými prekážkami. Musíme byť v prvom rade organizátormi. Takýto je stav a musíme si sami pomôcť! Zameriame svoju pôsobnosť dolu, do lyžiarskych oddielov, tým vyriešime problém masovosti slovenského lyžiarstva!«

Referát mal veľkú ozevu medzi prítomnými, čo sa odzrkadlilo v živých a konštruktívnej diskusii.

V ďalšom pokračovali koreferáty, a to už po skupinách. Bežci si vypočuli súdruha Cyra Gažera, ktorý analyzoval techniku súčasného behu (krok dvojohubý striedavý); zjazdári súdruha Jána Gurského, ktorý hovoril o vyriešení zásadných otázok modernej zjazdárskej techniky (jednotlivé princípy, zmeny smeru, technika zjazdu, metodický postup, tréningový plán na sústreďeniach), kým súdruh Elemír Nemeszeghy, v najmenšej skupinke, ktorú tvorili skokani, povedal svoj príspevok k základom techniky skoku na lyžiach.

Všetky tři koreferáty vyvolali čulú diskusiu po skupinách a v nich prehovorili

i súdruhovia Pácl a Tvrzník z trénerskej rady lyžiarskej sekcie ÚV ČSTV z Prahy.

Program bol ďalej vyplnený premietaním filmov, fotografií a v nedeľu i praktickými ukážkami jazdy. Demonstrátormi boli súdruhovia majster športu Daňo Šlachta a Otto Krajňák.

Významnou bola teda druhá trénerská konferencia v živote lyžiarskych trénerov na Slovensku. Sme presvedčení, že jednotlivé témy tam prednesené dostanú sa do rúk širokej lyžiarskej rodiny na stĺpoch našej tlač — a možno, že i v osobitej publikácii. Ešte pred zasadnutím účastníkov v jednotlivých komisiách obdržali všetci prvé štyri čísla časopisu »Cvičiteľ a tréner« a potom nasledovalo hodnotenie a príprava uzáverov. Z týchto sme sa dozvedeli, že i tréneri sú zajedno na tom, že základom celej práce sú lyžiarske oddiely, cez ne si dali záväzok získať širokú členskú základňu so zameraním sa na ženské lyžiarstvo, mládež a osobitne vymedziť poslanie športových škôl v tomto procese. Konštatovali potrebu úzkej spolupráce so všetkými orgánmi a zložkami, ktoré riadia výchovný proces mladého človeka. Na úspechu zvyšovania výkonnosti vedľa radu zásad pre drobnú prácu, konštatovali medzinárodnú i potrebu sústavného štúdia trénerov a s tým spojenú i ich účasť na rozličných lyžiarskych podujatiach doma i v zahraničí.

Vedľa toho, že sa prijali uzavery pre konferenciu ako celok, vyhodnotili a určili si dôležité línie i jednotlivé skupiny, a to bežci, skokani i zjazdári.

I keď sa na druhej trénerskej konferencii tu i tam vyskytli menšie nedostatky, treba ju hodnotiť veľmi kladne. Účastníci prejavovali veľkú iniciatívu ku každej téme a otázke, ktorá sa na konferencii pertraktovala. Tento živý záujem o odborné znalosti na zlepšenie stavu slovenského lyžiarstva vyvrcholil v práci jednotlivých komisií jednotlivých disciplín, ktorá zaiste prinesie ovocie zdraru i úspechu na poli ďalšej činnosti lyžiarskeho športu na Slovensku.

Z tejto príležitosti uskutočnila lyžiarska sekcia SÚV ČSTV riadnu pracovnú poradu svojho predsedníctva v Jasnej. Zaiste i tento fakt prispel k vzájomnému spoznaniu sa i bude ďalším kameňom pre výstavbu úzkej a tvorčej línie slovenského lyžiarstva nielen po stránke technickej, ale i po stránke organizačno-mobilizačnej či náborovej!

## Zpráva pro skokany

Velkoobchodní závod Hračky—sport, Praha II, Wenzigova 5, nám oznamuje, že všechny prodejny »Sportovní potřeby« a sportovní oddělení Obchodních domů byly dobře zásobeny skokanskými lyžemi tuzemské výroby, a to jasanovými a Kčs 280,— a lepenými a Kčs 272,—, délky 230—245 cm.

Ve zvlášť velkém výběru jsou tyto lyže připraveny ve 4 prodejních:

Praha II, Vodičkova 30 (vedoucí s. Ryšavá);

Praha 14, Bělehradská 8 (vedoucí s. Buchar),

Praha I (Malá Strana), Újezd 42  
(vedoucí s. Sulc),

Praha I, Národní tř. 33 (vedoucí s. Strniště).

V těchto prodejních mohou si skokani-závodníci i začátečníci vybrat vhodné lyže z většího množství párů, než bývá obvykle v prodejních na skládě. Sportovní prodejny snaží se tak zlepšit službu lyžařskému sportu.

Vítáme tuto snahu, ale litujeme jen, že nemůže posloužit také naší mládeži kratšími lyžemi.

L. S.

# Hory mají srdce v člověku

Příběh lyžaře-závodníka

## MARTIN Z HOR

### 1.

Není tu pocitu smutku nebo samoty. Z jara zatuká na tenkou pokrývku sněhu jako na okno červený petrklič. Červený petrklič — ze slunce, z té nejtenší zeleně, z teplého větru, z takřka neznatelné vůně. Přejde málem až za tebou. Vítáš jej s tlukoucím srdcem, jako by přicházel host nejvzácnější. Červený petrklič — nejstatečnější květina. Za ní přijde devětsil a pak teprve ty ostatní.

V dále hřmí padající laviny. Nebe ztemní nebo se zatáhne do fialova a zdola stoupají do hor promoklé jedle, smrky a borovice, aby zde strnuly v ledovém větru. Ale ty víš, že dojdou, že se budou rvát o každou píď půdy. Pak vyšlou za sebe drobnou kleč, lišejníky a mechy, které se pokusí rozdrtit i statečné halvany.

A co podzim?

Vystupuje na hory už v polovině srpna. Nasadí jim modrou přilbici. Z červeného petrkliče zbylo už dávno jen semínko, které se propadlo mezi kamení, nad nímž svítí fialovými plamínky vřes.

Tyhle výšky drží ve spárech orlové. Drží je pevně, aby se ani kousek země neztratilo. Jednoho dne zjistíš, že i kámen má své mínění a řeč. Zasluchneš, jak třeba hovoří s lišejníkem. Rozumíš tomu, co si povídají: I z tebe bude dobrá země, kameni! Ne mnoho, ale jistě unese aspoň sasanku nebo udrží semínko borovice. Jen měj trpělivost! Víš, to je jako s lidmi. I ze špatného může být jednou dobrý člověk.

Jak jsi hodný, lišejníku, odpovídá kámen. Víš, až budu jednou hlínou, chci se zamilovat do borovice. Chci obejmout její kořeny aokusit z její síly. Taková borovice prý i nebe unese! Ach, dotknout se tak nebe!

Tak sní lišejníkem obrostlý kámen. A co teprve člověk! Trvalo to dlouho, než si Martin začal rozumět s věcmi a zvířaty, se vším, co tu je kolem. Jen ať fouká vítr a ohýbá kleč až k zemi. Za takovým větrem táhnou dny plné slunce, takřka bez mráčku. Ať letí oblaka od východu nad sluncem ozářenými hřebeny, ne ovšem příliš vysoko, pak slunné dny dlouho potvrzají. I vítr se chce s tebou domluvit. Má jen čtyři slova: jih, sever, východ a západ. Ohlásí-li se ze západu nebo se zatáhne, déšť ani sníh nehrozí.

To když se do tebe opře jižní vítr, nestačíš utíkat. Zrovna jako včera, když Martin tahal ke skluzu vodou a

blátem těžké kmeny. Sotva stačil koně vypřáhnout. Oba promokli málem až pod kůži, zvláště když se do kopce jen těžko utíká. Pak se déšť změnil v prudký liják a ten zase v led.

Co na tom, že je teprve polovina září. Koncem léta na Jitřní hoře je někdy už začátkem zimy s teplotami pod nulou, námrazami a sněhem.

Jak bys pak nerozuměl hvězdám, červánkům, slunci, měsíci! Čím září hvězdy jasněji, tím horší počasí v nejbližších dnech. Kruh kolem slunce nebo měsíce — nic jiného než závoj z dešťových kapek nebo ledových krystalů, v němž se odráží světlo — nevěstí nikdy nic dobrého.

Všechno tu má svůj řád, svoji pravidelnost právě tak jako světelné signály na křižovatce velkých měst, jako puls elektrických hodin.

Kromě Martina a koně je tu ještě Borek — kříženec vlčáka s buldogem. Teď leží natažen u kamen a hlavou trhne vždy tím směrem, kde to ve stropě zapraská. Troufá si i na nejuživější vítr.

Lidé z údolí těm třem říkají, že se mohli mít mnohem lépe, že by se jim dole žilo snadněji, ba i bezpečněji. To ta tvoje tvrdá palice, Martine! Nikdy sis nedal říci! vytýkají mu lidé z údolí, ale zároveň ho omlouvají. Málokdo rozumí dřevu jako on. Pila u řeky by ho potřebovala. Čert ví, po kom ses tak zvlčil, kdo ti nalil jedu do krve!

Petrolejová lampa, visící se stropu, se kývá v nárazech větru. Venku se už stmívá. Borek zívne, opře se o všechny čtyři, protáhne se podívá se na Martina soustředěným pohledem. Ví o této chvíli právě tak jako hospodář. Je čas nakrmit koně.

Z předsníky je nejen vchod do světlice, ale i do stáje. Naložit za žebřík seno, nalít do žlabu vody, to je práce, která trvá tak dvě minuty. I Borek ví, že nejde jen o tyto dvě minuty. Kůň čeká trpělivě na tuto návštěvu, čeká na živé.

To není jenom Martinova zkušenost. Všichni, kteří žijí jako on, potvrdí, že zvířata na horách cítí jinak než jejich druhové dole. Jsou člověku věrnější, více mu patří, poněvadž vědí, že také on na ně více spoléhá.

Tepló, které se přelévá do ruky položené na hřbetu zvířete, to je jako stisk ruky nejuvěrnějšího přítele. Ano, poplácat je na krku, pohladit mezi očima, to také, ale jen tak mimochodem. Mnohem důležitější je v chlévě Martinova a Borkova přítomnost. Proto Martin zavěsil na hák petrolejovou lampu a ze-

jména za dlouhých večerů tu s Borkem ledacos kutí. Je jim dobře v živém teple s vůní sena.

Ta chalupa přečkala už hezkou řádku let.

Když Martin s rodiči před obsazením pohraničí nepřitelem tato místa opouštěl, nevěřil, že se někdy s tímto stavením shledá. Chalupa však čekala. Omšelejší než tenkrát; na půdu zatékalo a také strop bylo třeba vyspravit kromě jiných věcí, ale stála na svém místě. Jen Martinovi rodiče se nedočkali, zemřeli za války, a tak tu bylo o čtyři ruce méně. A přece tak docela nedešli. Kdykoliv se Martin zadíval do těžkých otesaných balvanů, jimiž se stěny stavení zvedaly do přiměřené výšky tak, aby je prudké a nenadálé nárazy víchřice snadno přeskočily nebo dokonce i minuly, musel si na ně vzpomínout.

Žili dosud v těchto balvanec. Byla tu s ním stále jejich síla a houževnatost i jejich vytrvalost. Měli hluboko kořeny v této zemi, tvrdost a paličatost balvanů, jichž se drží staletá kleč. Jako v nich i v Martinovi byla šířka překvapujících výhledů s hlubokým tichem.

Jsi po tátovi, říkali ti dole, co ho pamatovali.

Dodnes Martin neví, co ho vyhnalo tak vysoko mezi mračna, ale také na dosah nejpálčivějšímu slunci. Věděl jenom, že z jejich rukou musel převzít pevnou a podsaditou chalupu.

Protože je polovina září, postavil Martin přede dveře i přístřešek, který chrání vchod před nenadálým útokem sněhu a odhání studený vítr od prahu. Jednou za tři týdny, někdy i dříve, se vypraví do údolí nakoupit.



Je to takový svátek, na nějž se těší všichni tři: Martin, kůň i Borek. Nejen Martin, ale i zvířata se setkají po dlouhém odloučení s mnoha známými. Borek má v údolí mnoho kamarádů a také kůň tu má své přátele.

Modrý mlýn je prostorné údolí s pensiony, hotely, zotavovkami a obchody s nejrůznějším zbožím. Je přirozenou křižovatkou všech horských cest, které se slily v údolí a znovu šplhají do příkrých i pozvolně stoupajících straní. Tak se zdá na první pohled aspoň občasněmu návštěvníkovi. Ve skutečnosti je místem mnohem důležitějším. Je zásobárnou i té nejvzdálenější chalupy, kterou často pohltní metelice na dlouhé týdny a k níž se dostane po strmé cestě jen lehký vozík tažený neméně lehkým koněm.

Každého dne ráno se v Modrém mlýně tyto vozíky sjíždějí.

(Pokračování)



# Lehká montáž vázání

*Lyžařství uvádí shrnutí posledních poznatků a zkušeností tvůrce pojistného vázání Hannese Markera. Autor v článku popisuje pokusy s montáží vázání a dochází k závěrům, které ve volném překladu uvádíme:*

Mnoho se již uvažovalo o přesném místě na lyži, kde má být našroubováno vázání. Označme si toto místo jednou blíže a pojmenujme si je »bod montáže«. Na tomto bodu byl dříve kolmo umístěn prstní řemen starých pevných čelistí. V novější době není již pro bod montáže (který sám o sobě je přirozeně jen příčná čára na lyži) směrodatný prstní řemen nebo střed kování na botách, ale přední hrana podrážky. Poloha tohoto bodu byla velmi sporná, jistě již tak dlouho, jak dlouho se vůbec lyžuje. Zvláště u běžců a trenérů je často předmětem diskusí. Ostatně se během doby úplně svévolně měnil následkem změn ve stavbě lyží a ve vývoji způsobu ježdění a učební metody. Bylo opravdu dosti těžké tento vývoj sledovat.

Je nyní nalezeno konečné řešení? Je ale vůbec možné toto konečné řešení nalézt? Tvrdím, že ano. Po mnoho let jsem věnoval veškeré úsilí (zlořečenému) bodu montáže a znežil jsem se vyzkoumat jeho tajemství. Nemyslím si to jen, vím to určitě a mohu dokázat, že se mi to konečně podařilo.

Za poslední tři zimy montoval jsem svá vázání mnohým lyžařům, kteří jsou členy národního mužstva, všude, kam mne povolali, a mohl jsem srovnávat. Nejvíce těchto zkušeností (rád to přiznávám) získal jsem spoluprací s rakouskými sportovci, kteří mě minulý rok kvůli mému vázání povolali hned na začátku zimy do svého výcvikového tábora.

Diskutovali jsme, zkoušeli, měřili a srovnávali na veškerých možných druzích lyží, na nejružnějších velikostech bot, u chlapců i u dívek. Přeměřili jsme tucty lyží. Měřili jsme u těch, kteří byli s lyžemi i umístěním vázání absolutně spokojeni, i u těch, jimž při svažích stoprocentně »neseděly«. Podle toho jsme opravovali u každého jedince. U nejsilnějších lyžařů světa hrálo velkou roli, bylo-li vázání posazeno o 1 cm vpřed nebo vzad. Mají neomylný cit pro správné postavení na lyžích.

Po týdny trvajících drobných prací, po pečlivém vyměrování přes sto párů lyží, po poznávání speciálních zvláštností sjezdových, slalomových závodních lyží a lyží pro nízký sníh, s přihlídnutím k mnohým individuálním zvláštnostem početných lyžařek a lyžařů, po speciálních pokusech ježdění a vysloveného otáčení lyže, získal jsem nové výsledky. Tyto výsledky odpovídaly mému pravidlu, získanému před dvěma lety všude tam, kde šlo o montáž vázání pro boty velikost č. 42. Při menších velikostech bot jsme nedosáhli dobrých výsledků. Rakouští a němečtí výrobci lyží, s kterými jsem byl ve spojení a kteří se tímto problémem také vážně zabývali, potvrdili nejnennější výsledky mého zkoumání a přijali již mezitím získané zkušenosti.

Dnes musím dodat, že můj původní předpoklad, že velikost boty ovlivňuje podstatně montáž, byl omyl. Tento názor je, pokud vím, ještě dnes uznáván mnohým skutečným odborníkem.

Vycházel jsem dříve z toho, že střed otáčecího impulsu při jízdě v obloucích leží asi kolmo pod hlezenním kloubem. Je to nejspíše. Podle svých nových zkušeností a v soulase s míněním nejlepších lyžařů světa má otáčecí impuls při jízdě v obloucích své centrum asi uprostřed polštářku na chodidle. Musí tedy stát na stejném místě na lyži střed chodidlového polštářku, ne hlezenní kloub! Vzdálenost mezi špičkami prstů a středem chodidlového polštářku tvoří méně než třetinu celkové délky nohy, nepůsobí tedy rozdíl mezi velkýma a malýma nohama tak silně na posun vázání vpřed nebo vzad. Může proto i při různých velikostech zůstat vázání na stejném místě. To podstatně zjednodušuje nalezení bodu montáže.

Musím tedy své staré pravidlo pro montáž vázání, které budu nazývat »pravidlo 56«, poněkud změnit. Pro současný stav výroby lyží, způsob ježdění a učební metody představuje moje nové pravidlo nejjednodušší a přitom přece jen nejpresnější metodu nalezení bodu montáže. Zároveň má toto pravidlo tu přednost, že se nyní může hned v praxi stokrát osvědčit. Znám pro vázání typu Marker-Automatic-Simplex prostě a jednoduše:

poloviční výška lyže + 2 cm = dírky pro šroubky.

Dále si všimněme:

1. Výšku lyží rozumím délkou motouzu, jestliže jej necháme volně padat na zem z nejvyššího bodu špičky kolmo postavené lyže. U žádné lyže nemůžeme brát v úvahu tovární označení délky lyže, ale každá lyže musí být pro přesnou montáž výše popsaným způsobem změřena.

2. Toto pravidlo platí pro vázání Marker-Automatic-Simplex, pro speciální sjezdářské, normální turistické a terénní lyže a vůbec

pro každé lyže, na jakých se normálně jezdí nejčastěji na kru-pičkovém sněhu.

3. U speciálních slalomových lyží, po případě též u těžkých závodních lyží, kterých se používá výlučně jen na úplně hladké nebo ledové závodní dráze, je nutno vázání dodatečně posunout o 1 cm dopředu.

4. Toto pravidlo se nemění pro velikost bot od 38—44. U velikostí přes 44 musí být vázání posunuto o ½ cm vpřed, při velikostech pod 38 musí být posunuto o ½ cm vzad od nalezeného bodu.

Markerovo pravidlo je použitelné pro všechna lyžařská vázání.

Abyste mohli být používáno jednotlivého a přesného pravidla pro všechna vázání, vypracoval jsem ještě druhou verzi. Představte si, že bota stojí na lyži utažená ve vázání Marker-Automatic-Simplex. Když vezmeme tužku a nakreslíme přesně podle přední hrany boty čáru a zase vázání i botu sundáme s lyže, označili jste přece jen dost přesně postavení, které musí mít bota na lyži. Tato čára, která označuje postavení přední hrany boty na lyži, je vzdálena od dírek pro šroubky vázání asi 3 cm. Kdybychom použili na této lyži jiného vázání, mohli bychom je beze všeho namontovat, protože jsme si již přední hranu boty označili. Přední hrana boty je právě úplně dostačující opěrný bod.

Z toho plyne všeobecné pravidlo pro všechna lyžařská vázání:

Poloviční výška lyže — 1 cm = přední hrana boty.

Obě tato uvedená pravidla, jedno speciálně pro Marker-Automatic-Simplex, druhé hodící se pro vůbec každé lyžařské vázání, jsou nanejvýš jednoduchá. Podle obou postavíte botu na přesně stejné místo na lyži. Jestliže vezmeme v úvahu ještě ostatní důležité body, úplně postačí, pokud způsob ježdění, učební metoda a stavba lyží zůstanou přibližně stejná jako dosud. A ještě to nejdůležitější pro použití: jednodušší již to nejde. Vyplatí se jistě pro každého lyžaře zapamatovat si toto malé pravidlo.

Tak mnohý, kdo dosud byl se svými lyžemi z nevysvětlitelných důvodů nespokojen a kdo snad dosud příčinu nenašel, drží tímto novým pravidlem v ruce klíč k lepším úspěchům.

Volně přeložila z časopisu Ski  
asist. Božena Štefková,  
Katedra TV university Karlovy.

## Rakušané chtějí mít i ženského Sailera

Na mistrovství světa 1950 v americkém středisku Aspen založil ženský team Rakouska poválečnou slávu rakouské sjezdářiny. Ženy byly favoritkami i pro olympijské hry 1952 v Norsku, tam však založil Othmar Schneider svým vítězstvím ve slalomu i vítěznou dráhu rakouských mužů. A ta začala v dalších letech přehlušovat úspěchy žen. Na posledních olympijských hrách v Cortině zastínil Toni Sailer svými třemi zlatými medailemi (víc jich nemohl dosáhnout) dokonale úspěchy žen, jež se musely spokojit jen dvěma stříbrnými a jednou bronzovou medailí.

V rakouském lyžařském svazu bylo nyní rozhodnuto, že je nejlépe v čase, aby ženy opět pokračovaly v tradici vítězství Eriky Mahringerové a Dagmar Romové a snažily se na vlastní pěst, na závodních drahách mistrovství světa v Bad Gasteinu, získat alespoň jedno vítězství. Již v minulých sezóně začaly přední rakouské závodnice Hilde Hofherrová, Thea Hochleitnerová, Putzi Frandlová a Lotte Blattlová přecházet na moderní styl krátkých svažů, v tomto »přeskolení« však nebylo důsledně pokračováno a pesimisté poukazují na to, že něco podobného se nelze naučit za chvíli. Proto nyní v debatách o přípravě převládá názor, že která z žen bude v nejlepší fyzické kondici, ta že vyhraje — ne ta, která bude jezdit nejmodernějším stylem. Při těchto debatách se však přišlo zase na to, že skoro všechny zahraniční soupeřky rakouských sjezdařek — ať to byla Carla Marchelliová, Lucile Wheelerová, Therese Luducová nebo Daniele Telingové — byly v daleko lepší fyzické kondici a proto vyhrávaly závody.

Proto při třech letních soustředěních kladli trenéři rakouských lyžařek hlavní důraz na posílení fyzické zdatnosti a ani při nynějším tréningu na sněhu není tato stránka na druhém místě. Friedl Pfeiffer, trenér rakouských sjezdařek, razí zásadu: společný trénink mužů s ženami a uložil každému z reprezentantů—mužů, aby si vzal při tréningu na starost jednu reprezentantku. Svoji metodu odůvodnil tím, že se tak v minulosti s úspěchem již prováděla v nejrušnějších zemích a že se osvědčila. Tak na příklad Dagmar Romová trenovala s Egonem Schöpftem, Erika Mahringerová s Ernestem Spiessem, Miri Buchnerová se Seppem Buchnerem, Andy Meadová s T. Lawrenceem a Carla Marchelliová s A. Laccadelim. Mužští vodiči při tréninkových jízdách nejsou ničím novým, rozdíl je jen v tom, že v Rakousku znovu »objevili Ameriku«. Co už se jednou osvědčilo, to uznali jediným spásným prostředkem. Rakouští přední sjezdaři, ať mají sami co dělat, aby svým tvrdým tréninkem se dostali do formy a mohli tak obhájit své prvenství, souhlasili s názory trenéra a přední závodníci Toni Sailer, Anderl Molterer, Josi Rieder, Toni Mark, Egon Zimmermann a Karl Gamon souhlasili s tím, že ve dnech, kdy sami nepojedou »na ostrov«, budou dělat vodiče při tréningu žen.

ST. TOMS

## Velká účast na Hahnenkammu

Mezinárodní sjezdové závody »Hahnenkammrennen« se budou konat od 17. do 19. ledna v rakouském Kitzbühelu. K účasti jsou zatím přihlášena kompletní družstva Rakouska a NSR a závodníci ze Sovětského svazu, Polska, Švýcarska, Francie, USA, Kanady, Japonska, Norska a Švédska. Zatím se na těchto závodech jezdil jen slalom a sjezd, v tomto roce se pojede i závod v obřím slalomu, takže si budou moci jednotlivé státy vyzkoušet přípravu svých závodníků před mistrovstvím světa v Bad Gasteinu. T.

## Koupili les pro Per Erika Larssona

Známy švédský lyžař-běžec Per Erik Larsson trenoval vždy tím způsobem, že kromě atletické a běžecké přípravy byl zaměstnán v lese, kde kácel stromy. Po úspěších v minulé sezoně se mu snažili Švédové jeho přípravu nějak ulehčit a proto mu nejrůznější firmy činily nabídky a chtěly ho zaměstnat ve svých službách. Per Erik Larsson si to dlouho rozmyslel a nakonec přijal nabídku továrny lyží a nábytku »Edbyswerk«, která pro svého nového zaměstnance koupila pořádný kus lesa, kde si může Larsson klidně »řádit« se svou dřevařskou sekerou. To se dělo hlavně na podzim, teď, v plné přípravě vypadá den Per Erika Larssona takto: s batohem a puškou (v lese je možno i při trainingu zastřelit nějaké zvíře) startuje na lyžích k tuhému trainingu v lesích kolem Oxbergu. Po denním trainingu, který trvá 6 hodin a při němž uběhne na 30 kilometrů, vrací se Larsson domů. Po Sixtenu Jernbergovi má nyní Švédsko druhého »firemního lyžaře-běžce« — tato praxe se mu zatím docela vyplácí. T.

## Holmenkollen jubluje

Známy norský lyžařský můstek v Holmenkollen u Oslo a s ním spojené lyžařské středisko slaví v příštím roce 75 let svého trvání. Při této příležitosti zde budou v době od 13. do 16. března 1958 uspořádány velké lyžařské závody, jejichž hlavním pořadem bude závod ve skoku na lyžích na nejslavnějším můstku světa. Vzhledem k tomu, že několik dní před tím budou končit lyžařská mistrovství světa v klasických disciplínách ve finském Lahti, počítají Norové s tím, že skokanská konkurence z Lahti se postěhuje na Holmenkollen. V norských sjezdařských střetišcích Rökleiva a Norefjell budou uspořádány závody v alpských disciplínách. Norové chtějí proto vyslat do Mnichova zvláštní letadlo, které by přivezlo účastníky závodů Kandahar a v Arlbergu. T.

★

Švédsko jmenovalo reprezentační mužstvo pro mistrovství světa 1958 v Lahti. Běžci: S. Jernberg, P. Larsson, L. Larsson, S. Gran, G. Samuelsson, R. Römgaard; skokani: H. Carlsson, F. Michaelsson, E. Struev a I. Lundquist; kombinace: B. Ericsson.

V Čeljabinsku závodili sovětská lyžaři. Velmi dobrou formu ukázal nejrychlejší sovětský běžec P. Kolčín, který je prvním kandidátem teamu, který pojede v březnu na mistrovství světa do Lahti. Také jeho manželka, A. Kolčinová, která po mateřské přestávce zahájila opět training, je už v dobré formě.

# USNESENÍ

## PLENA LYŽAŘSKÉ SEKCE ÚV ČSTV, KONANÉHO VE DNECH 23. A 24. LISTOPADU 1957 V PRAZE

I. Schvalují se referáty soudruhů Smoly, Mráze a Pácla. Referát »Za zlepšení práce na úseku masového lyžování a za další rozvoj lyžařských oddílů«, přednesený soudruhem J. Mrázem a doplněný diskusními příspěvky, se stává základem dlouholetou směrnicí lyžařského hnutí na úseku rozšíření lyžařství do nejnižších vrstev.

Plenum lyžařské sekce ÚV ČSTV určuje jako hlavní cíl své práce i práce všech lyžařských složek rozvoj lyžařství na nejširší základně se zaměřením zejména na mládež. Práci na tomto úseku, zvláště práci v lyžařských oddílech, hodnotí plenum sekce jako důležitou politicko-výchovnou práci všech lyžařských pracovníků a orgánů.

Vycházejí z rozboru dosavadních nedostatků na tomto úseku a z rozboru dané situace ukládá plenum všem lyžařským orgánům trvalé a soustavné zajišťování plnění tohoto úkolu během dalších let, konečné zhodnocení bude provedeno v období II. celostátní spartakiády.

## II. PLENUM LYŽAŘSKÉ SEKCE UKLÁDÁ

1. ústřední lyžařské sekci:

a) rozpracovat zásady referátu »Za zlepšení práce na úseku masového lyžování a za další rozvoj lyžařských oddílů« se stanovením postupných cílů a úkolů na jednotlivá období;

b) připravit návrh změny směrnic pro práci sekce tak, aby organisační struktura lyžařských sekcí odpovídala plně dané situaci a potřebě k plnění těchto úkolů;

c) dále pokračovat v jednání s ústředními úřady a orgány o zajištění možných výhod pro členy lyžařských oddílů (zlevnění a zkvalitnění vybavení, slevy dopravy a pobytu na horách a pod.);

d) navázat nejužší spolupráci s ÚV ČSM, ministerstvem školství a kultury, ÚRO, Svazarmem, s náčelnictvem ZTV, s odborem turistiky, případně s dalšími složkami. Zajistit zpřesnění hospodářských směrnic ÚV ČSTV, aby individuální sporty byly stejně posuzovány jako sporty kolektivní;

e) zajistit, aby učeňně metodická komise ústřední lyžařské sekce koordinovala úsilí na poli nezávodního lyžařství směrem k oživení činnosti lyžařských oddílů, zejména se zaměřením na mládež.

2. Úkoly uložené plenum ústřední lyžařské sekci platí ve vztahu ke Slovensku i pro lyžařskou sekci SÚV ČSTV přizpůsobeně poměrům na Slovensku.

3. Krajským lyžařským sekcím se ukládá:

a) projednat referát přednesený s. Mrázem a rozpracovat opatření k zlepšení situace na úseku nezávodního lyžařství a práce v oddílech pro okresy a oddíly v kraji na své podmínky. Termín projednávání oznámí včas předem ústřední sekci;

b) zajistit úspěšný průběh hlavního období, zejména řádné provedení přebornických soutěží, náborových závodů, propagačních závodů v rámci II. celostátní spartakiády a ostatních úkolů ukládaných plánem činnosti pro rok 1958.

III. Plenum lyžařské sekce je přesvědčeno, že toto dvouleté zasedání se stane nástupem do dalšího zlepšení celkové práce všech lyžařských orgánů především na úseku nezávodního lyžařství, a to zejména v práci v oddílech.

## Obří slalom na VI. ZOH v Cortině d'Ampezzo

Dr J. ČTVRTEČKA

Na kinogramech tři jezdci — trojnásobného olympijského vítěze Toni Sailer (č. 18), Waltera Schustera (Rakousko, č. 14) a G. Berge (Norsko, č. 8)\* vidíme přejezd terénní vlny a pokračování v jízdě se zatáčkou doprava. Jízda prvních dvou jezdci je vzornou ukázkou správného projevu obtížného úseku obřího slalomu bez ztráty času, rychlosti i výšky potřebné k najetí další branky. Jízda třetího závodníka je ukázkou chybného projevu této části trati. Na snímku č. 1 vidíme Saileru při nájezdu do dolíku terénní vlny, na obrázku č. 2 při jeho prošlápnutí, které jezdcí současně slouží jako mírný odraz k předskoku, jež provádí ze dna dolíku. Tímto předskokem se dostává za vrchol vlny (obr. č. 3, 4). Ještě ve vzduchu stáčí tělo do nového směru (doprava), dopadá na levou lyži, s níž se vzápětí odráží do mohutného odslapu doprava, který provádí odrazem z levé nohy na pokrčenou pravou (obr. 4 a 5). Tělo vyráží prudce dopředu. Závodník si pomáhá i pažemi,

které jdou rychlým spodním obloukem vpřed. Obr. 6 jej zachycuje srovnaného k další jízdě s lyžemi u sebe a připraveného k projevu nového obtížného úseku obřího slalomu.

Najetí dolíku a vlny je obdobné i u závodníka Schustera (č. 14). Podle nízkého postoje se zdá, že Schuster nevolil k přejezdu vlny předskoku, ale že ji dokonale prošláp (obr. 3), takže se levou lyží takřka nedostal nad snh. Toho využívá k rasantnímu odslapu doprava (obr. 4). Odraz levé nohy je ještě mohutnější než u Saileru (obr. 5). Klasické provedení odslapu, mohutný výpad, švih paží dopředu ukazují pohotovost, dravost a jistotu zvládnutí jízdy obřího slalomu i v tomto těžkém úseku trati. Dá se předpokládat, že je závodník Schuster absolvoval neméně rychle jako Sailer, byl o něco namáhavějším způsobem.

Také závodník G. Berge (č. 8) najíždí dolík podobným způsobem jako předchozí dva soupeři (obr. 1 a 2). Volí, jako č. 14, prošlápnutí vlny (obr. č. 3). Nespojuje však prošlápnutí s odslapem, ale přejíždí vrchol vlny smykem, kterým mění směr doprava (obr. 3 a 4). Tento smyk je podnáší hluboko pod vrchol vlny, takže proti prvním závodníkům ztrácí nejen výšku, ale i rychlost, jede neurovnaně a tvrdě (obr. 5 a 6).

Tyto ukázky takřka akrobatické techniky nejlepších závodníků ZOH ukazují jasně dnešní typické pojetí obřího slalomu. Zatím co jízda na sjezdové dráze má charakter jízdy klidné a na pohled pasivní, pak zejména jízda ve slalomu a v obřím slalomu je prodrchnuta snahou o nejvyšší možné zvýšení rychlosti i na tak těžkých úsecích trati, jaké jsme viděli na tomto kinogramu. Kinogramy VL. PÁCL

\* T. Sailer zvítězil v tomto závodě, W. Schuster se umístil na 3. místě a G. Berge závod nedokončil.





V mládeži je bu-  
doucnost. Věřme,  
že za několik let  
některé z fotografo-  
vaných dětí uvidíme  
na startu lyžářských  
závodů nebo je bu-  
deme fotografovat  
na stupních vítězů.

Foto K. Novák

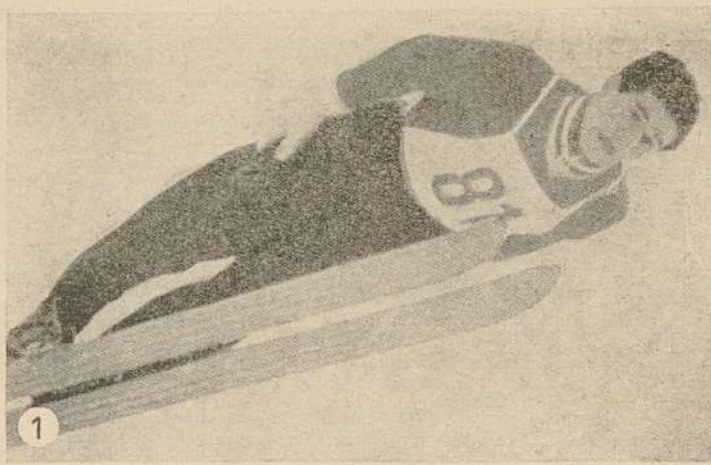
Jedlička 7

# Lýžařství

ROČNÍK 44

ÚNOR 1958

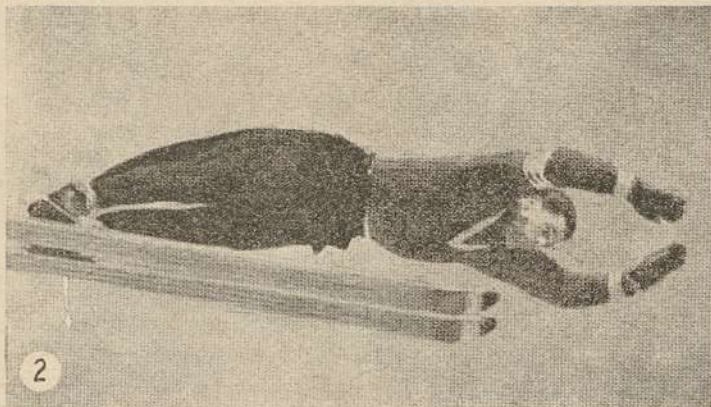




1



5



2



6



3



7

### Kdo z nich bude stát na stupních vítězů?

1. Koba Sakadze — SSSR, jeden z favoritů.
2. Jeden z nejúspěšnějších skokanů NDR H. Recknagel.
3. Švédský skokan H. Karlsson a finský skokan K. Kärkinen, vítězové závodu v Lahti 1957.
4. Naši a sovětské závodníky v přátelské besedě. Odleva: Prokeš, Anikin (seďící), Kolčín, Melich, Okuliír, Kuzin, Matouš.
5. Opory finského družstva žen: Hietamiesová, Polkunerová, Rantanenová.
6. Ljubov Kozyreva, nejúspěšnější běžkyně na světě v posledních pěti letech.
7. Sovětská závodnice R. Jerošnová, vítěz běhu na 10 km v Lahti 1957. (Foto 1, 2, 3, 7. Hihittäjä 1958, foto 4, 5, 6 K. Novák)



4

# Lyžařství

ROČNÍK 44

ÚNOR 1958

## OBSAH:

- 10 let od Vítězného února — str. 1  
Zprávy ze zájezdů do ciziny — str. 2—5  
Okolo Čertovy pláně — str. 6  
O »nové« technice — str. 7—8  
Princip názornosti v lyžování — str. 8  
Výstava lyžařských cen v Novém Městě na Moravě — str. 9  
K výročí jednoho z pionýrů lyžařství — str. 9—10  
Výkonnostní třídy na Slovensku — str. 10  
Co je třeba udělat pro rozvoj skoků na lyžích — str. 10—11  
Výběrové závody sruženářů v Har-rachově — str. 11  
Přehled vítězů na MS — str. 12—13  
Trenéři nám napsali — str. 14—17  
Zaznamenal jsem pro vás z ciziny — str. 17—18  
O Lahti, ale bez lyžařů — str. 18—19  
Školíme nové dobrovolné trenéry — str. 19  
Hory mají srdce v člověku (1. pokračování) — str. 20  
Vzájemný vztah mezi délkou kroku a frekvencí — str. 21—22  
Zprávy z oddílů a sekcí — str. 22—23  
Šišák — Zvičina — str. 23  
Ze sekce bobů a saní — str. 24  
Několik poznámek ke kinogramům běhu s odpichem soupaž — str. 24

Na titulní straně: Běžec-  
kě toulky po hřebenech Krkonoš  
patří ke krásným zážitkům i v době  
intenzivního tréninku. Representant-  
ky obdivují sluncem ozářené moře  
mraků. Foto: V. Šimůnek

**V.** LYŽAŘSTVÍ — odborný časopis.  
Vydává Československý svaz tě-  
lesné výchovy ve Sportovním a turistic-  
kém nakladatelství v Praze. Odpovědný  
redaktor Stanislav Toms, Redakce Pra-  
ha 3, Na poříčí 30. Rozšiřuje Poštovní  
novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne  
Rudé právo, vydavatelství Ústředního  
výboru KSČ, Praha.  
Praha, únor 1958

A-15135

Deset let nás již dělí ode dne, kte-  
rý vstoupil do našich dějin jako  
věčně živý a neuhasínající pla-  
men, z něhož se zrodilo veliké histo-  
rické vítězství všeho československé-  
ho lidu pod vedením rodné komunis-  
tické strany nad zavilým starým ne-  
přítelem — domácí i zahraniční bur-  
žoasií.

Znova si vybavujeme slova a tóny  
revolučních písní, hlasy tisíců pracu-  
jících, kteří odhodlaně vyšli ze závo-  
dů, aby hájili ohroženou lidově demo-  
kratickou vlast, své továrny, doly a  
hutě, svou lásku a věrnost k Sovět-  
skému svazu.

Tehdy před 10  
lety jsme odrazili  
útok domácí reakce,  
která v úzkém spo-  
jení s reakcí zahra-  
niční chtěla ohrozit  
cestu nastoupenou  
po osvobození naší  
země Sovětskou ar-  
mádou v květnu  
1945. Tato reakce, která měla v rukou  
dosti silné politické i hospodářské po-  
sice, se však přepočítala ve svých plá-  
nech. Pracující lid rázně zamezil usku-  
tečnění protistátního puče a tím i zre-  
staurování kapitalismu v naší zemi. Ani  
spekulace reakčních ministrů, kteří po-  
dalí prezidentu republiky demisi, jim  
nevýšla. Benešovi po návrhu soudruha  
Klementa Gottwalda jako předsedy  
vlády na nové složení vlády nezbýva-  
lo nic jiného než demisi přijmout. Tím  
spíše musel takto rozhodnout, když se  
naš lid v plné síle postavil v neroz-  
borné jednotě za vládu Klementa  
Gottwalda a projevil odhodlaně se  
vším úsilím uskutečnit v plném roz-  
sahu Košický vládní program, zejmé-  
na další znárodnění, uzákonění národ-  
ního pojištění a nové pozemkové re-  
formy.

Únor upevnil a zabezpečil náš lido-  
vě demokratický řád. Mohli jsme roz-  
hodněji vykročit na cestu k socialis-  
mu, upevnilo se i mezinárodní posta-  
vení naší republiky. Nestali jsme se,  
jak tomu chtěli páni Zenklové, Rip-  
kové, Stránští a ostatní jim podobní  
političtí makléři, hříčkou v rukou zá-  
padních imperialistů, ale naopak, opí-  
rajíce se o Sovětský svaz zajistili  
jme si natrvalo bezpečnou cestu k bu-  
dování. V únorových dnech bylo s ko-  
nečnou platností rozhodnuto, že náš  
stát se bude vyvíjet cestou lidově de-  
mokracie k socialismu.

Deset uplynulých let nebylo pro nás  
lehkým obdobím. Nepřátelé nás za-  
hrnovali samou nenávisť. Nikdy se  
nesmířili a nesmíří s únorovou poráž-  
kou, která byla vzhledem k průmyslo-  
vému významu i mezinárodnímu po-  
stavení Československa jedním z je-  
jich mnoha velkých neúspěchů.

Únorové události hluboce ovlivnily  
veškerý náš život na poli práce, vědy  
a kultury. Uskutečněním slavného Úno-  
ra nastalo i nové období v tělovýchov-  
ném životě našeho lidu. To, co bur-  
žoasie a její agenti v tělovýchovném

hnutí, jako Hřebík, Provazníková a  
další, sabotovali a oddalovali, bylo  
v krátké době provedeno. Byl položen  
základ k dalšímu budování tělesné vý-  
chovy, národní svou formou a socia-  
listické svým obsahem.

Tělesná výchova byla sjednocena po-  
dle požadavků, které byly zakotveny  
v Košickém vládním programu. Teh-  
dejší předseda akčního výboru Ná-  
rodní fronty, pozdější prezident naší  
republiky a velký přítel všech sportov-  
ců soudruh Antonín Zápotocký ve  
svém projevu o úkolech tělovýchovy  
při budování socialismu v naší zemi  
zdůraznil, že jedi-  
ně nový společenský  
řád, který v na-  
ší zemi budujeme,  
umožňuje splnit  
dávné sny zaklada-  
telů našeho tělový-  
chovného hnutí, vy-  
užít tělovýchovy  
plně k vlasteneckým  
úkolům: zvyšování  
brannosti lidu, jeho ozdravení a upev-  
ňování mravních a tělesných sil.

Od památného Února prošla tělesná  
výchova několika etapami vývoje. Ve-  
dle řady vynikajících úspěchů jsme se  
dopustili i některých chyb. Všichni  
jsme je prožívali, poučili se z jejich  
důsledků. Celostátní konference Kom-  
unistické strany Československa je  
nejen postavila do světla ostré kriti-  
ky, ale také ukázala, jak je řešit a  
napravit. A kdo je měl a má napra-  
vovat, ne-li my sami — všichni tělo-  
výchovní pracovníci při své denní čin-  
nosti. Proto byla na základě zkuš-  
nosti v loňském roce ustavena nová  
jednotná dobrovolná tělovýchovná or-  
ganisace »Československý svaz tělesné  
výchovy«, který jako jedna ze složek  
Národní fronty řídí tělesnou výchovu  
u nás.

Tato organisace podle podmínek  
v naší zemi, jež má skvělou tělový-  
chovnou tradici, umožňuje lepší pro-  
nikání tělesné výchovy do života na-  
šich lidí a dává jim možnost podílet se  
jako řádně zvolení dobrovolní pracov-  
níci na jejím budování. Umožňuje ješ-  
tě větší uplatňování socialistického sy-  
stému.

Aby mohly být splněny všechny úko-  
ly, které má před sebou naše organisa-  
ce, musí být na výši všichni organisá-  
toři tělovýchovné a sportovní práce  
ve všech tělovýchovných orgánech,  
našich jednotách a sportovních oddí-  
lech. Učitelé a trenéři, jejichž čes-  
ným úkolem je vést naši mládež a pracu-  
jící k stálému pravidelnému provo-  
zování tělovýchovy a sportu pro ně  
způsobem přitažlivým, zajímavým a  
hodnotným, vychovávat z nich zdatné  
pracovníky a odvážné obránce naší so-  
cialistické vlasti.

Jen tak půjde naše tělesná výchova  
a sport vpřed po cestě vytyčené slav-  
ným Únorem, ve službách lidu, čerpa-  
je z příkladu sovětské fyskultury,  
k dalším vítězstvím!

10 LET  
od Vítězného února

# ZKUŠENOSTI ZE ZÁJEZDU SKOKANŮ



Nikolaj Kamenskij, SSSR, vítěz závodů v Oberstdorfu



Helmut Recknagel, NDR, vítěz závodů v Oberhofu



Willi Egger, Rakousko, vítěz závodů v Ga-Pa

Německo-rakouské tourné skokanů stává se již tradičním dostaveníčkem nejlepších skokanů téměř z celého světa, kde se tento sport pěstuje. Bylo tomu tak i letos. Sešli se zde skokani z 11 států — NDR, NSR, Rakouska, SSSR, Švédska, Polska, Jugoslávie, Itálie, Švýcarska, Kanady a ČSR. Letos bylo až podivuhodné, v jak vynikající formě skáče již velká většina přítomných skokanů. Je nepochybně znát pilná a svědomitá příprava před blížícím se mistrovstvím světa v Lahti. Po zhlédnutí všech pěti závodů, které proběhly v těsném sledu — 26. XII. 1957 v Oberhofu, 29. XII. 1957 v Oberstdorfu, 1. I. 1958 v Garmisch-Partenkirchen, 5. I. 1958 v Innsbrucku a 6. I. v Bischofshofenu, nabyl jsem přesvědčení, že vítěz olympijských her v Cortině Fin Hyvärinen, kdyby podal stejný výkon jako před dvěma lety na OH, by v žádném z těchto závodů neztříštil. Skokanská úroveň za poslední dva roky šla ve světě opět velmi rychle nahoru, což je možno nejlépe zjistit zhlédnutím filmu z OH v Cortině a porovnat nynější výkony. Pro nás je celkem potěšitelné, že jsme při těchto těžkých závodech mohli konstatovat, že aspoň jedinci z našich skokanů udrželi krok se světovým vývojem a svými výkony se zařadili ve většině závodů mezi nejlepší. Kromě skokanů z NDR a SSSR, kteří již loni ukázali své výborné kvality, překvapili svou vysokou výkonností Rakušané a někteří Italové. Naproti tomu Švédové, kteří loni tak překvapili v Lahti, nejsou zatím v dobré formě. Škoda, že nebyli přítomni závodníci Finska a Norska, aby mohl být obrázek výkonnosti úplný. Zdá se mi však, že skokanská nadvláda se brzy přenesou ze severu do střední Evropy. Je to pravděpodobně vlivem nových trénigových možností za pomoci umělé hmoty, které se ve střední Evropě již hodně rozšířily. V NDR mají již 6 takových můstků, v NSR 2 a rovněž i Rakušané a Italové trenovali na hmotě v Německu. Nejméně 1 můstek s umělou hmotou je i ve Švýcarsku. Jaký je stav v severských státech, není mi přesně zná-

mo. Švédové můstky pro letní skákání nemají. Norové i Finové měli před rokem v úmyslu můstky vybudovat. Zda svůj úmysl proměnili ve skutek, není zatím známo. Naše můstky v Harrachově a Rožnově přinesly našim skokanům velký užitek pro jejich trénig a především rožnovský můstek bude v příštích letech jistě velmi platným pomocníkem. Státy s dobrými sněhovými podmínkami v letošním roce této své výhody velmi dobře využily a jejich skokani absolvovali již mnoho desítek skoků na sněhu. Delší systematický trénig na sněhu je

především patrný na skokanech z Rakouska a SSSR. Vysoká technická i fyzická úroveň skokanů na přelomu roku 1957 a 1958 je neklamnou předzvěstí těžkých a vyrovnaných bojů v Lahti na mistrovství světa.

Závod v Oberhofu byl jen předzvěstí velkých bojů v Německo-rakouském tourné. Sešlo se zde 6 států, aby změnilo své skokanské síly. Vítězně vyšel Recknagel, který dokonale využil znalosti vlastního můstku. Překvapením byly jistě doskoky sovětských skokanů a velmi dobré umístění našeho závodníka Jáchyma Bulína.

## VÝSLEDKY ZÁVODŮ V OBERHOFU — NDR, 26. XII. 1957:

	Bodů								
1. Recknagel Helm. NDR	72,0	18,0	18,0	18,0	18,5	18,0			
2. Bolkart Max NSR	67,5	17,0	17,5	17,5	17,5	16,5			225,5
3. Cagadze Koba SSSR	65,0	17,0	16,0	17,0	17,0	17,0			213,0
4. Bulín Jáchym ČSR	67,0	17,0	17,0	17,0	17,0	16,5			211,5
5. Lesser Werner NDR	68,0	17,5	16,5	15,0	17,5	16,0			209,0
6. Šamov Nikolaj SSSR	64,0	16,5	16,5	16,0	17,5	16,5			209,0
7. Kamenskij Nikolaj SSSR	67,0	16,5	16,5	13,5	16,5	16,0			207,0
8. Bykov Rudolf SSSR	63,5	16,0	16,0	14,5	16,5	17,0			205,5
9. Flauger Günther NDR	62,0	16,5	16,0	15,5	16,0	16,5			201,0
10. Thoma Georg NSR	63,5	15,5	14,5	15,5	15,0	15,0			196,0
	63,0	16,0	15,5	14,0	15,0	15,5			195,5
	62,5	16,0	15,0	15,0	15,5	16,0			

Umístění dalších našich závodníků: 21. Felix František 181,5 bodu, 48. Nevlud Jaromír 156,5 bodu, 51. Remsa Zdeněk 153,5 bodu.

Závod dokončilo celkem 60 závodníků.

Rozhodčími stylu byli: 1. 16. místě.

Recknagel, NDR, 2. Tatar, Polsko, 3. Máchal, ČSR, 4. Rockstroh, NDR, 5. Pepeunig, Ramírsko.

Rakušanům se v Oberhofu moc nevedlo, neboť nejlepší z nich Habersatter skončil na 16. místě.

## VÝSLEDKY ZÁVODŮ V OBERSTDORFU — NSR, 29. XII. 1957:

	Bodů								
1. Kamenskij Nikolaj SSSR	74,5	17,5	17,5	17,5	17,0	17,5			227,5
2. Recknagel Helmut NDR	74,5	17,5	17,0	17,5	16,5	17,0			222,0
3. Steinegger Walter Rakousko	73,0	17,0	17,0	18,0	16,5	17,0			216,5
3. Habersatter Walter Rakousko	72,5	17,5	17,0	17,5	16,5	17,0			216,5
5. Lesser Werner NDR	71,0	17,0	17,0	17,0	16,5	17,0			215,5
6. Bulín Jáchym ČSR	72,5	18,0	17,5	17,0	17,0	18,0			215,5
7. Šamov Nikolaj SSSR	71,0	16,0	16,0	17,0	16,0	17,0			211,5
7. Šamov Nikolaj SSSR	72,5	17,5	17,0	17,0	16,5	17,5			211,5
7. Šamov Nikolaj SSSR	72,5	15,5	15,0	16,5	13,5	16,0			210,5
8. Bykov Rudolf SSSR	72,5	17,0	16,5	16,5	17,0	17,0			210,5
8. Bykov Rudolf SSSR	68,5	17,0	17,0	17,0	16,5	17,5			210,0
9. Leodolter Otto Rakousko	71,5	17,5	17,5	16,5	16,5	16,5			210,0
9. Leodolter Otto Rakousko	68,0	16,5	16,0	17,0	16,5	16,5			209,5
10. Mikaelsson Folke Švédsko	70,5	18,0	18,0	18,0	16,5	17,0			209,5
	69,5	17,5	17,0	17,0	16,5	17,5			207,0
	69,5	16,0	17,0	16,0	15,0	16,0			



# DO NDR, NSR A RAKOUSKA

## VÝSLEDKY ZÁVODU V GARMISCH-PARTENKIRCHEN 1. I. 1958:

1. Egger Willy	88,0	17,5	18,5	17,5	18,0	17,0
Rakousko	86,0	18,0	18,0	18,5	18,0	17,0
2. Šamov Nikolaj	84,0	18,0	18,0	18,0	18,0	17,0
SSSR	84,5	18,0	18,0	18,5	18,0	18,0
3. Lesser Werner	81,5	18,0	17,5	17,5	17,5	17,0
NDR	81,0	17,5	18,0	17,0	17,5	17,5
4. Steinegger Walter	81,0	17,5	18,0	17,0	17,5	17,5
Rakousko	81,5	16,5	17,5	17,5	17,0	17,0
5. Nikolajev Boris	79,0	16,5	16,5	17,0	17,5	16,5
SSSR	84,0	16,0	17,0	17,5	17,5	16,5
6. Bolkart Max	78,5	16,5	17,5	17,0	17,0	16,5
NSR	80,5	17,5	18,0	17,5	17,0	16,5
7. Kamenskij Nikolaj	79,0	17,0	17,5	17,5	17,0	17,0
SSSR	81,5	16,0	16,0	17,0	17,0	16,0
8. Bykov Rudolf	78,5	16,5	17,5	16,5	17,0	16,0
SSSR	80,0	16,5	17,5	17,5	16,5	17,0
9. Bulín Jáchym	78,5	16,5	16,0	16,5	16,5	16,0
ČSR	79,0	17,0	16,5	17,0	17,0	16,5
10. Fuchs Hugo	78,0	16,5	17,5	17,5	17,0	16,0
NDR	78,0	16,5	17,0	16,5	16,0	16,5

## VÝSLEDKY ZÁVODU V INNSBRUCKU 5. I. 1958 — RAKOUSKO

1. Recknagel Helmut	75,0	18,0	17,5	18,0	18,0	18,0
NDR	77,0	17,0	17,0	17,5	18,0	18,0
2. Kamenskij Nikolaj	69,0	17,0	18,0	17,0	17,0	17,0
SSSR	75,5	17,5	18,5	17,5	17,5	18,0
3. Habersatter Walter	72,0	17,0	17,0	17,5	18,0	17,5
Rakousko	72,5	17,0	16,5	17,0	18,0	17,5
4. Leodolter Otto	73,0	17,5	17,0	17,0	18,0	17,5
Rakousko	70,5	17,5	16,5	17,0	17,5	18,0
5. Glass Harry	70,5	17,0	16,5	16,5	17,5	17,5
NDR	71,5	18,0	17,5	18,5	18,0	18,0
6. Bolkart Max	71,5	17,0	17,0	16,0	17,0	17,0
NSR	72,5	16,5	17,0	17,0	17,5	17,0
7. Bykov Rudolf	65,0	16,0	17,0	17,0	17,5	17,5
SSSR	75,0	17,0	18,0	18,0	17,5	18,5
8. Lesser Werner	69,0	16,5	17,0	17,5	17,0	17,0
NDR	73,0	17,0	17,0	17,5	17,5	17,5
9. Šamov Nikolaj	70,0	16,0	17,5	16,5	17,5	16,5
SSSR	69,5	17,0	18,0	18,0	17,5	17,5
10. Steinegger Walter	69,5	16,5	16,0	17,0	17,0	16,5
Rakousko	68,5	17,0	17,0	17,5	17,0	17,5

## VÝSLEDKY ZÁVODU V BISCHOFSHOFENU — RAKOUSKO —

6. I. 1958

1. Recknagel Helmut	54,0	17,5	18,0	18,0	16,5	18,0
NDR	58,5	18,0	18,0	18,0	18,0	18,5
2. Glass Harry	53,5	17,5	18,0	18,5	18,0	17,5
NDR	56,5	18,0	18,5	18,5	18,0	18,0
3. Cagadze Koba	52,5	17,5	16,5	17,0	17,5	16,5
SSSR	56,0	18,0	17,0	18,0	17,5	17,5
4. Leodolter Otto	53,0	17,5	18,0	17,5	17,5	17,0
Rakousko	53,5	17,5	18,0	18,0	18,0	17,0
5. Bolkart Max	49,5	17,0	17,0	17,0	16,5	16,5
NSR	57,0	17,0	18,0	18,0	17,5	17,0
6. Šamov Nikolaj	51,5	17,5	16,5	16,5	16,5	16,5
SSSR	56,5	18,0	17,0	17,5	17,0	16,5
7. Habersatter Walter	52,5	17,0	17,0	17,0	17,0	16,5
Rakousko	53,5	17,5	17,5	17,5	17,0	17,0
8. Lesser Werner	52,5	16,5	17,0	17,5	17,0	17,0
NDR	53,0	17,0	17,0	17,5	18,0	17,0
9. Egger Willy	52,0	18,0	17,5	17,5	17,0	17,5
Rakousko	51,5	17,0	17,5	17,5	17,0	17,0
10. Brunner Manfred	52,0	16,5	16,0	16,5	16,0	16,5
NDR	55,0	16,0	16,5	17,0	17,0	17,0

Umístění dalších našich závodníků: 21. Felix František 197 bodů, 24. Remsa Zdeněk 195 bodů, 60. Nevlud Jaromír 132 bodů (oba skoky s pádem). Závod dokončilo 60 závodníků.

Rozhodčími stylu byli: 1. Recknagel, NDR, 2. Hartl, NSR, 3. Pepeunig, Rakousko, 4. Šramel, Jugoslávie, 5. Bělo- nožník, ČSR.

Závod v Oberstdorfu se konal na velmi dobře uprave-

ném můstku, i když sněh na můstek byl přivezen z vyšších poloh a okolí můstku nikterak nepřipomínalo zimu. V závodě došlo k mnohým překvapením. Největším překvapením bylo zasloužené a přesvědčivé vítězství Kamenského, který zvítězil před Recknagelem o 5,5 bodu, zatím co v minulém závodě v Oberhofu se umístil na 7. místě a za Recknagelem byl plných 20 bodů. Dalším překvapením byly podstatně lepší výkony Rakušanů, kteří měli 3 své závodníky v prvních deseti. Pro nás milým překvapením byl opět výborný výkon Bulína a jeho umístění na 6. místě. Tím jasně potvrdil, že jeho výsledek v Oberhofu nebyl náhodný. Již zde se ukázalo, že nejsilnější a vyrovnaná mužstva mají Sověti, východní Němci a Rakušané.

Umístění dalších našich závodníků: 12. Remsa Zdeněk 203,3 bodu — skoky 77,5 a 78 m, 28. Felix František 194 bodů, 41. Nevlud Jaromír 184,6 bodu. Závod dokončilo 55 závodníků. Rozhodčími stylu byli: 1. Kozdruž, Polsko, 2. Oehmann, Švédsko, 3. Tschörnig, NSR, 4. Klopfer, NSR, 5. Šramel, Jugoslávie.

Tak jako na všech místech německo-rakouského turné, tak i v Ga-Pa byl sněh na můstek navezen, jak je dobře vidět na našem obrázku. Podobně vypadaly můstky v Oberstdorfu, Innsbrucku a Bischofshofenu. Z dálky nám to připadalo jako umělá hmota. Značná námaha a finanční náklady spojené s úpravou můstku byly však vyváženy velkým zájmem obecnosti, které přijelo automobilem i ze vzdálených míst, neboť cesty byly sjezdové jako v létě. Závod vysoké sportovní úrovně zhlédlo v Ga-Pa na 30.000 diváků. I tento závod nezůstal bez překvapení. Největším překvapením byli tentokrát Rakušané, kteří kromě zaslouženého vítězství Willy Eggera měli Steineggera na 4. a Otto Leodoltera na 14. místě. Glass a Recknagel z NDR v jednom skoku upadli a byli proto v tak vyrovnané soutěži odsunuti do pole průměrných závodníků, když skončili na 23. a 35. místě. Pro nás byl tento krásný závod rovněž úspěšným, a to především proto, že to nebyl

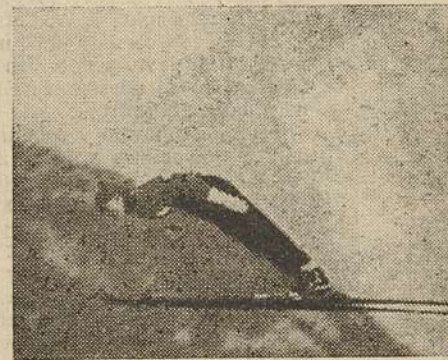
(Pokračování viz str. 5)



Navezený sněh na můstek v Ga-Pa

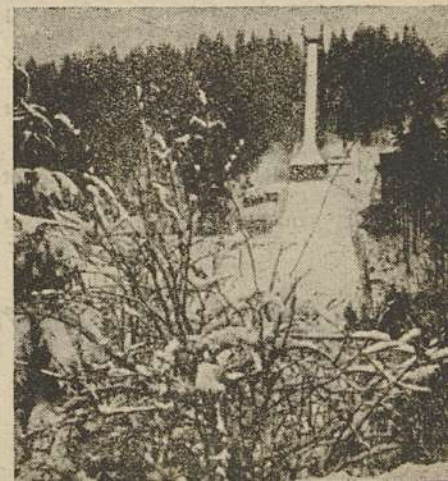


Willy Egger, Rakousko, na můstku v Ga-Pa

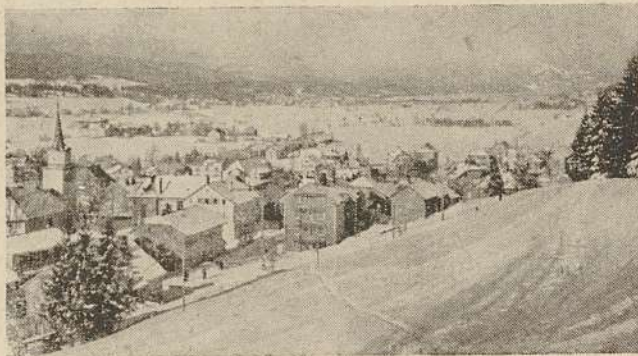


Jáchym Bulín při skoku v Ga-Pa

Můstek v Oberhofu (NDR)



# Mezinárodní závody v Le Brassus



Pohled na městečko Le Brassus

## MATOUŠ MEZI NEJLEPŠÍMI

Druhý den po příjezdu jsme si prohlédli trať až na Matouše, který ležel (následek cesty letadlem z Curychu do Zenevy). Ubytování jsme byli v novém hotelu v Le Lentier, vzdáleném od Le Brassus 4 km. Na trať jsme jezdili vlakem. Během našeho pobytu padal stále nový vlhký sníh. Trať byla sice označena, ale neprojetá, takže jsme ji celou museli prošlapat. Jelo se ve dvou okruzích, v podobě osmičky, nebyla technická, ale fyzicky namáhavá. Na trati bylo hodně prudkých dlouhých stoupání a spousta sněhu, který značně ztížil závod. V sobotu ráno před závody jsme si ještě jednou chtěli projet trať, ale na místo startu jsme přišli celí promočeni od mokrého sněhu, trať nebyla projetá a tak jsme se vrátili zpět do hotelu. Ilja Matouš, který trať neznal, se vypravil odpoledne na prohlídku. V den závodu se počasí zlepšilo, před startem byla teplota  $-2$ . Mazali jsme zelený a modrý Swix nebo Rex.

## SDRUŽENÁŘI SE NEPROSADILI

Sdruženáři přijeli do Le Brassus z mezinárodních závodů v Andermatu, kde v běhu na 12 km dosáhli pěkných výsledků mezi švýcarskými běžci-specialisty.

Výsledky: 1. Kocher (Švýcarsko) 39:25,3 min., 2. Melich (ČSR) 40:22,4 min., 3. W. Lötscher (Švýcarsko) 40:24,2 min., 4. Zwingli (Švýcarsko) 40:26 min., 5. Lahr (ČSR) 41:12,4 min. a další naši 7. Nüsser, 8. Janoušek, 13. Kubica. Závod sdružený byl pouze záležitostí našich závodníků, kteří se umístili na prvních pěti místech.

Když nastupovalo v sobotu odpoledne 11. ledna ve 14,30 hod. 34 závodníků z devíti zemí k závodu ve skoku, jako první části sdruženého závodu, neočekával nikdo z přihlížejících diváků, ani ze závodníků samých nějaké nadprůměrné a tím spíše ne výkony rekordní. Husté sněžení ztěžovalo viditelnost a kromě toho nárazový vítr vřel sněhovými vločkami všemi směry. Nedalo se očekávat zlepšení a závod musel být zahájen s plného nájezdu, čímž bylo dosaženo maximální rychlosti, zvláště po uježdění nájezdové stopy, která vytvořila ledovatý povrch, nezaručující nikdy klidný a jistý nájezd. Přesto však již v prvním kole byla zaznamenána řada velmi dobrých skoků, které se nebezpečně přibližovaly k hranici 80 m. Z našich sdruženářů nejdále skočili Janoušek 75 m a Melich 71 m. Mladý německý sdruženář Flanger dosáhl 79 m, dále sovětský závodník Koškin předvedl čistý stylový skok 77 m. S přibývajícím časem se začaly zvětšovat délky skoků, až první, který neudržel osmdesátku, byl Ital Perin. Znovu přišel na řadu Koškin, který dosáhl rovněž 80 m a stylově byl hodnocen (17, 16, 17, 16, 15, 16).

Jeho krajan Fedorov, který v prvním kole dosáhl 72 m dlouhý skok (při němž však mohl upadnout), vystihl ve II. kole přesný odraz s hrany stolu, hluboce nalehl a klidně padal do hloubky, až přeletěl označení Silvenoioeva rekordního skoku z minulého roku a dopadl o 1 m dále ke značce 84 m. Ohodnocení rozhodčími bylo následující:

Francouz Cochet a Švýcar Feldman po 18 bodech, Polák

Již po prvním kole bylo jasné, že boj o první místo se rozhodne mezi mladým sovětským závodníkem Roudkovským, který v minulé sezóně porazil v Leningradě nejlepší závodníky Sovětského svazu v čele s Kolčinem, a mezi norským běžcem Holthaasem. Za nimi se držela další skupina 4 běžců — De Dorigo Marcello, italský závodník, Francouz Mermet a východoněmecký běžec Dannhauer s našim Matoušem.

Švýcarský tisk chválil domácí běžce, kteří se připravují pod vedením finského trenéra. Jejich umístění bylo 10. Kocher, 21. byl Rey Michel a 24. místo obsadil Huguainin.

Celkem startovalo 86 běžců z 9 zemí a výsledek byl; uvádím obě kola:

1. Holthaas (Norsko)	31,40	26,53	čas: 58,33 min.,
2. Roudkovský (SSSR)	31,29	27,10	čas: 58,39 min.,
3. Mermet (Francie)	32,08	27,45	čas: 59,53 min.,
4. De Dorigo (Itálie)	32,03	27,51	čas: 59,54 min.,
5. Matouš (ČSR)	32,26	27,53	čas: 1,00,19 min.,
6. Goussakov (SSSR)	32,51	27,33	čas: 1,00,24 min.,
7. Dannhauer (NDR)	32,19	28,31	čas: 1,00,50 min.,
15. Teplý (ČSR)	33,02	28,51	čas: 1,01,53 min.,
22. Cardal (ČSR)	33,34	29,01	čas: 1,02,35 min.,
35. Harvan (ČSR)	34,21	29,47	čas: 1,04,08 min.,
36. Čilík (ČSR)	33,50	30,19	čas: 1,04,09 min.,
36. Melich (ČSR)	34,14	29,55	čas: 1,04,09 min.

I pro juniory byl současně uspořádán mezinárodní závod na 7,5 km, startovalo 18 běžců.

1. Martinelli (Itálie) 33,47 min., 4. Hoepfner (NDR) 36,44 min., 5. Ane Robert (Francie) 37,13 min.

V tomto závodě již po několika let vítězí Italové. Neškodilo by počítat s našimi juniory pro mezinárodní juniorské závody. V neděli večer po slavnostním rozdělení cen jsme odjeli vlakem do Curychu, kam jsme přijeli ve 01,30 hod. Ráno v 7,15 hod. nás autobus dovezl na letiště, ale protože Praha nepřijímala pro špatné počasí, letěli jsme teprve druhý den.

VÁCLAV WEISSHÄUTEL,  
trenér běžců



ukázal 17,5 bodu a oba poslední Andrejev (SSSR) a Němec Leonard ohodnotili jej 16,5 body.

Bezprostředně po Fedorovovu rekordu padá k zemi Polák Bujok při 80 m dlouhém skoku. Hned nato další sovětský závodník Gusakov dosáhl stejně délky bez pádu. Ještě dvěma německým sdruženářům se podařilo skočit ke značce vymazaného již starého rekordu 83 m, z nichž bez pádu byl hodnocen Martin Körner a s pádem Flanger. Tento mladý Němec se pak zbývajícími skoky umístil na druhém místě v klasifikaci první části závodu sdruženého.

Naším se již tak dobře jako v prvním kole nevedlo a všichni měli kratší skoky než v prvním kole. Nejvíce byl postížen Vl. Melich, který zakolísáním na nájezdu propásl odraz, čímž stylově i délkově hodně prodělal. Oba zranění, Kubica i Lahr, se snažili o čestné umístění, ale bylo to již nad jejich síly držet krok s prvními desíti. Druhé a třetí kolo se podstatně zlepšil J. Nüsser, který po prvním 61 m dlouhém skoku překonal 70 m hranici a zaznamenal do soutěže 2krát 73 m, z nichž jeden byl velmi dobře ohodnocen.

Třetí kolo se jelo z nižšího nájezdu, přesto Fedorov zaznamenal nejdělsí skok 76 m. Se Sověty drželi stále krok Němci a jenom Noru Gundersenovi se podařilo pátým místem odsunout Gusakova a rozbit tak »sovětsko-německý blok« a zajistit si tak dobrou pozici pro druhou část závodu sdruženého, kterou je běh na 15 km.

## Výsledky I. části závodu sdruženého.

1. Leonid Fedorov	SSSR	217,5 b.	(84,76 m)
2. Günther Flanger	NDR	215,5 b.	(79,75 m)
3. Dimitrij Koškin	SSSR	214,5 b.	(77,80 m)
4. Martin Körner	NDR	211,5 b.	(82,75 m)
5. Gunder Gundersen	Norsko	209,5 b.	(76,78 m)
6. Nikolaj Gusakov	SSSR	207,5 b.	(80,76 m)
7. Sepp Schiffner	NSR	202,5 b.	(75,70 m)
8. Milan Janoušek	ČSR	198,5 b.	(75,71 m)
9. Uno Kajak	SSSR	197,5 b.	(74,75 m)
10. Josef Nüsser	ČSR	194,5 b.	(73,73 m)
14. Vlast. Melich	ČSR	187,5 b.	(71,67 m)

## GUSAKOV NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ

Tento velký bodový zisk ze skoku si Sověti již nedali nikým vzít. Vítězství však nezískal Fedorov, vítěz sobotních skoků, který s pěkným výkonem dosáhl i nového rekordu na můstku Chirurgienne, nýbrž jeho krajan Gusakov, který je též vynikajícím běžcem a odsunul po běhu Fedorova a Koškina na další místa. Suverenitu sruženářů ze SSSR narušil pouze Nor Gundersen, který po vynikajícím výkonu v běhu se vklínil mezi sovětské reprezentanty. Západoněmecký sruženář Schiffner, který loňského roku si odnesl palmu vítězství, musel se tentokrát spokojit s pátým místem. Naši sruženáři měli většinou nízká startovní čísla pro běh, která byla nevýhodná v druhé polovině trati, vzhledem k tomu, že kromě pořadatelů nebyla nikým projeta. V prvé části dlouhé 7,5 km startovali jako zvláštní skupina junioři, s mezinárodní účastí, kteří běžecou stopu dostatečně ujezdili, takže se již na ni lyže neborily. Vynikající výkon naší sruženáři v běhu nepodali, ale přesto se dá hodnotit obětavost těch, kteří ač byli zraněni, statečně bojovali o nejlepší umístění v celkové klasifikaci.

Loňského roku dosáhl V. Lahr v Le Brassus sedmého místa, když, účast cizích závodníků nebyla zdaleka tak obslána, jak tomu bylo letos, což bylo rovněž komentováno i ve švýcarském tisku.

Nemůžeme se však smířit s výsledkem při porovnání sil s ostatní světovou sruženářskou elitou.

Odhálilo nám to mnoho nedostatků, jež v další přípravě musíme odstranit, máme-li úspěšně zasáhnout do bojů na mistrovství světa.

### Výsledky závodu sruženého

1. Nikolaj Gusakov	SSSR	447,5	
2. Gunder Gundersen	Norsko	444,8	
3. Leonid Fedorov	SSSR	441,3	
4. Dimitrij Koškin (SSSR)	437,4	5. Sepp Schiffner (NSR)	431,8
6. Günther Flanger (NDR)	429,8	7. Josef Karpiel (Polsko)	414,1
8. Vlastimil Melich (ČSR)	413,4	9. Helmuth Böck (NSR)	413,1
10. Gron Gavienica (Polsko)	411,7	11. Gudmund Rian (Norsko)	411,2
12. Milan Janoušek (ČSR)	410,7	13. Josef Nüsser (ČSR)	408,2

Ing. M. KUMPOŠT, trenér sruženářů

(Dokončení se str. 3)  
už jen jediný Bulín, ale že i Remsa se svým výkonem zařadil do skokanské elity.

Umístění našich závodníků: Nevlud Jaromír 187 bodů (64,5 a 60,5 m), 28. Remsa Zdeněk 185 b. (60 a 66 m), 31. Bulín Jáchym 184 bodů (60 a 62 m), 35. Felix Frant. 181,5 b. (61 a 58,5 m).

Rozhodčími stylu byli: 1. Gamauf, Rakousko, 2. Chimičev, SSSR, 3. Kozdruž, Polsko, 4. Glos, Rakousko, 5. Flumiani, Itálie.

Ve srovnání se závodem v Ga-Pa byl tento závod celkově nižší úrovně a zdaleka nebyl tak napínavý jako všechny předešlé. Helmut Recknagel zaskákal ve své vrcholné formě a přesvědčivě zvítězil. Mnozí závodníci dopltili na změnu kvality sněhu vlivem přicházejícího foenu, právě tak jako Jáchym Bulín. Pro nás byl tento závod velkým zklamáním, neboť jsme doufali, že právě zde se naši skokani postarají o další překvapení, kterých na tomto turné bylo tolik. Bylo to

však pro nás překvapení nepřijemné. Místo mezi vítězi, skončili všichni naši závodníci v poli průměrných skokanů. K neúspěchu velkou měrou přispěla nešťastná srážka Zdeněka Remsy se závodníkem NDR Pabstem půl hodiny před zahájením závodu. Při zkoušení mazání stál Zdeněk Remza na okraji jezdu a odpínal si lyže. Pabst jel plnou rychlostí přikrčen a zřejmě nepozorně a hlavou narazil na lícní kost Remsy. Pabst si přivodil otřes mozku a byl převezen do nemocnice. Remsa byl pochopitelně silně otřesen a k závodu nastoupil. Tato kolise do jisté míry působila i na ostatní naše závodníky a znemožnila pokračování zkoušek mazání. Jako dobrý lze hodnotit jedině výkon Jaromíra Nevluda, vzhledem k jeho mládí. Felix prodělával chřipku. Innsbruck se skokanům stal už po třetí osudným. Přesto se však znovu budou na závody na tomto můstku těšit, neboť svou konstrukcí je nejvíce podobný našim můstkům.

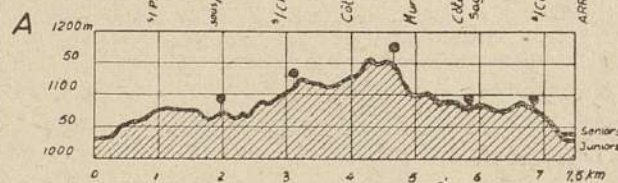
## CONCOURS INTERNATIONAL SKI-CLUB BRASSUS

### EPREUVES NORDIQUES

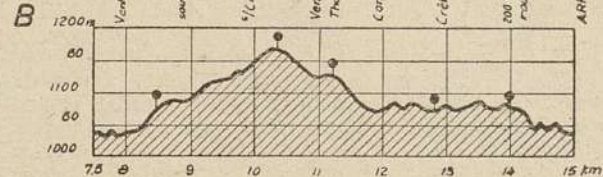
12 JANV. 1958

### PROFIL DE LA COURSE DE FOND.

#### PROFIL



#### PROFIL



JUNIORS		SENIORS	
Profil A	Long. 7,5 km.	Profils A+B	Long. 15 km.
Dénivellation	105 m.	Dénivellation	135 m.
Montées totales	180 m.	Montées totales	410 m.
POSTES CONTROLES *			

Výškový profil trati pro závod juniorů (profil A) a závod mužů 15 km (profil A+B)

Umístění našich závodníků: 23. Bulín Jáchym 48,5 a 50,5 metru — 202,8 bodu, 25. Remsa Zdeněk 47,5 a 52,5 m 200 bodů, 40. Nevlud Jaromír 49,5 a 49 m — 193,2 b., 45 Felix František 48,5 a 47,5 m — 190,7 bodu.

Rozhodčími stylu byli: 1. Chimičev, SSSR, 2. Ahrer, Rakousko, 3. Recknagel Erich, NDR, 4. Strohmaier, Rakousko, 5. Bělonožník, ČSR.

Závody byly uspořádány na malém můstku s kritickým bodem 56 m, místo na velkém můstku s P 80 m. Bodové rozdíly byly proto velmi malé. Přišlo se podívat i poměrně málo diváků, asi 7000. Bylo to celkem nedůstojné ukončení série tak velkých závodů. I na malém můstku se však ukázalo, že ti nejlepší dovedou vítězit jak na velkých, tak i na malých můstcích. Během celého závodu byl pouze jediný pád, což svědčí o dobře upraveném můstku i o dobrých výkonech všech závodníků. Naši skokani podali jen průměrné výkony. Po nečekaném neúspě-

chu v Innsbrucku projevila se na všech únava. Mělo to vliv na výsledky hlavně proto, že tento závod navazoval ihned na Innsbruck a do Bischofshofenu přijeli závodníci v pozdních nočních hodinách. Training byl pouze těsně před zahájením závodu.

V celkovém hodnocení všech čtyř závodů německo-rakouského turné (bez závodu v Oberhofu) zvítězil Helmut Recknagel z NDR, před Šamovem a Kamenským z SSSR. Z našich závodníků se umístil Bulín na 13. místě, Remsa byl na 20., Felix na 27. a Nevlud na 39. místě.

Závěrem bych chtěl říci, že to byly velké závody, v nichž jsme velmi dobře začali, ale nevydrželi až do finišu. Závody jasně ukázaly, že boje na mistrovství světa budou ve skoku tuhé a vyrovnané. Vyhraje jistě ten nejlepší, kdo ještě v posledních týdnech zaměří svou přípravu nejzávažněji.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK,  
trenér skokanů

# Okolo „Čertovy pláně“

MIREK KNOBLOCH, MV Praha

V neděli 5. ledna byl uspořádán první kvalifikační závod letošního roku. Byl jím již šestý ročník běžeckého závodu okolo »Čertovy pláně«, jehož pořadatelem byla pražská jednota »Slovan Zdravotník«. Tento závod byl založen před šesti lety a byl to původně jen závod domácího rázu, neboť se jezdil jako přebor oddílů výše uvedené jednoty. Teprve v posledních letech stal se závodem veřejným. Již loňského roku sešla se na startu tohoto závodu řada našich nejlepších lyžařů a reprezentantů. Letošního ročníku z předních našich závodníků zúčastnil se Prokeš, Cardal,



Čillik, Teplý, Strážová, Mečířová, Lášková, dr. Dušková a družstvo mladých. Závod byl velmi dobře organizačně připraven. Počasí však tomuto závodu mnoho nepřálo. Noc před závodem a pak v průběhu celého závodu byla silná fujavice, která celý závod velmi ztížila. Jen krajní obětavostí všech činovníků byly tratě udržovány v pořádku. Vzhledem k silné vánici, která dobře projeté stopy zanášela sněhem, zejména na otevřených pláních, a k nedostatku technických pracovníků, museli v den závodu zasáhnout do projíždění a úpravy tratí rozhodčí, kteří konali svou funkci od 7 hod. až do skončení závodu. Při tomto závodu se opět ukázalo, jak nezbytné nutné je, aby rozhodčí III. třídy ovládali otázky stavby tratí. Dobrou organizací v průběhu závodu bylo dosaženo toho, že již za hodinu po skončení závodu byly vypočteny oficiální výsledky.

Závodu »Okolo Čertovy pláně« zúčastnili se jako pozorovatelé zástupci ústřední sekce lyžování soudruzi Smola a Pácl s několika našimi předními trenéry. S průběhem závodu, s volbou i úpravou tratí byli jako závodníci, tak i zástupci sekce velmi spokojeni. Doufáme, že i oni budou podporovat požadavek kraje, aby tento závod byl napříště závodem výběrovým. Vždyt sama účast závodníků svědčí o tom, že se tento závod rok od roku stává velmi oblíbeným a populárním. Letošního ročníku se zúčastnilo celkem 137 závodníků, z toho 25 žen, 75 mužů a ostatní připadá na juniory a dorost. Velmi potěšitelná byla účast pražských dorostenců a dorostenek, kteří tvořili převážnou většinu ve všech dorostenecských kategoriích. Naproti tomu však nutno konstatovat, že v kategorii starších dorostenek ze 4 přihlášených startovaly jen dvě. Škoda, že v této kategorii nestartovaly žádné dorostenky z krkonošské oblasti, neboť obě závodnice byly z Prahy. Přestože se letošního ročníku zúčastnil nečekaně větší počet mladých závodníků, a to díky TJ Slavii Žižkov, která velmi intenzivně zaměřila svou činnost na mládež, není počet uspokojující. Je nutno, aby i ostatní pražské lyžařské oddíly po vzoru Slavie Žižkov věnovaly se intenzivněji mládeži. Pak snad budeme svědky velké účasti mladých závodníků na lyžařských závodech, pořádaných nejen pražskými jednotami, ale i krajem.

Potěšitelná byla i ta okolnost, že v závodu nebyl diskvalifikován ani jeden závodník a nebyl podán žádný protest. Tato okolnost je také jedním z důkazů, že tratě byly dobře připraveny a závod dobře organizován.

Na závěr výsledky závodu:

1. Strážová Sylva	TJ Žižka Praha	30,59
2. Mečířová Milada	Slavia Praha	31,28
3. Lášková Dagmar	TJ Žižka Praha	31,53
4. Dr. Dušková Jiřina	Jiskra Ústí	32,00
5. Riedlová Ludmila	TJ Žižka Praha	32,04
6. Bartáková Marie	Spartak Sokolovo	32,43
7. Křováčková Soňa	AZNP Mladá Boleslav	32,57
8. Šusterová Alena	Rudá hvězda Praha	33,55
9. Bartáková Světlá	Slovan ČSTV	33,50
10. Luková, Spartak AZNP, 34,19; 11. Sochorová Olga, Slavia Praha, 35,02; 12. Vančurová Anna, Lokomotiva Praha, 35,30; 13. Suchá Dagmar, Spartak AZKC, 35,34; 14. Těhnicková Eva, Slovan Zdrav., 36,58; 15. Jurajdová Vlasta, Slovan Zdrav., 37,14; 16. Sýková Věra, Spartak Stalingrad, 37,20; 17. Zvoníčková Jana, Slavia Žižkov, 37,49; 18. Tilleová Milada, Slovan Zdrav., 39,13; 19. Koubková Božena, Dynamo Praha, 39,22; 20. Prášilová Libuše, Tatraň Střešovice, 39,29.		

## 6 Lyžařství

Závodnice umístivší se na 1.—9. místě splnily limit I. výk. třídy, na místě 10.—13. limit II. výk. třídy a na místě 14.—20. limit III. výk. třídy.

### VÝSLEDKY ZÁVODU MUŽŮ V BĚHU NA 15 km — 5. 1. 1958

1. Prokeš Josef	Sokolovo	59,31
2. Cardal Jaroslav	Slovan Špindlerův Mlýn	1,00,08
3. Čillik Rudolf	B. Bystrica	1,01,05
4. Teplý Ant.	Spartak Svatka	1,01,19
5. Harvan Stefan	Lokomotiva Zvolen	1,01,56
6. Pospíšil Otto	Spartak Otrokovice	1,02,23
7. Vydra Otto, Slavia Praha, 1,05,52; 8. Buchar Josef, Sokolovo, 1,07,28; 9. Skuhrovec František, Slovan Zdravotník, 1,07,46; 10. Marek St., Slavia VŠ Praha, 1,08,38; 11. Batěk Vlad., Sokolovo, 1,08,46; 12. Štochel E., RH Praha, 1,09,12; 13. Kříž Karel, Slavia Praha, 1,09,15; 14. Tryzna Jaroslav, PZ Praha, 1,10,09; 15. John Ivo, Tatraň Praha, 1,11,50; 16. Suchý Pavel, Slavia VŠ Praha, 1,12,02; 17. Vavřín M., Slavia VŠ Praha, 1,12,33; 18. Král Richard, Slavia VŠ Praha, 1,12,44; 19. Štoček Karel, Jilemnice, 1,13,08; 20. Volejník M., RH Praha, 1,13,14; 21.—22. Hec Vladimír, Slovan Zdravotník, 1,13,20; 21.—22. Pohofelý Lad., Spartak Rokytnice, 1,13,20; 23. Marousek Miroslav, Slovan UV ČSTV, 1,13,28; 24. Pochop Jiří, Jilemnice, 1,15,02; 25. Novák Jiří, Slovan Zdravotník, 1,15,22; 26. Mrázek Josef, Stalingrad, 1,15,40; 27. Votoček V., Slovan Jilemnice, 1,15,48; 28. Effenberger Zden., PZ Praha, 1,16,15; 29. Třešňák Josef, AZKC, 1,17,03.		

Závodníci umístivší se na 1.—6. místě splnili limit I. výkonnostní třídy, na místě 7.—9. limit II. výkonnostní třídy, na místě 10.—29. limit III. výkonnostní třídy.

### VÝSLEDKY STARŠÍCH DOROSTENCŮ V BĚHU NA 5 km —

5. 1. 1958

1. Fabian Jiří	Slavia Olomouc	27,03
2. Mráz Rudolf	Spartak Nusle	29,44
3. Hofman Josef	PZ Praha	30,14
4. Čtvrtečka Jan, PZ Praha, 31,12; 5. Mariška Jiří, Stalingrad, 31,38; 6. Karlík Tomáš, Spartak Nusle, 31,47; 7. Bártů Zdeněk, Spartak Nusle, 33,00; 8. Kraus Miroslav, Slavia Žižkov, 34,54; 9. Monke Josef, Jiskra Vítkovice, 35,22; 10. Rusanov Petr, Slavia Žižkov, 37,18; 11. Trojan J., Jiskra Vítkovice, 37,36.		

### VÝSLEDKY ZÁVODŮ JUNIORŮ V BĚHU NA 10 km — 5. 1. 1958

1. Honců Jaroslav	Slavia Praha	43,14
2. Pelaj Jiří	Slavia Praha	43,31
3. Plücha Stanislav	Slavia VŠ	46,30
4. Kulhánek Jiří	AZNP	48,08
5. Štastný Jan	Slavia Žižkov	57,07
6. Květ Milan	Spartak Dukla	57,35

### VÝSLEDKY ZÁVODU DOROSTENCŮ MLADŠÍCH V BĚHU NA 5 km —

5. 1. 1958

1. Faistauer Stanislav	Jiskra Vítkovice	15,30
2. Stehlík Jiří	Slovan Jilemnice	15,31
3. Mráz Antonín	Spartak Nusle	16,07
4. Hrubý	Slovan Jilemnice	16,44
5. Johánek Boř.	Slovan Jilemnice	17,20
6. Čtvrtečka Jiří	Slavia Žižkov	17,28

### VÝSLEDKY BĚHU STARŠÍCH DOROSTENEK V BĚHU NA 5 km —

5. 1. 1958

1. Říhová Jana	PZ Praha	33,39
2. Vančurová Helena	Lokomotiva	37,23

### VÝSLEDKY BĚHU MLADŠÍCH DOROSTENEK V BĚHU NA 5 km —

5. 1. 1958

1. Řehořková M.	Jiskra Vítkovice	17,50
2. Červenková	Jiskra Vítkovice	18,12
3. Jenková Hana	Spartak Ml. Boleslav	18,20
4. Kitterová Olga	Jiskra Vítkovice	18,22
5. Havelková Renata	Slavia Žižkov	18,33
6. Sixtová Jitka	Slavia Žižkov	18,59

V letošní zimě opět úspěšně probíhá Sokolovský závod. Záběr ze závodu hůdek.



## Príspevek k diskusi

# o „nové“ technice

JOSEF JANOVSKÝ — MILOSLAV NOVÁK

V diskusi, která probíhá kolem nové techniky zatáčení na lyžích, zastávají všichni názor, že nová technika vznikla ze snahy vyhnouti se tyčím ve slalomu, tedy jako t. zv. *Gegenschulter* či t. zv. *zpožděná rotace*. Tím se hlavně dotýkáme recenze příručky J. Gurského a příručky samé (č. 11 *Lyžařství*), které, poněvadž přicházejí z míst nejvíce kompetentních, která usměrňují výklad nové techniky, nás přiměly k napsání tohoto článku.

Výklad vzniku této nové techniky je třeba hledat podle našeho názoru v jízdě šikmo svahem a postavení lyží na hrany, která je podle nového způsobu jízdy daleko přirozenější a tím i jistější a ekonomičtější. Jestliže jednou příznámou nutností tohoto postavení v t. zv. »pohledu nebo otevření do údolí« pro jízdu šikmo svahem, pak bezpodmínečně musíme při zatáčení z něho vycházet. Z toho zároveň tedy také plyne, že je vyloučena jakákoli rotace ve smyslu francouzské školy. Rozvedení tohoto názoru by snad potřebovalo větší pozornosti. Avšak hlavním úkolem tohoto článku je poukázat na to, že kořeny tohoto směru sahají do doby před 20—25 lety a že vývoj tohoto směru byl přerušen na škodu francouzskou školou. Dnešní pokusy autorů *Ski 1957* považujeme za pokus vysvětlit novou techniku na základě francouzské školy, vedený zájmy hospodářskými anebo způsobený silou patriotismu a obdivu k slavné postavě francouzského lyžování E. Allaisovi.

Domníváme se, že je třeba při výkladu této nové techniky navázat na staré zkušenosti a uvědomit si tento vývoj techniky jako celek a nepovažovat tento směr za zlom v historii lyžařství. Jsme přesvědčeni, že tento názor a čerpání ze starých zkušeností nám pomůže lépe porozumět novému způsobu jízdy a že se pak nebudeme dopouštět zbytečně omylů.

V dalším chceme podat několik dat o vývoji této techniky, abychom svoje tvrzení odůvodnili, a pro porovnání stavu tohoto směru před 20 lety připojujeme několik obrázků. Předem však chceme upozornit, že je třeba si při porovnání uvědomit podmínky časové a materiální, v kterých lyžařství bylo před 20 lety a v jakých podmínkách se lyžování provozuje nyní.

Vyjdeme od H. Schneidera, který je zakladatelem alpského způsobu jízdy. U něho si musíme uvědomit, že považoval práci nohou za hlavní. Ve svých pěti tajemstvích *kristianie* říká asi toto:

1. Je nutné vztyčení vpřed, aby bylo možno lyže odlehčit a provádět další pohyby při *kristianii*.

2. Lyže je možné otáčet tím více, čím se vztyčení provede silněji, čím větší síly užijí nohy k otáčení a čím více se lyže drží na plochách.

3. Po tomto odlehčení a otočení lyží následuje zlomení v pase. Dosáhne se tím, že nohy zachycují odstředivou sílu jsouce příklopeny ke svahu a trup získává zlomením v pase jistou pohyblivost pro udržování rovnováhy během *kristianie* (obr. 1). *Abknicken des Oberkörpers*.

4. Se snížením spojené zatížení nohou je čtvrtým tajemstvím *kristianie*. Další vysouvání patek lyží se provádí v případě potřeby během smyky přenesením váhy těla s břicha na paty nohou.

5. Po všech těchto fázích nastává vztyčení do normálního postoje. Je jisté možné a i nutné některé názory H. Schneidera poopravit. Je však ale třeba si všimnout toho, že tehdejší rakouská škola kladla práci nohou na první místo, odlehčení lyží prováděla vztyčením, vyžadovala zlomení v pase při jízdě po oblouku, a konečně stavěla celou svoji metodiku na pluhu. Ke všem těmto požadavkům se nyní vrací prof. *Kruckenhauser* a jeho spolupracovníci při výkladu své techniky a její metodiky.

Zastáváme názor, že vývoj lyžařství postupoval od H. Schneidera dvěma směry. Jeden představuje *Seelos*, *Pfeiffer*, *Friedl*, *Schweninger* a *Lantscher*, kteří všichni zavádějí rotaci, i když v názoru na způsob odlehčení lyží nejsou jednotní. Vrcholem tohoto směru je pak francouzská škola představovaná *Allaisem* a jeho spolupracovníky a následovníky.

Druhý směr si ponechal základy školy *ariberské* a zdůrazňuje práci nohou a vyžaduje odlehčení zdola nahoru. Z pramenů, které jsme měli k dispozici, můžeme uvést hlavně názory učitele jízdy ve Sv. Mořiči *G. Testu* a jeho žáka mistra světa *Romíngera*. Je pravděpodobné, že tento směr žil hlavně ve Švýcarsku a že oba nejsou jedinými jeho představiteli, neboť z literatury vyplývá, že podobné názory ve stejné době (kolem roku 1935) měl i *T. Ducia* a *Reinl*. I v některé jiné lyžařské literatuře, na příklad v příručce *dr. Amstutze* při výkladu t. zv. *stržené kristianie* (*gerissener Kristiania*) zdůrazňují nezbytnost nerotační práce.

*Testa* a *Romínger* nejsou jen zakladateli této techniky, ale od nich pocházejí mnohé prvky z metodiky jako na příklad opakované smyky ke svahu vysouváním pat. *Romíngera* je možno považovat také za předchůdce krátkých švihů, které již *Testa* nazývá *Wedeln*.

Jelikož slova sama o sobě jsou málo průkazná, připojujeme k následujícímu shrnutí názorů *Testy* také fotografie z jeho knihy pro porovnání s prací prof. *Kruckenhausera*.

I když se zabývá a popisuje přivrátané oblouky a smyky, je *Testa* zastáncem srovnávací techniky (pro menší úrazovost). Při zatáčení vy-



cházi z jízdy šikmo svaahem (obr. 2) v postavení »otevřeném do údolí«. Hlavní práci při lyžování obstarává podle Testy kříž a boky. Pro sjezdové postavení stanoví proto t. zv. Hüft-Knieforlage. Sesouvání nacvičuje odklonem kolenou od svaahu a vztyčením. Odlehčení lyží provádí vztyčením, i když Rominger v instrukčním filmu jako demonstrátor (patrně pod vlivem rodící se francouzské školy kolem roku 1937) naznačuje záves. Jeho jízda pak záves ztrácí. V průběhu všech ukázek oblouků a smyků je jasná nerotační práce, kterou také zdůrazňují. Testa jí považuje jednak (obr. 3) za přirozený pohybový průběh a zároveň tvrdí, že hlavně rotace zavínuje většinu úrazů. Přivratné oblouky se mají provádět pouhým přenesením váhy (obr. 4). Nechceme tímto článkem ukázat, že nová technika není nic nového, tím by náš článek byl špatně pochopen. Chceme říci jen tolik, že nový směr v lyžování je třeba posuzovat v celé jeho časové souvislosti. Tím pochopíme lépe její účelnost a při porovnávání staré a nové fáze jejího vývoje se nám objasní mnohé, co nám dosud unikalo.

A nyní ještě k rozdílu v názorech »zpožděná rotace — Gegenschulter«. Podle našeho názoru jde o něco zcela jiného. Jde zde o snahu a hledání přirozeného postoje pro jízdu šikmo svaahem a jízdu na hranách, kterému zabírají rotační provedení smyku. Lyžař, ať již je to závodník nebo jen turista či rekreatant, se musí vyrovnat s odstředivou silou. Chce-li pohyb zvládnout, musí se co nejvýhodněji postavit na hrany proti odstředivé síle. To provedení podle francouzské školy nedovoluje. Náš názor je, že francouzská škola byla uměle vykonstruována a byla na škodu a ne k prospěchu lyžařství. A tak lyžaři, ač se jí oficiálně zastávali, museli proti ní prakticky, třeba nevědomky, bojovat. Na začátku oblouku, kdy odstředivá síla se tak neprojevuje, mohou ještě udržet naučené rotační postavení. V průběhu oblouku, kdy odstředivá síla roste, musí hledat přirozené a účelné postavení. Proto také má být náš článek podporou pro ty, kteří ještě jsou na pochybách o její správnosti, poněvadž výklad vývoje nové techniky ze školy francouzské, jak se jej snaží uvést autoři Ski 1957, a stejně i výklad zpožděné rotace uvede mnohé lyžaře v nedůvěru a zmatek k nové věci.

Své názory a připomínky shrneme nakonec do těchto bodů:

1. Princip »nové techniky« není nový.
  2. Novou techniku je třeba odvozovat z jízdy šikmo svaahem a jízdy na hranách, v postojí v »pohledu nebo otevření do údolí«, který je přirozený a účelný.
  3. Hlavní práci při zatáčení konají nohy, zatím co trup a paže provádějí vyrovnávací (jako reakce na práci nohou) a dopomocné pohyby.
- A nakonec bychom si ještě přáli, aby se lyžařské veřejnosti dostalo více technických informací a obrazového materiálu o nové technice a na základě jejího masového uplatnění se získaly poznatky k posouzení a zhodnocení francouzské a nové rakouské školy.

#### UPOZORNĚNÍ ČTENÁŘŮM

**Československý sport**

vychází v roce 1958 pětkrát týdně (od úterý do soboty) ve zvýšeném nákladu. Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. Máte-li potíže s předplácením, pošlete svou objednávku přímo Sportovnímu a turistickému nakladatelství, prodejní oddělení, Praha 3, Klimentská 3.

Čtvrtletní předplatné činí Kčs 19,50.

8 *Lyžařství*

V období změn techniky lyžování nám vždy vyvstává řada problémů. Jeden z důležitých je, jak naučit všechny lyžařské cvičitele novému způsobu lyžování, t. j. teorii, metodice a vlastní technice jízdy, aby sami mohli nově učit. Teoretické zdůvodnění a metodiku může vypracovat malá pracovní skupina a výsledky zpřístupnit zveřejnění. Osvojení vlastní techniky jízdy je však úkolem všech lyžařských cvičitelů, který úzce souvisí s principem názornosti vyučování.

Zásada názorného vyučování je zásadou velmi starou a nutnou při každém vyučování. Vnímání pohybového návyku začíná počítky. Pohybový návyk je pak vytvářen sumou složitých podmíněných reflexů. Tento složitý funkční komplex se opírá o sensorickou i motorickou oblast mozkových hemisfér. Proto při vyučování je nutná nejen metoda slovního vysvětlení, ale i názorného předvedení. V lyžování, tak jako v celé tělesné výchově, má podstatnou úlohu zrak. Představu o pohybu si nejlépe vytvoříme zrakem, když můžeme sledovat předváděný pohyb. Tak vzniká určitá smyslová zkušenost, kterou nemůžeme nahradit slovem. Na druhé straně smyslová zkušenost je bez slovního výkladu neorganickou a plytkou, neboť sama ukázka nám nezaručuje, že osvětlila vše, co s provedením pohybu souvisí. Avšak ani názorná ukázka se slovním výkladem nemusí vždy stačit a je pak nutné příslušný pohyb analyzovat na jeho podstatné složky.

## PRINCIP NÁZORNOSTI V LYŽOVÁNÍ

Konkrétnost vnímání je zvláště důležitá u mládeže. Myšlení a jednání dětí postupuje od konkrétního k abstraktnímu. Dítě myslí spíše představou než pojmem. To nás však nesmí svést k »hračkáření« při výcviku. Jsou však nápadné rozdíly mezi družstvy vedenými jen názornými ukázkami, slovním výkladem a názornými ukázkami se slovním výkladem. Také rozmanitost názorných pomůcek je svou přitažlivostí u dětí nezbytnou součástí vedení družstva. Hry, nejrůznější úkoly a obměny lyžařských cviků vzbuzují mimořádný zájem a pozornost.

Názornost umožňuje trvanlivější osvojení pohybových návyků, neboť u člověka je vyvinuta schopnost upamatovat si déle jevy poznané živým a přímým poznáním než abstraktním seznamováním.

Lyžování již samým obsahem učební látky podmiňuje názorné vyučování. Národné nejen na cvičném svaahu, ale také v terénu. Je všeobecné známo, že změna prostředí má vliv na provedení jednotlivých cviků, i když sniž a sklon svaahu jsou stejné. Národná jízda v terénu je v našem vyučování mnohdy nevyužitým prostředkem.

Abychom mohli dodržet zásadu názornosti ve vyučování, používáme vhodných názorných pomůcek. Národné pomůcky, které lyžařský cvičitel může používat, rozdělíme podle své zvláštní povahy do dvou skupin:

#### 1. Názornost přirozená.

Sem patří vlastní ukázka cvičitele, demonstrátora nebo vyspělého cvičence, který má předpoklad předvést nový prvek na základě slovního výkladu nebo pomocné názornosti. Opomíjenou názornou ukázkou je jízda lyžařských závodníků, ať už při tréninku nebo v závodě. Zde zvláště bezprostředně působí význam správné jízdy doplněný slovním výkladem cvičitele.

#### 2. Názornost pomocná.

Obsahuje kresby, diagramy, fotografie, smyčky a filmy. Kdy které pomůcky cvičitel použije, to záleží na jeho pedagogických schopnostech a cíli, který sleduje. Dosud málo je využíváno smyček a filmů, kde stále hrají hlavní úlohu značné finanční náklady, a diagramů, které je nutné vypracovat a vydat ve vhodné úpravě, aby byly za příznivých povětrnostních podmínek použitelné přímo na sněhu. Podobné diagramy, jaké byly vydané v lehké atletice (škola v obrazech, vydaná bý. ČOS), v lyžování dosud postrádáme. U názorných pomůcek dbáme také na vhodný způsob jejich použití. Tak na příklad jednu cvičenci sledují ukázkou zblízka, jde-li o detail, jindy z větší vzdálenosti, jedná-li se o cvičební celek. Někdy je nutné, aby sledovali předváděný prvek shora, zezadu a pod. Při promítání filmů zpomaluujeme tu část, ve které se nacházejí cviky, které právě nacvičujeme nebo budeme nacvičovat.

K zásadě názornosti ve výchově patří pak především cvičitelova dochvilnost k nástupům, čistota mluvy, úprava zevnějšku a celkové jeho vystupování.

I pro názornost platí: Všeho moc škodí. Národných pomůcek používáme promyšleně a cílevědomě, nepřeceňujeme jejich význam a přihlížíme k věkovým zvláštěnostem cvičenců. Řídíme se vždy zásadou umožnit maximální množství pokusů každému cvičenci, aby každý co nejvíce jezdil a také se něčemu naučil.

Názornost, tak jako všechny ostatní didaktické zásady, není cílem, nýbrž jen prostředkem vyučování.

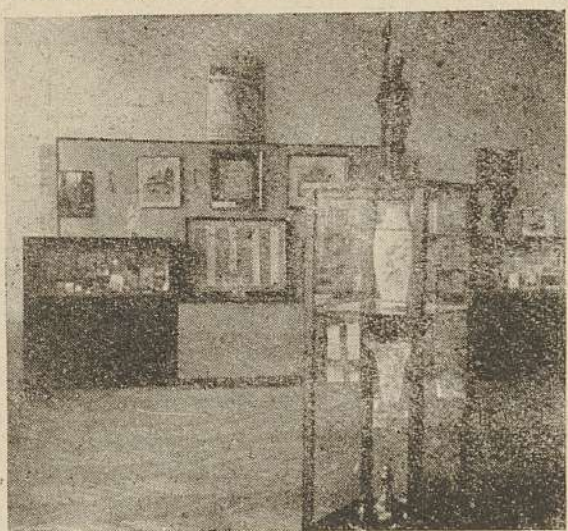
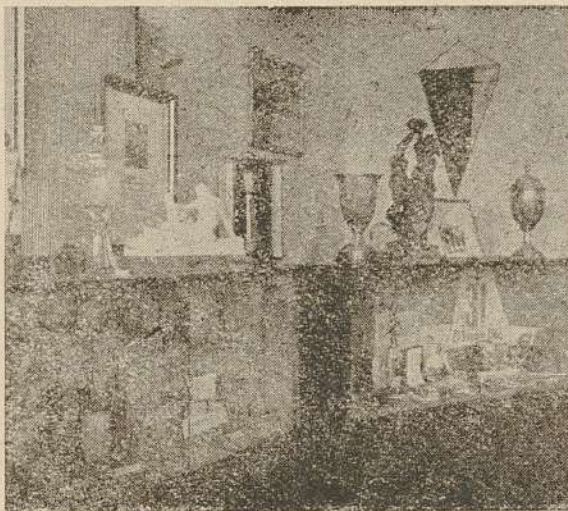
#### Závěr:

1. Vyučování jízdy na lyžích nesmí postrádat principu názornosti. Každý lyžařský cvičitel si musí osvojit co nejbohatší škálu názorných pomůcek.
2. Lyžařští cvičitelé musí se snažit naučit co nejdříve novou techniku jízdy, neboť tím rozšiřují svou cvičitelskou zdatnost.
3. Vedení mládeže svěřujeme především těm cvičitelům, kteří mohou při výcviku používat principu přirozené názornosti.
4. Vyučování pomocí přirozené názornosti nesmíme nikdy zaměňovat za vyučovací primitivismus.
5. Naše názorné pomůcky budeme rozšiřovat zvláště o smyčky, filmy a diagramy.

EMAN ŘEHOŘ

# Výstava lyžařských cen v Novém Městě na Mor.

Novoměstští lyžaři uspořádali vloni u příležitosti 60letého jubilea novoměstské realky a sjezdu absolventů této školy výstavu lyžařských trofejí a památek na novoměstské lyžařství. Vystaveny byly nejen různé plakety a diplomy z domácích a zahraničních lyžařských závodů, z několika zimních olympijských her, ale i vysoce hodnotné umělecké ceny. Byly zde sochy, obrazy, vázy, poháry, věnované nejen příznivci lyžařství, ale i mnohými evropskými státníky. Z různých památek vystavována byla jízdenka č. 1 z prvního lyžařského vlaku z roku 1911, jedoucího z Brna do Nového Města na Moravě. Vzácné krásné dopisy závodníka Bohumila Hanče zakladatele novoměstského lyžařství Karlu Hlaváčkovi svědčily na výstavě o vysoké inteligenci tohoto prostého krkonošského člověka a o jeho lásce a věrnosti k rodným horám. Různý fotografický, historický materiál ukazoval první lyžařské závody v roce 1910 v Novém Městě na Moravě a připomenul prvního novoměstského závodníka Karla Mrkvičku a další současníky tohoto závodu arch. K. Jarolímka a Nora Smith Klellanda. Vystavené ceny upamatovávají na další novoměstské závodníky: Josefa Německého, Boh. Slonka, Beranovského, Stehlíka, Balvína, Zajíčka, Hlaváče, Dvořáka, Boháče, Chrousta, Švandu, Marka. Z řad závodnic zde byly



trofeje první novoměstské závodnice Gregorové-Šmidové i následovnic: Německé-Grošofové, sester Budínových, Heřmanské, Vurdové, Fialové, Albrechtové a všech dalších, kdož

nějak lyžařsky proslavili Nové Město na Moravě. Výstava měla velký úspěch, neboť ji navštívilo v tomto horském městě přes 4000 osob.

J. Kadlec

Závody v běhu rozestavněm jsou velmi zajímavé a často dramatické. Zvláště jde-li o »zlatou« a nejčestnější umístění, jak tomu bylo na OH v Cortině. Boje v nastávajícím mistrovství světa budou ještě větší než před dvěma lety. Přinášíme grafické znázornění závodníků jednotlivých štafet na každém druhém kilometru závodu mužů 4X10 km v Cortině, které nám alespoň částečně připomenou tvrdé boje.

J. M.

	2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30	32	34	36	38	40		
1	NOR																				SSSR	
2	RAK																					FIN
3	SSSR																					ŠVE
4	FIN																					NOR
5	POL																					ITA
6	ŠVE																					FRA
7	NĚM																					ŠVY
8	FRA																					ČSL
9	JUG																					POL
10	ŠVY																					NĚM
11	ITA																					RAK
12	ČSL																					USA
13	USA																					JUG
14	ANG																					ANG

# K výročí jednoho z pionýrů lyžařství

Na únor připadá výročí narození moravského rodáka Z d a r s k ý h o l, s jehož jménem je nerozlučně spjat jeden ze základních vývojových článků lyžařské techniky. Dějiny jízdy na lyžích by nebyly úplně bez kapitoly o tomto průkopníku lyžování, a to nikoliv jen v jeho užším, technickém slova smyslu. Jemu šlo o to, aby netušené krásy zimní přírody byly člověku zpřístupněny, zmnoženy ještě radostí z jízdy po svazích. Šlo tedy o technické prostředky, o způsob.

Jeho řešení platí, a nikoliv nepodstatnou částí, v mnohém ohledu podnes. Je nutno si promítnout dobu před 60 lety, abychom ocenili přímo revoluční význam jeho lyžařského vázání<sup>2)</sup>, jehož některé principy jsou uplatněny i v dnešních moderních vázáních. Zdarskýho vázání způsobilo úplný zvrat v nových možnostech jízdy v horách.

Narozen 25. února 1856 v Kožichovicích u Třebíče, přešel Matyáš Zdarský z učitelského povolání na umění a techniku. Studoval na akademii v Mnichově a na polytechnice v Curychu, a po cestách v Bosně a v Tunisu usadil se r. 1889 na statku u Lilienfeldu v Dolním Rakousku. Měl v úmyslu věnovat se zde v ústraní<sup>3)</sup> hospodářství.

Než, také on podlehl »nansenovské horečce«. Mocně na něj zapůsobily zprávy o zdolání ohromných vzdáleností v polárních končinách na lyžích. On, jemuž hory nebyly sportem, ale potěšením ducha a posílením těla<sup>4)</sup>, promítal si podobné možnosti do alpských svahů. Výsledky svých zkušeností a pokusů shrnul do díla »Alpská (Lilienfeldská) technika jízdy na lyžích«, jež vyšlo v Berlíně r. 1897. Tato technika, podložená vázáním umožňujícím přímé a účinné přenášení síly svalu na lyže, otevřela svahu svým velkým sklonem lyžařsky dosud nepřístupné.

Zdarskýho technika je odlišná od norské, jejíž kořeny ovšem tkví v zemi s nepoměrně plošším terénem. Přivrat, typický prvek jeho jízdy, byl potom na př. v alpské lyžařské technice přiveden na vrchol svého užití arlbergskou školou<sup>5)</sup>. S vývojového

<sup>1)</sup> Takovýto způsob psaní jeho příjmení je dnes obvyklý vzhledem k jeho písemnému odkazu. Dřívější forma Zdarský byla zřejmě fonetickým přepisem příjmení Z d a r s k ý, jež se tedy dnes až na háčky a čárky vlastně zachovává.

<sup>2)</sup> Bylo zkonstruováno po neméně než 200 pokusech a bylo v r. 1896 zadáno k patentování. Bilgeriho vázání, jež naši starší lyžaři ještě pamatují, bylo v podstatě jen o něco lehčí napodobeninou.

<sup>3)</sup> Zdarský byl činný do vysokého stáří. R. 1925 bylo vydáno jeho »Putování po horách«, r. 1928 následovaly »Příspěvky k výzkumu lavin«, a ještě r. 1937 publikoval dílo »Špatné životní návyky«. Zemřel 20. června 1940 v St. Pölten v Rakousku.

<sup>4)</sup> »Putování po horách není »sport«, je to potěšení ducha a posílení těla. Nepochopí to šosák, neuzná to fanoušek.« (M. Zdarský, úvodní slovo k »Putování po horách«).



hľadiska nič mu neubíra na významu, že pri sjazdění používal jediné dlhouhé hole<sup>6)</sup>, a v četných kursech naučil mnoho tisíc účastníkov technice bezpečného sjazdění dlouhých prudkých svahů.

Podstatně rozhodným u Zdarskyho je však pojetí a význam lyžování. Je energickým odpůrcem všech sportovních výstřelků, i když navrhuje závody, jež provedeny hromadně by neměly vítěze — byli by jím všichni, kdož dosáhnou stanovený minimální čas<sup>7)</sup>. Cenu a význam lyžování spatřoval totiž především v tom, že je příspěvkem pro zdraví. Tato jeho devisa, vyjádřená uvedenou již formulací jeho poměru k horám, je hlavní myšlenkou díla Zdarskyho, pionýra lyžařského sportu, jenž uskutečnil podstatný krok v zpřístupnění hor v zimě.

Také pokud jde o lyže dospěl k poznatkům, které namnoze podržely své hodnoty, i když to není blíže známo. Rozměry lyží na př. vyvodil z anatomických závislostí (šíře = zaokrouhlené tolik milimetrů, kolik kg váží lyžař). Jeho lyže nemají také žlábek, tedy okolnost, s níž se ve světovém lyžařství později opět setkáváme (Erickson).

Vzpomenou tedy v únoru všichni, kdož mají rádi hory a sněh, především lyžaři. Vzpomenou ale i horolezci, z nichž leckterému byl »Zdarského pýtel« ochranou v nejvyšší nouzi. A my navíc si můžeme připomenout, že se Zdarsky narodil v naší zemi.

V. NEČESAL

#### LITERATURA:

Der Bergsteiger-Berge und Heimat, Mníchov, roč. 23, str. 196.

Theorie und Praxis der Körperkultur, Lipsko, roč. 4, str. 17.

<sup>5)</sup> Arlberg a vůdčí jeho postava Hannes Schneider stali se v letech po první světové válce téměř lyžařským pojmem, zvýrazněným řadou znamenitých lyžařských filmů Dr Fanka (»Bílé opojení« a j.).

<sup>6)</sup> Ostatně pokud jde o běh na lyžích doporučuje i Zdarsky 2 hole. Při lyžařském výcviku našla tato otázka ještě jednu názorovou odevzu, když ve Švýcarsku dával Dahinden při výcviku začátečníků přednost ježdění vůbec bez holí.

<sup>7)</sup> Je také sotva známo, že Zdarsky je vlastně zakladatelem moderní lyžařské disciplíny slalomu, když r. 1905 uspořádal první obrovský slalom (na trati 2 km, s výškovým rozdílem 500 m a s 85 branami), aby »vyzkoušel turisticky lyžařskou zdatnost«.

## Výkonnostné triedy na Slovensku

Od zavedenia »Jednotnej športovej klasifikácie« do našej telovýchovy uplynulo práve päť rokov a nemôžeme s kludným svedomím konštatovať, že by za túto pomerne dlhú dobu boli prenikli zásady tejto klasifikácie až k predsedom kvalifikačných komisí na krajoch. Je to síce smutná bilancia, ale nedá sa omluviť ani dvoma reorganizáciami telesnej výchovy, ku ktorým práve došlo v tomto období, ani úpravou niektorých limitov pre priznávanie výkonnostných tried.

Kraje sa žiadali mnohými listami o spoluprácu, zdôrazňovala sa im nutnosť založenia evidencie nielen nositeľov I. výkonnostnej triedy, ale všetkých výkonnostných tried, podľa predkladanej štatistiky sa mal sledovať rast a výkonnosť slovenských pretekárov a pod. Takéto perspektívy mala kvalifikačná komisia slovenskej lyžiarskej sekcie pri zavádzaní Jednotnej športovej klasifikácie na Slovensku.

Keď bilancujeme toto obdobie uplynulých piatich rokov, nemôžeme s ním byť spokojní. Zisťujeme, že naše snahy ostali zatiaľ bez výsledku. Nesplnili sa naše túžby ani naše prania mať založenú evidenciu všetkých výkonnostných tried. Je to nepríjemné konštatovanie a nemilá skutočnosť, lebo radi by sme sa boli pochválili príkladnou spolupracou s krajinami a pochopiteľne tiež s počtami II. a III. výkonnostnej triedy a triedy mládeže.

Prirodzene, že sme hľadali aj príčiny

a pohnútky, ktoré naštrbovali a naštrbojú ešte stále túto spoluprácu. Nedoštatkov bolo a je viac. Uvediem len dve príčiny, prečo kraje neboli schopné za uplynulých päť rokov zaslať aspoň počty nositeľov II. a III. výkonnostnej triedy mládeže. Nebolo by správne tvrdiť, že sa na Slovensku nenájdu schopní, vytrvalí a lyžiarstvu oddaní dobrovoľní pracovníci. Nemôžeme však tvrdiť, že máme práve na túto drobnú, mravčiu a mnohokrát nezazímavú prácu dostatok dobrovoľných pracovníkov, a to hlavne na krajoch. A toto je prvá z príčin, prečo viazne táto spolupráca. Druhá príčina spočíva v byrokratickom spôsobe priznávania výkonnostných tried. Takto to priznávajú niektorí činovníci na krajoch a dožadujú sa zjednodušenia písomnej agendy vôbec.

Teda Slovensko má predbežne k dispozícii len evidenciu nositeľov I. výkonnostnej triedy. Počty nositeľov II. a III. výkonnostnej triedy a triedy mládeže sú zatiaľ neznáme a ležia snáď kdesi na krajoch, okresoch, jednotách.

Sme presvedčení, že zavedením registrácie pretekárov, ktorá sa práve v našej telovýchove rozbieha a ktorá zaiste prinesie aj zjednodušenie písomnej agendy, sa tieto nedostatky budú postupne odstraňovať a činovníci na krajoch a okresoch budú mať po zavedení registrácie viac času pre evidenciu a štatistiku, ktoré sú tak potrebné pre mnohé hlásenia a úkony.

KAROL REMENEC,

predseda kval. kom. LS SÚV ČSTV

## Co je třeba udělat pro rozvoj skoku na lyžích

Skok je u nás v současné době v lyžařství disciplínou závodně nejméně provozovanou. Podíváme-li se zpět do historie našeho lyžařství, zjistíme, že tomu tak dříve nebylo. Skok má u nás bohatou a dobrou tradici a spolu s během se v našich podmínkách dobře uplatňoval. Teprve po druhé světové válce, kdy u nás nastal bouřlivý rozvoj sjezdových disciplín, byl skok zatlačen do pozadí. Dnes je situace taková, že máme nejméně sjezdářů, ihned po nich následují běžci, a skokanů je značně malé procento. Je a bylo to způsobeno tím, že většina mládeže, hlavně z vnitrozemských měst, která se dostala na hory, prošla buď základním lyžařským výcvikem nebo začala, jak říkáme, jezdit s kopce. To jsou všechno předpoklady k tomu, aby lepší jedinci, chtěli-li pěstovat lyžařství, začali cvičit disciplínu sjezdové nebo běžecké. Rozhodně to nejsou předpoklady pro skok. Skok proto pěstuje jen malý okruh jedinců, kteří většinou bydlí v blízkosti, kde jsou potřebná zařízení k tomu, aby mohli skákat.

Nyní nám vyvstává otázka, co je třeba udělat, chceme-li, aby se skok stal daleko více provozovanou disciplínou než dosud. A skok by si toho plně zasloužil, neboť jeho provozováním prohlubujeme a získáváme cenné charakterové a volní vlastnosti a schopnosti (postřeh, pozornost, sebeovládání, ukázněnost, houžev-

natost, bojovnost, smysl pro kolektiv), psychofyzické schopnosti (rozhodnost, prostorová orientace), potlačujeme nebo upevňujeme některé city (strach, bojovné vzrušení). Z hlediska pohybových výkonů můžeme říci, že nám skok rozvíjí všechny čtyři skupiny — rychlost, vytrvalost, sílu a obratnost. Vraťme se však k otázce, jak docílit toho, aby se stal skok na lyžích populárnějším a více provozovaným.

Podle mého názoru řešení by se našlo v tom, že by se v daných možnostech cvičil skok se sněhových můstek ke konci základního lyžařského výcviku. Je sice zařazen do metodické řady, je však úplně opomíjen nebo téměř opomíjen. Mohu toto potvrdit podle průzkumu, který jsem prováděl po dvě závodní období. Jisté tak soudí i odborníci, kteří v širším měřítku sledují, jak se výcvik provádí. Cvičitelé udělají kus záslužné práce, když nebudou skoky se sněhových můstek opomíjet. Při výcviku družstva tím nemohou nic ztratit, neboť skákáním automaticky cvičí jistotu, rovnováhu, obratnost a odvalu. Sami ovšem musí tento prvek aspoň částečně ovládat.

Praktický výcvik se provádí asi takto: Skokům se sněhových můstek předchází terénní skok na vrchním tahu. Ten cvičíme při výcviku v terénu v různých obměnách a situacích. Chceme-li terénní skok použít jako přípravu pro



# Výběrové závody sdruženářů v Harrachově

Hlavní období pro naše sdruženáře v letošní sezóně bylo zahájeno dne 30. XII. 1957 v Harrachově prvou částí závodu sdruženého, který byl vyhlášen jako závod výběrový a též kvalifikační pro naše reprezentanty na zájezd do švýcarského Andermattu a Le Brassus. Oba tyto starty jsou přípravou pro lyžařská mistrovství světa.

Naše dosavadní příprava na sněhu byla zaměřena tak, aby sdruženáři přicházející v úvahu pro mezinárodní starty byli na něco nejlépe fyzicky i duševně připraveni, k čemuž nám hodně dopomohlo počasí a příjemné prostředí tělovýchovného střediska v Harrachově. Sněhové podmínky, kromě v závodech samých, byly přímo ideální, takže jsme neztratili ani den z plánované přípravy. Velký můstek byl rovněž pokryt dostatečnou sněhovou vrstvou, takže příprava ve skoku se nejenom zdařila, ale i zaručovala bezpečnost v případě nezdařeného pokusu.

Jak již tomu v Harrachově bývá, že první sněh obyčejně roztaje, druhý již vydrží a na další sněh se dlouho nedočká čekat a každý lyžař, běžec nebo sdruženář, by si jej přál alespoň 1 m, ovšem že ne tehdy, když se chystají na závody. Čerstvý nový sněh je velmi nepříjemný pro mazání, zvláště tehdy, ukazuje-li teploměr 0°C, nebo ještě nějaký plus navíc. Samozřejmě, jako naschvál, začalo chumelit den před závodem v běhu na 15 km, a teplota se stále držela kolem nuly. Kdo je znalcem takovýchto poměrů, dovede si jistě představit, jakou starost dělá závodníkům i trenérům volba způsobu mazání, které se zkoušelo od časného jitra až do samého začátku vlastního závodu, kdy konečně ustal sněh a zmatek. To se již na tratích odehrával boj o nejlepší umístění, nejen mezi specialisty, sdruženáři, ale též boj s nepřízní počasí a sněhem, jehož kvalita se nezlepšila. Běžecská stopa vůbec nevedla lyže, jak byla rozježděná, a její povrch místy zledovatěl. O stylovou a ekonomickou jízdu se nikdo nepokoušel a každému „dřel“, jak mu jeho tělesné dispozice dovolovaly. Vzdálo jenom 10 závodníků pro namrzlý sněh na lyžích a ostatní zaslouhují nejvyšší uznání pro svou bojovnost a vůli dojet závod do cíle, byť k tomu byly nejtěžší předpoklady.

Vítěz prostého běhu Ilja Matouš se představil lyžařské veřejnosti dobře připraven na nastávající závodní období. O překvapení se postaral novoměstský Blažiček, který dojel do cíle jako druhý před MS Vlastimilem Melichem, který měl nízké startovní číslo a nemohl být informován o svých soupeřích, startujících daleko později. Z mladých běžců je třeba

pochválit vojáky z liberecké Dukly Thomase a Žáka, startující v kategorii mužů poprvé.

## Výsledky v běhu na 15 km:

1. Ilja Matouš	57,34 min.
2. Jan Blažiček	59,00 min.
3. Vlastimil Melich	59,21 min.
4. Karel Dvořák	59,45 min.
5. Vlastimil Hrubý	1:01,22 min.
6. Vítězslav Lahr	1:01,33 min.
7. Bohumil Weber	1:01,55 min.
8. Josef Pospíšil	1:02,14 min.

## Výsledky běhu do 1. části závodu sdruženého:

1. Vlastimil Melich	59,21 min.
2. Vítězslav Lahr	1:01,22 min.
3. Jan Kubica	1:02,58 min.
4. Josef Nüsser	1:03,07 min.
5. Milan Nüsser	1:03,07 min.
6. Vladimír Lukeš	1:05,11 min.
7. Josef Jindra	1:07,17 min.
8. Milan Prchal	1:07,44 min.

Druhá část závodu sdruženého byla zahájena 31. 12. ve 13 hod. na velkém můst-

ku pod Čertákem, pronásledovaná hrozou nepřízní počasí. Kromě větru začalo hustě sněžit a špatná viditelnost zavinila již v prvním kole několik nebezpečných pádů, čímž se vyřadilo několik závodníků ze soutěže. Nejvíce postiženým byl nadějný harrachovský sdruženář Vl. Lukeš, který vlivem špatné viditelnosti neodhadl vzdálenost konce odrazového stolu, předčasně se odrazil, což mělo za následek hluboké přibrání předklonu a nebezpečně vypadající pád skončil jen lehkým zraněním a zlomenou lyží.

Nejúspěšnějším sdruženářem ve druhé části závodu byl loňský přeborník republiky Josef Nüsser, který i ve skoku prostém se umístil na druhém místě za Drahošem Jebavým z Jiskry Lomnice n. Pop., když dosáhl nejdelšího skoku dne 71,5 m. Bojovným výkonem si zajistili další místa Janoušek a Melich z Harrachova, z nichž poslední jmenovaný zvítězil přesvědčivě v závodě sdruženém. Celkově je nutno hodnotit výkony na prvních výběrových závodech sdruženářů velmi kladně.

## VÝSLEDKY ZÁVODU SDRUŽENÉHO:

1. Vlastimil Melich	Jiskra Harrachov	448,0 b.
2. Josef Nüsser	Jiskra Harrachov	442,4 b.
3. Milan Janoušek	Jiskra Harrachov	433,9 b.
4. Vítězslav Lahr	Jiskra Mšeno	428,8 b.
5. Josef Jindra	RH Sušice	413,3 b.
6. Jan Kubica	Jiskra Harrachov	403,9 b. (pád)
7. Miroslav Martiniák	Dukla Liberec	364,6 b. (pád)
8. Bohuslav Maleňák	Dukla Liberec	349,1 b.

## OSTATNÍ VÝSLEDKY:

### Skok: dorost starší

1/2 Ulrych	Jiskra Harrachov	291,9	(31,5, 32, 31,5)
2/4 Miluška	Sokol Nové Město na Moravě	271	(27,5, 30, 29,5)
3/6 Slavík H.	Jiskra Harrachov	268,1	(30, 30,5, 28,5)

### Dorost mladší

1/1 Motejlek Libor	Jiskra Harrachov	312	(33, 35, 34)
2/3 Doubek	Vysoké nad Jizerou	275,5	(28,5, 27,5, 28,5)
3/5 Skalský	Jiskra Mšeno	270,9	(29, 28, 28)

### Junioři

1. Berger	Lomnice nad Popelkou	245	(55, 55,5, 54)
2. Farský	Dukla Liberec	245	(50,5, 52, 60)
3. Kutheil	Jiskra Harrachov	236,5	(56,5, 60, 61)

### Muži

1. Jebavý	Lomnice nad Popelkou	323	(69, 71, 67)
2. Nüsser J.	Jiskra Harrachov	320	(66, 67,5, 71,5)
3. Janoušek	Jiskra Harrachov	317,5	(71, 63,5, 68)
4. Melich	Jiskra Harrachov	310,5	(68, 65, 68)
5. Chroust	Sokol Nové Město na Moravě	307,5	(62, 67, 70,5)
6. Rieger H.	Jiskra Harrachov	292,5	(60, 62, 63)
7. Jindra	Rudá hvězda Sušice	284,5	(56, 67, 63)
8. Lahr	Jiskra Mšeno	283,5	(53, 60, 64,5)

Ing. M. Kumpošt

skákání, výslovně podotýkám pro skákání, musíme dbát na to, aby nám cvičení při letu nekrčili nohy, naopak je napínali, a aby doskakovali do telemarku (jedna lyže předsumuta asi o 30 cm). Telemark má tu výhodu, že je pružný a stabilnější doskok. Terénní skok provádíme s holemi, které držíme stranou od těla.

Chceme-li začít s výcvikem ve skocích se sněhového můstku, musíme si najít vhodné místo, kde by se dalo skákat. To najdeme téměř všude. Můstek snadno postavíme ze sněhu, případně jej něčím zpevníme. Postavíme ho vodorovný, nikoli lopíngový ani sklonitý. Pod můstkem musí být patřičný

svah a dojezd do roviny nebo protisvah.

Skákat budeme nejdříve s holemi, abychom lépe udrželi rovnováhu, později to zkusíme bez holí. Zdůrazňovat budeme správný doskok, zaměříme se na to, aby cvičenci při letu napínali nohy a lehce se předkláněli. Nakonec zdůrazníme i funkci odrazu.

Podle vlastních zkušeností vím, že cvičenci na takovémto můstku (5–10 metrů) skáčou rádi a že je to velmi baví. Nemusíme je do skákání nutit, sami se budou snažit tak, že musíme často jejich snahu krotit. Na takovýchto můstcích mohou skákat i děvčata, která se nebojí. Při skákání pochopitel-

ně dbáme všech bezpečnostních opatření (úprava doskočistiště a p.). Celý výcvik provádíme na vrchrním tahu.

Domnívám se, že budeme-li skoky se sněhových můstků cvičit, najdou se pak cvičenci, hlavně mladí, kteří budou pokračovat dále, a jakmile jednou poznají kouzlo volného letu, zůstanou mu provždy věrni.

Závisí to na cvičitelích, aby si toto vše uvědomili a začali skok opravdu cvičit. Dále je třeba dát mládeži k dispozici potřebná zařízení ve větší míře než dosud (hlavně malé můstky), aby mohla více skákat, trénovat a závodit.

JAROMÍR JON,

asistent KTV fakulty radiotechniky

# PŘEHLED VÍTĚZŮ

## na mistrovství světa

### MUŽI



	1929 ZAKOPANÉ Polsko	1930 OSLO Norsko	1931 OBERHOF Německo klasické disc. MÜRREN Švýcarsko sjezdové disc.	1932 CORTINA D'AMPEZZO Itálie	1933 INNSBRUK Rakousko	1934 SOLLEFTEA Švédsko klasické disc. SV. MOŘIC Švýcarsko sjezdové disc.
18 km	VELI SAARINEN Finsko	ARNE RUSTADSTUEN Norsko	JOHAN GRÖT-TUMSBRAATEN Norsko		NILS ENGLUND Švédsko	SULO NURMELA Finsko
30 km						
50 km	ANSELM KNUUTTILA Finsko	SVEN UTTERSTRÖM Švédsko	OLE STENEN Norsko		VELI SAARINEN Finsko	ELIS WIKLUND Švédsko
4 × 10 km					ŠVÉDSKO	FINSKO
skok	SIGMUND RUUD Norsko	GUNNAR ANDERSEN Norsko	BIRGER RUUD Norsko		MARCEL REYMOND Švýcarsko	KRISTIAN JOHANSON Norsko
závod sdružený	HANS VINJARENGEN Norsko	HANS VINJARENGEN Norsko	JOHAN GRÖT-TUMSBRAATEN Norsko		SVEN ERIKSSON Švédsko	ODDBJØRN HAGEN Norsko
sjezd			WALTER PRAGER Švýcarsko	GUZZI LANTSCHNER Rakousko	WALTER PRAGER Švýcarsko	DAVID ZOGG Švýcarsko
slalom				FRIEDL DÄUBER Německo	ANTON SEELOS Rakousko	FRANZ PENÜR Německo
obří slalom						
kombinace				OTTO FURRER Švýcarsko	ANTON SEELOS Rakousko	DAVID ZOGG Švýcarsko
<b>ŽENY</b>						
sjezd			ESMĚ MACKINNONOVÁ Velká Británie	PAULA WIESINGEROVÁ Itálie	INGE WERSIN-LANTSCHNEROVÁ Rakousko	ANNY RÜEGGOVÁ Švýcarsko
slalom			ESMĚ MACKINNONOVÁ Velká Británie	RÖSLI STREIFFOVÁ Švýcarsko	INGE WERSIN-LANTSCHNEROVÁ Rakousko	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo
obří slalom						
kombinace					INGE WERSIN-LANTSCHNEROVÁ Rakousko	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo
10 km						
3 × 5 km						

\* Od r. 1954 je zařazeno místo 18 km 15 km. Prázdné rámečky značí, že se v daném roce v uvedené disciplíně závody nekonaly nebo nebyly dosud zavedeny.

1935 VYSOKÉ TATRY Československo klasické disc. MÜRREN Švýcarsko sjezdové disc.	1936 INNSBRUK Rakousko	1937 CHAMONIX Francie	1938 LAHTI Finsko klasické disc. ENGELBERG Švýcarsko sjezdové disc.	1939 ZAKOPANĚ Polsko	1950 LAKE PLACID RUMFORD USA klasické disc. ASPEN USA sjezdové disc.	1954 FALUN Švédsko klasické disc. ARE Švédsko sjezdové disc.	1958 LAHTI Finsko klasické disc. BADGASTEIN Rakousko sjezdové disc.
KLAES KARPPINEN Finsko		LARS BERGENDAHL Norsko	PAULI PITKÄNEN Finsko	JUHO KURIKKALA Finsko	KARL-ERIK ÅSTRÖM Švédsko	VEIKKO HAKULINEN * Finsko	
						VLADIMÍR KUZIN Sovětský svaz	
NILS ENGLUND Švédsko		PEKKA NIEMI Finsko	KALLE JALKANEN Finsko	LARS BERGENDAHL Norsko	GUNNAR ERIKSSON Švédsko	VLADIMÍR KUZIN Sovětský svaz	
FINSKO		NORSKO	FINSKO	FINSKO	ŠVÉDSKO	FINSKO	
BIRGER RUUD Norsko		BIRGER RUDD Norsko	ASBJÖRN RUUD Norsko	JOSEF BRADL Rakousko	HANS BJÖRNSTAD Norsko	MATTI PIETIKÄNEN Finsko	
ODDBJØRN HAGEN Norsko		SIGURD RØEN Norsko	OLAF HOFFSBAKKEN Norsko	GUSTL BERAUER Německo	HEIKKI HASU Finsko	SVERRE STENERSEN Norsko	
FRANZ ZINGERLE Rakousko	RUDOLF ROMINGER Švýcarsko	EMILE ALLAIS Francie	JAMES COUTTET Francie	HELLMUT LANTSCHNER Německo	ZENO COLO Itálie	CHRISTIAN PRAVDA Rakousko	ANTON SAILER Rakousko
ANTON SEELOS Rakousko	RUDI MATT Rakousko	EMILE ALLAIS Francie	RUDOLF ROMINGER Švýcarsko	RUDOLF ROMINGER Švýcarsko	GEORGES SCHNEIDER Švýcarsko	STEIN ERIKSEN Norsko	JOSL RIEDER Rakousko
					ZENO COLO Itálie	STEIN ERIKSEN Norsko	ANTON SAILER Rakousko
ANTON SEELOS Rakousko	RUDOLF ROMINGER Švýcarsko	EMILE ALLAIS Francie	EMILE ALLAIS Francie	JOSEF JENNEWEIN Německo		STEIN ERIKSEN Norsko	ANTON SAILER Rakousko

CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	EVELYN PINCHINGOVÁ Velká Británie	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	LISA RESCHOVÁ Německo	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	TRUDE BEISEROVÁ- JOCHUMOVÁ Rakousko	IDA SCHÖPFEROVÁ Švýcarsko	LUCILLE WHEELEROVÁ Kanada
ANNY RÜEGGOVÁ Švýcarsko	GERTA PAUM- GARTENOVÁ Rakousko	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	DAGMAR ROMOVÁ Rakousko	TRUDE KLECKEROVÁ Rakousko	INGE BJØERNBAK- KENOVÁ Norsko
					DAGMAR ROMOVÁ Rakousko	LUCIENNE SCHMITHOVÁ Francie	WHEELEROVÁ Kanada
CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	EVELYN PINCHINGOVÁ Velká Británie	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo	CHRISTEL CRANZOVÁ Německo		IDA SCHÖPFEROVÁ Švýcarsko	FRIEDA DÄNZEROVÁ Švýcarsko
						LJUBOV KOZYREVOVÁ Sovětský svaz	
						SOVĚTSKÝ SVAZ	

# TRENÉŘI NÁM NAPSALI

## Pilná a svědomitá příprava družstva mladých běžkyň přináší již své výsledky

Na základě výsledků dosažených běžkyněmi při lyžařských závodech v minulém zimním období bylo ústřední trenérskou radou se-staveno státní družstvo mladých běžkyň z následujících mladých žen, juniorek a dorostenek:

### ZENY

Fajstaurová Jarmila	22letá	vychovatelka z Lok. Trutnov
Jeřábková Helena	24letá	úřednice, Sp. Ml. Boleslav
Srnková Vlasta	22letá	studující, VTA Dukla Brno
Kamlerová Vlasta	24letá	zeměděl. prac. S. Jakubovice

### JUNIORKY

Jindrová Marie	19letá	úřednice, Sokol Kunvald
Příščáková Maria	19letá	studující, Lokomotiva Prešov
Stehlíková Nina	19letá	studující, S. N. Město na Mor.
Žroutová Jaroslava	19letá	úřednice, Jiskra Žamberk

### DOROSTENKY STARŠÍ

Dostálová Zdena	17letá	studující, Slavia ITVS Praha
Kmínková Jana	17letá	studující, Lokomotiva Trutnov
Mečřiová Valy	18letá	kovosoustruž., Sl Jilemnice
Stehlíková Marie	17letá	studující, Liberec

S těmito běžkyněmi byla v červnu minulého roku zahájena letní příprava. Byla prováděna korespondenční formou a dostávaly každý měsíc pokyny, úkoly a připomínky, jak postupovat v tréninku v přechodném a přípravném období. Některým, méně zkušeným, byly vypracovány a rozeslány podrobné tréninkové plány. Každý měsíc byla prováděna kontrola plnění tréninkových plánů a dávány všem nové úkoly. Všechny, až na jednu, plnily vzorně své povinnosti a každý měsíc pravidelně zasílaly hlášení o tréninku.

Během léta a podzimu pěstovaly různé doplňkové sporty, lehkou atletiku, cyklistiku, turistiku, veslování, horolezectví, sportovní gymnastiku, košíkovou, odbíjenou, tenis a plavání.

Během přípravného období dosáhly následující počet tréninkových hodin: Dostálová 165, Fajstaurová 165, Jeřábková 208, Jindrová 198, Kamlerová 164, Kmínková 172, Srnková 181, Mečřiová 156, Příščáková 51, Stehlíková M. 154, Stehlíková Nina 173, Žroutová 146.

Některé z nich pěstovaly letní sporty i závodně a dosahovaly v nich pěkné výsledky.

V lehké atletice závodily: Jeřábková (800 m), Dostálová (skok vysoký), Jindrová (800 m — 200 m).

Závodně hrály košíkovou: Dostálová, Kmínková, Žroutová.

Závodně hrály odbíjenou: Dostálová, Kmínková, Fajstaurová, Žroutová.

Závodily v kanoistice: Jeřábková, Žroutová.

Závodila v orientační turistice: Stehlíková Marie.

V podzimních měsících obdržely všechny úkol, trénovat běhy v terénu a vystupňovat tréninkové dávky tak, aby na vyvrcholení přípravného období byly schopny absolvovat několik kontrolních přespolních běhů, kterých se každá ve svém nejbližším okolí měla zúčastnit.

Nejúspěšnější byla Helena Jeřábková, která vyhrála tradiční přespolní běh v Měchenicích, v Krči i v Ml. Boleslavi a porazila v prvních dvou zkušené atletky a lyžařky Krasilovou a Střížovou.

Rovněž Dostálová, Kmínková, Jindrová, Žroutová a Srnková absolvovaly úspěšně přespolní běhy v jednotlivých a okresech.

S takovou letní a podzimní přípravou jsme nastupovaly do prvního soustředění na sněhu, které se po dvojnásobném odložení pro nedostatek sněhu uskutečnilo teprve v prosinci na Vosecké boudě v Krkonoších.

První dny byly věnovány rozježdění, než se přikročilo k nácviku a opakování techniky kroku, všech způsobů běžeckého kroku a techniky sjezdu. Teprve ve druhém týdnu bylo přikročeno k tréninku běhu rovnoměrného, střídavého a vytrvalostního a teprve na závěr k tréninku běhu rychlostního a opakovaného intervalu. Během soustředění každá absolvovala nejméně 300 tréninkových hodin a bylo každou běžkyně naběháno 260 až 600 km.

Na dalších 14 dnů (na vánoční a novoroční týden) obdržela každá běžkyně individuální tréninkový plán, zaměřený a vystupňovaný tréninkovými dávkami k nejbližším závodům. Úkol obnášel dalších 10 až 15 tréninkových hodin s dávkou dalších 80 až 120 km.

První závody, kterých se některé běžkyně na sklonku roku v Harrachově zúčastnily, přinesly již první výsledky poctivé, svědomité a cílevědomé práce.

Mečřiová Valy vyhrála běh starších dorostenek na 5 km v čase 27,28 m a Kmínková v téže kategorii byla třetí.

Největšího úspěchu dosáhla Jeřábková, která v konkurenci úplného státního družstva žen, které se připravuje na mistrovství světa do Lahiti, umístila se v běhu na 10 km jako čtvrtá v čase 49,15 m před reprezentantkou Krasilovou a další zkušenou závodnicí Střížovou.

Další krásný úspěch zaznamenala Jeřábková na dalších závodech v Kořenově, kde běžela opět v kategorii žen závod na 10 km a umístila se jako třetí časem 48,56 m za reprezentantkami Benešovou a Fialovou.

### VÝSLEDKY Z KOŘENOVA

**Běh žen 10 km:** 1. Benešová 45,38 m, 2. Fialová 45,41 m, 3. Jeřábková 48,56 m, 4. Krasilová 48,51 m, 5. Kamlerová 49,12 m, 6. Fajstaurová 49,19 m, 7. Novotná 50,29 m, 8. Hlaváčová 51,17 m.

**Běh juniorek 5 km:** 1. Stehlíková Nina 22,08 m, 2. Žroutová 22,15 m, 3. Jindrová 22,54 m.

**Běh starších dorostenek 5 km:** 1. Dostálová 21,25 m, 2. Jiřínová 22,08 m, 3. Vacková 22,55 m, 4. Kmínková 23,04 m.

Po absolvování závodu v Kořenově, kde běžkyně státního družstva mladých obsadily většinu prvních míst, pokračovalo další soustředění ve Státním tělovýchovném středisku v Harrachově. Většina tréninkových hodin byla věnována nácviku rychlosti, sjezdové techniky, vytrvalosti a studiu závodních tratí. Měřený interval přinesl tyto výsledky:

### Ženy běh na 4X1200 m

					Celkem
1. Srnková	6,06	5,54	5,52	5,45	23,38
2. Fajstaurová	6,06	5,56	5,56	5,45	23,40
3. Jindrová	6,11	6,05	6,02	6,00	24,18

### Juniorky a dorostenky 3X1200 m

1. Mečřiová	5,55	5,55	5,50	17,40
2. Dostálová	6,02	5,57	5,55	17,54
3. Žroutová	6,11	6,10	6,05	18,26
4. Kmínková	6,15	6,15	6,18	18,48

Další závody, kterých se běžkyně mimo konkurenci zúčastnily (u příležitosti oblastních závodů Prahy) v Harrachově, přinesly další cenné úspěchy:

V běhu žen a juniorek na 5 km byly zaznamenány a vyhlášeny následující časy: 1. Srnková 25,21 m, 2. Fajstaurová 26,14 m, 3. Mečřiová Valy 26,27 m, 4. Lauermanová 26,55 m, 5. Jindrová 27,00 m, 6. Mečřiová Milada 27,20 m, 7. Lašková 28,12 m, 8. Riedlová 28,15 m, 9. Šusterová 28,36 m, 10. Žroutová 29,11 m.

První tři místa obsadily běžkyně družstva mladých a odsunuly reprezentantku Lauermanovou a další zkušené závodnice Prahy na další místa, přestože závod jely za ztížených podmínek, při vánici a sněžení, s nízkými startovními čísly a misty doslova prošlapávaly trať. Žroutová se startovním číslem 1, Jindrová s č. 3, Fajstaurová s č. 4, Mečřiová s č. 5, Srnková s č. 6.

Tímto soustředěním ukončily jsme druhou část přípravného období a s 500 tréninkově naběhanými kilometry vstupují běžkyně do hlavního závodního období. Byly všem dány další pokyny, jak postupovat k vyvrcholení formy a jakou volit taktiku během závodů, kterých se zúčastní. Každé byl sestaven a předán rozvrh a termíny závodů, které je nutno, aby pravidelně každou neděli běžely, poněvadž vycházím podle vlastní zkušenosti z toho názoru, že nejlepším tréninkem jsou závody. Jímí nabude každý nejvíce bohatých zkušeností a jsou mu nejlepším kontrolním vodítkem k vyvrcholení formy se zaměřením k závodům nejdůležitějším.

Věřím, že plněním úkolů, které družstvu mladých běžkyň byly uloženy, propracují se v budoucnu mezi naše nejlepší a že dosáhnou takové technické dokonalosti, že právě z jejich řad vyrostou nám příští úspěšné reprezentantky. Jejich úspěchy byly by pak nejkrásnější a nejradostnější odměnou nám dobrovolným trenérům za naši práci.

A abychom neustrnuly s výchovou nových a dalších běžkyň jen u dvou družstev, která dosahují určité úrovně, je nutně třeba, aby ve všech končinách naší vlasti byly konány běžecké závody žen, juniorek a hlavně dorostenek, aby byly hledány a vychovávány nadějně a talentované závodnice, které by v budoucnu nás úspěšně reprezentovaly. Závody v Kořenově, v Harrachově a na Čertově pláni, kde se objevilo na startu 30 až 38 závodnic, jsou toho nejlepším příslibem.

KVĚTA LELKOVÁ,  
dobrovolný trenér st. dr. ml. běžkyň

# Ako pripravujeme mladých reprezentantov

Ústredná lyžiarska sekcia ČSTV a jej trénerská rada, v snahe zabezpečiť rýchlejší rast špičkových pretekárov bežcov, každoročne na základe dosiahnutých výsledkov nominuje popri reprezentačnom družstve ešte jedno, ktorému hovoríme »Družstvo mladých«. Do tohto družstva zaraďujeme najmä mladých nádejných pretekárov, u ktorých je najväčší predpoklad pretekárskeho rastu. Pre rok 1957—1958 zaradila trénerská rada do družstva mladých 11 pretekárov z rôznych krajov. Sú to:

1. Pelaj Jiří, 19-ročný študent, Slávia Praha,
2. Denke Jan, 23-ročný kamenár, Iskra Harrachov,
3. Hrubý Ladislav, 24-ročný stolár, Sokol Horní Branná,
4. Honců Jaroslav, 19-ročný študent, Slávia ITVS,
5. Gábera Jiří, 19-ročný študent, Slávia TŮTVS,
6. Honců Jiří, 21-ročný robotník, Dukla Vimperk,
7. Vašulín Jaroslav, 21-ročný sústružník, Dukla Vimperk
8. Pospíšil Josef, 24-ročný robotník, Iskra Otrokovice,
9. Fabián Jaroslav, 18-ročný študent, Slávia Olomouc,
10. Kölbl Rudolf, 19-ročný baník, Baník Osek,
11. Oleškák Štefan, 18-ročný študent, Iskra L. Hrádek.

Tímto pretekárom venuje trénerská rada lyžiarskej sekcie ÚV ČSTV zvýšenú starostlivosť v priebehu celého roku. Je samozrejme, že pretekári sú v priebehu celého roku roztrúsení na rôznych miestach ČSR, kde sú ich domovy, resp. pracoviská. Trénerská rada preto menuje každoročne »trénera družstva mladých«, ktorý zabezpečuje prípravu celého družstva.

## V ČOM SPOČÍVA PRÁCA TRÉNERA DRUŽSTVA?

### Prípravné obdobie:

V priebehu prechodného obdobia vyhodnotí výsledky členov družstva a na základe získaných poznatkov navrhne:

- a) v základných rysoch náplní tréningových plánov pre budúci rok, pre tých pretekárov, ktorí majú vo svojich oddieloch osobných trénerov. Osobní tréneri rozpracujú tréningové plány do detailu a vedú osobne celú prípravu pretekára. Sú v neustálom styku s trénerom družstva.
- b) Vypracujú podrobné tréningové plány pre tých pretekárov, ktorí nemajú osobných trénerov. Vedú týchto pretekárov osobným a len v krajnom prípade písomným stykom.
- c) Mesačne kontrolujú plnenie tréningových plánov písomným alebo osobným stykom.
- d) Vyžadujú alebo prakticky vedú mesačné kontrolné tréningy. Pri kontrolných tréningoch, v ktorých používajú merateľné prvky rýchlosti, vytrvalosti, sily a obratnosti. Pozorujú reagovanie pretekára najmä na tie z uvedených vlastností, ktoré chceme zlepšiť. Na základe toho robia pripomienky k náplni a hlavne k dávkovaniu tréningu, a to buď priamo pretekárom, alebo ich osobným trénerom.

### Hlavné obdobie:

Štart do hlavného obdobia zabezpečuje tréner družstva osobným stykom. Sústredenia, na ktoré pamätá vo svojom rozpočte ústredná lyžiarska sekcia ÚV ČSTV, sú hlavným prostriedkom, ako umožniť mladým reprezentantom správny prechod z atletickej prípravy na prípravu a tréning na snehu. Pre hlavné obdobie 1957—1958 usporiadala trénerská rada LS ÚV ČSTV jedno 14-denné a jedno 7-denné sústredenie.

Pre obraznosť, ako sme využili spomínané dni, bude najlepšie, keď si o tom niečo napíšeme.

Prvé sústredenie sa uskutočnilo v dobe od 8. XII. 1957 do 22. XII. 1957 v Harrachove a na Voseckej chate.

### ÚLOHY SÚSTREDENIA:

1. Zlepšiť ideologický profil socialistického športovca.
2. Zopakovať, resp. nacvičiť všetky spôsoby behu na lyžiach a upevniť ich v pohybový návyk.

3. Zabezpečiť hladký prechod z tréningu na suchu na tréning na snehu na lyžiach.

4. Rozšíriť teoretické poznatky vo svojej disciplíne.

Ako sme plnili tieto úlohy.

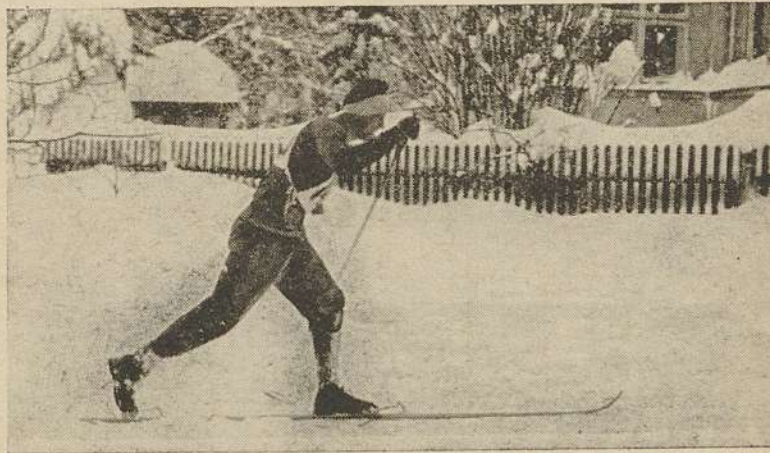
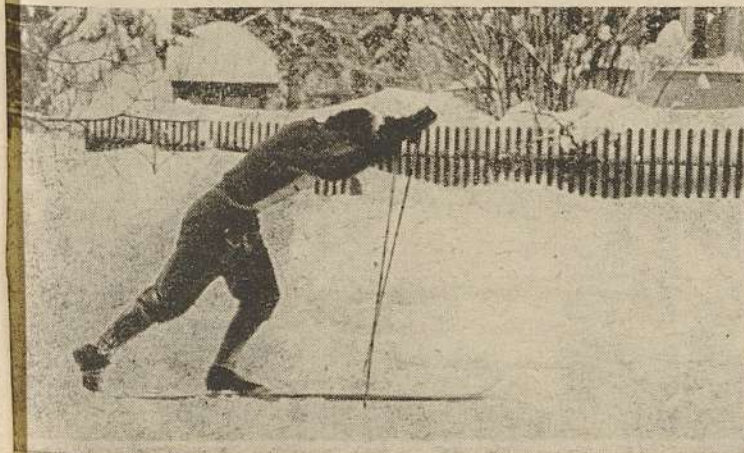
Pracovná náplň sústredenia bola rozdelená do dvoch častí v každom dni. V dopoludňajších a odpoľudňajších hodinách prevádzal sa výcvik na snehu a vo večerných hodinách každého dňa prebiehalo teoretické školenie, v ktorom odzneli mnohé odborné prednášky, a to tak z občanskej výchovy, ako aj zo špecializácie. Okrem toho boli poverení jednotliví pretekári prípravou a prednesením referátov na aktuálne domáce a medzinárodné udalosti.

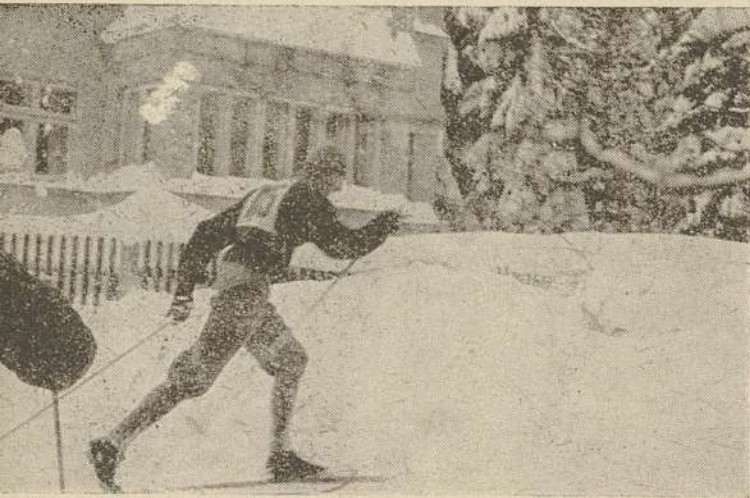
Praktický výcvik prebiehol tak, ako je uvedené v nasledujúcom pláne.

9. XII. 1957 Pondelok	Dopoludnia: Jazda v teréne — zoznámenie so snehom. Odpoľudnia: Voľná jazda v upravenej stope.
10. XII. 1957 Utorok	Dopoludnia: Rozjazdenie. Návčik striedavého kroku. Odpoľudnia: Opakovanie jednotlivých spôsobov behu.
11. XII. 1957 Streda	Dopoludnia: Návčik striedavého kroku jazda bez palíc. Odpoľudnia: Aplikácia techniky jazdy v teréne.
12. XII. 1957 Štvrtok	Dopoludnia: Opakovanie Návčik výstupov a zjazdov 30 min. rovnomerný tréning. Odpoľudnia: Návčik jednodobého a viacdobého s odpočinkom súpaž. Zjazdy — odšlapy — zmeny smeru — návčik.
13. XII. 1957 Piatok	Odpočinkový deň. Voľno — štúdium a voľný výlet do okolia.
14. XII. 1957 Sobota	Dopoludnia: 1. hod. návčik techniky 1. hod. Striedavý tréning 30 min. jazda bez palíc. Odpoľudnia: Voľná jazda v teréne. Celodenný výlet podľa družstiev. (Vytrvalostný tréning.)
15. XII. 1957 Nedeľa	Smer: Vosecká — Špindlerovka — Špindl. Mlýn — Liščí — Náchodská — Pláň — Špindlerův Mlýn — Martinovka — Vosecká.
16. XII. 1957 Pondelok	Dopoludnia: Návčik techniky. Odpoľudnia: Návčik zjazdov a zmeny smerov.
17. XII. 1957 Utorok	Dopoludnia: Striedavý tréning 2,5 hod. Odpoľudnia: Ukážka rýchlostného tréningu.
18. XII. 1957 Streda	Dopoludnia: Rovnomerný tréning 2 hod. Odpoľudnia: Opakovanie techniky behu.
19. XII. 1957 Štvrtok	Dopoludnia: Intervalový tréning — ukážka prakticky. Odpoľudnia: Aplikácia techniky jazdy v teréne.
20. XII. 1957 Piatok	Dopoludnia: Rovnomerný tréning 2 hod. Odpoľudnia: Opakovanie techniky jazdy.
21. XII. 1957 Sobota	Dopoludnia: Striedavý tréning 2,5 hod. Odpoľudnia: Voľno.
22. XII. 1957 Nedeľa	Dopoludnia: Vytrvalostný tréning. Odpoľudnia: Odchod domov.

Honců Jaroslav správně používá odpichu soupaž

Gábera Jiří na trati





Záběr ze závodů v Harrachově v lednu

Je samozřejmé, že dávkovanie pri jednotlivých tréningoch bolo volené podľa primeranosti, nakoľko v sústredení boli 2 dorastenci, 4 juniori a 5 mužů.

Celkove tréningový plán sústredenia bol stavaný tak, aby pretekári po dokonalom rozjazdení získali striedavým a rovnomerným tréningom solidný základ pre zvládnutie náročnejšieho rýchlostného tréningu v ďalších týždňoch.

Pred ukončením sústredenia dostali jednotliví pretekári náplň tréningu pre nasledujúce týždne, a to s prihliadnutím na nasledujúce preteky.

V období vianočných sviatkov a začiatkom januára zúčastnili sa všetci pretekári rôznych verejných, klasifikačných a výberových pretekov, kde si vcelku úspešne overili formu.

#### STOPKY V RUKÁCH TRÉNERA

Záverečná fáza prípravy družstva mladých prebiehala na týždennom sústredení v dobe od 5. I. 1958 do 12. I. 1958 v Harrachove. Toto sústredenie bolo zamerané na »Nácvik rýchlosti vo vytrvalosti«.

V programe prevažoval striedavý a intervalový tréning. Mladí pretekári si zvykli na náročný intervalový tréning, pri ktorom sa merajú jednotlivé rýchlostné úseky. Výsledky, ktoré boli dosiahnuté pri maximálnej rýchlosti na jeden km, ktorý sa opakoval 8 až 10x s intervalom na oddých 5 min., je príslubom, že nám rastú nádejní reprezentanti. Treba však ešte veľa zlepšovať. Treba, aby hlavné ťažisko práce trénerov bolo dole v lyžiarskych oddieloch.

O koľko viac by sa dalo vyťažiť zo sústredenia, keby tu prichádzali pretekári dobre vybavení na má po stránke technickej. Dalo by sa kde-čo zlepšiť aj vo fyzickej príprave, ktorá prebieha, resp. má prebiehať v rámci lyžiarskeho oddielu. Zatiaľ je situácia taká, že tieto nedostatky odstraňujeme v celoštátnych sústredeniach, čo je na úkor samotného tréningu.

Čakáme teda viac od dobrovoľných trénerov aj od trénerov z povolania. Treba, aby sa neuspokojovali s tým, čo ich špičkoví pretekári vedľa, treba, aby ich sami dovedli k najvyšším výkonom.

JÁN TEREZČÁK, tréner družstva mladých



Obr. č. 5.

## SJEZDAŘI

### před mistrovstvím světa

Poslední soustředění našich předních sjezdařů před jejich odjezdem do Kitzbühlu a na mistrovství světa v Bad-Gasteinu, plánované původně od 26. XII. 1957 do 5. I. 1958 do Tatranské Lomnice, muselo být z nedostatku sněhu v Tatrách přeloženo do Krkonoš. V oblasti Dvoraček se sjeli se svými trenéry ing. Parmou, Charvátém, O. Krajňákem, Gurským a Patočkou reprezentanti, B družstva i družstva mladých, aby na rokytnické sjezdovce a mladoboleslavském výtahu doháněli výškové metry sjezdů nezbytných pro sjezdaře před prvním startem v závodě. Podmínky nebyly ani zde ideální (krátké trati, malý výškový rozdíl, hluboký sníh, malá kapacita výtahu). Trénink, i když značně opožděný, prospěl především družstvům B a družstvům mladých. Kromě reprezentantů K. Henrycha, V. Krajňáka, M. Šoltýse, J. Bogdálka, Šolcové, Richvalské a Slavičkové vedli si, jak se ukázalo i na kontrolních závodech, velmi dobře zejména Zb. Mohr, Barcz, Čermák a Richvalský. Z družstva žen Malá a Dousková.

Otázku včasné a dostatečné přípravy našich reprezentantů na nastávající těžké mezinárodní boje nemohlo však toto soustředění, zrovna tak jako obě předvánoční, vyřešit.

Zdá se, že právě tyto dvě otázky budou pro budoucnost základní pro naši účast a naděje na čestné umístění našich závodníků na velkých mezinárodních závodech, pořádaných na začátku sezóny. Je známo, že významné mezinárodní sjezdové závody se v posledních letech zejména v alpských zemích jezdí v lednu a v únoru.

Kromě jiných důvodů je tu pro jejich pořadatele jistě i ten, že v této době jsou zimní střediska celkem málo vyhledávána turisty, které sem v této »mimossezóně« mají právě tyto závody přilákat. Proto je přirozené, že cílem všech špičkových závodníků-sjezdařů je dosáhnout už počátkem ledna vrcholné formy, kterou lze získat jen tréninkem na sjezdové dráze. Požadavek 100.000 výš. m, které má mít sjezdař »v nohou« dřívě, než stane na startu svého prvního sjezdového závodu, není pro sjezdaře ani jeho trenéra nic nového. Jsou zimy, kdy i u nás lze tento trénink v předzávodní části hlavněho období uskutečnit. Jindy však přicházejí naši závodníci do vrcholné formy pozdě (viz výsledky z VCS z minulých let v porovnání s výsledky mezinárodních závodů v lednu nebo v únoru) nebo jedou první mezinárodní závody nedostatečně připraveni. Příkladem je předložský, loňský a letošní Kitzbühel.

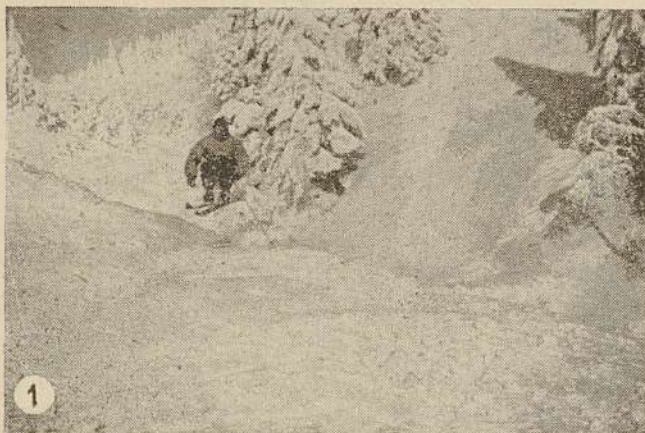
Je přirozené, že se nedostatečná příprava odráží ve špatných výsledcích v těchto prvních startech a ty mají pak škodlivý vliv jak na sebevědomí závodníků, jejich zařazení do losovacích skupin atd. V neposlední řadě i na naše veřejné mínění, kde nechybějí ani pochybnosti o tom, zda sjezdařina má u nás své oprávnění, chybí-li pro ni podmínky včasného tréninku.

Jistě je nutné se o budoucnu nad celým problémem vážně zamyslet. Prvním úkolem našich zástupců v komisích FIS bude ovlivnit tvoření kalendáře mezinárodních sjezdových závodů tak, aby důležité mezinárodní závody, kterých se chceme zúčastnit, nebyly plánovány dřívě než od poloviny února, dále uvažovat o nových formách a možnostech tréninku našich předních sjezdařů.

Dr. J. ČTVRTEČKA



Obr. č. 4.



Obr. č. 1. Rolkytnická sjezdovka má několik velmi technických úseků. Vzorný předskok Vlado Krajiňáka.

Obr. č. 2. Kurt Henrych a Jarin Bogdálék.

Obr. č. 3. Štapeme sjezdovku. Zleva Králová, Pecánková, Malá, Šolcová a Řichvalská.

Obr. č. 4. Lyžařské terény u Dvoraček.

Obr. č. 5. Anička Slavičková, z družstva mladých — nejmladší ze sjezdařské rodiny Slavičkových.

Foto J. Čtvrtečka

## ZAZNAMENALI JSME PRO VÁS Z CIZINY

### ŠVÉDSKO SPOLĚHÁ NA TŘI »ESA«

Když uvažuje švédská lyžařská veřejnost a sportovní příznivci o mistrovství světa v Lahti, vždy si vzpomenu hlavně na tři jména, na tři lyžařská »esa«, k nimž je upřen hlavní zájem a od nichž se očekávají úspěchy. Jsou to tato tři jména:

**Sixten Jernberg**, švédský »král lyží«, olympijský vítěz z Cortiny v běhu na 50 km a držitel stříbrné medaile v bězích na 15 a 30 km. Jernberg byl sice v prvních závodech letošní sezóny poražen, nikdo to však nebere tragicky. Od té doby, kdy v jeho rodném městě Límě napadl v listopadu sníh, naběhal si Jernberg svých 50 až 60 kilometrů skoro denně a chce do začátku března dosáhnout vrcholné formy.

**Bengt Eriksson**, druhý na olympijských hrách ve sdruženém závodě, změnil již dávno kopačky za lyže a snaží se hlavně zlepšit svou výkonnost v běhu jednak proto, že je v něm slabší, a pak i proto, že začátkem sezóny neměl možnost tréninku na švédských lyžařských můstcích.

**Sonja Edströmová** byla v Cortině třetí v běhu na 10 km. Tato plavovlasá ošetřovatelka ze severního Švédska se chce také včas před mistrovstvím světa dostat do formy. V minulé sezóně startovala jen dvakrát na velkých závodech: v Lahti byla až šestá a v Garmisch-Partenkirchen vyhrála v rámci týdně FIS závod v běhu.

### ČESKOSLOVENSKÁ ŠTAFETA ŽEN PŘEKVAPILA

Švýcarský odborný sportovní časopis »Sport« nadepíše svou zprávu o vítězství naší ženské štafety v Grindelwaldu titulkem »Überraschender Tschechosieg im Skistaffellauf« a pokračuje líčením závodu, při němž konstatuje, že závodnice NDR ani Polky neměly ve štafetě naději proti československému družstvu. Konstatuje doslova: »Děvčata z Československa dokázala již při běhu na 10 km, že u nich převažuje rychlost nad vytrvalostí, a to se potvrdilo hlavně ve štafetě 3x5 km, kdy rychlým nástupem vyhrála. Ani vítězka běhu na 10 km Kallusová z NDR nemohla na posledním úseku nic dělat. Snížila sice náskok československé štafety z 2:16 min. na 1:58 min., k vítězství to však nestačilo.«

### SOVĚTSKÝ SVAZ

• SOVĚTŠTÍ ZÁVODNÍCI SKONČILI přípravu v prosinci na Urale poblíž města Mias. N. Anikin zaznamenal v běhu na 15 km čas 50:48 min., ve štafetě 4x5 km běžel P. Kolčín závěrečný úsek za 16:12 min., předstihl známé lyžaře S. Kondakova a V. Marinyčeva, čímž dopomohl družstvu Dynamo k vítězství. V poslední den závodů za nepříznivých sněhových podmínek zvítězil 20letý L. Jemelín v běhu na

15 km za 56:48 min., N. Anikin byl o 12 vteřin zpět druhý.

★

V městě Jachroma poblíž Moskvy byly uspořádány 5. I. lyžařské závody za účasti přibližně 200 mužů a žen. V běhu žen na 5 km zvítězila R. Jerošinová (Lokomotiva Moskva) v čase 19:53 min., druhá byla E. Archipová-Mekšilová (Spartak) 20:04 min., třetí E. Smirnovová (Trud) 20:19 min., a teprve na čtvrtém místě skončila mistryně světa L. Kozyrevová časem 20:27 min. V běhu mužů na 15 km byl prvním S. Kondakov (CSK MO) v čase 50:39 min., před A. Kuzněcovem (Urožaj) 51:15 min. a N. Anikinem 51:20 min. F. Terentěv obsadil časem 51:36 min. šesté místo.

V běhu mužů na 30 km zvítězil V. Kuzin (Leningrad) v čase 1:45:26 hod. před F. Terentěvem (Moskva) 1:46:29 hod. a S. Kondakovem (Moskva) 1:46:49 hod. V běhu žen na 10 km byla první R. Jerošinová (Moskva) za 40:14 min. před E. Archipovou (Leningrad) 41:36 min. Třetí byla L. Kozyrevová z Leningradu.

### ZE ŠVÝCARSKA

Švýcaři nominovali pro Lahti — běh: Bäume, Hari, Hugienin, Jordan, Kocher, Possa, Rey a Zwingli, sdružený závod: Golay a Reynond, skok: Däscher, Gianoli, Kälin a Perret.



Finský závodník J. Kärkinen (vlevo)

### PŘÍPRAVY FINSKÝCH LYŽAŘŮ NA LAHTI

Běžci závodili od Nového roku skoro každou neděli. Olympijský vítěz Veikko Hakulinen měl v závodech jen střídavé úspěchy. Několikrát zvítězil, v několika závodech — hlavně na kratší vzdálenosti — byl poražen mladým Tiainenem, který se dostal brzy, do velmi dobré formy a vítězil hlavně díky svému závěrečnému spurtu. Teprve za těmito dvěma závodníky se umísťovali známí reprezentanti Finska Mäkelä, Kortelainen a Räsänen. Finský běžec-ký »veterán« Eero Kolehmainen, jemuž je již přes 40 let, zůstává ještě v těsném závěsu za nimi a chtěl by si vybojovat účast v reprezentačním teamu pro Lahti v závodech na 50 km.

Skokani měli soustředění blízko Lahti a trénovali na závěr přípravy na můstku, na němž bude uspořádána soutěž ve skoku o mistrovství světa. Nestartovali jen olympijský vítěz Antti Hyvärinen (který leží se zlomeninou páneve stále ještě v nemocnici), Klaus Koivisto a Veikko Kankkonen. Po prvních závodech byl nejlepší mladý skokan Juhani Kärkinen, jemuž je teprve 22 let a je bratrem Kalevi Kärkinena, který reprezentoval Finsko na olympijských hrách v Cortině. Ačkoli se skákal o velké mrazy, Kärkinen předvedl dokonalý styl a držení a jeho skok 75 metrů byl jen o tři metry kratší, než je rekord můstku, který má Laaksonen. Kärkinen pochází z Lahti a tak zná dokonale tamní můstek, který je proti jiným, zejména střeoevropským můstkům, trochu odlišný. Na druhém místě se umísťoval Kirjonen, také obyvatel Lahti. Překvapením bylo další místo Heimonena, který sice v roce 1954 získal na mistrovství světa ve Falunu třetí místo, od té doby ho však nebylo na větších závodech vidět. Zklamali reprezentanti Silvennoinen a Kallakorpi, kteří v závodech, kde startovalo 76 skokanů (!) obsadili až 18. a 24. místo.

Současný nejlepší finský skokan Juhani Kärkinen dosáhl již, přes své mládí, v minulých letech několika významných úspěchů. Minulou zimu byl na zájezdě v USA spolu s Hyvärinenem a na závodech v Holmenkollen byl třetí

za Recknagem a Kirjonenem. Kvalifikoval se jako první do finského mužstva pro mistrovství světa a je — při zranění Hyvärinnena — jednou z jeho největších nadějí ve skoku na lyžích.  
Ts

### NAPÍNAVÝ SOUBOJ SKONČIL PORÁŽKOU ŠVÉDSKÉHO »KRÁLE LYŽÍ«

K prvnímu velkému střetnutí skandinávských lyžařů v letošním roce došlo v norském Oslo, kde se ve Vigelandském parku utkali závodníci Norska a Švédska s jediným Finem Mäkelou. Na 30.000 diváků přihlíželo zajímavým bojům, z nichž uchvátil zejména závod na 15 km, který skončil nečekanou porážkou švédského »krále lyží« Sixtena Jernberga od celkem málo známého norského běžce Oddmunda Jensena.

Oba spolu startovali ve dvojici a všeobecně se čekalo, že Jernberg svému soupeři lehce uteče a že si zajistí náskok k vítězství v celém závodech. Skutečně také získal Jernberg hned po startu náskok asi dvou nebo tří metrů, Jensen se ho však držel jako klíště. Po pěti kilometrech měl Jernberg čas 20:12 min. a Jensen těsně za ním 20:13 min. Po deseti kilometrech: Jernberg 40:53 min., Jensen v patách za ním za 40:54 min. Tři kilometry před cílem nasadil Jensen trhák a získal náskok asi 20 metrů, dva kilometry před cílem jej však Jernberg zase předběhl a měl sám náskok dvou metrů. V posledním kilometru vyrazil opět Jensen, předběhl Jernberga a na malém, třístametrovém stoupání před cílem získal náskok asi 10 metrů, což mu nejen dopomohlo k vítězství nad Jernbergem, ale i k prvnímu místu v celém závodech. Běh na 15 km skončil těmito výsledky: 1. Jensen (Norsko) 1:01,25 hod., 2. Jernberg (Švédsko) 1:01,31 hod., 3. Stensheim (Norsko) 1:02,16 hod., 4. Mäkelä (Finsko) 1:02,43, 5. Stokken (Norsko) 1:03,56, 6. Sune Larsson (Švédsko) 1:04,07, 7. Brusveen (Norsko) 1:04,25, 8. Brenden (Norsko) 1:04,46, 9. Neegergaarden (Norsko) 1:05,10, 10. Samuelsson (Švédsko) 1:05,23. — Umístění závodníků NDR: 15. Jankowski 1:06,56, 28. Mohring 1:09,20 a 35. Werner Haase 1:10,30.

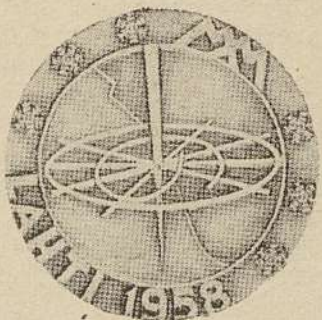
## O LAHTI, ALE BEZ LYŽAŘŮ

Ačkoli ve finském lyžařském středisku Lahti, kde se budou konat mistrovství světa v klasických disciplínách, panoval v polovině ledna krutý mráz — bylo tam až 25 stupňů pod nulou — pokračovaly všechny přípravy podle plánu, neboť Finové chtějí dokázat, že jsou dobrými pořadateli lyžařských závodů. Hlavně stadión a jeho okolí se upravovalo. Hlediště, v němž se odbývají starty všech závodů, kam závodníci dojíždějí a kde je i skokanský můstek, bylo rozšířeno, takže se do něho vejde nejen těch 150.000 diváků, kteří budou asi přihlížet běžec-kým soutěžím, ale dokonce i 300.000 lidí, s jejichž účastí se počítá při soutěži ve skoku prostém. Přitom je nutno uvážit, že Lahti samo má jen 60.000 obyvatel. Dráhy, autokary a soukromá vozidla však dopraví diváky z blízkého i dalekého okolí, Lahti je totiž vzdáleno jen dvě a půl hodiny jízdy od hlavního města Finska Helsinek.

Těch 300.000 diváků bude však mít také hlad, nebudou se jen dívat na závody. Jistě si něco s sebou přivezou, komu však potraviny dojdou nebo kdo se nebude chtít s nimi opatřovat, o toho bude také dobře postaráno. Na stadiónu bude osm restaurací s celkovým počtem 200 zaměstnanců, kteří budou neustále podávat polévky, horké uzeniny, obědy, kávu, čaj a jiné věci pro zahřátí. Finové tvrdí, že tyto restaurace by stačily obsloužit ne 300.000, ale 700.000 lidí.

O průběhu závodů, o výsledcích a všech ostatních věcech budou návštěvníci informováni prostřednictvím 48 velkých reproduktorů na stadiónu. Pořadatelský sbor bude tvořit 500 domácích funkcionářů, kteří budou jednotně oblečeni v modrých větrovkách a černých šponovkách. Pouze měřiči délek a funkcionáři u dojezdu skokanského můstku budou mít větrovky červené.

Slavnostní zahájení bude 1. března večer. V 19 hodin vpochodují na stadión závodníci všech zúčastněných zemí za svými vlajkami a ve stejnou dobu vyjde z města (což jest vlastně za rohem) pochodňový průvod. Vojenská hudba zahraje »Andante festivo« Jeana Sibelia a finský prezident dr. Kekkonen mistrovství zahájí. V průběhu soutěží připravili pořadatelé dva velké ohňostroje, pravděpodobně při zahájení a závěru mistrovství.  
Ts



Obr. č. 3.



Pokračování se str. 18.

Za několik dní budou zahájeny boje o nové tituly mistrů světa. Na celém světě skončily přípravy a do Finska se sjelo skoro 300 závodníků ze 17 zemí a s nimi více než 100 trenérů a doprovázejících činovníků. Závody bude hodnotit 200 novinářů, 60 fotografů a přes 20 filmových pracovníků a kolem 70 pracovníků rozhlasu a televise (V počtech jsou zahrnuti i domácí závodníci, novináři atd.)

Byly vydány 2 poštovní známky, 30 FM s běžecským motivem a 20 FM se skokanským motivem. Několik poznámek k běžeckým tratím:

Tratě odpovídají mezinárodním pravidlům. Malým nedostatkem je to, že všechny tratě ihned po startu začínají těžším stoupáním, které umožňuje dostat se do krásného běžecského terénu zá-

padně od Lahti. Tratě vedou v pahorkatině a lesích, které se rozkládají na bývalé mořeňed ledozce, který ustoupil z těchto oblastí před milióny lety.

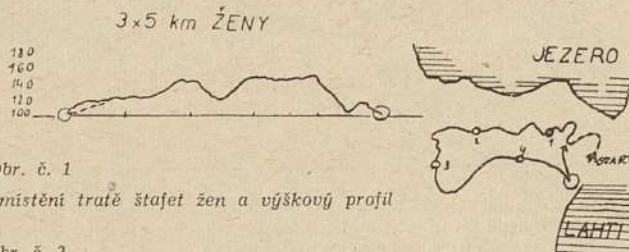
Technický expert FIS pro mistrovství světa, Švýcar pan H. Brunner charakterizoval tratě v Lahti takto: »Velmi časté změny, silně zvlněný terén — značně strmý. Sjezdy místy poněkud příkré, ale přehledné, většinou bez změn směru jízdy. Zvláště dlouhé tratě 30 a 50 km jsou vedeny vlnitým terénem se stále se opakujícími výstupy a sjezdy, značně náročnými.«

Za zvláštní zmínku stojí řešení startu štafet, který bude mimo lyžařský stadión (viz obraz č. 1). Předávací území bude na stadiónu. Druzí poběží již normální okruhem.

Náhradní tratě v případě nepříznivého počasí v Lahti jsou připraveny v Kuopiu.

Nakonec přinášíme celkový daile z mistrovství světa pohled na lyžařský stadión (obr. č. 3 na str. 18). (obr. č. 2) a upomínkové me-

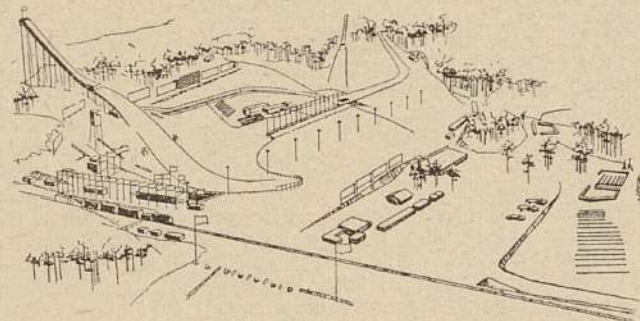
V. PÁČL



Obr. č. 1

Umístění tratě štafet žen a výškový profil

Obr. č. 2



## Školíme nové dobrovolné trenéry

Ve dnech 12.—18. ledna 1958 probíhal nejen ve vhodném, ale i v příjemném prostředí tělovýchovného střediska v Harrachově VII. ročník dálkové školy dobrovolných trenérů lyžování.

V porovnání s posledními předcházejícími ročníky lze jej jistě označit za zdařilejší, ale ještě ne bez nedostatků. Poněvadž chceme naši práci stále zlepšovat, je třeba na klady i záporny poukázat.

Především nemůžeme být spokojeni s přípravou školy. Stanovený termín k podání přihlášek do 15. XII. 1957, třebaže byl ve Zprávách sekce oznámen již v říjnu, dodržely jen KV Praha a KV Gottwaldov. Ostatní kraje zaslaly přihlášky se značným zpožděním, některé až po naši důrazné urgenci teprve 1. ledna 1958. Pozvánky do školy mohly být proto rozeslány teprve 10 dnů před zahájením a jistě bylo toto zdržení i příčinou neúčasti některých zájemců, kteří se v tak krátké době nemohli na pracovišti uvolnit. Je to špatný příklad spolupráce a pomoci KTR. Vystává dojem nezájmu, nebo nepochopení významu rozšiřování trenérských kádru a zvyšování jejich kvalifikace pro rozvoj závodního lyžování v kraji. Tak na příklad Karlovy Vary, které trpí velkým nedostatkem trenérů, nevyšlaly nikoho, Ústí nad Labem — kde počet rovněž zdaleka neodpovídá potřebě a podmínkám, vyslalo jednoho posluchače. KTR České Budějovice, vyznamenaná před třemi léty za vzornou práci, neozvala se přes naši druhou výzvu vůbec. Ani KTR Liberec nezajistila školu tak dobře, jak jsme u ní bývali zvyklí a nelze ji tentokrát pochválit.

Možnosti využily dokonale jen kraje KV Praha a Brno, takže téměř 10 plánovaných míst zůstalo nevyužito.

Nyní k vlastnímu průběhu školy: Praxe a hodnocení jednotlivých disciplín ukázaly, že termín nebyl vybrán šťastně. Téměř všichni posluchači patřili mezi osvědčené lyžařské pracovníky, mnozí na čelných místech trenérských rad, a tak jejich vytržení v době okresních přeborů nebylo nejvhodnější. Proto také pro pozdější příjezd a opět dřívější odjezd za účelem zajišťování soutěží trpěla výuka určitou časovou tísni. Má-li být příští program zcela splněn, bude třeba 100% využití plánovaného času. Chybou bylo také, že ÚTR nezajistila v tisku včasné vydání učebních textů a neza-

slala je posluchačům předem k prostudování. Jistě by se byla látka lépe zvládla. Také počet učitelů nebyl uspokojivý. Chybou bylo také nezajištění celotýdenní výuky ve sjezdové disciplíně jedním učitelem.

Školy se zúčastnilo celkem 46 žáků a to 21 ve sjezdové části, 17 v běžecské a celkem 8 ve skokanské a sruženářské. Vzájemný poměr neodpovídá zcela podmínkám a potřebě. Zvláště sdružení a skokani by potřebovali téměř ve všech krajích posílení. KTR se nesmí podřizovat situaci, ale plánovitě rozvoj lyžování v kraji usměrňovat a řídit. V naší republice není místa, kde by byly podmínky jen pro závodní sjezd, spíše naopak, a přes to složení některých krajských celků prokazovalo neuvážené přehlížení klasických disciplín. Pro příští školní rok bude třeba předchozí dohody s KTR a stanovení poměru na základě počtu vyškolených a pracujících trenérů v jednotlivých disciplínách a podmínek pro rozvoj disciplín.

S technickou úrovní posluchačů, jejich kázní a uvědomělosti, můžeme být opravdu spokojeni. Potvrzuje to průměrný prospěch, který při nejvyšším možném ohodnocení 4 body, byl v osobní zdatnosti 3,12, pedagogické praxi 3,25 a teorii disciplíny 3,75. Osmnáct posluchačů bylo ohodnoceno ve všech třech předmětech nejvyšší známkou, tedy 100%. Soudruh F. Chmelář z kraje Hradec Králové splnil s velmi dobrým úspěchem zkoušky ze sjezdové i skokanské disciplíny. Je nutné přiznat, že školou prošlo i několik slabších jedinců, především po stránce osobní technické zdatnosti. Jejich nedostatky nejsou však takového rázu, že by mohly zabránit v dobré trenérské práci, při čemž pro nynějším získání poznatků lze ještě mnohé napravit.

Chování a kázeň odpovídaly požadavkům na budoucí vychovatele a lze je označit vcelku za vzorné. Také snahu po poznání je třeba hodnotit kladně. Jsem proto přesvědčen, že drtivou většinu absolventů 1. semináře přivedla do školy skutečně láska ke sportu, snaha po poznání, zdokonalení a pomoci naší tělesné výchově. Každý podle svých schopností, ale hlavně z plného srdce. Věřím, že stejně kladně a při plném počtu proběhne i 2. seminář ve dnech 2. až 6. července v Třeboni. BOH. TVRZNIK, vedoucí školy



## Příběh lyžaře - závodníka

Přijíždějí téměř pravidelně, označeny domovskými tabulkami jako ve velkém městě elektrické dráhy nebo trolejbusy jmény konečných stanic: Mahrova bouda, Větrná chata, Jitřní bouda, Dubenka, Kleč, Údolní bouda, Chata u vodopádu, U sněžných skal a nestačil bys je všechny jmenovat. Vozíky drkotají po kamenitých údolních cestách. Koně znají z paměti cestu k jednotlivým obchodům, kde vozkové nakupují.

Tohle zařijové ráno je větrné. Nevysoko po obloze táhnou oblaka od východu. V mluvě hor a nebeských výšek to značí stálé počasí, i když je třeba se mít na pozoru, protože hory mají své vlastní podnebí. Kůň však jde klidně a také Borek je spokojen. Obskakuje vůz, předbílá koně a má plno svého humoru.

Po dlouhé době mluví Martin s lidmi.

Stačí jen pozdrav, kývnutí, dotek čepice, aby pocítil vzrušení. Vytahuje z kapsy papír, na němž má poznamenáno, co dnes nakoupí. Samozřejmě cukr, slanineu, trochu kávy, láhev rumu, mýdlo, zápalky, sůl a chléb. Pak kůň zastaví u pošty. Dopis od sestry a pozvánka na lyžařskou schůzi. Málem by zapomněl! Vosk na lyže!

Tady dole je ještě málem letní počasí, ale nahoře to začne letos brzy. Stačí se podívat na tah ptáků, stačí pozorovat zvěř, jak předčasně opouští výšky. I ten vřes si letos pospíšil a přimíchal horám fialové a modré, přidal smutku, jako by chtěl co nejdříve přilákat ponurá a těžká mračna, která zacloní slunce na celé týdny a nahradí je v nejdlehljších místech svíčkou nebo petrolejovou lampou.

Ale tam nahoře jsou i dny, které se zvedají z čistého sněhu, dny s tvrdým světlem. To vichřice složí svá otrhaná křídla na dno nejhlubších propastí a všude je ticho a mír. Ticho, že uslyšíš dopadnout i jehličí na sněhovou kůru.

To je Martinův čas.

Ruce povyrostopou o lyžařské hole a lehce kloužeš po kypré ploše, jako by tě nesly sedmimilové střevice. Najednou objevíš v sobě ještě jiného člověka. To už nejsi jen ty, který taháš s koněm po rozmoklých cestách vodou nasáklé kmeny k blátivým skluzům. Jako bys ztratil těžkopádnost této každodenní práce a nabyl lehkosti ptáků. Také země pozbyla svou tíhu. Dělí se o tebe s bláknutě modrými výškami.

I myšlenky jsou jiné. Světlejší, daleko doletí, a jak se vracejí, zasáhnou tě

na dosud nedotčených místech. Jako bys i v sobě našel jinou krajinu, nové výhledy, nové naděje. Najednou jsi bohatší o nový život.

Dnes je den, kdy bývá ve většině chat a horských bud volný den. Ještě než se kůň zastavil před hostincem Hubertus, ohlásil Martinův příchod Borek. Vrhel se na dveře, kňučel a štěkal. Také kůň přidal v posledních metrech do kroku, jako by uhádl i Martinovy myšlenky.

Ve dveřích se objevil Medvěd — tak říkali číšníkovi Soukupovi pro jeho těžkopádnou postavu i proto, jak těžko hledal slova pro svou řeč. Chlapík jako balvan, kterého opracovaly destě a sněhové metelice natolik, že už sotva z něho mohl i ten nejtěžší život něco urvat. Vítal se s Borkem jako s dobrým známým a přes jeho hlavu a štěkot zdravil pohledem vybledlých očí Martina.

— Přijdou! pokynul hlavou, na níž bylo vlasů pořídka a rozevřel širokou ruku pro Martinovu dlaň.

Martin zajel s naloženým vozem do dvora, koně vypřáhl a zavedl do stáje.

Vzadu za jídelnou a tanečním sálem je podlouhá místnost, vykládaná tmavým dřevem, po stěnách s loveckými trofejemi. Uprostřed je dlouhý stůl, pokrytý bílým ubrusem. Okny je vidět jenom do dvora s vozy a haraburdím.

Nahořklý pach místnosti, příliš nevětrané Martina vzpomatoval. Tady už dlouho nebyl. Trochu se zalekl. Vždyť sem většinou přicházejí staří vysloužilci, kteří doběhli svůj závod a o nichž pak v novinách napsali, že skončili na čestném sedmém, osmém, ba i horším místě. Čert ví, co ho sem zavedlo. Snad nedávno Medvědovo pozvání, snad ta zpropadená nálada, nějaký smutek, o němž neví odkud přichází. Zvláštní pocit, který lze těžko zahnat ranami sekerou do nejtuzších pářezů.

Na Martina to už několikrát sedlo. Odhodil palici nebo sekeru, přivázal koně ke stromu a rozběhl se po úzké cestě v řídkém vzduchu mezi nízkým porostem a kameny.

Ne, nebyl více jak jindy unaven a také srdce má v pořádku. Rázem se sebe setřásl pochybnost. Když však večer seděl při petrolejové lampě, spravoval prádlo nebo četl a měl dost času na sebe, musil připustit, že jeho myšlenky jen těžko dojdou konce a že jde dříve spát.

Sváděl to na vodou nasáklé kmeny, které přibýly na váze málem o čtvrtinu, na rozmoklé cesty, i na koně, který už měl také svá léta. Tu bylo v jízbě ne-

vldněji než venku za husté metelice, a Borek se široce rozevřenýma očima, marně čekal ve střehu, připraven vrhnout se na nepřítele, který ukládal o pánův klid a pohodu.

Teď stojí Martin na prahu lokálu, do něhož v jeho letech vstoupit bývá osudné.

— Budou tu hned! houπά se Medvěd na těžkopádných nohou a prohlíží si Martina nějak jinak, než jak se dosud znali.

Martin je zaražen.

— Ještě ty jejich diplomy a poháry opráším. Zatím si sedni. Nevidáno, když jednu upijeme napřed, stavi na stůl dva poháry s červeným vínem.

Martinovi není právě příjemně, když vidí na stěnách statné hlavy složené vysoké zvěře. Což ti živi, kteří tu za chvíli budou sedět, nemají s ní společný osud? Ty diplomy a poháry z vítězných závodů připadají teď Martinovi jako výsměch. Takhle tento lokál Martin ještě neviděl. I jeho hlava sem patří, právě nad ty diplomy a poháry.

Za dveřmi zaslechl hovor.

## 2.

Na prahu se objevil listonoš Lojza už se splasklou brašnou po boku a bývalí závodníci Richard a manželkou Heienou. Oba dnes pracují v závodě na výrobu lyží. Potřásají Martinovi rukou, poplácají ho po rozložitých zádech a Helena mu dá do strníska kolem úst hubičku.

— Ta není nebezpečná, směje se, po vánocích už budu babičkou.

— Ta tvá holka to vyvedla, přichystá si to, když je nejvíc napilno, šklebí se Lojza do plné sklenice. Mohla to zajet ve starších dorostenkách na první místo a měli jsme po starostech.

— Příští rok to vyhraje v ženách, i kdyby měla jet s klukem na zádech, ujišťuje její otec a sedá si na své místo do rohu.

V čele stolu sedí vždy Helena. Sama mezi muži. Jak by neseděla na čestném



místě, když s nimi projela tolika vichřicemi a podjela i padající strom, který jí chtěl vítr nastražit v cestu. Znali její obvalu v Tatrách, v rakouských Alpách, ba i na severu. Všude měla dobré kamarády právě tak jako její muž.

Po její levé straně sedí Lojza. Chlápisko podsadité, nachýlené trochu na levou stranu. To poštovní brašna, plná dopisů, si tak Lojzu užpůsobila, aby pravá ruka měla do ní co nejbliž.

(Pokračování příště.)

# VZÁJEMNÝ VZTAH MEZI DÉLKOU KROKU A FREKVENCÍ

Dr. Ing. SLAVOJ SVOBODA

Výsledný čas při běhu na lyžích na rovině a do kopce, je dán součinem délky kroku a frekvence (což je počet kroků za časovou jednotku, obvykle minutu). Proto lze stejný výsledek docílit různým poměrem obou těchto složek. Ekonomické je však jen určité rozmezí každé z těchto složek. Krok musí být dostatečně dlouhý, ale také rychlý. Jakmile délka kroku vzrůstá pomaleji, než se zvětšuje doba jeho trvání, stává se krok nevhodným. Frekvence musí být rovněž dostatečná v případě, že se délka kroku zmenšuje (např. proto, že je méně účinný odraz, následkem únavy a podobně), musí nastat zvýšení frekvence. S těmito okolnostmi musí počítat i technika jízdy, především při střídavém kroku dvoudobém a podle toho musí být prováděn i její výcvik.

U nás jsme však byli svědky po dobu několika let vývoje techniky zaměřené poněkud jednostranně k zvětšování délky kroku, bez valného zřetele k zvětšování frekvence. Tak bylo docíleno sice velmi dlouhého, ale mnohdy pomalého kroku. Tím se průměrná rychlost závodníků nijak zřetelně nezvyšovala, ba u některých závodníků i snižovala.

(Zaměření výcviku jen na délku kroku, bez ohledu na frekvenci, bylo částečně způsobeno ne zcela správně pochopeným působením švédského trenéra Bergforse.)

Typickým závodníkem s dlouhým krokem, ale s nízkou frekvencí, je Šír. Uvádím zde rozbor jeho jízdy na přeboru ČSR v běhu vytrvalostním na 50 km, 11. III. 1956 v Kubové Huti na Šumavě. Na trati byly čtyři kontrolované úseky, kde byl závodníkům měřen čas, délka kroku i frekvence. Rozbor ukázal tyto hodnoty Šíra, který se umístil na 12. místě, ve srovnání s průměrem prvních 18 závodníků:

Hodnoty Šíra proti průměru:

Úsek	v km %	čas %	délka kr %
1	0,5	-5	+20
2	7,9	-8	+16
3	25,1	-9	+15
4	42,3	-6	+17

frekvence %	umístění na úseku	Šíra celková
-15	6-7	6-7
-8	8	5
-6	5	8
-11	25	11

★

Teprve sovětské závodníky nám ukázali, že zlepšení výsledku není závislé jen na délce kroku, ale i na frekvenci. Sovětské trenéry vědomě usilovali o zvýšení frekvence, především u špičkových závodníků. Postup nácivku byl takový, že především se zdokonalovala technika běhu se správnou délkou kroku a potom se postupně zvyšovala frekvence kroků.

D. D. Donskoj (kandidát biologických věd) doporučuje cvičit frekvenci tak, aby úsek 50 m byl projat 18 až 20 kroky v čase 10 vt., tj. frekvencí 108 až 120 kroků za minutu, při délce kroku 2,75 m až 2,50 m. U mužů I. výkonnostní třídy žádá v tréninku projít 18 až 20 kroků za 8 až 9 vt., což je frekvence asi 130 kroků: u žen I. výkonnostní třídy za 10 až 11 vt., což je frekvence asi 110 kroků.

V. I. Šapošnikovová doporučuje maximální frekvenci něco přes 130 kroků za minutu. Pod 80 kroků za minutu nedoporučuje vůbec jít!

Otázku závislosti délky kroku a frekvence vzhledem k výslednému času zkoumáme u nás již třetí rok. Byla provedena velká řada pozorování jak při trénincích, tak

i při různých závodech. (Celkem více než 500 pozorování bylo již vyhodnoceno.)

Po zpracování získaného materiálu lze uvést zhruba tyto průměrné hodnoty:

I. Pozorování při závodech v první polovici trati, kdy únava závodníků ještě podstatně neovlivnila délku kroku a frekvenci.

1. Pozorování na úseku rovinném případně do sklonu 4% — při dobrých skluzových podmínkách:

Průměrné hodnoty našich závodníků:  
Nejlepší závodníci (tj. nár. dr. a vynikající závodníci I. VT):

průměrná délka kroku v m 2,50—3,00,  
průměrná frekvence za min. 95—105,  
průměrná rychlost m/vt. 4—5,

Dobří závodníci (I. VT.):  
průměrná délka kroku v m 2,20—2,70,  
průměrná frekvence za min. 95—105,  
průměrná rychlost m/vt. 3,5—4,5.

Průměrní závodníci (II. VT. příp. III. VT.):  
průměrná délka kroku v m 2,00—2,50,  
průměrná frekvence za min. 90—100,  
průměrná rychlost m/vt. 3—4.

2. Pozorování na úseku rovinném případně do sklonu 4% při špatných skluzových podmínkách:

Nejlepší závodníci:  
průměrná délka kroku v m 2,00—2,50,  
průměrná frekvence za min. 100—110,  
průměrná rychlost m/vt. 3,5—4,5.

Dobří závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,80—2,30,  
průměrná frekvence za min. 100—110,  
průměrná rychlost m/vt. 3—4.

Průměrní závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,50—2,00,  
průměrná frekvence za min. 95—105,  
průměrná rychlost m/vt. 2,5—3,5.

3. Pozorování na úseku trati stoupající asi 10% při dobrých skluzových podmínkách:

Nejlepší závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,50—2,00,  
průměrná frekvence za min. 110—120,  
průměrná rychlost m/vt. 3—4.

Dobří závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,20—1,70,  
průměrná frekvence za min. 110—120,  
průměrná rychlost m/vt. 2,5—3,5.

Průměrní závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,00—1,50,  
průměrná frekvence za min. 105—115,  
průměrná rychlost m/vt. 2—3.

4. Pozorování na úseku trati stoupající asi 10% při špatných skluzových podmínkách:

Nejlepší závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,20—1,70,  
průměrná frekvence za min. 115—125,  
průměrná rychlost m/vt. 2,5—3,5.

Dobří závodníci:  
průměrná délka kroku v m 1,00—1,50,  
průměrná rychlost m/vt. 2—3.

Průměrní závodníci:  
průměrná délka kroku v m 0,80—1,30,

průměrná frekvence za min. 115—125,  
průměrná frekvence za min. 110—120,  
průměrná rychlost m/vt. 1,5—2,5.

II. Pozorování prováděná ke konci závodu, kdy závodníci již jeli pod vlivem únavy. Objevily se odchylky od hodnot zjištěných dříve. Diference jsou průměrně tyto:

Nejlepší závodníci:  
průměrná délka kroku je kratší o 5—10 %,  
průměrná frekvence je menší o 0—5 % (někdy je hodnota i větší),  
průměrná rychlost je menší o 5—15 %.

Dobří závodníci:  
průměrná délka kroku kratší o 10 % až 15 %,  
průměrná frekvence menší o 0—5 %,  
průměrná rychlost menší o 10 %—20 %.

Průměrní závodníci:  
průměrná délka kroku kratší o 15 % až 25 %,  
průměrná frekvence menší o 5 %—15 %,  
průměrná rychlost menší o 20 %—40 %.

Porovnáváme-li celkovou průměrnou rychlost v m/vt. s průměrnou rychlostí na rovinatém úseku, jsou poměry asi takové:

I. Při normálně obtížné trati a dobrých skluzových podmínkách je průměrná rychlost na rovinném úseku o něco nižší než průměrná rychlost celková. Vyjádření je toto:

u nejlepších závodníků o 5 %,  
u dobrých závodníků o 7 %,  
u průměrných závodníků o 10 % i více.

II. Při velmi obtížné trati, případně za špatných sněhových podmínek, je situace opačná, a průměrná rychlost na rovinatém úseku je stejná nebo o něco vyšší než průměrná rychlost celková.

Toto měřítko není však obvykle spolehlivé, protože tratě často nejsou přesné délky, (případně délku bylo nutno měnit s ohledem na sněhové poměry apod.)

★

Rozeberme nyní tyto hodnoty vzhledem k výslednému času. Velmi dobře nám ukáží, jak nutno zaměřit trénink jednotlivých komponentů, aby byl docílen předpokládaný výsledný čas.

Vyděme z běžecké tratě mužů 15 km (případně žen, 5 km): Uběhnutí určené trati za určitou dobu lze převešit vždy na průměrnou rychlost vyjádřenou v m/vt. Chceme-li v závodě docílit určený čas, tj. vypočítanou průměrnou rychlost, musíme v intervalovém tréninku na okruhu (o délce 1 km) dosáhnout času znamenajícího průměrnou rychlost asi o 10 % vyšší. Zkoušíme-li schopnost při běhu na rovině (případně do stupu 4 % až 5%), pak na krátkém úseku je nutno dosáhnout průměrnou rychlost asi stejnou jako je předpokládaná průměrná rychlost celková (raději o něco vyšší). Při tréninku opakovaném nebo rovnoměrném (na delším úseku) nutno dosáhnout na rovině průměrnou rychlost nejvýše o 10 % nižší, než je předpokládána průměrná rychlost celková.

Tyto hodnoty vyjádřeny číselně ukazuje tabulka:

Výsledný čas na 15 km	Výsledný čas na 5 km	tj. 1 km za min.	Rychlost m/vt.	V interval. tréninku na okruhu nebo krátký úsek na rovině 1 km za	Na rovině, dlouhý úsek, nebo při rov- noměrném tréninku 1 km za	rychl. m/vt.	rychl. m/vt.
1:25	28,20	5,40	2,95	5,15	3,20	6,15	2,65
1:20	26,20	5,20	3,15	4,50	3,45	5,55	2,85
1:15	25,00	5,00	3,35	4,30	3,70	5,30	3,05
1:10	23,20	4,40	3,58	4,15	3,95	5,10	3,25
1:05	21,40	4,20	3,86	3,55	4,35	4,50	3,45
1:00	20,00	4,00	4,15	3,35	4,65	4,25	3,80
55	18,20	3,40	4,55	3,20	5,00	4,00	4,15
50	(16,40)	3,20	5,00	3,00	5,55	3,40	4,55

# Zprávy z oddílů a sekcí

## Zavádíme jednotnou registraci

Předsednictvo ÚV ČSTV schválilo řád jednotné sportovní registrace s platností od 1. ledna 1958.

Jednotná registrace znamená úplný přehled o počtu a výkonnosti závodníků, znamená pořádek a přehled o nositelích výkonnostních tříd, znamená také pořádek v přestupním řízení. Dá všem lyžařským pracovníkům správný pohled na sílu a práci

oddílů a pomůže nám zachytit všechny adepty závodního lyžařství tak, aby práce s nimi byla soustavná.

U každé takové velké akce, jako je opět-  
né zavedení jednotné závodnické registrace, záleží na správném začátku. Když se již věc vžije, připadá každému pracovníku i závodníku jako samozřejmá a každý automaticky plní příslušná ustanovení. Vybízíme proto všechny pracovníky oddílů,

okresů i krajů, aby ihned, nyní v době největšího zájmu o lyžařství, přistoupili s plnou vážností a úsilím k řádnému a rychlému provádění jednotné registrace. Nebylo možno zajistit provedení registrace do začátku tohoto závodního období, zejména proto, že schválení řádu a hlavně vytištění potřebného značného množství tiskopisů si vyžádalo určité doby. Nyní ale již nic nebrání tomu, abychom my, lyžaři, jako jedni z prvních dali svou kartotéku registrovaných závodníků do pořádku.

Hned na začátku připomínám, že registraci podléháji výkonní závodníci bez ohledu na výkonnostní třídu, tedy i závodníci, kteří dosud výkonnostní třídu nezískali, a to od dorostu mladšího až po závodníky kategorie starších. V období 1958/1959 bude již na většině lyžařských závodů vyžadováno předložení registračního průkazu. Jen na náborových a propagačních závodech a na závodech obdobného charakteru bude možno startovat bez předložení registračního průkazu.

Řád jednotné sportovní registrace byl vydán jako příloha «Tělovýchovného pracovníka» č. 22 a obdržíte jej ve sportovních prodejnách (vydalo Sportovní a turistické nakladatelství) a u příslušných krajských (městských) výborů. Řád obsahuje nejen zásadní směrnice k registraci (registrační řád), platné pro všechny sportovní odvětví, ale i směrnice ke změnám registrace (přestupní řád), závěrečná ustanovení a rozsah peněžitých plnění. V této souvislosti upozorňuji, že neplnění povinností vyplývajících z registračního řádu, bude napříště pokutováno. To se týká nejen sportovců, ale i oddílů u vyšších lyžařských složek. Doporučuji proto všem lyžařským pracovníkům a všem oddílům, aby si obstarali «Řád jednotné sportovní registrace» co nejdříve, a aby se seznámili podrobně s jeho ustanoveními.

A nyní k vlastnímu provádění registrace: Krajské (městské) lyžařské sekce v zájmu urychleného provedení celé akce převzely samy distribuci tiskopisů. Proto lyžařské oddíly si vyzvednou u svých krajských (městských) sekcí potřebný počet tiskopisů podle rozpočtu svých závodníků proti hotovému zaplacení. Cena 1 Kčs za oba tiskopisy.

a) Registrační průkaz I, 7 — 166 a,  
b) přihláška k registraci KTN 01-6-3821.  
Závodník nebo organizační pracovník oddílu vyplní strojem nebo hůlkovým písmem všechny předtištěné údaje, přilepí na registrační průkaz fotografii závodníka (velikost 4,5x5 cm, závodníkovo poprsí bez pokrývky hlavy). Závodník registrační průkaz vlastnoručně podepíše a předloží jej k potvrzení o provedení lékařské prohlídky. Lékařská prohlídka u mistrů sportu a zasloužilých mistrů sportu, u členů širšího reprezentativního družstva ČSR, u členů krajského reprezentativního družstva a u posluchačů tělesné výchovy na vysokých školách musí být potvrzena oddělením pro zdravotnickou péči o TVS příslušného KÚNZ, u nositelů výkonnostních tříd, u žáků sportovních škol dorostu a u účastníků krajských a celostátních přeborů dorostu tělovýchovnou lékařskou poradnou OÚNZ. U ostatních závodníků postačí potvrzení lékaře obvodního, dílenského, dorostového nebo školní zdravotní služby. U sportovců vojenských, TJ Dukla, provádějí prohlídky vojenská sportovní lékařská oddělení.

Organizační pracovník oddílu vyhotoví trojmo (na Slovensku čtyřikrát) přihlášku k registraci a předloží ji k ověření TJ. Ta razítkem a podpisem jednatele TJ potvrdí přihlášku. Registrační průkaz ověřuje také v rubrice 2 (odvětví sportu a název jednoty) předseda oddílu razítkem oddílu nebo TJ a svým podpisem.

Oddíl, který předkládá k provedení registraci svých závodníků, vyhotoví trojmo (na Slovensku čtyřikrát) zvláštní soupis přihlášek k registraci, kde seřadí přihlašované závodníky pokud možno abecedně, a to zvlášť soupis pro muže, ženy, dorostence

Rychlost kroku — či jiným slovem, doba trvání kroku — je za jinak stejných okolností závislá na mohutnosti odrazu a délce kroku. Zvýšení mohutnosti odrazu zrychlí krok; prodloužení délky kroku prodlouží i trvání kroku. Při poměrně stejné mohutnosti odrazu (podle trénovanosti běžce) trvá krok tím déle, čím je delší. Je neekonomické, trvá-li krok déle než asi 0,75 vt. Optimální trvání kroku na rovině (a do stupu 4—5 %) je v rozmezí 0,6 až 0,5 vt.

Na mohutnosti odrazu záleží, aby za dobu byla délka kroku dostatečná, tj. 2,5 m až 3,0 m. (Donskoj uvažuje dobu trvání kroku u špičkových závodníků dokonce jen 0,45 vt.)

Při stoupání se doba trvání kroku zkracuje, tedy frekvence zvyšuje, až na úroveň atletického běhu (doba trvání až jen 0,4 vt., tedy frekvence až 150 kroků za min.)

Přepočítání doby trvání kroku na frekvenci kroků za minutu dává tento vztah:

Doba trvání kroku v vt.: 0,75 0,67 0,60 0,545 0,50 0,46 0,45 0,41  
Frekvence kroků za min.: 80 90 100 110 120 130 140 150

Další vyčíslení všech uvažovaných hodnot: doby potřebné k projetí 1 km, rych-

lostí m/vt., frekvence za min., doby trvání kroku ve vt., a délky kroku v cm udává

1 km za min.	rychlost m/vt.	Frekvence					
		80	90	100	110	120	130
		0,75	0,67	0,60	0,545	0,50	0,46
				0,60	0,545	0,50	0,46
5,40	2,95	2,20	1,96	1,76	1,61	1,48	1,36
5,30	3,05	2,27	2,02	1,82	1,66	1,52	1,40
5,20	3,15	2,34	2,08	1,88	1,71	1,56	1,44
5,10	3,25	2,42	2,14	1,94	1,76	1,60	1,48
5,00	3,35	2,50	2,20	2,00	1,85	1,65	1,54
4,50	3,45	2,60	2,27	2,06	1,90	1,71	1,59
4,40	3,55	2,70	2,35	2,13	1,97	1,77	1,64
4,20	3,85	2,80	2,45	2,20	2,04	1,84	1,70
4,30	3,70	2,90	2,55	2,30	2,12	1,92	1,77
4,10	4,00	3,00	2,65	2,40	2,20	2,00	1,84
4,00	4,15	3,12	2,78	2,50	2,30	2,10	1,92
3,50	4,35	3,25	2,90	2,60	2,40	2,20	2,00
3,40	4,55	3,40	3,02	2,75	2,50	2,30	2,10
3,30	4,75	3,58	3,16	2,86	2,60	2,40	2,20
3,20	5,00	3,77	3,32	3,00	2,75	2,50	2,30
3,10	5,30	—	3,50	3,15	2,80	2,65	2,43
3,00	5,60	—	—	3,33	3,05	2,80	2,56
2,50	5,90	—	—	3,52	3,20	2,95	2,70

Při optimálním trvání kroku (0,6 až 0,5 vt.), čili při optimální frekvenci (100 až 120 kroků za minutu) a za předpokladu dostatečně dlouhého kroku (2,5 m až 3,0 m) dostaneme tyto hodnoty:

vt.	Frekvence kroků za min.	Při délce kroků m	Rychlost m/vt.	1 km za min.
0,6	100	2,73	4,55	3,40
		2,86	4,75	3,30
		3,00	5,00	3,20
0,545	110	2,60	4,75	3,30
		2,73	5,00	3,20
		2,90	5,30	3,10
0,5	120	2,50	5,00	3,20
		2,65	5,30	3,10
		2,80	5,60	3,00

★

Porovnejme nyní tyto hodnoty s hodnotami, které dosahují naši špičkoví závodníci! Ihned se nám objeví skryté rezervy, jejichž odstranění znamená možnost zlepšení.

Průměrná délka kroku je dostačující: pohybuje se za dobrých skluzových podmínek na rovině na hranici 3,00 m, a ještě při sklonu 4—5 % je krok delší 2,5 m.

Frekvence je menší: na rovině se pohybuje mezi 90 až 95 kroky za minutu a ještě při sklonu 4 % až 5 % pohybuje se mezi 100 až 105 kroky.

Podarí-li se tedy zvýšit frekvenci, při zachování délky kroku, zlepší se i celkový výsledek.

Tím je dán i závěr celého pojednání.

Ačkoliv výzkum na poli závislosti délky kroku, frekvence kroků a výsledného času ještě neskončil — a získané hodnoty jsou dosud značně hrubé — přece již dnes jsou výsledky zřejmé.

Musíme se vydat cestou sovětských závodníků: Za předpokladu bezpodmínečného zvládnutí správné techniky dlouhého, ale švihově provedeného kroku — zvýšit frekvenci, a to v průměru až o 10 %!

To je cesta k vyrovnání se našich závodníků-běžců, nejlepším závodníkům světovým.

# ŠIŠÁK - ZVIČINA

Orientační závod desetičlenných hlídek na 70 km

a dorostenky. Soupisy se všemi doklady (u závodníků-nositelů výkonnostních tříd — je nutno přiložit také dosavadní klasifikační průkaz, který provedením registrace pozbývá platnosti), zašle oddíl prostřednictvím TJ doporučeně, případně doručí osobně, ústřední sekci lyžování ČSTV, Na poříčí 12, Praha 3.

Ústřední sekce provede registraci nejdříve do 14 dnů a zašle ji poštou doporučeně příslušnému oddílu. V případě vážnějších závad vrátí se soupisy zpět oddílu k doplnění.

Jeden díl přihlášek slouží ústřední sekci k založení abecední kartotéky závodníků; jeden díl po potvrzení zašle se soupisem ústřední sekce krajské sekci k založení krajské kartotéky. U sportovců ze Slovenska zašle také jeden díl přihlášek a jeden soupis slovenské lyžařské sekci.

O prodloužení platnosti registrace, její obnově, o změnách registrace, zrušení registrace a o dalších ustanoveních řádu se zatím nezmiňují, protože zatím nepřicházejí v úvahu. První registrace se provádí zdarma. Závodník uhradí pouze příslušné tiskopisy.

Věřím, že všechny oddíly již nyní provedou urychleně registraci svých závodníků, aby tak lyžařská sekce jako jedna z prvních uvedla do pořádku svoji závodnickou kartotéku.

KASPAR OLDŘICH,

Předsednictvo ÚV ČSTV schválilo dne 22. listopadu 1957 návrh na zrušení podmínek plnění PPOV jako součást jednotné sportovní klasifikace u dospělých sportovců. To znamená, že již od 1. ledna 1958 nebude vyžadováno předložení o udělení PPOV u sportovců I., II. a III. třídy dospělých. U dorostu mladšího a staršího jest tato podmínka nadále v platnosti a závodníci musí při žádosti o udělení výkonnostní třídy předkládat potvrzení o splnění BPOV nebo PPOV. Bez tohoto potvrzení nebude jim výkonnostní třída mládeže udělena.

● Ve dnech 14.—15. prosince 1957 uspořádala UMK při sekci lyžařů Libereckého kraje seminář lyžařských cvičitelů na Dvoračkách v Krkonoších. Předseda komise soudruh Červenka přednesl obsáhlý zásadní referát a podal výklad nové československé učební osnovy lyžování. V sobotu byly na sněhu vysvětleny zásady nové techniky sjezdu. V zásadě správný výklad v neděli ucelili a po metodické stránce doplnili dva instruktoři, kteří přijeli z týdenní školy pro instruktory lyžařských cvičitelů na Lyžařské chatě. Téměř 60 účastníků semináře zhlédlo potom ukázky nové techniky, předvedené čs. reprezentanty Čermákem a Brunou.

Jaromír Linka

● Za krásného slunečného počasí, na přemrzlém sněhu, proběhly dne 4. ledna 1958 v Janských Lázních náborové lyžařské závody mládeže. Lyžařský oddíl místní TJ Sokol dobře připravil závod, ve kterém v několika kategoriích bojovalo o prvenství čtyřicet dětí z místa a okolí. Závodilo se v obřím slalomu při různých délkách tratí, pro každou kategorii zvlášť. Na listině vítězů se objevila jména, ať je to Košťál, Formánek, Pleskač, Moravec, Uhrová, Salačová, Runkasová, Gráfková i jiní, která jednou možná budou na listině vítězů našich nejvyšších soutěží.

Jiří Gall

● Zimní středisko mládeže Pardubického kraje. Jedním z nejagilnějších lyžařských oddílů v kraji je oddíl TJ Lokomotiva Česká Třebová, tvořící dobrý kolektiv lyžařů. Tento oddíl si minulý rok předsevzal vybudovat v Čenkovicích na okrese Lanškroun středisko, zimních sportů pro mládež. Začalo se sjezdovkou. Na svazích Bukové hory, která má velmi dobré sněhové podmínky, vytyčili a vykáceli členové oddílu sjezdovou dráhu 1350 metrů dlou-

Zakladatelé tohoto našeho nejdelšího lyžařského závodu měli opravdu šťastnou myšlenku, když v rámci družby bývalých sportovních organizací Rudé hvězdy a Sokola organizovali konání tohoto závodu.

První ročník se jel na původní trati. Start byl na Špindlerově boudě, cíl pod Zvičinou v Bílé Třešně. Závod se v tomto prvním ročníku, tj. v roce 1955, účastnilo 9 hlídek, které všechny dojely do cíle tohoto námažavého závodu. Zvítězila hlídka Rudé hvězdy Hradec Králové a získala tak po prvé čestnou cenu: »Štít družby«.

Druhý ročník nemohl být uspořádán na původní trati pro naprostý nedostatek sněhu v předhoří. Byla tedy určena náhradní trať, která byla vedena po zasněžených částech Krkonoš a blízkém předhoří. Start byl opět na Špindlerově boudě, cíl ve Vrchlabí. Startovaly a dojely pouze čtyři hlídky. Zvítězila opět hlídka Rudé hvězdy Hradec Králové a obhájila tak čestnou cenu »Štít družby« i pro tento rok.

Třetí ročník zastihl pořadatele v období reorganizace naší tělovýchovy, kdy všechny bývalé sportovní organizace byly stmeleny v jeden jediný celek — v ČSTV. Krajský výbor v Hradci Králové pověřil svoji lyžařskou sekci, aby pokračovala v tradici tohoto závodu a podpořil zájem o tento závod dotací pěkných cen.

Ani v tomto roce — který byl pro naše lyžaře jedním z nejhorších let pro nedostatek sněhu — nemohl být závod jet na původní trase Šišák—Zvičina. Pořadatelé proto rozhodli, aby se závod jel na náhradní trati, která byla vyhledána po hřebenech. O závod byl velký zájem, zejména tělovýchovná jednota Slovan ČSTV z Prahy tento závod velmi podpořila. Vyslala tři velmi dobré hlídky a věnovala řadu pěkných čestných cen a plaket. U startu se sešlo 12 hlídek. Jelo se za krásného jarního počasí, trať byla velmi těžká, uvážíme-li, že 90 % startujících byli jen lyžaři-turisté, částečně bývalí závodníci. Jen hlídka z Liberce byla sestavena z aktivních závodníků. Trať vedla ze Špindlerova Mlýna na Dvoračky, Voseckou, Martinovku, Špindlerovku, Luční boudu, Kolínskou, Náchodskou, Klínovku, Hromovku do Špindlerova Mlýna a měla poutivé našlapaných 70 km. Zvítězila hlídka trenérské rady KV Liberec ve složení Plíva, Weissshäutel, Kosina, Vavřin, Josef Tvrzník, Ron, Vrána, Haniš, Novotný, Ilja Matouš časem 6 hod. 46 min. 17 vt. a zastavila tak postup Rudé

hou s výškovým rozdílem 300 metrů. Aby byla bezpečná, je dostatečně široká a je zbavena zrádných pářezů. V letošním roce plánuje oddíl výstavbu lyžařského vleku v délce 1100 metrů na vrch Bukové hory. Aby v tomto středisku mládeže bylo možno uskutečnit lyžařské závody ve všech disciplínách, byly zde vytyčeny standardní tratě a postaven lyžařský můstek s kritickým bodem 15 metrů. Všechny tyto práce vykonali členové oddílu dobrovolně v sobotních a nedělních brigádách. Hlavními



Na startu hlídka Slovan ČSTV, která se vloni umístila jako čtvrtá

hvězdy k získání čestného Štítu družby do trvalého držení.

Na druhém místě se umístila hlídka Slovan Špindlerův Mlýn a teprve třetí byla hlídka obhájící čestné ceny Rudé hvězdy Hradec Králové.

Letos, a to dne 2. března 1958, se jede IV. ročník tohoto závodu, na který se mnoho účastníků předchozích ročníků opravdu těší.

Po zkušenostech z předchozích let došli pořadatelé k názoru, že je nutno ustálit nejen původní trasu Šišák—Zvičina, ale určit také neměnitelnou trať náhradní.

Po zvážení všech okolností byla určena tato náhradní trať.

Ze stadiónu se pojedou na Špindlerovu boudu, dále Luční boudu, Výrovku, bufet, Náchodskou boudu, Klínové boudy, Strážné, Hromovku, Horní pramen, Bílé Labe, Divč Lávky, Špindlerův Mlýn-stadión cíl.

Původní trasa Šišák—Zvičina zůstane zachována i nadále, takže trať povede takto: start stadión Špindlerův Mlýn-Sv. Petr, odkud směr Bouda Bílého Labe, Špindlerova bouda, Luční bouda, Výrovka bufet, Náchodská bouda, Černý Důl náměstí, Fořt, Dolní Olešnice, Mostek, Bílá Třešně ná cíl.

Organizační výbor tohoto závodu zajišťuje již dnes všechny možnosti, aby závod byl dostaveníčkem všech našich vytrvalců a hlavně bývalých závodníků, kteří se nechtějí ještě tak staří, aby účasti na tomto závodě nedokázali, že ještě dovedou kolektivní práci celé hlídky prokázat své schopnosti a připravenost k obraně vlastí.

Pořadatelé se těší, že letošní ročník bude mít nejen přízeň v ideálních sněhových podmínkách, ale že u startu se sejdou všichni závodníci dřívějších ročníků a ještě řada nových vytrvalců.

Tedy — 2. března 1958 — u startu — na shledanou. Jan Mottl

iniciátory byli soudruzi Jan Felcman a ing. M. Kváč. Jím i všem ostatním patří díky naší mládeže. O tom, že zase jednou byl vykonán hezký kousek práce, aniž by se někdo zeptal co za to, svědčí již to, že o vánočních prázdninách zde byl uspořádán kurs mládeže. Dne 12. ledna sešlo se zde 164 závodníků a závodnic na okresním přeboru. Kromě různých kursů byly v tomto středisku uspořádány dne 8. a 9. února 1958 krajské lyžařské přebory mládeže.

# Ze sekce bobů a saní

## Neviděli jste někde?

Hledáme totiž sáňkařské plakáty.

V posledních listopadových dnech vydal ÚV ČSTV na návrh ústřední sekce bobů a saní propagačně instrukční plakát, jehož reprodukci dnes otiskujeme.

Plakát v podstatných rysech přibližuje naší mládeži jeden z nejkrásnějších a především pro mládež nejbližší a nejpřitažlivější zimní sport — sáňkařství.

Názorným příkladem ukazuje, že každé sáňkování není ještě sportem. Abychom na sáňkařství mohli pohlížet jako na jedno ze sportovních odvětví a ne jako na živelnou záležitost těch nejmenších, musí být splněny tyto tři základní podmínky:

Technika jízdy nebo jinak řečeno — jak umět správně na saních jezdit,

sáňkařské dráhy, tj. prostor, který s ohledem na určitý systém a organizaci při sjíždění zaručuje pro sáňkující maximální bezpečnost a opravdovou radost z rychlé jízdy, a konečně také i

sportovní saně, které spolu s ostatními již uvedenými předpoklady zajišťují svou konstrukční dokonalostí projevující se především v jejich stabilitě a citlivosti k řízení rovněž bezpečnost a vysokou sportovní hodnotu sáňkařství.

Velkým bílým »S« je stylisticky znázorněna sáňkařská dráha se dvěma typy zatáček: obyčejnou zatačkou (t. j. změna směru jízdy bez jakékoliv úpravy) a zatačkou s nájezdovou stěnou. Jednotlivé figurky, jež jsou umístěny po celé délce této »dráhy« představují pak základní prvky správné techniky jízdy na saních, odpovídající fyzické zdatnosti mládeže. U jednotlivých fází je pak ještě připojen stručný vysvětlující text.

Plakát je určen především mládeži. Je řešen také tak, aby mládeži ukázal cestu k vrcholným výkonům v tomto sportě — v závodním sáňkařství. Zejména možnost závodění na saních odpovídá potřebě a touze všech mladých lidí po soutěžení.

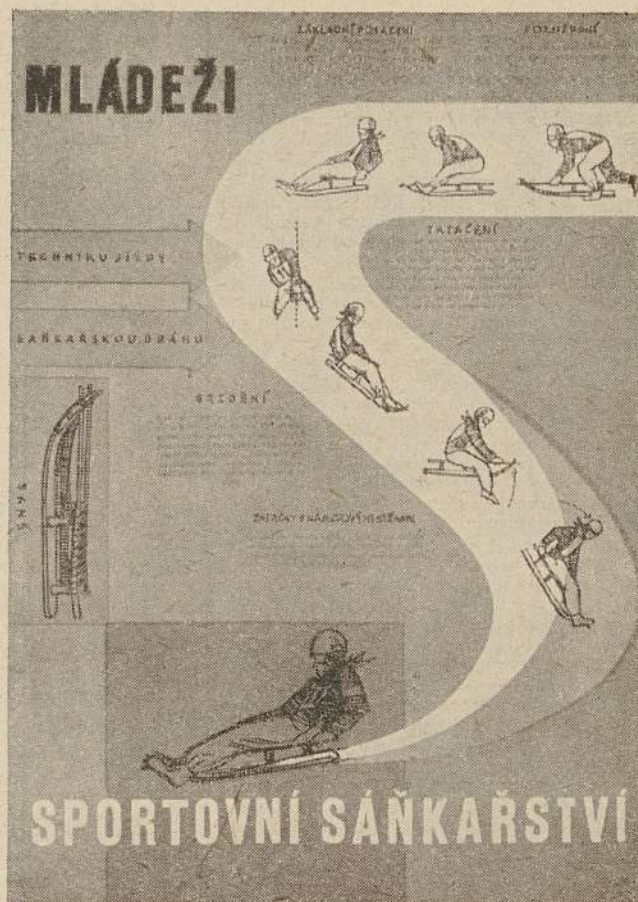
Vydáním tohoto plakátu byl tedy dán nejen mládeži, ale konečně i tělovýchovným pracovníkům s mládeží na školách, v pracovních zálohách, v tělovýchovných jednotkách a oddílech také i metodický návod k tomu, aby sáňkařství bylo mládeži všestranně prospěšné. Samotný sebelepeší plakát nesplní očekávání na něj kladená, jestliže se ho nedokáže chopit pracovníci, kteří mu rozumějí a kteří jeho obsah dovedou také použít ve své práci. Takový plakát musí proto zapadnout do úrodné půdy, aby mohl splnit zcela svůj účel.

Zdá se však, že sáňkařský plakát, na který naše hnutí tolik let čekalo, stihl stejný osud jako řadu jiných názorných propagačních prostředků ostatních sportů. Cožpak není důstojnějšího místa pro práci našich výtvarníků než nějaké zaprášené zásuvky pracovníků různých instancí »formátů« nebo neméně zaprášené kouty jejich kanceláří, kde spolu s ostatními propagačními materiály i sáňkařský plakát čeká na vysvobození? Abyste tomu rozuměli: podle distribučního klíče byl plakát rozeslán na jednotlivé KV ČSTV s průvodním dopisem, aby byl zaslán hlavně školám a tělovýchovným jednotkám. Zde však, ale obyčejně jejich stopa mizí. Také se stalo, že i na některý kraj tento plakát prý vůbec nedošel!

Nejsme žádní skeptikové, abychom se domnívali, že všichni pracovníci se zachovali k těmto plakátům macešsky, ale nejsme také ani poštelci, abychom doufali, že všude bylo s nimi dobře zacházeno. Pravda bude zcela jistě někde uprostřed. Tu se již sotva dovíme. Chceme však ale, aby všechny tyto plakáty se dostaly do správných rukou. Zaslouží si to.

A proto, jestli jste někde viděli, jak se na ně zbytečně práší, vezměte je a dejte je hlavně k dispozici mládeži na školách. Jedině tak budou-li mít k mládeži nejbližší, bude splněno jejich hlavní poslání. A k tomu je již nejvyšší čas.

Dr. LEOŠ LUŇÁK



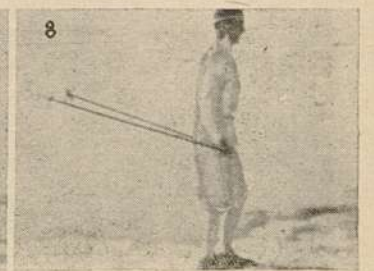
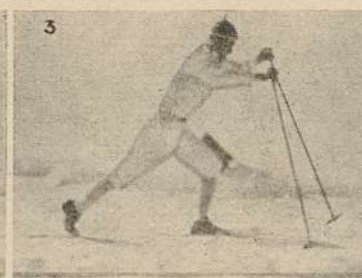
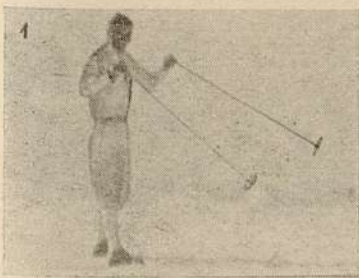
### Několik poznámek ke kinogramům běhu s odpichem soupaž

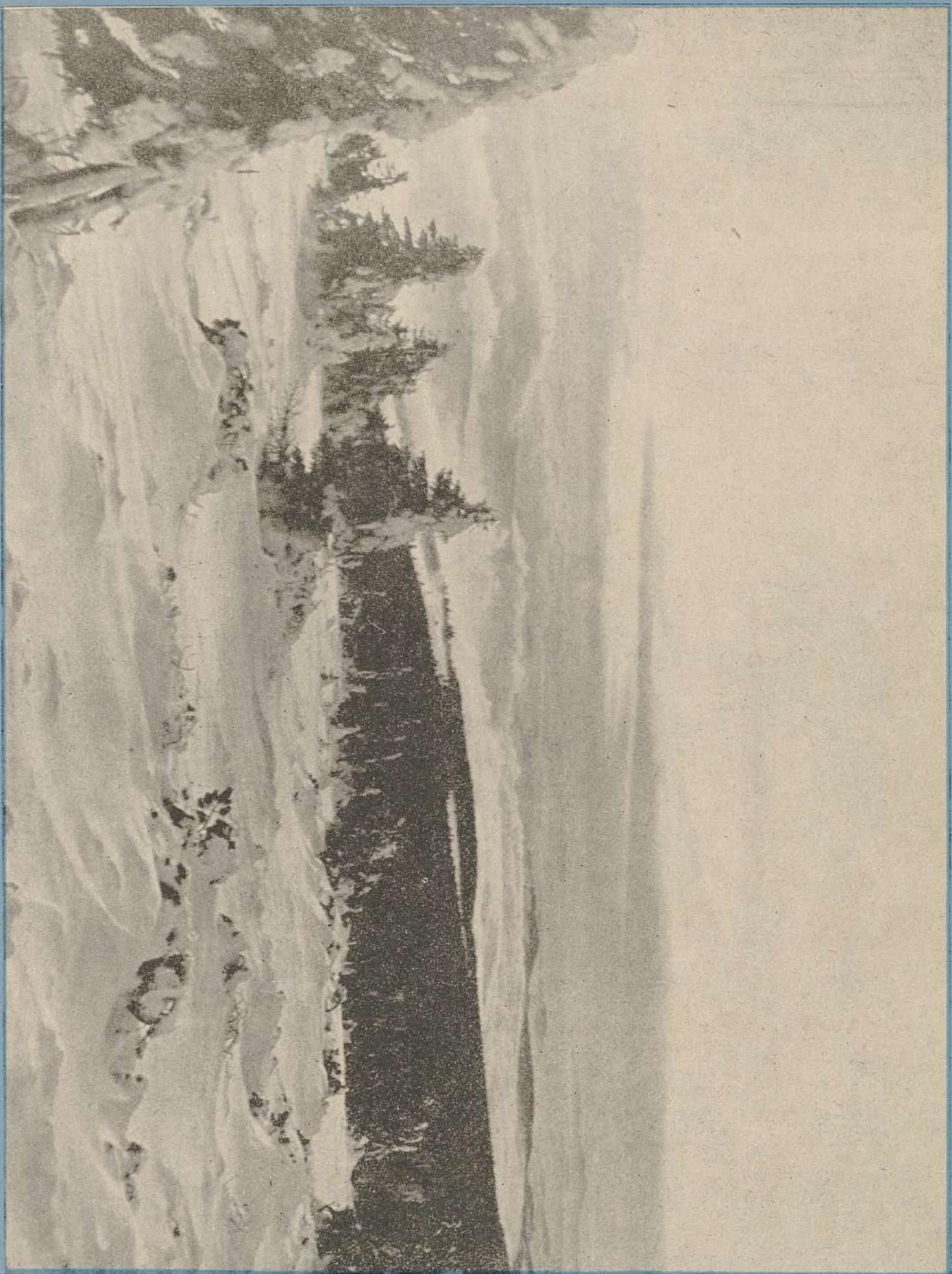
Na obrázcích na 3. str. obálky vidíme dva záběry z jízdy Vály Mečířové — členky družstva mladých. Prvý obrázek názorně ukazuje dobře provedený odraz a nalehnutí na vzduch, dříve než začne práce paží. Na druhém obrázku je intenzivní zátah pažemi za účinné pomoci trupu.

V střední části předvádí odpich soupaž olympijský vítěz a mistr světa V. Hakulinen. Na obr. č. 1—3 vidíme přípravu a provedení odrazu pravou nohou. Paže se připravují k zapíchnutí holí. Obr. č. 4 ukazuje energické zapíchnutí holí a mohutné nalehnutí trupu na hole (viz prohnuté hole), na obr. č. 5—6 je zachyceno zatažení holí s využitím práce trupu. Hlava je neustále v prodloužení trupu, neschovává se mezi rameny. V průběhu zátahu se pravá noha přisunuje k levé. Ve skluzu jede Hakulinen v postoji, který je na obr. č. 1.

Na spodním kinogramu vidíme odpich soupaž v provedení olympijským vítězem Jernbergem. Jeho jízda je charakterizována vyšším postojem (viz základní postoj na obr. č. 1 a 8 a postoj ve skluzu, obr. č. 7) a rychlejší frekvenci pohybu. Nutno připomenout, že využívá všech technických požadavků pro rychlou jízdu, energický odraz nohama, viz obr. č. 3—4, mohutný a rychlý zátah pažemi se zapojením trupu, viz obr. č. 5—7. (Kinogram je převzat z Teorie a praxe tělesné výchovy a sportu, 1956, č. 5.) Použití běhu s odpichem soupaž je mnohostranné. Je škoda, že mnoho našich běžců a běžkyň nedostatečně ovládá tento způsob jízdy. Používáme ho především při tvrdší a tvrdé stopě pro lyže i pro odraz holemi, kde je daleko rychlejší než střídavý běh. Podle rychlosti pohybu používáme mezi jednotlivými odpichy pažemi jeden a více kroků. Je důležité využít každé rovinky, terénní nerovnosti, muldy, terénní vlny a v některých případech i nepatrného stoupání k tomu, abychom vystřídal střídavý běh dvoudobý s během odpichem soupaž. Předcházíme únavě tím, že střídáme jednotlivé způsoby jízdy a tím také zrychlujeme jízdu. Tento způsob vyžaduje silné paže a silné svalstvo trupu. Proto příprava, zvláště v létě a na podzim musí být zaměřena i na tento způsob jízdy. V zimě věnujeme běhu s odpichem soupaž zvláště na prvním sňehu velkou pozornost, v některých případech i větší než střídavému běhu.

V. PÁČL





Poesie zimní krajiny. Krásy přístupné všem lyžařům, kteří nezapomínají na jizdu terénu.

Foto V. Šimunek



# Lýžarství

ROČNÍK 44

BŘEZEN 1958

*J. L. L. L. L.*  
7





## TAK JEZDÍ MISTŘI SVĚTA

Představujeme vám některé z mistrů světa z Badgastein. Nahoře vlevo je Norka Björnbakkenová, která vyhrála překvapivě slalom, vedle ní druhá největší hvězda rakouského lyžovárů Josl Rieder, vítěz slalomu, a s posledním závodníkem vás jistě seznámovat nemusíme. Je to Toni Sailer.

## PRVNÍ MISTŘI REPUBLIKY

První přebornické tituly získali na mistrovství republiky v klasických disciplínách Eva Benešová na 5 km, Jaroslav Cardal na 15 km, Vítězslav Lahr v závodě sdruženém a Drahoš Jebavý ve skoku prostém.



EVA BENEŠOVÁ



JAROSLAV CARDAL



VÍTĚZSLAV LAHR



DRAHOŠ JEBAVÝ

# Lyžařství

ROČNÍK 44

BŘEZEN 1958

## OBSAH

- Další cesty našeho lyžařství — str. 1  
Neurovnaný Sailer a ekonom Igaya — str. 2  
Vzpomínky na Badgastein — str. 2—3  
Otázka amatérismu živá — str. 4  
Obří slalomy potřebují nejvíce vyježděnosti — str. 6  
Ve sjezdu mužů jsme promazali — str. 7  
První zklamání Rakušanek — str. 8  
Málo tréninku na sjezdové trati — str. 8  
Co stačilo Riederovi, nestačilo Richvalské — str. 9  
Trenér mistrů světa odchází — str. 9  
Výsledková část mistrovství světa — str. 10—11  
Přečetli jsme si o Badgasteinu — str. 11  
Obdivuhodný výkon Cardala na patnáctku — str. 14  
Běh žen na 5 km — souboj reprezentantek — str. 15  
Štafety žen dramatičtější než mužů — str. 15  
V závodě sdruženém jen dvě veličiny — str. 16  
Dvanáctý titul Cardala na padesátku — str. 17  
Výsledková část mistrovství 1958 — str. 18—19  
Zprávy z oddílů a sekcí — str. 20—21  
Hory mají srdce v člověku — str. 22  
Mistrovství republiky zvědaváma očima — str. 23  
Naše křížovka — str. 23  
Ze sekce bobů a saní — str. 24

*Snímek na titulní straně: Milka Richvalská měla při závodě ve sjezdu na mistrovství světa v Badgastein smůlu. Když překonala všechna nejtěžší místa a měla druhý nejlepší čas, upadla na malé terénní vlně. Že dovede dokonale jezdit dokazuje ostatně i náš snímek*

**V.** LYŽAŘSTVÍ — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Stanislav Toms. Redakce Praha 3, Na poříčí 30. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha.  
Praha, březen 1958

A-15208

# Další cesty našeho lyžařství

Pomalou dozrívá závodní období, které je vždy vlastní prověřkou výsledků naší celoroční práce. Ukazuje nám vždy, zda jsme všichni v lyžařství pracovali dobře, ukáže nám chyby, jichž jsme se dopouštěli a také cesty, jimiž je nutno dál jít, aby lyžařství plnilo správně svoje poslání jako jednoho z nejdůležitějších a nejceněnějších sportů.

Zima ještě nepustila svoji vládu plně z rukou, ještě neustoupila plně jaru, a tak lyžařské soutěže dosud probíhají na mnoha místech. Nemůžeme proto také ještě činit úplné závěry z průběhu a výsledků celého závodního období. Můžeme se však již nyní krátce poohlédnout zpět a zhodnotit některé výsledky této zimy.

Výsledky bývají obvykle hodnoceny podle výkonů nejlepších závodníků, podle získaných předních míst na vrcholných soutěžích. I když toto měřítko není správné, i když tím není zdaleka vyjádřena síla příslušného sportu, přece je nutno se podívat kriticky na výsledky dosažené našimi závodníky na mistrovství světa a říci k tomu svoje stanovisko.

Nejprve sjezdařská mistrovství v Badgasteinu. Měli jsme celkem skromný cíl, odpovídající našim tréninkovým možnostem — alespoň do 25. místa ve slalomu a do 15. místa ve sjezdu — ale i ten jsme splnili sotva z poloviny. Nemůžeme považovat za úspěch 12. místo Bogdálkovo v sjezdovém trojboji, i když výsledky všech našich reprezentantů odpovídají stupni jejich přípravy. Všichni se snažili dát do bojů všechno to, co mohli vytěžit z příležitostí, která jim byla dána předchozím tréninkem na alpských sjezdovkách. Na skvělou konkurenci alpských sjezdařů to ovšem nestačilo, zejména když se někde přidružila i smůla jako ve sjezdu Richvalské a zranění Šolcové. O to však nejde. Jde o to plně využít této příležitosti a získaných zkušeností plně pro další vývoj.

Objevují se námitky, že s tak malou účastí se nedají dělat na MS pronikavé výsledky. Domnívá se však někdo nebo troufá si tvrdit, že naši další závodníci by byli měli reálné předpoklady k dočlenění lepších výsledků než ti, kteří nás reprezentovali? Nebylo by to plýtvání hospodářskými prostředky, kterých lze jinde využít daleko lépe a účelněji? A současně s tím se vynořuje i otázka budoucího vývoje sjezdových disciplín u nás. Vyskytují se dokonce i hlasy, že u nás sjezdařina vůbec budoucnost nemá. To by byl jistě nesprávný a překotný závěr. Je nutno si ale uvědomit, že závodní sjezdařina může se úspěšně rozvíjet jen tam, kde má přírozené podmínky a širokou výcvikovou základnu. A těchto míst není u nás mnoho. Je tedy zcela přirozené, že nemůže být u nás tolik výtečných sjezdařů, jako závodníků v klasických disciplínách.

Dnes je myslím jasné, že ve světové konkurenci se může do čela probíjovat jen ten, kdo po celoroční tvrdé přípravě má možnost od listopadu nebo ještě dříve vybrušovat svoji techniku na těžkých sjezdových tratích. A to v našich podmínkách při nynějších sněhových poměrech nemáme. A abychom posílali 30—50 sjezdařů každoročně na trénink od listopadu do Alp, to by byl jistě přehnaný luxus. Nebylo by ale správné lámat proto hůl nad sjezdařinou. Musíme na to jít jinou cestou, cestou správného vývoje. Jde o to věnovat péči opravdu mladým tam, kde jsou pro to u nás přírozené podmínky, vytvořit co nejširší základnu těch nejmladších, dát jim spolehlivé technické základy a hodné příležitosti k bojům.

Až nám vyrostou stovky Bogdálků, Henrichů, Richvalských, až konkurence v domácích soutěžích bude bojovat o rozdíly desetin vteřiny, pak bude snadný výběr našich reprezentantů a dočkáme se doby opravdových úspěchů i ve světovém měřítku. Ale je třeba tyto předpoklady plně zajistit.

A mistrovství světa v klasických disciplínách v Lahti? Ani zde nemůžeme být plně spokojeni, i když světová špička je zde daleko početnější, takže dobré výsledky jednotlivců jsou ještě cennější. Ale zase je nutno hledat příčiny a cestu k nápravě. Pro klasické disciplíny máme ve většině krajů naši republiky ty nejlepší podmínky. Máme stovky lyžařských můstků nyní dobře udržovaných, máme dokonce můstky s umělou hmotou pro letní přípravu, běžecké tratě — i standardní — ale stále na nich málo mladých lyžařů.

Budoucnost našeho lyžařství, jeho úspěšný rozvoj i jeho světové úspěchy nezávisí na tom, jaké umístění získali naši reprezentanti na mistrovství světa. Jsou však přímo závislé na tom, do jaké míry se nám podařilo využít být i celkem málo příznivé zimy k tomu, abychom přivedli stovky a tisíce nových mladých závodníků na naše trati. Záleží na tom, jak jsme splnili svůj závazek 100.000 nových mladých lyžařů. Podrobné výsledky dosud nemůžeme znát. Je ale jisté, že všude, kde to bylo jen trochu možné, byly uspořádány náborové a propagační závody.

Jde nyní o to zapojit tuto mládež trvale do pěstování tělovýchovy, získat ji pro celoroční výcvik a trénink a tento výcvik jim také umožnit pod odborným vedením. Vždyť hbitost, rychlost, odvaha a pružnost nestačíme získávat až na sněhu, stejně jako správnou ideovou a morální výchovu nelze zajišťovat teprve v závodním období a jen u reprezentantů. Z výsledků akce se nemůžeme jen radovat, ale musíme ji opravdu plně využít. Pak teprve budeme mluvit o úspěších ve své práci.

MILOŠ DUFFEK,  
místopředseda ústřední lyžařské sekce



# HRST PRVNÍCH DOJMŮ Z BADGASTEINU,

jak nám napsali ANTONÍN HUSÁK A DUŠAN CHARVÁT

**J** sme opravdu rádi, že jsme mohli náš první rozbor nadepsat »viděli jsme«. Vždyt tentokrát mohlo urputně boje nejlepších sjezdařů světa sledovat téměř sto Čechoslováků vybraných ze všech lyžařských krajů v naší republice. Nebude záležet tedy jen na člancích v »Lyžování« (dnešní naše hodnocení je vlastně jen úvo-

dem a podrobnějším popisem závodů), ale i na práci trenérů, kteří s námi boje sledovali, jak pomohou všechny své poznatky uplatnit nejen ve svých oddělech, ale i na mnoha besedách. Ale nyní již s chutí se pustíme do první disciplíny.

## NEUROVNANÝ SAILER A EKONOM IGAYA



Protože prvními soutěžemi byly závody ve slalomu, začneme i my hodnocením slalomových závodů. Prvé kolo postavil známý Ital Otto Menardi, kterému se vtipně přezdívá »lyžařský papež«. Na překrásném, velmi členitém terénu našli jsme v jeho 68 brankách skutečně mistrovsky, ale na zcela rytmicky seskupených několik přetěžkých figur, z nichž některé ani neodpovídaly duchu nových pravidel, zvláště s ohledem na minimální šíři branek (3,20 m). Byla to zvláště tzv. Allaisova skupina postavená na prudkém, asi padesátistupňovém svahu ze čtyř otevřených branek (č. 18—21), jejichž vnitřní tyče byly přímo ve spádnici pod sebou vzdálené od sebe pouhých 2,50 až 3 m. Tím vznikla ovšem vlastně tzv. »vendlovka« na spádnici s průjezdy 2,50 až 3 m, ačkoliv normální »vendlovka« by musela mít všechny branky široké minimálně 3,20 m a ještě by musela být jedna branka od druhé vzdálena nejméně 75 cm. Na večerním zasedání jury bylo rozhodnuto, že i taková skupina má odpovídat duchu nových pravidel, a tak musel seňor Menardi, i když trochu neochotně, rozšířit alespoň vzdálenosti mezi vnitřními tyčemi branek této figury na minimálních 3,20 m. Jak se při průběhu vlastního závodu druhý den ukázalo, byla i takto opravená skupina jednou z nejtěžších. Stejně těžká byla i »vlášenka« utvořená 55. a 56. brankou na prudkém, asi šedesátistupňovém zlomu. Celé tratě obou kol, dlouhé skoro 600 m s výškovým rozdílem přes 200 metrů, byly výborně preparovány již dávno před závody, několikrát kropeny vodou, zpevněny tzv. sněhovým cementem a pečlivě ušlapány botami. Tak se vytvořila tvrdá — místy až ledová — »pista«, která kladla na všechny závodníky mimořádné požadavky nejen v technice jízdy, nýbrž i ve vypětí fyzické síly.

Protože prvními soutěžemi byly závody ve slalomu, začneme i my hodnocením slalomových závodů. Prvé kolo postavil známý Ital Otto Menardi, kterému se vtipně přezdívá »lyžařský papež«. Na překrásném, velmi členitém terénu našli jsme v jeho 68 brankách skutečně mistrovsky, ale na zcela rytmicky seskupených několik přetěžkých figur, z nichž některé ani neodpovídaly duchu nových pravidel, zvláště s ohledem na minimální šíři branek (3,20 m). Byla to zvláště tzv. Allaisova skupina postavená na prudkém, asi padesátistupňovém svahu ze čtyř otevřených branek (č. 18—21), jejichž vnitřní tyče byly přímo ve spádnici pod sebou vzdálené od sebe pouhých 2,50 až 3 m. Tím vznikla ovšem vlastně tzv. »vendlovka« na spádnici s průjezdy 2,50 až 3 m, ačkoliv normální »vendlovka« by musela mít všechny branky široké minimálně 3,20 m a ještě by musela být jedna branka od druhé vzdálena nejméně 75 cm. Na večerním zasedání jury bylo rozhodnuto, že i taková skupina má odpovídat duchu nových pravidel, a tak musel seňor Menardi, i když trochu neochotně, rozšířit alespoň vzdálenosti mezi vnitřními tyčemi branek této figury na minimálních 3,20 m. Jak se při průběhu vlastního závodu druhý den ukázalo, byla i takto opravená skupina jednou z nejtěžších. Stejně těžká byla i »vlášenka« utvořená 55. a 56. brankou na prudkém, asi šedesátistupňovém zlomu. Celé tratě obou kol, dlouhé skoro 600 m s výškovým rozdílem přes 200 metrů, byly výborně preparovány již dávno před závody, několikrát kropeny vodou, zpevněny tzv. sněhovým cementem a pečlivě ušlapány botami. Tak se vytvořila tvrdá — místy až ledová — »pista«, která kladla na všechny závodníky mimořádné požadavky nejen v technice jízdy, nýbrž i ve vypětí fyzické síly.

### SCHRANZ PŘEKVAPIL

Ze dvou předjezdů, Karla Schranze a Hanse Hächera, zajel první v obou kolech skutečně velmi dobře. Podle neoficiálního měření dosáhl také Schranz v obou kolech výborných časů, v prvním kole prý třetího a ve druhém kole dokonce nejlepšího času, a měl podle toho i reálnou možnost stát se mistrem světa. V nominaci rakouského mužstva nebyl proto, že ani na Lauberhornu, ani v Kitzbühelu nepodal očekávaný výkon, a tak se zdálo trenéru Toni Spiesovi, že není ve formě!

Jako číslo 1 startoval Američan Bud Werner, který překvapil svým vítězstvím na Lauberhornu ve Wengen. Jel i tentokrát velmi dobře, využívaje dokonale bojovnou jízdu výhody výběrného vylosování, zdálo se, že dosáhne bez kolise vynikajícího času, až přišla ona osudná 55. branka, která jej jako prvního vynesla z tratě a ztratil nejméně dvě vteřiny drahocenného času. Podobný osud stihl pak i druhého startujícího, i u nás dobře známého Němce Beni Obermüllera (NSR), který v téže brance pohřbil své naděje na umístění, odpovídající jeho vylosování.

Nebezpečí této branky zjistil zřejmě i předjezdec Schranz, který jako dobrý kamarád pospíchal rychle nahoru až k této osudné brance, aby varoval další závodníky. A tak již další startující, Rakušan Josl Rieder, pochopil znamení Schranze a jako první závodník projel zcela bez kolise a docílil také výběrného času 57,7 vt.

### NEUROVNANÝ A PŘECE RYCHLÝ SAILER

Jako čtvrtý startoval trojnásobný vítěz z Cortiny, Rakušan Toni Sailer, a i když je o něm známo, že slalom není jeho nejsilnější disciplínou, přece jen se jeho jízda očekávala s mimořádným napětím. Prvé kolo nejel sice tak dokonale plynule a čistě stylově jako Rieder a Schranz, ale jeho výjimečná technika jízdy a stability spojená s neobyčejnou bojovností překonala i dvě zakolísání v 18., resp.

## Vzpomínky na Badgastein

**F**ilmovým festivalem Toni Sailer nazývají někteří západní novináři mistrovství světa v alpských disciplínách v Badgasteinu. Není to ani příliš přehnané. 22letý filmový herec se zařadil svým výkonem na Graukogelu mezi nejlepší sportovce všech dob. Jeho tři zlaté medaile jsou tím obdivuhodnější, že tento člověk nezná soukromý život. Ani ve svém pokoji v badgasteinském hotelu nebyl bezpečný před svými obdivovateli. »Nejraději stojím na stupních vítězů,« řekl jednou žertem, »ponevadž tam za mnou nikdo nemůže a já mám alespoň tři minuty pokoj.«

Muž s plnovousem, brejličkami a věčným úsměvem, to je pan Marker, vynálezce patentního lyžařského vázání, které má sto procentní úspěch po celém světě. Při sjez-

du a obrím slalomu nebylo závodníka nebo závodnice, kteří by na »markeru« nejeřli. Pan Marker bydlel v Badgasteinu v nejpřepychovějším hotelu Bellevue a nechyběl na žádném startu, kde se u každého závodníka přesvědčil, že má vázání správně připnuté. Jeho patent zachránil již desítky nohou od zlomení a přímo ovlivňuje způsob jízdy. Málčko by při sjezdu riskoval tolik, kdyby nevěděl, že v případě pádu se mu noha odpojí od lyže. Cena tohoto vázání se v kompletním vybavení pohybuje v Rakousku kolem 240 šilinků.

Asi vás překvapí počet novinářů v Badgasteinu — bylo jich tam přes dvě stě — ve srovnání s počtem žurnalistů přihlášených na hokejové mistrovství světa v Oslo — pouhých 105. To charakterisuje

zájem o hokej a lyžování v západních zemích. Poměrně velké zastoupení měli v Badgasteinu jugoslávské noviny — více než deset zpravodajů, ze Sovětského svazu přijelo pět novinářů. Pořadatelé umožnili všem zpravodajům velmi rychlou práci. Tiskové středisko bylo vybaveno moderními psacími stroji s německými, anglickými, italskými, ruskými a japonskými klávesnicemi, nechyběly dálnopisy a přímé telefonní linky do Vídně. Vydávání výsledků bylo velmi rychlé. Již za hodinu a někdy ještě dříve jsme měli v rukou neoficiální výsledky a údaje o tratích v několika řečech. Dnešní byly pořádné besedy s vítězi. Novinářská legitimace umožňovala bezplatné použití všech lanovek.

Nebylo to právě málo slz, které byly prolity závodnicemi na sněhu při nešťastných pádech, které znamenaly konec všem nadějím. Nejtěmperamentnější si počínala Italka Marchelliová, která při pádu si ne-

20. brance, takže časem 58,3 vt. docílil třetího nejlepšího času v prvním kole. Bylo to pro nás, kteří jsme jeho osobitou jízdou dosud neznali, velké překvapení, že vzdor své poměrně neurovnané jízdě, docílil tento famosní sjezdař jeden z nejlepších časů, snad optimální stopou svých lyží, které jsou téměř stále na plochách, vyhýbaje se zbytečnému hranění.

#### TANEČNÍK MOLTERER

S číslem 7 byl odstartován populární »tanečník na lyžích« Rakušan Anderl Molterer, který mezi závodníky patří za nejlepšího slalomistu na světě, a tak jeho výkon očekávalo s neobyčejným zájmem nejen 30.000 přítomných diváků, ale i všichni startující závodníci. Všichni tušili nový nejlepší čas, ale zklamání dostavilo se již ve 23. brance, když se Molterer dostal příliš riskantní jízdou v přechodu přes cestu do záklonu a upadl. Nebyl to sice těžký pád, ale stačil k vyvedení z rytmu a ztrátě 3—4 vteřin.

#### NEJRYCHLEJŠÍ IGAYA

Pak ale odstartoval jako osmý sympatický Japonec Chiharu Igaya, kterému zřejmě výborně vyhovovaly Menardiho poměrně husté skupiny branek a tak již jeho mezičas byl lepší než Sailerova. Střední části tratě zajel již v nejrychlejšímu tempu a také nebezpečný prudký svah včetně těžké vlásenky (branky č. 55—56) zajel tak mistrně, že i pouhým okem bylo možno odhadnout Igayu za nejrýchlejšího muže prvního kola. Hlasatel za všeobecného napětí potvrdil odhad — čas 56,7 vt., o celou vteřinu rychlejší než Rieder a dokonce o 1,6 vt. před Sailerem. Byla tu skutečně jízda ekonoma na lyžích. Škoda, že se mu i ve druhém kole nepodařilo opakovat svou mistrovskou jízdou prvního kola, titul mistra světa ve slalomu by si byl plně zasloužil.

Další závodník, Francouz Perillat, jel s ohledem na závažnou obtížnost tratě příliš odvážně a byl nakonec diskvalifikován pro neprojetí jedné branky. Se startovním číslem 10 byl odstartován Ernst Hinterseer, poslední ze silné rakouské čtyřky, nominované na MS pro závod ve slalomu. Měl ale smůlu, když po projetí těžké »Allaisky« vyrazil z branky č. 22 obě slalomové tyče, které se mu dostaly mezi lyže. Balancoval zlomek vteřiny, ale to již míjel bezmocně další branku č. 23, až vyjel úplně z dráhy slalomu do lesa, kde konečně resignovaně se slalomovými tyčemi pod nohama upadl do hlubokého sněhu a byl vyřazen. S nešťastnou 13 jel tentokrát Francouz Bozon, kterého jsme měli možnost obdivovat i u nás na Velké ceně Slovenska v Tatranské Lomnici. Zřejmě vůbec nedbal na pověřčivě špatné vylosování a zajel naprosto jistě, velmi dobře stylově, a výsledkem: čtvrtý nejlepší čas prvního kola, jen šest desetinek vteřiny za Sailerem. Škoda, že ve druhém kole ztroskotal a byl pro vynechání jedné branky diskvalifikován, stejně jako ještě dalších čtrnáct jiných závodníků zvuchých



Kanadanka Wheelerová byla po svém vítězství v obřím slalomu středem pozornosti. Vždyť získala již druhou zlatou medaili

jmen. Závod pokračoval dál, a i když se zdálo, že zde již není favoritů, sledovalo oněch 30.000 diváků všechny další závodníky se stejným zájmem, vždyť ve druhé skupině byla ještě známá »esa«, jako Ital Alberti (č. 18), Francouz Vuarnet (č. 19), Američan Corcoran (č. 21), Ital Milianti (č. 23) a jiní.

#### CO BOGDÁLEK A HENNRICH

Oba naši reprezentanti byli losováni až ve třetí skupině, a to podle oficiálního pořadí (»Ranglisteo«) vydaného k tomuto účelu FIS a sestaveného na základě výsledků významných mezinárodních závodů posledních dvou let. Bogdálek dostal číslo 37 a Kurt Henrich 45. Poměrně lépe byli vylosováni naši věční soupeři — polští reprezentanti, a to tři ve druhé skupině (Gogolski 22, Cjaptak 25 a Czarniak 29) a jeden, Roj-Gasienica, ve třetí skupině s číslem 37. Také sovětský reprezentant, oslabení o svého nejlepšího sjezdaře Taljanova, který si v tréninku zlomil nohu, byli velmi nepříznivě vylosováni (56. Filatov, 64. Čertišev, 73. Monastyrev a 75. Nasarov).

#### NA ROLETĚ

Když byl odstartován náš Bogdálek, byla trať i po oněch 39 jezdcích, kteří jí již projeli, poměrně v dobrém stavu, ovšem oči odborníka viděly, že v mnoha brankách již není sněh, nýbrž jen neúprosně tvrdý led a přitom již téměř v každé brance ledová »roleta«, na níž je nutno vynaložit dvakrát tolik úsilí jako na hladké trati. Byl to zvlášť pro

odpustila bouchat pěsti do tvrdé ledové dráhy. To však byly jen malé osobní tragedie. Osud spustil svou tvrdou pěst na rakouské závodnice, po tolik let opěvované. Jejich lyžařské umění i jejich krása bylo po mnoho zim ličena v superlativoch a na jedinou odevšad slyšís: měli jste přepustit místo mladým, potřebujeme omladit družstvo a dokonce že prý »starozitnostia« na sjezdovku nepatří. Je to opravdu osud, že právě při mistrovství světa a právě na domácí půdě utrpělo rakouské družstvo žen rozhodující porážku, kterou nemohl smýt ani dilčí úspěch Putzi Frandlové. Dravé atletické mládí se nezastavilo před slavnými jmény.

Rakušané sami dobře cítí, že otázka amatérismu i jejich lyžařů, stejně jako u všech předních lyžařů vůbec, je stále ožehavější. Populární postavy sjezdovky jsou přímo zasypávány všemožnými nabídkami sportovních firem, které si pokládají za čest, jest-

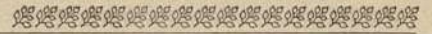
liže špičkoví závodníci používají jejich zboží, ať už jde o lyže, nebo oblečení. Je to totiž nejlepší reklama. To by však nebylo to nejpodstatnější, horší je to se samotným civilním zaměstnáním, které od prvního sněhu prakticky neexistuje. A tak jsou ve FIS tendence posunutou začátek alpské sezóny až na prosinec a na jaře ji naopak zkrátit. Tak by se prý zachoval alespoň tzv. sezónní amatér. Mluví se i o zákazu pořádání letních závodů ve skoku na umělé hmotě. Nedá se ovšem předpokládat, že tyto návrhy prorazí.

Jak lyžují Sailer, Molterer, Ygaya — to všichni víme alespoň z novin. Ale jak se v Rakousku lyžuje vůbec, jako třeba vy nebo já, to vás bude třeba také zajímat. Postavte-li se do řady u lanovky, zjistíte na první pohled, že lyže Kneissl nebo Kästle, dvě nejznámější rakouské značky, vypážené do celého světa tu má většina lidí (stojí kolem 1000 šilingů). Stále víc pro-

rážeji lyže Fischer. Jež jsou lacinější. Obvyklejší jasanů tu vidíte opravdu jen zřídka. Tak zřídka jako poslední novinku, kovové lyže, které stojí asi 2000 šilingů. V Rakousku jsou laciné hlavně tři věci: pomeranče, vína a pak lyžařské boty.

\* \* \*

I když každou sobotu jezdí do našich hor desítky a stovky autobusů, i když na výtahu na Špindlerově Mlýně musíte stát až hodinovou frontu, nejsme zemi lyžařskou, nýbrž hokejovou. Neboť lyžařská země, to jsou medaile na mistrovství světa, ale také zimní střediska a desítky výtahů. Badgastein má lanovku, která dopraví za hodinu do výše 2400 m 320 cestujících. Každých 45 vteřin vyjíždí kabina se čtyřmi lyžaři. A takových kabinek dojde na vrchol Stubnerkogelu denně 400 až 600. Mimo to jsou tady velmi rychlé lyžařské výtahy. Nepochybuje ani vteřinu o tom, že tohle vše se vyplatí, že to není prodávkové.



třetí a čtvrtou skupinu závodníků citelný handicap, ve slalomových závodech bohužel již zcela běžný, vždyť i tentokrát již pouhým vylosováním u zeleného stolu získal až dosud lepší nebo šťastnější závodník výhodu, reprezentující až několik drahocenných vteřin. Bogdálék, jako náš nejspolehlivější a nejzkušenější jezdec, byl si toho velmi dobře vědom a jel proto již od startu s rozvahou a přehledem, v plynulém tempu a dobře stylově. Možná, že neodborník mohl mít i falešný dojem, že jeho jízda není dost bojovná, ale tento slalom byl skutečně těžký, o čemž svědčí i to, že z osmdesáti nejlepších závodníků z celého světa jich dojelo jen 49.

Nemá to být omluva, nýbrž pouze vysvětlení pro ty, kdož by snad z touhy po úspěchu chtěli raději riskovat úplné vypádnutí našich reprezentantů z další soutěže v alpské trojkombinaci. Bogdálék docílil v prvním kole času 65,6 vt.,

což znamenalo v konečném pořadí I. kola velmi krásné 16. místo, 1 desetinu vteřiny před známým Francouzem Vuarnetem, 5 des. vt. před Švýcarem Bläsim, Lützendorfem (NDR) a Wagnerbergrem (NSR), Albertim (Itálie) a jinými zvůčnými jmény.

#### DVĚ KOLISE HENNRICHA

Doufali jsme, že i Kurt Henrich pojede tak jistě a s přehledem jako Bogdálék, ale Kurt má jinou krev, nerad se smíruje s nutností odbrzdít, a tak již do 17. branky přijel příliš rychle, vyjel trochu z tratě a tím ztratil nejen několik drahocenných vteřin, ale i rytmus do dalších zbývajících padesáti branek. Havaroval pak ještě v oné 55., mnohým tak osudné brance, kdež ztratil dalších 5 vteřin, takže jeho celkový čas v I. kole byl 76 vt., což znamenalo prozatím umístění v druhé polovině klasifikovaných.

#### O ČOM ROKOVALI KOMISIE FIS

## Otázka amatérizmu živá

JANKO MRÁZ

Majstrovstvá sveta v lyžovaní alebo Zimné olympijské hry priniesú vždy niečo nového pre lyžiarov. Majstrovstvá sveta v Aare vo Švédsku priniesli novinky v zjazdárskej technike a nám prevkape-ným »otvorili« oči. I na tohoročných majstrovstvách sveta v rakúskom Badgasteine rokovalo sa v rôznych komisiách o nových veciach, z ktorých mnohé budú zaiste lyžiarskych pracovníkov zaujímať. Prinášame preto niekoľko »surových« informácií v terajšom čísle nášho »Lyžarství« v snahe čím skorejšie o nich lyžiarsku verejnosť informovať.

Zúčastnil som sa zasadnutia vydavateľskej komisie a komisie pre zjazd a slalom FIS, ktorých som členom, a súčasne i usporiadanej kvalifikačnej komisie. Z priebehu rokovaní vyberám v skratke najpodstatnejšie závery a k nim prípadne krátke vysvetlenie.

#### Z KOMISIE FIS PRE ZJAZD A SLALOM

V komisii sa diskutovalo predovšetkým k otázke ženského slalomu, ktorého postavenie na MS v Badgasteine už vyvolalo živú diskusiu. V komisii bola potvrdená tendencia stavať ženské slalomové horizontálne — do bokov, podobne ako u obrovského slalomu, nie ťažké, akrobatické slalomové, ale plynulé a ľahodné i oku diváka. V tomto smere bola vyslovená potreba úzkej spolupráce jury s autorom a technickým expertom už pred stavbou slalomu, kedy sa spoločne dohodnú, resp. jury autora usmerní.

V tejto súvislosti bola vyslovená potreba dávať prednosť mladším staviteľom slalomov a nebať sa týchto hľadacích i z nedávnych pretekárov, ktorí majú predpoklady na túto funkciu.

Bez ozveny a dosť obsérne bola prerokovaná otázka dávania znamenia počas preteku pretekárom najmä pri slalome. Vznikla najmä v súvislosti ťažkej bránky na ľade pri slalome postavenom O. Menardim, ktorú väčšina pretekárov nezvládla a kde rakúsky predjazdec Schranz údajne dával svojmu družstvu príslušné znamenia. Bol prijatý záver, ktorý bližšie vysvetlí príslušné paragrafy pravidiel a bude formulovať tiež povinnosti (a či zá-kazy) trénerov a vedúcich, i keď sa tu

javia značné ťažkosti, ako zabrániť dávaniu znamení.

Počas MS Rakúšania Rieder a Hinterseer vyskúšali nový typ tyčiek zhotovených z »strtenice« s 3 guľami v rovnakej vzdialenosti od seba miesto práporkami. Možno povedať, že táto novota prepadla i u odborníkov i u pretekárov. Ich hlavné závary: neprehľadnosť, značne nebezpečné, lámu sa, pretekár ich vezme so sebou, zmena techniky a taktiky.

Zástupcovia NSR, kde ich vyrobili, uviedli, že ich vyskúšajú, ale so zástavkami na zvlášťnej exhibícii a podajú súhrnnú zprávu.

Najbohatšia diskusia rozvinula sa okolo návrhu Rakúšanov vysporiadať sa s otázkou kvalifikácie a pripustenia na MS. Dôvodilo sa najmä tým, že vyspelé alpské krajiny majú ten istý počet pretekárov ako napríklad malé krajiny (Lichtenstein-sko) alebo krajiny, kde nikdy (?) nemôžu dorásť pretekári na úroveň alpských krajín (Irán, Argentína a pod.). Nepresadili sa a jednoznačne sa postavili všetci proti, pretože takéto riešenie by bolo proti duchu stanov FIS a aj OH. Neprešiel taktiež návrh, aby víťazi posledných MS alebo OH pred dvoma rokmi boli nadpočet príslušného štátu a automaticky sa mohli zúčastniť na MS.

Vzhľadom na značný tlak zo strany tlaču a verejnosti bola vytvorená užšia komisia, ktorá tieto problémy znova prekonzultuje a na budúcej porade komisie podá informácie, prípadne závery.

#### Z VYDAVATELSKEJ KOMISIE

Táto komisia, ktorá bola vytvorená na kongrese FIS v Dubrovniku, mala svoju prvú poradu. Bolo rozhodnuté vydávať Bulletin FIS, ktorý by obsahoval zprávy o činnosti, rozhodnutiach, záveroch rady FIS a jej komisii, oboznamoval s programami zasadnutí FIS a komisii, uverejňoval organizačné zprávy z MS a OH, zprávy o nových členoch FIS a krátke zprávy o doterajších členských štátoch, v skratke výsledky z veľkých medzinárodných pretekov. Zprávy budú tlačené v 3 rečiach: anglicky, francúzsky a nemecky.

Vzhľadom na to, že doterajšie materiály FIS boli vydávané len v obmedzenom množstve, nový časopis bude v oveľa

väčšej miere prístupný našim lyžiarskym pracovníkom a odborníkom po celej ČSR a budú tak mať možnosť bezprostredne žiť s novosťami v medzinárodnom lyžiarskom živote.

#### Z KVALIFIKAČNEJ KOMISIE

Podkladom jednaní v tejto komisii bola obsahla zpráva predsedu komisie Dr. Lorenca (predsedu rakúskeho lyžiarskeho sväzu).

Tenorom celej zprávy je snaha obmedziť množstvo pretekov a tréningov (?) a umožniť mladým ľuďom venovať sa práci. Zameraná je na tri hlavné body:

- a) priestupky proti § 8 medzinárodného lyžiarskeho poriadku,
- b) obmedzenie kalendára,
- c) obmedzenie tréningu.

K bodu a) nebola diskusia — bol schválený na kongrese FIS.

K bodu b) boli prijaté tieto hlavné závery:

1. alpské krajiny obmedzia, prípadne celkom ustúpia od poriadania medzinárodných lyžiarskych týždňov,
2. preteky sa majú konať na konci týždňa,
3. nebudú sa konať medzinárodné letné preteky,
4. nebudú sa konať letné preteky v skoku na umelej hmote. Tréning zahraničných pretekárov dovolený.

K bodu c) návrh predpokladal obmedzenie oficiálneho tréningu (sústredenia štátnych družstiev) v dobe od 15. 4. do 15. 11. Tréningy družstiev by nemali začínať pred 15. 11. a krátke sústredenia v prechodnom období by mali trvať 2 dni.

K tomuto bodu sa rozprúdila bohatá diskusia. Svajčari žiadali z dopravných dôvodov najmenej tri dni, Fínom nestačí ani týždeň, okrem toho začínajú v auguste už z geografických dôvodov. NDR žiada výnimku pre vysokoškolákov v letných prázdninách.

Vzhľadom na značnú rozdielnosť názorov bolo prijaté doporučenie, aby táto otázka bola riešená na regionálnych konferenciách napr. Škandinávia, alpské krajiny, SSSR a ľudovodemokratické krajiny, USA a Kanada, ktoré predložia svoje závery FIS a potom sa stanoviská skooridujú. V našej oblasti by sa mala na výzvu prezidenta FIS ujať iniciatívy NDR.

Obdobne to bolo i s redukciiu medzinárodných pretekov vôbec. I tu je ťažké riešenie najmä pre alpské miesta, kde ide o obchodné dôvody a rozvoj cestovného ruchu. I táto otázka má byť prerokovaná na regionálnych konferenciách.

### DO DRUHÉHO KOLA

Trať druhého kola, vytyčená Rakušanem Salvenmoserem, který letos trénuje kanadské reprezentanty, byla podstatně plynulejší a tím také rychlejší, měla o jednu branku více než I. kolo (tedy 69) a svým charakterem odpovídala více dnešnímu rakouskému »kursu« stavby slalomů, takže také lépe »seděla« Rakušanům než Igayaovi. Byla dlouhá 562 metry a měla opět výškový rozdíl 202 m. Její nejtěžší místa byla opět na prudkém svahu v první třetině trati a pak v ostré »muldě« ve skupině 48.—52. branky. Američan Werner jel i toto kolo velmi pěkně, a i když se několikrát zdálo, že musí padnout, přece jen projel cílem bez nehody, ale zato značně vyčerpan. Docílil i v druhém kole pěkného času (59,2 vt.), kterým se tak udržel mezi vedoucí skupinou. Další závodník Obermüller (NSR) zajel toto kolo podstatně lépe než první a dostal se tak v konečné klasifikaci před našeho Bogdáka.

### SKVĚLÝ RIEDER

Pak byl odstartován Rakušan Rieder, který měl v prvním kole o celou vteřinu horší čas než Japonec Igaya. Podporován mnoha tisíci diváky, jel tento 22letý závodník z Leremoos pod Zugspitze skutečně krásně, stále úzkou stopou, místo brzdění používaje odšlápnutí, jen jednou ztratil svůj bezpečný předklon, ale ani to jej nevyvedlo z rytmu a tak nakonec bojovalo jeho velké umění jen s časem. Docílil nejlepšího času druhého kola (57,4 vt.), kterým si zajistil hrdý titul mistra světa ve slalomu pro rok 1958 a Rakousku dobyl první zlatou medaili.

Největší jeho soupeři jeli sice teprve za ním, ale nezdálo se nám být možné, že by někdo zajel ve druhém kole lépe než on. A přece se tak mohlo stát! Toni Sailer, startující hned za Riedrem, projel celou trať druhého kola velmi odvázně, a i když bylo vidět, že mu toto kolo lépe vyhovuje než první, přece jen musel často »chytat« rovnováhu přecházející z jedné lyže na druhou, čímž pochopitelně trochu ztrácel. Vzdor tomu docílil nádherného času, jen o desetiinu vteřiny horšího než Rieder, a tak se již jen čekalo na vítěze prvního kola, sympatického Japonce Igayau, který jediný mohl prakticky ještě ohrozit Riederovo vítězství.

### IGAYA TENTOKRÁT OPATRNÝ

Ale Igayovi se již nepodařilo zajet tak rasantně jako v prvním kole, jeho jízda nebyla již tak plynulá a už pouhým okem bylo vidět, že větší poloměry jeho švihů jej tentokrát připraví o mistrovský titul. Docílený čas rovných 60 vt. byl skutečně o 2,6 vt. horší než Riederův a o 2,5 vt. horší než Sailerův, takže tím bylo rozhodnuto nejen o novém mistru světa, ale i o pořadí prvních tří závodníků. Žádná sensace se už ani nečekala, tak suverénní byly výkony a celkové časy, docílené Riederem (115,1 vt.), druhým Sailem (115,8 vt.) a třetím Igayou (116,7 vt.).

### A CO NAŠI DVA REPRESENTANTI

Neměli lehkou úlohu jako jiná družstva (ježto jeli pouze dva) a tak po neúspěchu Hennricha v I. kole musel Bogdálek zajet i druhé kolo tak, aby si alespoň udržel své dobré umístění z prvního kola do alpské trojkombinace, za tím co Hennrich se měl pokusit riskantnější jízdou vyrovnat částečně ztrátu z prvního kola. Nepodařilo se ale to, v co jsme tajně doufali. Bogdálek jel sice naprosto spolehlivě, ale tíha odpovědnosti byla přece jen na jeho jindy tak rasantní jízdě znát a znamenala pro něj ztrátu 3—4 vteřin, která ho odsunula z 15. až na 20. místo v celkové klasifikaci. A tak druhý náš reprezentant Kurt Hennrich, startující ještě o osm závodníků později za Bogdálkem, měl opravdu těžký úkol. Prvé dvě třetiny těžké tratě projel v poměrně dobrém mezičase. Ještě těžkou skupinu v ostré muldě zdolal bez nehody, ale na traverzu z ní »chytit« záklon, takže v další ledové vlásence nemohl již zabránit pá-



Nejlepšího výsledku v Badgastein dosáhla Milka Richvalská v obřím slalomu, kde skončila na 11. místě. Snímek ji zachycuje krátce po dojetí závodu

du. Vyrazil přitom i brankovou tyč, vstal sice hned, ale nepostřehl správně, kde stála vyražená tyčka příští branky, takže branku neprojel a byl diskvalifikován. Tak skončil první start našich dvou reprezentantů na mistrovství světa 1958 jen polovičním úspěchem.

Dvacáté místo našeho Bogdáka bylo za daných okolností skutečně úspěchem, vždyť nechal za sebou mnoho závodníků ze sjezdařské elity nasazených daleko před ním, porazil s převahou všechny Poláky, Švédy, sovětské reprezentanty (Filatov byl 23.), Kanadany, Bulhary, Finy, Jugoslávce, tři Italy, tři Američany, tři reprezentanty NDR, dva Nory a všechny závodníky ze sjezdařsky slabších zemí.

Vysvětlovat při této příležitosti obšírně tyto »dané okolnosti« zabralo by příliš mnoho místa. K tomu se ještě vrátíme v podrobném hodnocení naší letošní sjezdařské mezinárodní reprezentace. Chci jen podotknout, že naši reprezentanti vzdor velké snaze nemohli ještě být na MS ve vrcholné formě vzhledem k tomu, že pro nedostatek sněhu na našich horách začali později s rozjížděním, o vlastním tréninku na sněhu ani nemluvě. Zatím co většina reprezentantů jiných zemí trénovala intenzivně již od listopadu a najezdila denně až 50 km na různých sjezdovkách, naši jezdili teprve od prosince, a to ještě pouze na loukách u Dvoraček v Krkonoších, takže u nás v přípravě najezdili nejvýše 50—100 km celkem. V Rakousku pak doháněli svůj opožděný trénink, takže ještě těsně před mistrovstvím světa, v době, kdy ostatní závodníci již šetřili své síly na těžké vysilující boje, naši ještě »honiли« formu.

ZÁVOD, V NĚMŽ JSME MĚLI NEJMĚNĚ NADĚJÍ

## Obří slalomy potřebují nejvíce vyježděnosti

Druhým závodem, který závodníci na mistrovství světa v Badgastein absolvovali, byla soutěž v obřím slalomu. Protože jsme si již o jednotlivých závodnících podrobně promluvili v hodnocení slalomu, bude další naše pokračování mnohem stručnější.

Znovu však je třeba upozornit, že technikou jízdy, stavbou tratí, jak jsme ji viděli v Badgastein, se budeme zabývat ještě příště. Dělat ihned závěry by bylo příliš ukvapené.

Soutěž v obřím slalomu není tak starou disciplínou. Vždyť první titul mistra světa si vybojoval až v roce 1950 v Aspen známý italský závodník Zeno Colo a v soutěži žen Rakušanka Romová. Ačkoliv je obří slalom nejmladší sjezdovou disciplínou, získává si pro své kvality velkou oblibu jak u závodníků, tak i lyžařského obecnostva.

### ANI RYBA, ANI RAK

Má mnoho společného se sjezdem i slalomem, přesto je však nemůžeme dobře přirovnávat ani k jednomu, ani k druhému. Dlouhé rychlé oblouky, které jsou tak typické pro jízdu v obřím slalomu, se totiž vyskytují ve slalomu speciálně i ve sjezdu jen ojediněle. Je tedy nutno mluvit o speciální technice jízdy v obřím slalomu, která pochopitelně vyžaduje i speciálně zaměřený trénink. Perfektní vedení lyží v dlouhém oblouku, bez zbytečného hranění a správná jízda šikmo svahem jsou základním předpokladem správné jízdy.

### MÁLO TRÉNINKU

Svah, který byl vybrán pro obří slalom mužů i žen, byl jen na krátkou dobu otevřen pro trénink. Povolené tréninkové jízdy nás však hned přesvědčily o velké obtížnosti trati. Před zahájením závodu mužů se mnoho a mnoho hovořilo a favoritech. Jasnou »tutovkou« pro většinu tipujících byl opět rodák z Kitzbühlu, Toni Sailer. Vždyť k jeho dokonalému závodnickému umění je třeba přidat i perfektní »závodnické myšlení«, které bývá označováno za jeden ze základů Sailerových úspěchů. Z dalších závodníků se věřilo dalším třem Rakušanům Moltererovi, Riederovi a Zimmermannovi. Francouzi skládali naděje ve své závodníky, především Duvillarda a Bozona. A mezi dalšími vážnými uchazeči o mistrovský titul byli Američan Bud Werner a Švýcar Staub.

### MALÉ NADĚJE NAŠICH



Jaroslav Bogáček

Naši reprezentanti Bogáček a Hennrich měli v této soutěži snad nejméně nadějí. Vždyť obří slalom je disciplínou, kde se snad nejmarkantněji projeví nedostatek vyježděnosti, kterou nelze nahradit ani vůlí, ani odvahou. Také vylosování našich bylo nepříznivé, ale to jsme celkem očekávali.

Ačkoliv závod měl být zahájen až ve 13,30 hod., již od rána proudily ke svahu, kde byl obří slalom vytyčen, proudy lidí. Pochopitelně, že také nejhustěji obsadili místa, která se podle jejich mínění zdála nejtěžší a také, jak se později ukázalo, jejich instinkt je vedl správně. Prudké padáky v horní části a těsně před cílem byly nejhustěji lemovány a také pro všechny závodníky byly nejtěžším oříškem.

### NEPŘEKONATELNÍ RIEDER A SAILER

První startoval Francouz Duvillard. Již na jeho jždě jsme si ověřili, jak závod bude rychlý — dosažený čas 1:55,5 min. Druhý závodník Obermüller nevyužil dokonalého stavu drá-

hy k riskantnější jízdě. Umí rozhodně více. Také výkon Zimmermanna neodpovídal jeho schopnostem.

Již zcela jiná byla podívaná na Rakušana Riedera. Úzké vedení lyží a měkké projetí všech oblouků bylo pro diváky pravým požítkem. Hned za Riederem startoval miláček rakušského obecnostva Toni Sailer. Od startu nasadil takové tempo, že diváci nejdříve zatajili dech a teprve po chvíli jej začali povzbuzovat. Rychlost, živost a jistota, to lze říci o jeho jízdě. Od Sailerových lyží neodletoval sníh, který je nezvratným důkazem přílišného hranění. Když projížděl nejlepší sjezdař světa rovinkou pod druhým padákem, zdálo se neuvěřitelné, že je možno na lyžích dosáhnout takové rychlosti. Čas Sailerova nebyl již nikým překonán a olympijský vítěz tak opakoval svůj úspěch z Cortiny. Zatím co diváci čekali na vyhlášení výsledku Sailerova, bojoval na trati druhý Francouz Bonlieu, který zatím dosáhl třetí nejlepší čas. Ale závod a stříbrnou a bronzovou medaili nebyl ještě dávno rozhod-





nut. Vědělo se, že Sailerův již těžko někdo překoná. Ale na startu byli ještě Millianti, Perillat, Corcoran a především Molterer, Werner, Igaya, Bozon a Staub.

#### NEŠTASTNÉ ZRANĚNÍ BOZONA

Velmi dobře zajel Američan Werner, který se zatím svým časem zařadil na čtvrté místo. Na Moltererově jízdě bylo hned na začátku dobře vidět, jak rád by překonal Sailerův čas. Jel však příliš riskantně a již v první části trati povážlivě zakolísal. Měl však ještě jedno zdržení. Přesto však dosáhl shodného času s Japoncem Igayou, který, jak se ukázalo, propásl svou životní příležitost již ve slalomu.

Francouz Bozon svou jízdou naznačil, že patří mezi nejlepší sjezdaře světa a rozhodně by se umístil velmi pěkně. Ale nešťastný pád těsně před cílem a vážné zranění jej vyřadilo pro letošní rok z další závodnické činnosti. Když již nikdo nečekal, že se na prvních místech změní pořadí, vyjel na trať Švýcar Staub s číslem 15. Zajel jeden ze svých nejlepších výkonů a nakonec si vybojoval zcela právem bronzovou medaili.



Jedno z nejtěžších míst obřího slalomu mužů. Na snímku není dobře zachycena strmost svahu. A že o diváky na mistrovství nebylo nouze, dokazuje i obrázek.

#### ČEKÁME NA NAŠE

V dalším průběhu závodu se časy závodníků stále zhoršovaly a naši reprezentanti s vysokými startovními čísly čekali stále na svůj závod. Bogdálka se časem 2:03,5 min. zařadil na 22. místo a potlesk, který jej uvítal v cíli, byl opravdu zasloužený, vzhledem k tomu, že závodníci s tak vysokými startovními čísly měli všichni mnohem horší časy. Také Kurt Hennrich s číslem 61 předstihl všechny závodníky losované do jeho skupiny a skončil jako dvacátýdevátý.

Ti, kteří měli možnost závod v obřím slalomu sledovat, musí shodně potvrdit, že jistě nikdy neviděli závod s tak vysokou úrovní boje a s takovými dramatickými a překvapivými momenty na trati.

#### ZNAČNĚ TEPLA HODNĚ ZPOMALILO CELÝ ZÁVOD

### VE SJEZDU MUŽŮ JSME PROMAZALI

Před vlastním hodnocením závodu ve sjezdu si ještě řekneme několik slov o přípravě našich reprezentantů Bogdálka a Hennricha. I oni se zaměřili v přípravě v Badgasteinu na trénink sjezdu. Trénovali společně se závodníky ostatních zemí. Sjezdovka byla hodně rychlá a na mnohých místech i nebezpečná. Proto nebylo ani nouze o časté pády, které však na štěstí skončily bez pohromy. Dík za to jistě patří i pojistnému vázání Marker.

Před závodem ve sjezdu byla v jednotlivých družstvech značná nervosita. Největší naděje na získání titulu si dělali především Rakušané v čele s Riederem a Sailerem, Francouzi, Švýcaři Forrer a Staub a Američan Bud Werner. V nejtěžší situaci byl Toni Sailer. Vítězstvím mohl získat i titul mistra světa v trojkombinaci. A v roli favorita se vždy jede hůře. Závod sám pak potvrdil, že Sailer, nejlepší sjezdař všech dob, má skutečně nervy ze železa. Jeho jízda byla skutečně perfektní, ani jednou nezaváhal a znovu potvrdil, že od svého slavného triumfu v Cortině neztratil nic ze svého umění.

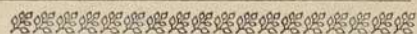
Velkou smůlu měl »věčný smolař« sjezdových tratí Bud Werner. Měl druhý nejlepší čas a těsně před cílem upadl, a než stačil pokračovat v jízdě, ztratil mnoho drahocenných vteřin.

#### MĚLI JSME ŠPATNĚ NAMAZÁNO

Chceme-li hovořit o výsledku našich, musíme začít počásím. Start závodu byl až odpoledne ve 13,30 hod. Již ráno, kdy trenéři si projížděli sjezdovou trať, aby se přesvědčili o jejích posledních úpravách, bylo jisté, že teplé počasí vydrží celý den a sníh bude měkký. Teplota sněhu po celé trati byla 0 stupňů.



Na první části filmu vidíme Igayau, Sailerův, Blüssiho a Perilla, na druhé části Wenera, Obermüllera a Riedera.



Po poradě s výrobcem vosků Toko jsme se rozhodli pro »Toko 5« a parafin. Tento způsob mazání se neukázal v závodě nejhodnější. Trať byla pomalá a tím pochopitelně mnohem lehčí než v tréninku. Vždyť jen nepatrné procento závodníků soutěží nedokonalě, což je pravým opakem sjezdu na olympijských hrách v Cortině.

Naši závodníci, přes to že vydali na trati ze sebe všechno své umění, nedokázali zrychlit tempo jízdy a především na

traversách hodně ztráceli. Výkony a umístění Bogdálka i Hennricha na 23. a 24. místě nutno hodnotit jako výkon úměrný našemu tréninku.

Neměli jsme možnost spojit ještě všechny poznatky dalších trenérů, kteří sledovali závod na jiných místech než my. Zachytili také většinu závodu na filmový pás a tak po společné poradě a shrnutí všech záznamů a zkušeností si v příštím čísle povíme o sjezdových závodech ještě více.

## PRVNÍ ZKLAMÁNÍ RAKUŠANEK

Když jsme si v neděli prohlíželi trať slalomu žen, byli jsme zklamáni. Svah, tzv. Schmelzwiese, a zvláště jeho prvá polovina, neodpovídala podle našeho názoru požadavkům »slalomové pisty« pro mistrovství světa žen, i když uznáváme, že ženy nemohou mít tak těžké a namáhavé tratě jako muži. Ovšem na podobných cvičných loukách, jako je Schmelzwiese, stavíme i u nás jen velmi neradi slalomy pro dospělé, neboť postrádají členitost terénu a hodí se leda pro tratě pro mládež nebo dorost. Na takovémto plochem terénu se i dobrému autoru špatně staví hodnotný slalom, nemůže-li svou koncepci opřít o terénní členitost a vlny nebo změny sklonu použitého svahu. A tak zvláště začátek prvního kola ženského slalomu byl velmi pomalý a podle mého názoru neměl autor Nor Andersen při vytýčování správný odhad o přílišném odbrzdění ze 4. do 5. branky. Všechny závodnice zde musely různým způsobem »pospíchat«, nejvíce pícháním, čímž pochopitelně ztrácely rytmus, který ale i jinak v tomto kole slalomu chyběl. Obě kola měla po 50 brankách a výškový rozdíl 172 m, což se nám při poměrně malém sklonu použité louky ani nechtělo věřit.

Druhé kolo, podstatně již plynulejší, postavil vítěz předloňské Velké ceny Slovenska, Rakušan Ernst Oberaigner, na téže louce, ale s několika velmi vtipnými figurami.

Sníh byl v obou kolech velmi pěkný, i když poměrně měkký.

### SENSACE — BJÖRNBAKKENOVÁ

Hned v prvním kole došlo k sensaci, když Norka Inger Björnbakkenová, startující jako dvanáctá, předjela všechny své soupeřky o 1,3 vt., aby pak i ve druhém kole docílila nejlepšího času, čímž naprosto suverénně a zaslouženě získala titul mistryně světa ve slalomu pro rok 1958. Jela zvláště v prvním kole velmi dobře a rasantně, vedla své lyže na plochách bez zbytečného hranění, měla zřejmě báječně namazanou, takže i pomalé začátky obou kol projela naprosto plynule a poměrně rychle. Norky vůbec byly velkým překvapením ve slalomu žen.

Zato ale poměrně zklamaly Rakušanky, i když Putzi Frandlová byla po velmi jisté jízdě v obou kolech, a tím i v celkovém pořadí druhá, a Hilde Hofherrová, loňská vítězka naší Velké ceny Slovenska, celkově šestá. Mladá a nadějná Mittermayerová byla až 18. a Lotte Blattlová dokonce až 30. Favoritka Italka Carla Marchelli nebyla po svém loňském zranění zřejmě ještě v nejlepší formě a tak skončila až na 23. místě. Italkám slalom vůbec nevysel.

### ANI FRANCOUZKÁM SE NEDAŘILO

Čest francouzských sjezdařek musela znovu zachránit ne již nejmladší z nich, známá reprezentantka Susanne Thiollierová, která spolehlivými jízdami v obou kolech si udržela krásné páté místo v celkové klasifikaci. Sympatická Danièle Tellingevá, známá i u nás z loňského startu, skončila jako desátá.

### VE SJEZDU ŽEN JEN S RICHVALSKOU

## MÁLO TRÉNINKU NA SJEZDOVÉ TRATI

Pořadatelé chtěli zřejmě zabránit zbytečným úrazům při tréninku a proto byly zkušební jízdy na sjezdovkách pro muže i pro ženy velmi omezeny. Druhým důvodem bylo získat i čas pro dokonalou úpravu sjezdové trati. Největší potíže se vyskytly na sjezdovce žen, kde po několika jízdách byl sníh v povinných brankách již téměř nesjízdný. I přes časové omezení tréninku se nám podařilo projet trať mnohdy až čtyřikrát za den. První jízdu jsme věnovali projetí trasy bez jediné zastávky a zbývající tři jsme věnovali prohlídce jednotlivých úseků a tréninku na nejobtížnějších místech. Závodnice jezdily buď v těsném závěsu za trenérem Charvátém, který později zase kontroloval jejich jízdu tak, že jezdil v závěsu za Richvalskou nebo Šolcovou. Poslední jízdy Richvalské byly již dobré, přivykla si již rychlosti i obtížnému skoku na Stellišanu.

### PO ZRANĚNÍ ŠOLCOVÉ JEN S RICHVALSKOU

Do vlastního závodu jsme nastupovali jen s Richvalskou. Šolcová se totiž před závodem v tréninkové jízdě lehce zranila. Vylosování naší jediné reprezentantky v závodech bylo velmi příznivé. Šla tedy

Více se také čekalo od známé Kanadanky Lucie Wheelerové, která ale zřejmě neměla svůj nejlepší den a tak skončila až jako čtrnáctá, což jí nakonec stálo titul mistryně světa v alpské trojkombinaci. Také Švýcarka Frieda Dänzerová, startující jako č. 1, zůstala trochu dlužna své pověsti, ovšem dohonila to později vyrovnáním výkonem v dalších disciplínách, takže osmé místo ze slalomu se jí nestalo překážkou k získání mistrovského titulu v trojkombinaci. Další Švýcarky bojovaly velmi dobře, zvláště Annetarie Wasserová, která vyrovnáním jízdami v obou kolech získala bronzovou medaili, a Lilo Michelová skončila jako jedenáctá. Škoda, že sympatická Renne Colliardová, která patřila k favoritkám závodu, vynechala již v prvním kole jednu branku a byla diskvalifikována.

Z dalších národů byli jsme ještě zvědaví na německé závodnice, ale ty všechny úplně zklamaly. Jak reprezentantky NSR, tak i NDR skončily až na zadních místech. Velmi pěkně se umístila sovětská reprezentantka Eugenie Sidorová, která po vyrovnání výkonu v obou kolech skončila celkově jako dvanáctá. Stylově pak vůbec nejlépe zajela známá Polka Barbara Grocholská (provdaná Kurkowiaková), i když tomu její celkové umístění až na šestnáctém místě zdánlivě nenásvědčuje.

### ŠPATNÁ VYLOSOVÁNÍ NAŠICH

Obě naše reprezentantky neměly příznivé vylosování, což překvapilo nemile zvláště u Milky Richvalské, která byla nasazena ve druhé skupině, kde jí bylo vylosováno až číslo 26. Justa Šolcová byla losována ve třetí skupině a dostala číslo 35. Pochopitelně, že to byl značný handicap zvláště s ohledem na poměrně měkkou »pistku«. Richvalská měla velkou snahu vyrovnat v obou kolech tuto nevýhodu vylosování bojovnou a rasantní jízdou, ale nedařilo se jí to úplně, ba naopak, neboť již značně vyjetá trať jí nutila k častému hranění, což ovšem na poměrně ploché trase značně vybrzdžovalo její další jízdu. Tím ztrácela drahocenné desetinky, takže v cíli, vzdor jinak dobré a jisté jízdě, měla proti vítězce Björnbakkenové v obou kolech téměř stejnou ztrátu asi 4 vteřiny. Její sedmácté místo nemůžeme nazvat úspěchem, neboť Milka Richvalská je schopna daleko lepšího výkonu, a proto pevně věříme, že ještě mnohokrát dokáže, že i ve slalomu patří mezi prvních deset na světě!

### PÁD ŠOLCOVÉ

Justa Šolcová, startující jako 35., neměla šťastný začátek, neboť již v prvním kole ve třetí brance zachytila lyži za brankovou tyč, vyjela z tratě a tím vyvedena z tempa pokračovala neurovaně a nervosně v další jízdě. Několik branek před cílem pak ztroskotala definitivně, když se jí při pádu uvolnilo pojistné vázání (MARKER), takže vynechala jednu branku a byla diskvalifikována. Byli jsme trochu zklamáni, že ani naše ženy nedocílily pronikavějšího úspěchu, i když víme, že jejich letošní příprava nebyla dostatečná, neboť jejich tréninkové možnosti před mistrovstvím světa byly stejně skromné jako u mužů.

na start s vědomím, že bude mít ještě poměrně dobrý nevyjetý sníh a může dosáhnout velmi dobrého umístění. Ovšem nedovedla se zbavit přílišné nervosity. Vytýkat jí to by nebylo na místě. Vždyť věděla, že sjezd je jedinou disciplínou, kde může dosáhnout dobrého umístění (dobré vylosování k tomu napomáhá), uvědomila si, že je také v závodech sama a tedy tíha odpovědnosti reprezentace spočívá jen na ní samé. Pro příště není možné, abychom k tak těžkému závodu nastupovali s nedostatečným počtem startů na velkých závodech. Jisté však je, že Richvalská bojovala na trati ze všech sil. Byla dostatečně rychlá a z její jízdy vyzářovala touha umístít se mezi prvními pěti. Projela i konec obávaného Steilhanu odvázným způsobem. Upadla teprve v dolním úseku trati, když předtím dosáhla druhého nejlepšího mečiázu. Je zcela možné, že tento pád připravil nejen Richvalskou, ale i naše lyžování o jednu z medailí.

Bylo by však od nás slabošské, kdybychom ztráceli chuť do další práce z jednoho prohraného závodu.

V celé soutěži vyhrála naprosto zaslouženě Kanadanka Wheelerová.

## CO STAČILO RIEDEROVI, NESTAČILO RICHVALSKÉ

ODSTUP 3,8 ZA VÍTĚZNOU WHEELEROVOU JI ODSUNUL NA 11. MÍSTO



Také čs. reprezentantky se na tuto soutěž velmi dobře připravovaly a těšily. I když zde platí stejně jako u mužů, že naše postavení je v obřím slalomu nejhůřší, šly obě naše reprezentantky, zejména Richvalská, s úmyslem bojovat o prvenství. Vždyť Richvalská skončila v Saalfeldenu na pátém místě.

## VELMI PĚKNÁ TRATĚ, ŠPATNÉ PODMÍNKY

Začátek obřího slalomu žen byl postaven ve stejném místě jako obří slalom mužů. Dolní část vedla po sjezdové dráze. Jeho autor Toni Seelos dal na prudké straně celé trati »dobry vzhled«. Oblouky byly rychlé a plynulé, sestavení bran bylo náročné na myšlení.

Povrch trati byl dobře připraven, ale nedolal náporu prudkého slunce a teplého větru. Po projetí prvních závodnic byl celý povrch pokryt rozbředlým, hranami lyží nahnutým sněhem, který celý závod v dolním úseku zpomalil a tak i celou soutěž částečně znehodnotil.

## VE STOPÁCH CHRISTIANA PRAWDY

Jako první vyjela na trať Američanka Deaverová. Měla ještě velmi dobrou trať, na které se jí jasně rýsovala stopa předjezdce Christiana Prawdy. Tak Američanka plně využila této výhody, jela jistě a nikde nezakolísala. Švýcarka Waserová vyrazila hned od startu pro ni tak charakteristickým, rasantním způsobem. V každé bráně si pomáhala mohutným odpichem. Nežela však s přehledem a mnohé branky netakticky podjížděla. Hofherrová byla pro špatné projetí branky diskvalifikována. Minutu po Hofherrové startovala Wheelerová. Jela zdánlivě úplně klidně, včas nasazovala a bez přílišného hránění přecházela do jízdy šikmo svahem. Odpichy holi nebyly nijak ukvapené, ale z každého vyzařovala energie. Po projetí cílem stačil hlasatel oznámit čas 1:54,6, který již později se nepodařilo žádnému závodníkovi zlepšit.

## ÚPRAVA TRATE

Po odstartování prvních dvaceti závodnic přerušili pořadatelé závod a celou trať znovu upravili. Podařilo se jim na čas zahladit »koryta«, ale snůh zůstal již znatelně pomalejší.

Richvalská se startovním číslem 27 byla odhodlána bojovat i s touto překážkou. Počáteční horní úsek projela bez nejménšího zakolísání. Jela rychle a účelně. I na dolním úseku se jí vedlo dobře. Cílem projela v čase 1:58,3 min., to je o 3,7 vteřiny pomaleji než Wheelerová. Zatím co Rieder s časem o 3,8 vteřiny horším než Sailer získal stříbrnou medaili, stačil tento časový rozdíl naší Richvalské na jedenácté místo společně s Rakušankou Frandlovou. Druhá naše reprezentantka Šolcová jela s číslem 42. Hned v horním úseku trati ztratila nešťastným způsobem hůl a zbývající část absolvovala jen s jednou hůlkou. Skončila na 36. místě.

Umístění Milky Richvalské v tomto závodě je velmi dobré. Bojovala statečně a nechala za sebou řadu závodnic, jejichž tréninkové možnosti před mistrovstvím světa se nedaly srovnávat vůbec s přípravou naší.

## NĚKOLIK SLOV TONI SPISSE NA ROZLOUČENOU

## Trenér mistrů světa odchází

(Podle zpráv z rakouského tisku)

Po skončení mistrovství světa 1958 se rozloučil s rakouským národním mužstvem jeho trenér Toni Spiss.

Jako závodník si vydobyl jména, které zůstane snad navždy vryto do dějin sjezdářského sportu. Nestal se nikdy olympijským vítězem nebo mistrem světa. Musel se spokojit pouze s bronzovou medailí z obřího slalomu v Oslo 1952 a druhou bronzovou v Are 1954. Byl však mnohonásobným vítězem jiných významných závodů a jeho technika, zvláště ve slalomu, byla považována za jedinečnou. Ještě v roce 1957 byl vítězem slalomu na Etně v Itálii. Škoda, že myšlenky na hmotné zajištění ho často odtahovaly od pravidelného tréninku v Alpách.

Rakouské národní mužstvo převzal na podzim 1956 po vynikajícím odborníku prof. Rössnerovi, který má hlavní zásluhu o to, že silně individuality rakouských vrcholných jezdců dovedl stmelit v mužstvo.

Přesto neodchází jinak velmi oblíbený Toni Spiss bez kritických připomínek. Nezpůsobil to jen nedodržení slibů 10 medailí. Vždyť vítězství Rakušanů bylo pevnější než před dvěma lety v Cortině, kde bez Sailerů by byl výsledek hubený. Tisk je nespokojen s poměry v mužstvu, které se podle všeobecného názoru dostalo opět do nebezpečí »souborje hvězd«. Byl tím jen podepřen názor, že mužstvo mistrů světa nepotřebuje vysoce kvalifikovaného trenéra, ale vedoucího, který dovede velkou autoritou udržet dobrý duch v mužstvu.

Spiss vyslovil na rozloučenou některé názory, ke kterým došel za své dosud krátké trenérské činnosti. Velmi zajímavé je zjištění, že nácvik obřího slalomu zabírá u špičkového jezdce větší část tréninku než sjezd a obří slalom. Je to v rozporu s teoriemi Rössnerovými, který kladl hlavní váhu na sjezd. Spiss je jistě poněkud ovlivněn vynikajícími úspěchy Sailerů. Obří slalom vyžaduje koncentraci, kondici, co nejlepší tělesnou přípravu a jedinečné technické základy. Tolo zjištění není důležité pouze z důvodů tréninkových, ale také vzhledem k tendencím některých jednotlivců omezit sjezdářské disciplíny opět na bývalou dvojkombinaci.

Dále se Spiss zabýval situací mezi současnou světovou elitou. Domnívá se, že v sjezdářství mužů se Rakušanům nebezpečně přiblížili cizinci z těchto důvodů: Všichni jezdí na lyžích rakouské výroby, téměř všechna významná mužstva mají ra-

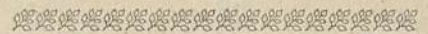
kouské trenéry. A konečně společný trénink s Rakušany jim dává možnost technického přizpůsobení. Obává se proto, že dosavadní převaha jeho mužstva je do budoucna ohrožena. Tento názor je tiskem kritizován a jsou připomínány zásady prof. Rössnera, které dovolovaly trénovat nadějně mládež spolu s reprezentačním mužstvem, zatím co Spiss nekladl hlavní váhu na trénink mužstva, ale jednotlivců.

Zkušenost, že Igaya a Werner se neuvěřitelně zlepšili během letního tréninku pod Eriksenovým vedením v chilských Andách, vede Spisse k předložení diskusní otázky, zda by nebylo vhodné přenést váhu podzimních soustředění na léto. Nestalé podzimní počasí nutí přý k častým přerušením a nedovoluje pravidelné dávkování. Ať už je tento názor správný či nikoliv, je to další útok na amatérství vrcholných závodníků, což bylo také předmětem jednání FIS.

Názory Toniho Spisse jsou jistě pro naše trenéry zajímavé. I když rakouský tisk nevěnuje Toniho-trenéra takovou gloriolou jako za jeho závodnické kariéry, přece je pravdou, že rakouské národní mužstvo mužů dosáhlo pod jeho vedením dosud největšího triumfu. Nebylo mužstvem jednotlivce Toni Sailerů, jak se o něm vyslovoval tisk. Toni Spiss odchází do další trenérské činnosti do Skandinávie.



Toni Spiss, trenér rakouského národního družstva, se mistrovstvím světa rozloučil se svou trenérskou činností. Na snímku je zachycen v rozhovoru s Frandlovou



# VÝSLEDKOVÁ ČÁST MISTROVSTVÍ SVĚTA V BADGASTEIN

## SLALOM PROSTÝ

1. Rieder (R)	57,7	57,4	115,1
2. Sailer (R)	58,3	57,5	115,8
3. Igaya (J)	56,7	60,0	116,7
4. Werner (USA)	59,6	59,2	118,8
5. Staub (Š)	60,1	61,8	121,9
6. Mathis (Š)	61,2	61,4	122,6
7. Perret (F)	60,5	63,0	123,5
8. Molterer (R)	61,5	62,6	124,1
9. Leitner (NSR)	62,6	62,6	125,2
10. Behr (NSR)	64,7	64,2	128,9
11. Wagnerberger (NSR)	129,7,	12,—	13.
Thorstensen (N) a Bläsi (Š)	129,9,	14.	
Schneider (Š)	130,1,	15.	Obermüller (NSR)
132,1,	16.	Lützendorf (NDR)	132,7,
17.	Alberti (I)	133,4,	18.
Sjaastad (N)	133,8,	19.	Moriarty (USA)
134,9,	20.	Bogdálék (ČSR)	65,6,
70,1,	135,7,	21.	Sonobe (J)
137,6,	22.	Stenmark (Šv)	137,7,
23.	Filatov (SSSR)	138,3,	24.
Riedel (NDR)	138,4,	25.	Gogolski (P)
140,2,	26.	Vuarnet (F)	141,8,
27.	Ancinas (Arg)	143,5,	28.
Sühs (NDR)	144,4,	29.	Roj-Gasienica (P)
145,7,	30.	Platt (K)	146,7,
31.	Malm (N)	150,	32.
Sjorpaes (I)	151,3,	33.	Dimitrov (B)
151,7,	34.	Manninen (Fin)	151,9,
35.	Haekkinen (Fin)	154,7,	36.
Burrini (I)	154,8,	37.	Corcoran
156,6,	38.	Varochkin (B)	157,5,
39.	Stefe (Jug)	159,1,	40.
Monastyrev (SSSR)	159,3,	41.	Stevens (K)
159,6,	42.	Marlot (USA)	161,2,
43.	Scherzer (NDR)	162,6,	44.
Vilbergsson (Isl)	184,2,	45.	Lahtela (Fin)
188,5,	46.	Caneva (Arg)	189,4,
47.	Rigat (Šp)	215,3,	48.
Ojeda (Arg)	217,1,	49.	Schädler (Licht)
249,2,			Hennrich
byl diskvalifikován.			

## OBŘI SLALOM

1. Sailer (R)	1:48,8 min.
2. Rieder (R)	1:52,6 min.
3.—4. Staub (Š)	1:53,9 min.
5.—4. Bonlieu (F)	1:53,9 min.
6.—7. Molterer (R)	1:54,5 min.
8. Werner (USA)	1:55,3 min.
9. Zimmermann (R)	1:55,3 min.
10. Milanti (I)	1:56,2 min.

11.—12. Wagnerberger (NSR) 1:57,3, 11.—12. Perillat (F) 1:57,3, 13. Bläsi (Š) 1:58,3, 14. Obermüller (NSR) 1:58,8, 15. Corcoran (USA) 1:58,9, 16. Brupbacher (Š) 1:59, 17. Sjaastad (N) 2:01,4, 18. Dimitrov (B) 2:01,7, 19. Alberti (I) 2:01,8, 20. Burrini (I) 2:02,7, 21. Forrer (Š) 2:02,9, 22. Bogdálék (ČSR) 2:03,5, 23.—24. Sühs (NDR) 2:04, 23.—24. Gorsuch (USA) 2:04, 25. Czarniak (P) 2:04,2, 26. Leitner (NSR) 2:05,2, 27. Thordarson (Is) 2:05,5, 28. Blanck (Šv) 2:06, 29. Hennrich (ČSR) 2:06,8, 30. Sonobe (J) 2:06,9, 31. Filatov (SSSR) 2:07,4, 32. Rokne (N) 2:07,5, 33. Stevens (Kan) 2:07,6, 34. Gogolski (P) 2:07,7, 35. Platt (Kan) 2:07,9, 36. Ekstam (Fin) 2:08,2, 37. Sjorpaes (I) 2:09,2, 38. Melville (USA) 2:09,4, 39. Roj Gasienica (P) 2:10,1, 40. Scherzer (NDR) 2:10,3, 41. Varochkin (B) 2:11,6, 42. Manninen (Fin) 2:12,2, 43. Monastyrev (SSSR) 2:12,3, 44.—45. Olsson (N) 2:12,4, 44.—45. Frawig-Gullen (Bol) 2:12,4, 46. Stefe (Jug) 2:15,4, 47. Kalpala (Fin) 2:16,2, 48. Lützendorf (NDR) 2:16,8, 49. Haekkinen (Fin) 2:16,9, 50. Lukanc (Jug) 2:17,1, 51. Lakota (Jug) 2:17,2, 52. Leonard (Can) 2:21,3, 53. Semmelink (Kan) 2:25,2, 54. Ojeda (Arg) 2:25,8, 55. Kindle (Licht) 2:25,8, 56. Huvagy (Pers) 2:28, 57. Schädler (Licht) 2:31,3, 58. Sanchez (Šp)

2:35,3, 59. Garriga (Šp) 2:36,3, 60. Schweizer (Arg) 2:39,1, 61. Magerdoun (Ir) 2:39,2, 62. Bazargan (Pers) 2:40,6, 63. Rigat (Šp) 2:44,9.

## SJEZD

1. Sailer (R)	2:28,5 min.
2. Staub (Š)	2:30,4 min.
3. Vuarnet (F)	2:32,3 min.
4. Forrer (Š)	2:32,7 min.
5. Molterer (R)	2:32,8 min.
6.—7. Leitner (R)	2:33,5 min.
6.—7. Duillard (F)	2:33,5 min.
8.—10. Bonlieu (F)	2:33,9 min.
8.—10. Rieder (R)	2:33,9 min.
8.—10. Perillat (F)	2:33,9 min.

11. Bläsi (Š) 2:34,8, 12. Milanti (I) 2:36,2, 13. Alberti (I) 2:37, 14. Leitner (NSR) 2:37,9, 15. Igaya (J) 2:38,3, 16. Gorsuch (USA) 2:39,4, 17. Burpbacher (Š) 2:39,7, 18. Burrini (I) 2:40, 19. Melville (USA) 2:40,9, 20. Obermüller (NSR) 2:41,1, 21. Sjaastad (N) 2:41,8, 22. Dimitrov (B) 2:42,1, 23. Hennrich (ČSR) 2:42,3, 24. Bogdálék 2:43, 25. Burrini (I) 2:43,2, 27.—28. Riedel (NDR) 2:44,8, 27.—28. Platt (Kan) 2:44,8, 29. Sühs (NDR) 2:45,3, 30. Lützendorf (NDR) 2:45,9, 31. Semmelink (Kan) 2:46,3, 32. Filatov (SSSR) 2:47, 33. Monastyrev (SSSR), 2:47,6, 34.—35. Scherzer (NDR) 2:47,7, 34.—35. Malm (N) 2:47,7, 36. Angelov (B) 2:48,6, 37. Werner (USA) 2:48,7, 39. Varochkin (B) 2:49,5, 40. Masaru (J) 2:49,7, 41. Olsson (Šv) 2:50,6, 42. Haekkinen (Fin) 2:53,3, 43. Frawig-Gullen (Bol) 2:53,4, 44. Kalpala (Fin) 2:53,5, 45. Klínar (Jug) 2:53,7, 46. Corcoran (USA) 2:54,1, 47. Stevens (Kan) 2:54,7, 48. Steve (Jug) 2:57,6, 49. Lakota (Jug) 3:02,1, 50. Lukanc (Jug) 3:06,1, 51. Kindle (Licht) 3:06,4, 52. Rokne (N) 3:11,7, 53. Garriga (Šp) 3:16,3, 54. Ancinas (Arg) 3:17, 55. Rigat (Šp) 3:17,5, 56. Sanchez (Šp) 3:24,3, 57. Manninen (F) 3:29,9, 58. Savogy (Ir) 3:35,1, 59. Bazargan (Ir) 3:43,9, 60. Magerdoun (Ir) 5:39.

## TROJKOMBINACE

1. Sailer (R)	0,36 b.
2. Rieder (R)	6,56 b.
3. Staub (Š)	8,63 b.
4. Igaya (J)	12,06 b.
5. Molterer (R)	12,37 b.
6. Bläsi (Š)	18,39 b.
7. Werner (USA)	19,20 b.
8. Leitner (NSR)	23,77 b.
9. Obermüller (NSR)	24,49 b.
10. Alberti (I)	24,84 b.

11. Sjaastad (N) 27,81, 12. Bogdálék (ČSR) 31,16, 13. Snobe (J) 38,95, 15. Corcoran (USA) 45,57, 15. Scherzer (NDR) 53,43, 16. Haekkinen (Fin) 57,82, 17. Steve (Jug) 61,69, 18. Rigat (Šp) 120,85, 19. Magerdoun (Ir) 194,24.

## SLALOM ŽENY

1. Björnbakkenová (N)	53,9	51,7	105,6
2. Frandlová (R)	55,2	51,8	107,0
3. Waserová (Š)	55,5	51,9	107,4
4. Sandviková (N)	55,6	53,3	108,9
5. Thiollierová (F)	55,5	53,8	109,3
6. Hofherrová (R)	56,4	53,4	109,8
7. Stuveová (N)	55,8	54,4	110,2
8. Heggteitová (Kan)	56,2	54,6	110,8

9. Dänzerová (Š) 55,6 55,2 110,8  
10. Tellingová (F) 56,9 54,5 111,2

11. Michleová (Š) 112,4, 12. Sidorová (SSSR) 112,9, 13. Poloniová (I) 113, 14. Wheelerová (Kan) 113,1, 15. Meyersová (USA) 113,7, 16. Grocholská (P) 114,2, 17. Richvalská (ČSR) 114,3, 18. Mittermayrová (R) 114,4, 19. Deaverová (USA) 115, 20. Zupancicová (Jug) 115,9, 21. Schirová (I) 116,9, 22. Kubic-Gogolská (P) 117,8, 23. Marchellová (Š) 119, 24. Meglová (NSR) 119,1, 25. Snitová (USA) 119,3, 26. Korzuchina (SSSR) 119,6, 27. Konttová (NSR) 120,2, 28. Sperlová (NSR) 121, 29. Artemenková (SSSR) 129,1, 30. Blatlová (R) 131,5, 31. Navarová (Šp) 131,8, 32. Baudová (F) 132,3, 33. Gasienicová (P) 133,8, 34. Holmesová (VB) 137,9. Šolcová diskvalifikována.

## OBŘI SLALOM ŽENY

1. Wheelerová (Kan)	1:54,6 min.
2. Deaverová (USA)	1:55,1 min.
3. Dänzerová (Š)	1:55,4 min.
4. Waserová (Š)	1:55,5 min.
5. Tellingová (F)	1:55,6 min.
6. Stuveová (N)	1:56,4 min.
7. Rívová (I)	1:56,6 min.
8. Schirová (B)	1:56,8 min.
9. Hochleitnerová (R)	1:56,9 min.
10. Björnbakkenová (N)	1:57,3 min.

11.—12. Richvalská (ČSR) 1:58,3, 11.—12. Frandlová (R) 1:58,3, 13. Foleyová (USA) 1:58,6, 14. Grossová (F) 1:59, 15. Heggteitová (Kan) 2:00, 16. Serlová (NSR) 2:02,1, 17. Sandviková (N) 2:03,5, 18. Michleová (Š) 2:04, 19. Holmesová (VB) 2:05,1, 20. Haraldsenová (N) 2:07,6, 21. Wolková (SSSR) 2:08,1, 22. Zupancicová (Jug) 2:08,4, 23. Sprongerová (USA) 2:09,9, 23. Gertschová (Š) 2:09,9, 25. Hörlová (R) 2:12,9, 26. Schenoneová (I) 2:13,1, 27. Sidorová (SSSR) 2:14, 28. Baslerová (NSR) 2:14,5, 29. Knottová (NSR) 2:19,9, 30. Meyersová (USA) 2:21,5, 31. Kubic-Gogolská (P) 2:22,8, 32. Artemenková (SSSR) 2:22,8, 33. Megglová (NSR) 2:33,2, 34. Navarová (Šp) 2:41,3, 35. Korzuchina (SSSR) 2:51,6, 36. Šolcová (ČSR) 2:55,2.



Když jsem si na vysoké podpatky tak zvykla...

SJEZD ŽENY

1. Wheelerová (Kan) 2:12,1 min.
2. Dänzerová (Š) 2:12,4 min.
3. Marechellová (I) 2:12,5 min.
4. Rílová (I) 2:14,6 min.
5. Frandlová (R) 2:15,7 min.
6. Sandvíková (N) 2:16,0 min.
7. Heggveitová (N) 2:16,3 min.
8. Baslerová (NSR) 2:16,6 min.
9. Schenoneová (I) 2:16,7 min.
10. Megglová (NSR) 2:17,1 min.
11. Pitouová (USA) 2:17,3, 12. Thiolliereová (F) 2:17,5, 13.—14. Haraldserová (N) 2:17,9, 13.—14. Stuveová (N) 2:17,9, 15. Blattlová (R) 2:18, 16.—17. Artemenková (SSSR) 2:18,2, 16.—17. Gertschová (Š) 2:18,2, 18. Telingeová (F) 2:18,7, 19. Meyersová (USA) 2:18,9, 20.—21. Bonlieuová (F) 2:19,3, 20. až 21. Hochleitnerová (R) 2:19,3, 22. Grossová (F) 2:20,5, 23. Looserová (Š) 2:21, 24. Deaverová (USA) 2:21,1, 25. Knottová (NSR) 2:21,2, 26. Sandeová (N) 2:22,7, 27. Gasienicová (P) 2:22,9, 28. Schirová (I) 2:23,6, 29. Springerová (USA) 2:24,4, 30. Holmesová (VB) 2:25, 31. Serlová (NSR) 2:25,3, 32. Sidorová (SSSR) 2:26, 33. Korzuchinová (SSSR) 2:27,7, 34. Waserová (Š) 2:29,2, 35. Grocholská (P) 2:29,5, 36. Kubic-Gogolská (P) 2:29,7, 37. Zupančová (Jug) 2:35,2, 38. Volková (SSSR) 2:41,4, 39. Hofherrová (R) 2:45,9, 40. Richvalská (ČSR) 2:59,5.

TROJKOMBINACE ŽENY

1. Dänzerová (Š) 3,80 b.
2. Wheelerová (Kan) 4,33 b.
3. Frandlová (R) 6,12 b.
4. Stuveová (N) 8,14 b.
5. Telingeová (F) 8,70 b.
6. Heggveitová (Kan) 9,99 b.
7. Sandvíková (N) 11,24 b.
8. Deaverová (USA) 12,24 b.
9. Waserová (Š) 15,94 b.
10. Schirová (I) 16,58 b.
11. Serlová (NSR) 23,86, 12. Sidorová (SSSR) 28,46, 13. Meyersová (USA) 29,56, 14. Zupančová (Jug) 31,23, 15. Knottová (NSR) 33,59, 16. Holmesová (VB) 35,60, 17. Artemenková (SSSR) 38,17, 18. Megglová (NSR) 39,80, 19. Kubic-Gogolská (P) 40,27, 20. Richvalská (ČSR) 41,70, 21. Korzuchinová (SSSR) 61,25.

NOVINKY STN

Vilém Mucha

DEJINY DÉLNICKÉ TĚLOVÝCHOVY V ČSR, II. díl

Autor, který byl ústředním tajemníkem EDTJ a FPT, zpracovává živou formou bohatý a převážně málo dostupný materiál o vývoji naší proletářské tělovýchovy v období před druhou světovou válkou. Dílo je doplněno fotografiemi a ilustracemi. (Vydalo STN Praha, 424 stran, váz. výtisk 24 Kčs.)

Viktor Čukarín — Jevgenij Simonov: NA STUPNÍCH VÍTEZŮ

Kniha je biografií ukrajinského mistra gymnastického umění, které literárně pro mladé čtenáře zpracoval Jevgenij Simonov. Kniha vypráví o chlapci, který si nade vše zamiloval gymnastiku. Bezpříkladnou pilí a úsilím, překonává hořkost porážek, nakonec stane v řadách nejlepších sovětských a světových gymnastů. Kniha putavě líčí napínavé souboje Čukarinovy nejen v SSSR, ale zejména v zahraničí, v Římě a Melbourne. (Str. 184, 10 obraz. příloh, váz. 10,80 Kčs.)

Přečetli jsme si o Badgasteinu,

ale ze zákulisí

Již před mistrovstvím světa se vedly dlouhé debaty o způsobilosti dnešního výběru závodníků na vrcholné sjezdářské závody. Podle názoru švýcarských expertů mají tato střetnutí být přístupná jen skutečně nejlepším v omezeném počtu — upozorňuje se zejména na skutečnost, že závodníci s neúměrně vysokým startovním číslem při 80—90 účastnících již stěží absolvují závod za stejných podmínek jako skupina nejsilnějších. Pro mistrovství světa a olympijské hry navrhuji švýcaři zvýšení limitu pro účast z jednoho státu až na 10 reprezentantů při záruce minimální účasti jednoho z každého státu — ovšem po přísném posouzení výkonnosti. K tomu účelu by sloužily jak výsledky předcházejících hlavních závodů sezóny, tak i přímo měřené tréninkové časů na mistrovských tratích. Švýcaři tak chtějí zařadit tomu, aby při vrcholných soutěžích ustálie skvělí závodníci, zejména z Rakouska, zatím co daleko slabší sjezdaři mají účast automaticky zajištěnou. Cílem švýcarských návrhů je omezení počtu startujících maximálně na 45.

Badgastein získal sportovní slávu teprve v letech po druhé světové válce. Před tím žil vlastně jen z pověsti výborného lázeňského místa. V současné době o pohodlí lázeňských hostů i sportovních nadšenců je postaráno ve více než stovce pensionů a hotelů s kapacitou daleko přes 6000 lůžek.

Převážná většina návštěvníků Badgasteinu věděla o vítězce slalomu Inger Björnbackenové jen to, že je — z Norska. Proto také za málokterým z ostatních hrdinů těchto dní nastal takový hon, jako za ní. Björnbackenové je 24 let, je zaměstnána jako telefonistka v Baerumu nedaleko Osla. Doma má dost značné obtíže s tréninkem — v Baerumu je sice prvotřídní skokanský můstek, ale se slalomovými svahy je to horší. Proto od roku 1953 poměrně často startuje v Alpách, ale dosud bez velkého úspěchu. Až v Badgasteinu...

Rakušané s úsměvem upozorňovali, že mistr světa nemusí být ještě nejlepším jezdcem sjezdářské velmoci. Sailer v době svých cortinských triumfů nevyhrál na rakouském mistrovství ani jednu disciplínu a Josl Rieder dokonce za celý svůj lyžařský život nezískal ještě ani jeden národní titul.

Urputný zákulisní boj sváděly spolu dvě známé formy výrobce lyží, Kneissl a Kästl. První kolo vyhrál Kästl — Rieder i Sailer jezdí na jeho výrobcích. Kneissl vyrovnal ženským slalomem, kde Björnbackenová i Frandlová použili jeho lyží. Ale pak díky Toni Sailerovi získávaly «Kästlovky» stále větší a větší náskok — aspoň v počtu získaných prvních míst. Že toho reklama pana Kästla využila naplno, to je jisté...

Nejen Sailer, ale také Rieder je na plátnech kin jako doma. Rakouští filmaři totiž využívají nesmírně popularity celého rakouského družstva a natáčejí dokumentární film o jejich úspěších.

kteř se neodehrává jen na sjezdovkách, ale také v soukromém životě rakouských reprezentantů. A protože je Rieder v celvillu absolventem hotelové školy, musel obléci černý frak a v jednom z badgasteinských hotelů natáčet pro filmaře sebe v úloze číšníka, vrátného a jiných hotelových funkcí.

Velký nápor prodělala badgasteinská pošta. Denně vybavila více než 100 třicetiminutových dálnopisů, 350 dvacetiminutových zahraničních telefonních hovorů. Průměrná čekací doba na telefoný byla osm minut, nejrychlejší spojení s cizinou bylo zajištěno ve dvou minutách. Hovor na nejdálší vzdálenost: Badgastein — Tokio, kterým Igaya oznamoval domů svůj úspěch. Hovor trval přes půl hodiny, každá minuta stála 107 rakouských šilinků... Zřejmě ani to, právě tak jako tříměsíční trénink v Andech, nečiní japonskému studentu poště.

Sailerova poslední vítězství ve sjezdu a v trojkombinaci získala Rakousku ještě jedno — historické — prvenství. Doprčila totiž počet světových titulů rakouských sjezdařů v celé historii FIS na 28 a převýšila tím o jeden dosavadní bilanci Německa, které ovšem největší část prvenství získalo v letech před světovou válkou. Třetí jsou Švýcaři s 24 a čtvrtí Francouzi s 8 tituly.

Nejlepší bojovníci v Badgasteinu nazývají Kanadanku Wheelerovou, nejrozzlobenější Italku Marchelliovou po jejím pádu, sjezdařkou s nejrychlejšími lyžemi Kanadanku Heggveitovou (norského původu).


Frieda Dänzerová prohlašovala opětovně po svém vítězství v trojkombinaci, že základ svého úspěchu vidí ve svědomité letní přípravě. Dänzerová, které je letos 27 let, v létě hodně cvičí v tělocvičně a věnuje značnou pozornost i přespolním běhům.

Za největší překvapení sjezdu mužů je považován fakt, že se čtyři Francouzi umístili mezi prvními osmi. Je to více než uspokojivá náplast na předpokládané neúspěchy často neprávem podceňovaných mužů z pod Mont Blancu.

Ve sjezdu žen se objevilo jméno, o němž po závodech odborníci tvrdili, že bude v příštích letech často představovat nejvyšší sjezdářskou třídu. Je to jméno mladé Italky Jerty Schirové, které jen nešťastný pád, skoro na tomtéž místě jako naši Richvalské, zabránil prosadit se již v Badgasteinu na přední místa.

Zajímavé je, že Toni Sailer teprve v Badgasteinu se postavil bez nejmenšího stínu v čelo světové lyžařské elity všech dob. Vítězstvím v trojkombinaci totiž dovršil počet sedmi získaných titulů mistra světa a předhlonil tím právě o jeden titul předválečnou švýcarskou slávu, sjezdaře Roemingera.





Dnešní naši fotomontáž věnujeme  
 ve sjezdových disciplínách v Badgast  
 výpravu při slavnostním nástupu. Vlak  
 seda sekce K. Smola, M. Richvalská  
 kongres FIS J. Mráz. Na dalším snímku  
 startem závodu ve slalomu a snímek  
 dvou nejlepších sjezdářek světa, má  
 Dänzerové a vítězky obřího slalomu a  
 vlevo i vpravo ukazuje dva naše závod  
 závodu ve sjezdu a uprostřed jsou z  
 valské a trenéra Dušana Char





řátkému pohledu na mistrovství světa  
n. První snímek nahoře zachycuje čs.  
onošem je Bogdálek, za ním jdou před-  
J. Šolcová, K. Hennrich a delegát na  
u je Francouz Charles Bozon těsně před  
pravo nahoře zachycuje šťastně úsměvy  
tryně světa v trojkombinaci Švýcarky  
jezdu Kanaďanky Wheelerové. Snímek  
níky Bogdálka (29) a Hennricha (21) při  
chyceny »ustarané« tváře Milky Rych-  
rváta před jedním ze závodů



# Mnoho překvapení v klasických disciplínách na mistrovství

I PŘES NEPŘÍZEŇ POČASÍ DOBRÉ VÝKONY

Letošní přebory republiky v klasických disciplínách, kromě běhu na 50 km, se jely letos opět ve Špindlerově Mlýně. Psát o tom, že přeboru nepřáló počasí, by bylo málo. Lyžaři nepotřebují ke svým závodům slunce a mrazivé počasí, jsou mnohem skromnější, ale tentokrát byli roztrpčeni na rozmary přírody i oni. Asi čtyři dny před zahájením prvních soutěží přišla velká obleva, která proměnila až do té doby pěkný prachový sníh ve vodovitou kaši, která rapidně před očima ubývala. Co to dalo práce, udržet běžecské trati i skokanské můstky v »zachovalém« stavu. Přece se však nepodařilo být silnější než přivaly deště v posledních dnech. Rozvodněné Labe strhlo na několika místech improvizované sněhové můstky, a tak běh žen na 10 km a závod mužů na 30 km, které byly plánovány na poslední den, musely být odloženy.

Hned si ale řekněme, zda to muselo být. Je pravda, že v neděli ráno »lilo jako z konve«, sněhové můstky byly strhány. Ale přesto však mohli pořadatelé vynaložit více iniciativy. Stačilo odložit alespoň o hodinu začátek závodu mužů a jistě by přišli na to, že lze trať vést asi o 300 m dál a převést ji přes stabilní most. Třicítka by se možná musela jet na tříkrát na desetikilometrovém okruhu, ale rozhodně se to dalo udělat. Pak by nemuselo dojít k tomu, aby

byl závod celkem málo uváženě odložen. Pojede se až s mezinárodními závody v Harrachově.

Na závodech došlo k několika velkým překvapením. Především je nutno vyzdvihnout vítězství zasloužilého mistra sportu Jaroslava Cardala v běhu na 15 km. S tím rozhodně nikdo nepočítal. Bylo mnoho lidí, kteří jej již na krátké tratě »zatracovali«, nevěřili v jeho rychlost.

Ani vítězství Jebavého ve skoku prostě nebylo očekávané. Vždyť po nešťastném zranění našeho nejlepšího skokana Jáchyma Bulína při mezinárodním týdnu skoků na můstku na Štrbském plese se věřilo nejvíce Zdeňku Remsovi, který také s převahou vyhrál kvalifikační závod pro mistrovství republiky. Soutěže žen dopadly většinou podle očekávání. Běh na 5 km vyhrála Benešová, když však Olga Kraslová potvrdila již známou věc, že se sklonkem zlny se dostává do velmi dobré formy.

V soutěži mladších i starších dorostenců a dorostenek se potvrdila radostná skutečnost, že mezi mláděmi nám rostou opravdu talentovaná závodníci, jak běžci, tak i skokani a sruženáři. Ale nyní již nechme promluvit o jednotlivých disciplínách trenéry.

Při zahájení hodnocení běhu na 15 km nezbyvá nic jiného, než začít alespoň běžným pohledem na nově tratě, které se letos při mistrovství republiky zkušely poprvé. Start i cíl byl na straně stříbrného kupařství, tedy v místech, kde bylo dříve při mezinárodním šestidenní. Mohu říci nejen za sebe, ale také za všechny závodníky, že jsem byl s jejich volbou spokojen. Až dosud se totiž myslelo, že ve Špindlerově Mlýně se dá závodit jedině na standardních tratích se startem a cílem na sportovním stadiónu ve Svatém Petru. Ovšem tratě zde měly více nevýhod než výhod. Hned po startu museli závodníci získat obtížně výšku, tratě vedly na svazích, po traverzách, kde jedna stopa byla výš a druhá níž. Častá příkrá stoupání se střídala se stejně strmými, mnohdy i pro běžce dost nebezpečnými sjezdy. Vždyť to byla trať pomalu »horolezecká« a ne zcela vyhovující moderním požadavkům stavby běžecských tratí. Nedala se na nich také dobře uplatnit dokonalá běžecská technika.

Nové tratě svým profilem i stavbou se hodně přibližují nejlepšímu zahraničnímu běžeckým tratím. Odpadávají traverzy, zbytečné výškové rozdíly, takže po celé trase je sníh, přibližně i stejné kvality, je mnohem větší místo pro start, což je potřebné zvláště při štafetách. Jen prudší stoupání krátce po startu trochu vadí, ale to se dá našťastí velmi snadno odstranit. Pak, myslím, budou tratě velmi dobré.

Jsou i poměrně rychlé, vždyť na těžkém sněhu dosáhli závodníci velmi dobrých časů. Je tedy na pováženu, zda byly všechny trasy dokonale změněny. Mám dojem, že potřebují znovu přeměřit a případně délkově nersrovnalosti opravit.

Myslím, že však se budeme muset zamyslet znovu nad tréninkem našich mladých běžců. Vždyť ani letos se nijak výrazněji neprojevili a do konečné-

## OBDIVUHODNÝ VÝKON CARDALA NA PATNÁCTKU

TEPLÝ A SDRUŽENÁŘ LAHR NA 2. A 3. MÍSTĚ

Václav Weisshäutel, trenér mužstva běžců

ho pořadí nezasáhli mladí, talentovaní závodníci. Jedině v liberecké Dukle se starší o mladé skutečně příkladně, a odtud by snad již v příštím roce mohl někdo překvapit. Ukázalo se, že na těžkém sněhu se dovedli se vše-

vým odstupem za vítězem. Je také pravda, že těžký sníh mu vyhovoval ze všech závodníků nejvíce. Zasloužené vítězství je výsledkem usilovné celoroční přípravy, v níž může být všem ostatním běžcům vzorem.

Antonín Teplý. Nemá zrovna nejlepší podmínky pro celoroční přípravu. Trénuje celkem sám, ale velmi houževnatě a nesleví nic z plánované přípravy. Podzim nakonec rozhodl o jeho velmi dobré formě. Zvýšil si ještě tréninkové dávky a v přípravě reprezentantů patřil mezi nejpilnější. S chutí jde do všech závodů a dovede se s tratí opravdu přát. Jeho výkony ve všech letošních závodech byly opravdu vyrovnané. Je jedním ze zástupců mladší generace, která se dostává pomalu kupředu.

Rudolf Čillik je bezesporu nejlepším slovenským běžcem. Po loňském překvapivém vítězství v běhu na 30 km na mistrovství republiky si udržoval svou dobrou formu po celý rok. Letos měl na různých závodech ovšem mnohem vyrovnanější výkony než vloni. Jistě k tomu přispěla i delší příprava na sněhu.

Josef Prokeš začal letos slaběji než v minulých letech. Mnohem déle se rozjížděl na sněhu než ostatní závodníci. Ani v prvních závodech se mu mnoho nedařilo. Na měkkém sněhu na mistrovství mu to mnoho nejelo, rozhodně dovede více.

Ilja Matouš — rozhodně je letos naším nejlepším běžcem. Měl nejstálější formu a na »patnáctku« prohrál jen jednou s Prokešem. Na mistrovství mu závod nevyšel. Jel na mokřém sněhu na měkkých lyžích a to ho stálo mnoho drahocenných vteřin. Těžko tak mohl podat lepší výkon. Ale v domácích i zahraničních

závodech patří vždy k nejspolehlivějším reprezentantům.

O ostatních: Na těžké tratě domlnovali starší zkušení závodníci, kteří ani těžký sníh nedovede vyvést z míry, kteří si dovedou dobře rozložit své síly na celý závod. Mladí závodníci ovládají techniku běhu správně teoreticky, při závodech však ztrácejí přehled a nedovedou ji správně a ve vhodný okamžik použít. Nevědí, kdy mohou na trati odpočívat, kdy »zapnout«. Potřebují více věřit ve své síly, jezdit ekonomičtěji. Příkladem jim v tom může být mistr sportu sruženář Vlastimil Melich, který je u nás snad nejtýpovějším představitelům dokonalého rozložení sil na celé tratě.



ILJA MATOUŠ

mi nástrahami vypořádat starší, zkušeni závodníci.

Nyní si řekněme několik slov o šesti nejlepších běžcích na patnáctku:

Jaroslav Cardal. Jeho vítězství snad bylo velkým překvapením pro nezavěčené, ale pro nás, kteří sledujeme jeho přípravu v reprezentačním družstvu, to rozhodně žádné velké překvapení nebylo. Vždyť letos ve všech kvalifikačních závodech bojoval velmi dobře, a již na mistrovské padesátce v Novém Městě na Moravě ukázal, že je i dostatečně rychlý. Na krátkých tratích skončil vždy jen s malým časo-



ANTONÍN TEPLÝ

V soutěži juniorů nedošlo k žádnému většímu překvapení. Farský dokázal skutečně svou nadvládu ve všech klasických disciplínách. Vždyť zvítězil nejen v běhu, ale i v závodech sružením a skoku prostém. Je škoda, že žádný z běžců specialistů se mu nedovede výkonem podstatně přiblížit. O všech ostatních platí to, co jsme napsali v závěru o mužích.



# BĚH ŽEN NA 5 km — SOUBOJ REPRESENTANTEK

PŘEKVAPILA POMĚRNĚ MALÁ ÚČAST STARTUJÍCÍCH

Prvním závodem žen na mistrovství republiky byl běh žen na 5 km. I zde bylo jasné, že boj o první místo se rozhodne mezi šestici našich reprezentantek Benešovou, Fialovou, Patočkovou, Krasilovou a Lauer-mannovou. Trať byla snad ještě těžší než pro muže, protože závod se jel až odpoledne, v době, kdy byla největší obleva. Proto se dokonale projevila správná fyzická příprava, jež tentokrát hrála mnohem větší roli, než běžecká technika. I po této stránce se celkem jasně projevila převaha členek reprezentačního družstva. Jedině Fialová zajela poněkud slaběji. Snad to byl následek předchozí chřipky. U Fialové ale po tradičním každoročním velmi dobrém začátku se projevuje již v polovině závodního období určitá stagnace, její výkon již nestoupá tak rychle jako u ostatních závodnic.

Řekněme si opět několik slov o jednotlivých závodnicích:

**Eva Benešová:** Po poněkud slabším začátku na sklonku minulého roku se dostala velmi rychle a po pečlivém tréninku do velmi dobré formy a vyhrála téměř všechny domácí důležitější závody. Dovede zajet spolehlivě především 5 km, svědčí to o její rychlosti. Přidá-li k ní ještě více závodnické houževnatosti, bude u nás těžko k překonání.

**Olga Krasilová:** Mokrý trať jí snad nejvíce vyhovovala. Má totiž velké závodnické zkušenosti, dovede se vypořádat s těžkými podmínkami. Ze všech našich reprezentantek se letos dostávala nejpomaleji do formy, ale na mistrovstvích republiky dovede zajet vždy velmi dobře. Kdyby dovedla zrychlit tempo v závěru závodu, mohla Benešovou i porazit.

**Libuše Patočková:** Již několik let patří k oporám našeho národního družstva. Tentokrát však, stejně jako Fialová, nastupovala k závodu pro přestálé chřipce a tak se nemohla vypnout k vrcholnému výkonu. Rozhodující časovou ztrátu »nabrala« v prudším výstupu brzy po startu a v závěru trať jí nemohla vyrovnat.

**Eva Lauermannová:** Po jednorozční přestávce (začala z intenzivním tréninkem až na podzim), je čtvrté místo pro ni rozhodně pěkným úspěchem. Platí o ní stále to, co již bylo mnohokrát napsáno. Je nesemlouvavá v přípravě a příkladná bojovnice na trati.

**Vlasta Srnková-Leischnerová:** Její výkon rok od roku stoupá a bude-li stejně poctivá v tréninku jako dosud, pak se o ní můžeme za rok dovědět ještě více. Bojovala na trati opravdu příkladně. Svě páté místo si uhájila od startu až do cíle.

**Anna Fialová:** Jela celkem nešťastný závod, nejen že neměla nejvhodnější namazáno, ale také nemohla z počátku chytit tempo a ještě ve třetím kilometru byla sedmá se ztrátou více než půl minuty za Kamlerovou. Pak se však přece dostala do tempa a obsadila šesté místo.

**Ostatní:** Na ostatních závodnicích bylo vidět, že neměly tak dobré možnosti přípravy jako reprezentantky a těžké podmínky zvýšily odstup za první šestici téměř o minutu. Pěkně si vedly Fajstaurová a Hlaváčová. Z ostatních se nejlépe uplatnily starší zkušenější závodnice. Poměrně zklamala Jeřábková, která na začátku roku naznačila, že uml mnohem více.

Překvapením však byl poměrně malý počet startujících a téměř žádná nová tvář. Situace v běhu žen byla v posledních letech hodně povážlivá. Špička se nyní částečně zlepšila, radostné byly i výkony dorostenek, takže se zdá, že o běžeckou budoucnost máme alespoň trochu postaráno. (Z)



Zasioužený úsměv tři našich závodnic po běhu na 5 km. Vždyť obsadily první tři místa. Patočková skončila třetí, Benešová první a Krasilová druhá (jmenováno zleva)

## Štafety žen dramatictější než mužů

DVOJNÁSOBNÉ VÍTĚZSTVÍ LIBERECKÝCH

Protože jsme si pověděli o výkonech některých závodníků a závodnic v kapitolách o běhu na 15 km, respektive na 5 km, věnujeme štafetám dospělých již je jednu společnou stať.

Závody mužů byly odstartovány ráno a proto také se jely ještě na částečně přimrzlé stopě. Závodníci na prvních úsecích dosahovali v průměru rychlejších časů než další členové jejich družstva. V soutěži mužů se rozpoutal již tradiční boj mezi štafetou libereckého a hradeckého kraje. Tentokrát vyhráli se značnou převahou liberečtí lyžaři. Již na prvním úseku získal Okuliar pro své družstvo značný náskok, který ve druhém úseku Matouš ještě zvýšil, takže prakticky o vítězi bylo rozhodnuto již po druhé předávce. Velkou předností vítězného družstva byla velká vyrovnanost celého družstva. Hradečtí ztratili nejvíce na druhém úseku, kde startoval Malinský, který letos neměl čas na trénink, a to se také na jeho výkonu patřičně projevilo. Na třetím místě skončila převápivě druhá štafeta libereckého kraje, kde běželi tři sdružení-representanti, Kubica, Nüsser, Janoušek a specialista Denke. Velmi pěkně si také vedlo družstvo Banské Bystrice. Je to snad po dlouhé době poprvé, co slovenští běžci zasáhli tak výrazně do pořadí ve štafetových závodech na mistrovstvích republiky.

URPUTNÝ BOJ MEZI LIBERCEM A PRAHOU

Rozestavné závody žen byly zahájeny opět až odpoledne, takže všechny běžkyně měly přibližně shodné sněhové podmínky — to znamená, velmi těžké. Vypořádaly se s nimi snad ještě bojovněji než v hladkém běhu na 5 km. Liberečtí nemají zatím třetí běžkyni, která by dosahovala časů i výkonů Benešové a Patočkové. Průchová ztratila proti první běžkyni štafety MV Praha přes dvě minuty. Tento náskok zase »vyrovnanala« Strážová z Prahy, která tento náskok zase pomalu ztrdila na výborně jedoucí Patočkové. Rozhodovalo se tedy mezi posledními dvěma závodnicemi Benešovou a Krasilovou. Benešová byla o 19 vteřin rychlejší, a to také rozhodlo o vítězství Liberce. Pražané jistě litují, že nepostavili do štafety Láskovou ze své druhé štafety, pak by vyhráli s náskokem téměř minuty. Z ostatních závodnic na sebe upozornila opět Srnková-Leischnerová, která dosáhla spolu s Krasilovou druhého nejlepšího času vůbec.

Při startu štafetových závodů se teprve osvědčila výhoda nového startovacího prostanství, kde měla všechna družstva dost místa na rozjezd. Jen můstek přes Labe, který je dosud ještě provisorní, potřeboval by pro příští rok alespoň trochu širší trubkovou konstrukci, aby ani zde nedocházelo ke zbytečným tlacenicím. (P)



Eva Benešová vyhrává ve Spindlerově Mlýně mistrovský titul v běhu na 5 km. Snímek je ze stoupání v Bedřichově

# V závodě sdruženém jen dvě veličiny

SNADNĚ VÍTEZSTVÍ LAHRA A MELICHA PŘED OSTATNÍMI

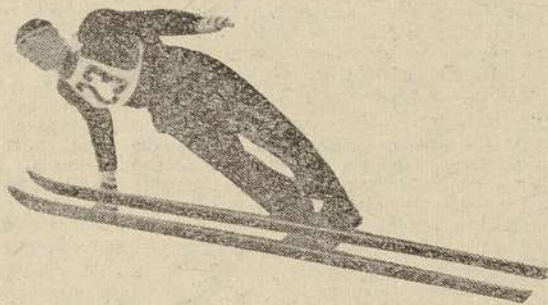
Začneme-li hodnocením závodu sdruženého, pak se musíme rozhodně vrátit o rok zpět, kdy jsme měli družstvo pěti téměř vyrovnaných závodníků — Nüssera, Lahra, Melicha, Janouška a Kubicu. Jen Nüsser v závěru období vynikal daleko nad ostatní.

Letos, bohužel, je tomu podstatně jinak. Z loňské silné pětky si udrželi výkonnost jen Lahr a Melich, ostatním se, zejména Nüsserovi nepodařilo ještě zlepšit loňskou dobrou formu.

Proto se budeme nejdříve zabývat dvěma našimi v současné době nejlepšími sdruženáři Lahrem a Melichem. Posledně jmenovaný byl letos zatím ve velmi dobré formě. K již tradičnímu vysokému standardu v běhu na 15 km přidal letos i podstatně zlepšený výkon ve skoku. Je závodníkem, který potřebuje delší dobu na rozeskákání a zřejmě mu pomohly dva naše můstky s umělou hmotou v Harrachově a Rožnově pod Radhoštěm. Škoda jen, že na přeborech republiky nestartoval zcela zdravý. Již první část sdruženého závodu, běh na 15 km, jel se zvýšenou teplotou a chrápkou a závod ve skoku absolvoval jen s největším sebezapřením. Přesto však se dovedl umístit v celkové klasifikaci na druhém místě.

Radostné bylo pozorovat vzhled formy Vítězslava Lahra. Na začátku období se zdálo, že se letos jen těžko bude prosazovat. Ale s postupem doby se zlepšovala jeho forma, jejíž vrchol se dostavil právě v době mistrovství republiky.

Jeho výkon v běhu na 15 kilometrů byl opravdu obdivuhodný. Vždyť našim specialisty skončil na třetím místě.



*Ze se mistr sportu Vlastimil Melich letos opravdu ve skoku zlepšil dokazuje nejlépe náš snímek ze skoku pro závod sdružený. Skok Melich vyhrál, ale celkově skončil druhý*

Jistě na tom má zásluhu i to, že dovedl téměř polovinu trati držet krok s Jaroslavem Cardalem, v jehož závěsu stále běžel. Zlepšili se ještě trochu ve skoku, pak bude patřit rozhodně mezi světovou elitu. Konečně dokázal to již v minulém roce na mezinárodních závodech v Lahti, kde skončil na třetím místě.

Josef Nüsser byl vždy mnohem lepší skokan než běžec. Po letošní operaci ruky nemohl tak trénovat běh, proto se věnoval více skoku. Ale disciplína, která byla jeho nejsilnější zbraní, mu letos opravdu nejde, především se mu nedaří odraz.

## JAK TO VYPADÁ V SOUTĚŽÍCH MLADÝCH

V kategoriích mladších dorostenců zvítězil s rozdílem jedné desetiny bodu Motejlek. Je nesporně našim největším talentem ve skoku a

na ten vždy spoléhá. Letos mu to málem nevyšlo. Chce-li se stát opravdu dobrým sdruženářem, pak musí hodně a hodně času věnovat nácviku běhu. U mladších dorostenců jsou vůbec výkyvy mezi jednotlivými disciplínami značné. Je to však omluvitelné. Vždyť sdružený závod je nejtěžší disciplínou a dosáhnout vyrovnanosti v obou soutěžích je velmi těžké. Ovšem na »souhra« se musí myslet již v mládí.

Ve starších dorostencích je nadějí Uirych. Jemu se přibližují Miluška a Luňáček. Výkony některých skokanů byly však hodně slabé. Pramení to zřejmě z nedokonalého tréninku na větších můstcích s kritickým bodem kolem 50 m. V juniorech je třídou Farský, o němž jsme se již zmínili při hodnocení běhů. Ale i další tři v pořadí Kuthel, Rázl i Mazánek se mu přibližují.

zima chová tak macešsky, že mládí nemá možnost více trénovat na sněhu. Pak by konkurence byla rozhodně ještě větší.

V soutěži dorostenek je situace obdobná. Jen u mladších se výrazně projevuje převaha běžkyň Hradeckého kraje (ve štafetách obsadily mladší dorostenky první dvě místa). Za to patří především díky nestárnoucí mistryni sportu Květě Lelkové, která vychovává ve svých svěřenkyňích opravdu vzorné sportovkyně. K nim se připojují závodnice z Jihlavského kraje, většinou Nového Města na Moravě a jediná úspěšná zástupyň Slovenska Gajancová.

I v dorostenkách starších se situace podstatně zlepšila a vyrovnanost prvních dvádnácti závodnic byla značná. Jen zde zástupyň slovenských krajů trochu »pokulhávaly«, a to bude jistě trenérům na Slovensku velkou pobídkou. (pa)

## Čtyři tituly

## libereckých skokanů

System kvalifikačních závodů před mistrovstvím republiky a celostátním přeborem dorostu se plně osvědčil. Do soutěže se tak dostali skutečně ti nejlepší skokani a proto také celková úroveň ve skoku byla podstatně lepší než léta minulá. Především v dorosteneckých kategoriích nastalo podstatně zlepšení. I když zatím nemůžeme být spokojeni s počtem přihlášených skokanů, neboť v kategoriích mladšího dorostu startovalo pouze 15 závodníků a v kategorii staršího dorostu 25 závodníků. Nebylo tedy ani dosaženo stanovené hranice 25 účastníků v každé kategorii. Je to zavineno především tím, že mnohé kraje neposlaly své skokany asi z obavy, že svou výkonností by se nezařadili do stanovené kvoty. Z 13 startujících v mladším dorostu bylo pět z kraje Liberec, tři z Gottwaldova, dva z Hradce Králové a po jednom z krajů Ostrava, Jihlava a Olomouc. Potěšitelná je účast tří mladých skokanů z Gottwaldovského kraje. Zdá se, že nový můstek s umělou hmotou v Rožnově již začíná přinášet své první ovoce.

Naproti tomu však překvapuje malá účast z kraje Ostrava a neúčast krajů Ústí n. L., Plzeň a České Budějovice, o nichž je známo, že celkem dobře s mládeží pracují. Největší chyba je, že se v této kategorii nezúčastnil ani jediný závodník ze Slovenska. Jsem přesvědčen, že v příštím roce, kdy budeme mít ucelený přehled o výkonnosti žáků po celostátní soutěži mládeže, přijde na start závodu ve skoku nejméně dvojnásobek mladších dorostenců a jejich výkonnost bude ještě lepší než letos.

Vítěz závodu Libor Motejlek z Jiskry Harrachov je nesporně velkou skokanskou nadějí, neboť svými výkony by bezpečně zvítězil i v kategoriích staršího dorostu. Potěšitelné jsou však velmi dobré výkony i dalších pěti závodníků — Matouše, Doubka, Beka, Mláčka a Kadavého. Všichni tito závodníci mají dobré základy a potřebují jen pilovat techniku a samozřejmě také posilovat svůj organismus, aby mohli co nejdříve dosáhnout mohutnějšího odrazu, a tím i většího dělek skoku. Velmi dobrým odrazem



Jako starostlivá máma pečovala mistryně sportu Květa Lelková o své svěřenky. Její poslední rady před závodem poslouchaly všechny mladé dorostenky opravdu pečlivě

## Dorostenci tentokrát překvapili

Již v úvodu našeho přehledu mistrovství republiky v klasických disciplínách jsme se zmínili, že dorostenci i dorostenky ve všech kategoriích příjemně překvapili. Je to po prvé po několika letech, co můžeme napsat, že můžeme být s výkony mladých chlapců a děvčat spokojeni. Je to skutečně radostný poznatek, který svědčí o zlepšené péči o mladé závodníky ve všech krajích. Díky za to patří všem obětavým trenérům, kteří nešetí času a práce a věnují se výchovné práci s mládeží.

Situace se podstatně zlepšila i ve slovenských krajích, kde Ilavský, Ševčík v kategoriích mladších jsou skutečně velmi dobrými běžecími talenty. K nim se pochopitelně připojují i závodníci z Libereckého a Hradeckého kraje. S těmito nejsilnějšími lyžařskými oblastmi začínají pomalu držet krok i závodníci z ostatní krajů a je jen třeba litovat, že v posledních letech se k nám

překvapil Matouš z Lokomotivy Trutnov, který potřebuje jen trochu propracovat poslední fázi letu a bude rovnocenným soupeřem Motejkovi. Rovněž i Doubek z Jiskry Vysoké n. J. se za poslední rok podstatně zlepšil, ale v závodě mu to tentokrát nejlépe nevyšlo. Viděl jsem od něho už několikrát podstatně lepší výkony.

Soutěž staršího dorostu byla obsazena již mnohem početněji. Startovalo celkem 23 závodníků z devíti krajů. Liberecký kraj se na tomto počtu podílel 12 skokany, Hradec Králové, Ostrava a Gottwaldov každý dvěma, a po jednom skokanu byla zastoupena Jihlava, Plzeň, Ústí n. L., Bratislava a Banská Bystrica. Početní nadvláda kraje Liberec je zde velmi markantní a proto nepřekvapuje ani vítězství Emila Ulrycha z Jiskry Harrachov. Jako velmi nadaní skokani se ukázali rovněž Míluška z kraje Jihlava, Halenkovič z kraje Bratislava a Hubáč z kraje Liberec. Skalský z Jablonce nad Jiz. upoutal na sebe pozornost velmi rychlým odrazem a správnou první fází letu, v níž se nápadně podobá vynikajícímu skokanu NDR Helmutu Recknagelovi. V dalším letu však ještě nedovede využít získané výšky odrazem.

Zdálo se mi, že Rutterle z Vrchlabí ve své výkonnosti ustrnul. Potřeboval by jistě systematictější vedení. Prvních deset závodníků má nesporně dobré základy a proto také všechny předpoklady k dalšímu rychlému zlepšování. Jsem skutečně velmi rád, že po letošních přeborech mohou po prvé po mnoha letech hodnotit dorosteneckou skokanskou výkonnost celkem příznivě. Chceme jistě všichni, aby i skok na lyžích nacházel stále větší oblibu u naší mládeže, čímž současně bude položen základ lepších výkonů i našich špičkových závodníků. Neboť z širší základny vyrůstá i celkově vyšší úroveň.

Závod ve skoku mužů a juniorů na velkém můstku s kritickým bodem 72 metrů, přinesl mnohá překvapení. O většinu z nich se přičinil nárazový vítr, který zavál mnohé naděje. Na nepříznivé počasí dopltil i favorit závodu Zdeněk Remsa, právě tak jako Vašut, Pacholík, Stuchlík a mnoho dalších. Velmi dobrý výkon podal Drahomír Jěbavý z Jiskry Lomnice nad Pop., který dvěma vyrovnanými skoky s jistotou provedenými zaslouženě zvítězil. Potěšitelné byly dobré výkony mladých závodníků Jindry a Nevluda. Všechny diváky i závodníky nadchl i překvapil druhý skok Martiňáka z Dukly Liberec, který skokem 77,5 m vytvořil nový rekord můstku. V kategorii juniorů si zaslouženě vybojoval prvenství Karel Farský z Dukly Liberec, který skákal vyrovnaně a stylově. Liberecký kraj tím ve skoku získal prvenství ve všech čtyřech kategoriích.

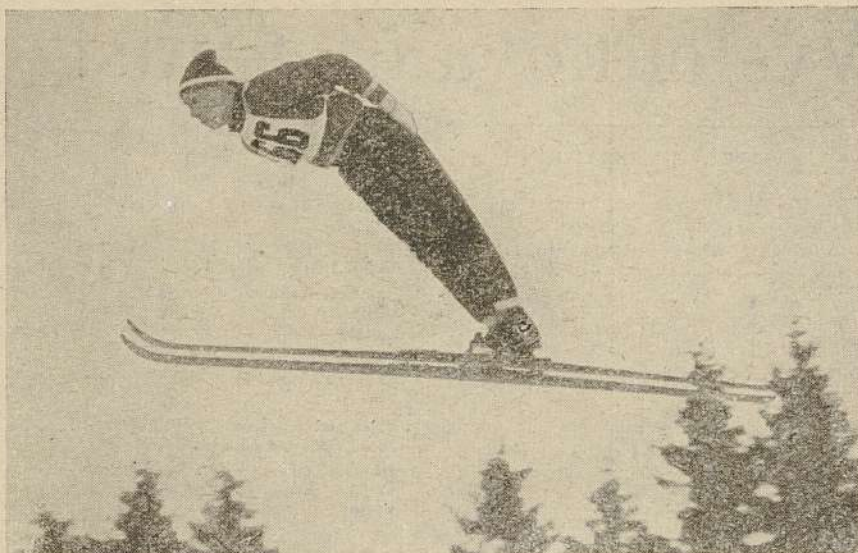
MILOSLAV BĚLONOŽNÍK

**SPORTOVEC,**

KTERÝ ZE SEBE VYDÁVÁ ENERGIÍ, MUSÍ JI UMĚT TAKÉ VYHODNĚ A ÚČELNĚ NAČERPAT



SPOLEHLIVÝ ZDROJ ENERGIE  
VE SPRÁVNĚ ŽIVOTOSPRÁVĚ  
VÝKONNÝCH SPORTOVČŮ



Na snímku není žádný finský skokan, jak by se snad dalo podle bezvadného stylu soudit, ale náš nejnadanější závodník, mladší dorostelec Motejtek z Jiskry Harrachov.

## Dvanáctý titul Cardala na padesátku

PŘESVĚDČIVÉ VÍTĚZSTVÍ NAŠEHO NEJLEPŠÍHO VYTRVALCE

Letošním prvním mistrovským závodem byl běh na 50 km, který se jel současně s XXI. ročníkem Zlaté lyže Českomoravské vysočiny. I když byl zařazen na druhý únorový den a před závodem se vyskytovalo mnoho hlasů, že naši nejlepší vytrvalci nemohou být dostatečně připraveni, ukázalo se, že tyto obavy byly zcela zbytečné. Vždyť všichni startující podali velmi dobré výkony a postarali se o vyrovnanou soutěž. V soutěži zvítězil téměř s třiminutovým náskokem Jaroslav Cardal, který letos poprvé tak výrazně potvrdil, že se nechce rozloučit s lyžařskými tratěmi tak snadno.

Závod se jel na nové trati ve dvou 25km shodných okruzích. Start a cíl byl před novoměstskou tělocvičnou. Prvé kolo projel v nejlepším čase gottwaldovský učitel Josef Pospíšil za 1:25:24 hod. o 1:16 min. před Blažičkem a 1:24 min. před Cardalem. V dalších 12 kilometrech stoupání na vrchol trati převzal Jaroslav Cardal vedení a vedl před Pospíšilem již o 12 vteřin. Blažiček byl zpět o 2:40 min. Na další časové kontrole se pořadí nezměnilo, jen náskok vedoucího závodníka narůstal. V závěru se podařilo K. Dvořákoví z Harrachova předjet Blažička, který byl postižen křečemi v lýtku. Ing. Hlaváč si v první polovině držel čtvrté místo, do cíle dojel jako pátý. Také Weber z Dukly Liberec se vypracoval z devátého místa v prvním kole na šesté místo v cíli.

K závodu bylo přihlášeno 48 závodníků, startovalo 39 závodníků, závod dokončilo a bylo klasifikováno 37 závodníků.

Počasí závodu mnoho nepřálo, bylo zataženo, teplota minus 7—4 stupně Celsia. Sníh byl zmrzlý, hodně zledovatělý. Po sobotě, kdy po celý den bylo pěkně slunečné počasí, vytyčili stavitelé trati poslední úsek do cíle sjezdem po pláni se Šibenice. Předpoklad, že nedělní počasí bude stejné jako v sobotu, se nevyplnil, a tak byl úsek na promrzlé stopě velmi rychlý a přivodil několik zranění. Bylo chybou, že jsme tento úsek nezměnili.

V závodě se ukázalo, že někteří závodníci z počátku nasadili příliš rychlé tempo, závod »přepálili« a ve druhém kole byli o mnoho pomalejší, než se stává za normálních okolností. Závodníky k tomu jistě svedl rychlý sníh ve stopě. O co promyšlenější se ukázala jízda našeho zasluhujícího mistra sportu Jaroslava Cardala.

Z. PEČINKA



BEZE SLOV

Lyžařství 17

# Výsledková část mistrovství 1958

## VYSVĚTLIVKY ZKRATEK

B — Brno, Ba — Bratislava, BB — B. Bystrica, ČB — Č. Budějovice, G — Gottwaldov, HK — Hradec Králové, J — Jihlava, K — Košice, KV — Karlovy Vary, L — Liberec, O — Ostrava, Ol — Olomouc, P — Praha, Pe — Pardubice, Pz — Plzeň, Ž — Žilina.

## MUŽI:

### BĚH NA 15 KM

	min.
1. Cardal (HK)	51:44
2. Teplý (Pe)	52:26
3. Lahr (L)	52:45
4. Čillik (BB)	53:16
5. Prokeš (P)	53:20
6. Matouš (L)	53:30
7. Marek (J)	53:32
8. Blažiček (J)	53:35
9. Pospíšil (G)	54:07
10. Melich (L)	54:10

11. Švanda (J) 54:14 min., 12. Kolařík (HK) 54:20, 13. Denke (L) 54:35, 14. Okulár (L) 54:41, 15. Tomáš (HK) 54:43, 16. Hlaváč (B) 54:47, 17. Fencel (L) 55:01, 18. Hrnčíř (Ž) 55:28, 19. Podešva (G) 55:31, 20. Ing. Junek (B) 55:35, 21. Baluch (L) 55:51, 22. Gabriel (J) 55:56, 23. Dvořák (L) 55:57, 24. Thomas (L) 56:00, 25. Žák (L) 56:06, 26. Janoušek (L) 56:17, 27. Bukáček (Pe) 56:27, 28. Nüsser (L) 56:29, 29. Kulík (Pe) 56:44, 30. Maleňák (L) 56:47, 31. Honců (ČB) 56:53, 32. Sauer (Ú) 56:55, 33. Seifert (L) 56:57, 34. Holubec (L) 57:23, 35. Vydra (P) 57:30, 36. Skuhrovec 57:44, 37. Blažek (L) 57:52, 38. Hec (P) 57:53, 39. Batěk (P) 57:58, 40. Hric (BB) 58:04, 41. Michalko (VT) 58:05, 42. Stránský (Pe) 58:14, 43. Sabaka (Ž) 58:16, 44. Rusko (VT) 58:18, 45. Solanský (G) 58:27, 46. Košecký (Ba) 58:28, 47. Media (Ž) 58:31, 48. Buchar (P) 58:33, 49.—50. Medved (BB), Trizac (Ž) 58:34, 51. Martiňák (L) 58:36, 52. Malinský (HK) 58:39, 53. Hanuš (HK) 58:45, 54.—55. Dvořák (J), Banko (VT) 58:49, 56. Straponček (VT) 58:50, 57. Velíš (J) 58:54, 58. Solanský Z. (G) 58:57, 59. Lukeš (L) 58:58, 60. Strapina (B) 59:01, 61. Dobsch (O) 59:04, 62. Pospíchal (L) 59:14, 63. Kožený (Pz) 59:16, 64. Kičín (K) 59:24, 65. Kuželka (L) 59:27, 66.—67. Kucbel (VT), Kaláček (B) 59:29, 68. Hašek (B) 59:34, 69. Kříž (P) 59:36, 70. Prchal (L) 59:42, 71. Dvořák (Pz) 59:47, 72. Matys (Ol) 59:48, 73. Pálko (Ž) 59:51, 74. Vojtišek (L) 59:51, 75. Veselý (Pz) 59:58, 76. Zemánek (HK) 1:00:14 hod., 77. Novotný (L) 1:00:15 hod., 78. Herbst (HK) 1:00:17, 79. Dr. Novák (HK) 1:00:21, 80. Černý (ČB) 1:00:22, 81.—82. Schmidt (B), Nespěchal (HK) 1:00:30, 83. Potměšil (L) 1:00:50, 84. Fibiger (HK) 1:01:13, 85. Jindra (HK) 1:01:31, 86. Jurečka (P) 1:01:41, 87. Nedomlél (L) 1:01:57, 88. Jirásek (HK) 1:02:10, 89. Bordovský (O) 1:02:16, 90. Daněk (O) 1:02:26, 91. Pešl (ČB) 1:02:31, 92. Tryzna (P) 1:02:32, 93. Ron (L) 1:02:34, 94. Vlček (Ba) 1:02:36, 95. Padocký (L) 1:02:49, 96. Malíšek (Ol) 1:03:25, 97. Brunovský (Ba) 1:03:43, 98. Honců (P) 1:03:43, 99. Albrecht (J) 1:03:50, 100. Eisenreich (Pz) 1:03:54, 101. Jakoubek (HK) 1:04:33, 102. Sklenář (HK) 1:04:53, 103. Schreiber (KV) 1:05:00, 104. Vít (HK) 1:05:01, 105. Stebel (O) 1:05:08, 106. Jáchym 1:06:19, 107. Herman (J) 1:07:51, 108. Brabec (J) 1:08:08,

109. Abrt (Ú) 1:10:19, 110. Pielešch (O) 1:10:32, 111. Ceslar (O) 1:14:11.

## MUŽI — JUNIOŘI

### ŠTAFETA 4 X 10 KM

	hod.
1. Liberec (Okuliar 35:42, Matouš 36:06, Hrubý 37:16, Láhr 37:16)	2:26:20
2. Hradec Králové (Tomáš 36:41, Malinský 38:47, Kolařík 37:19, Cardal 37:09)	2:29:56
3. Liberec (Kubica 36:16, Nüsser 38:13, Janoušek 38:51, Denke 39:02)	2:32:22
4. B. Bystrica (Hric 39:18, Harvan 36:59, Medved 38:54, Čillik 37:55)	2:32:46
5. Jihlava (Gabriel 37:50, Marek 37:58, Švanda 39:00, Blažiček 38:50)	2:33:38
6. MV Praha 2:33:58 hod., 7. Dukla Liberec 2:35:31, 8. Pardubice 2:36:06, 9. Brno 2:36:31, 10. Vysoké Tatry 2:37:32, 11. Hradec Králové 2:37:45, 12. Liberec III. 2:37:55, 13. Žilina 2:41:01, 14. Liberec IV 2:41:44, 15. České Budějovice 2:43:19, 16. Plzeň 2:44:11, 17. Dukla Liberec II 2:45:23, 18. Ústí 2:46:13, 19. Jihlava II 2:46:30, 20. Hradec Králové III. 2:46:37, 21. Brno II 2:47:07, 22. Ostrava 2:47:15, 23. KV Praha 2:49:25, 24. Plzeň II 2:52:20, 25. Olomouc 2:53:02 — mimo soutěž kombinovaná štafeta MV a KV Bratislava 2:48:42.	

### ZÁVOD SDRUŽENÝ

	body
1. Lahr (L)	448,6
2. Melich (L)	446,6
3. Janoušek (L)	434,6
4. Nüsser (L)	425,4
5. Martiňák (L)	420,9
6. Marek (J)	420,3
7. Jindra (HK)	410,0
8. Maleňák (L)	409,8
9. Lukeš (L)	400,7
10. Zemánek (HK)	394,7
11. Nedomlél (L) 384,3 bodu, 12. Prchal (L) 372,9, 13. Jirásek (HK) 369,6, 14. Hric (BB) 369,1, 15. Jakoubek (HK) 364,9, 16. Vališ (J) 360,5, 17. Tryzna (P) 359,4, 18. Pielešch (O) 347,8, 19. Solanský (G) 344,2, 20. Malíšek (Ol) 341,6, 21. Ceslar (O) 312,8.	

## MUŽI A JUNIOŘI — SKOK PROSTÝ

	bodů
1. Jebavý (L)	218,0
2. Jindra (HK)	205,5
3. Nevlud (O)	205,0
4.—5. Vašut (L)	202,5
4.—5. Remsa (P)	202,5
6. Martiňák (L)	202,0
7. Horník (HK)	199,0
8. Felix (L)	198,0
9.—10. Nüsser (L)	193,0
9.—10. Berger (HK)	193,0
11. Thomas (L) 189,5 bodu, 12. Lahr (L) 181,0, 13. Pacholík (L) 180,5, 14. Lukeš (L) 180,0, 15. Lenemayer (L) 179,5, 16. Zemánek (HK) 178,5, 17. Belonožník (L) 176,5, 18. Žižka (HK) 174,5, 19. Gernert (L) 167,0, 20. Rieger (L) 166,5, 21. Panikelský (HK) 164,5, 22. Tryzna (P) 162,5, 23. Stuchlík (L) 159,5, 24. Jakoubek (HK) 155,5, 25. Šípka (Ol) 154,0, 26. Paskač (P) 146,0, 27. Janák (HK) 142,5, 28. Tangelmayer (L) 137,0.	

### BĚH MUŽŮ NA 50 KM

	hod.
1. Cardal (L)	2:56:22
2. Pospíšil (G)	2:59:00

5. Dvořák (L)	3:05:57
4. Blažiček (J)	3:05:55
5. Hlaváč (B)	3:06:49
6. Weber (L)	3:09:41
7. Ing. Junek (B)	3:10:13
8. Šimůnek (L)	3:11:37
9. Seifert (L)	3:15:09
10. Blažek (L)	3:15:45
11. Švanda (J) 3:16:02 hod., 12. Pešl (ČB) 3:16:27, 13. Štochl (P) 3:16:28, 14. Šír (L) 3:20:07, 15. Vojtišek (L) 3:22:46, 16. Smetana (HK) 3:23:04, 17. Hájek (L) 3:24:37, 18. Daněk (O) 3:24:53, 19. Petřík (ČB) 3:25:25, 20. Weissshäutel (J) 3:26:24, 21. Schmidt (B) 3:28:58, 22. Novák (L) 3:29:06, 23. Balvín (J) 3:29:26, 24. Kučera (J) 3:29:50, 25. Strapina (B) 3:31:00, 26. Matys (HK) 3:32:32, 27. Oškera (G) 3:34:28, 28. Nebola (B) 3:38:16, 29. Bešťák (Pz) 3:38:53, 30. Brabec (J) 3:42:29, 31. Kříž (J) 3:44:58, 32. Novotný (B) 3:49:16, 33. Sláma 3:53:17, 34. Volf (L) 3:54:29, 35. Valkoun (P) 3:55:40, 36. Němec (Pe) 3:55:51, 37. Pátek (B) 4:03:45.	

## ŽENY:

### BĚH NA 5 KM

	min.
1. Benešová (L)	23:11
2. Krasilová (P)	23:30
3. Patočková (L)	23:53
4. Lauermannová (P)	23:59
5. Srnková (B)	24:10
6. Fialová (J)	24:30
7. Kamlerová (Ol)	24:41
8. Strížová (P)	25:17
9.—10. Fajstavrová (HK)	25:40
9.—10. Hlaváčová (B)	25:40
11. Bartáková (P) 25:50 min., 12. Lášková (P) 26:16, 13. Průchová (L) 26:21, 14. Dr. Dušková (Ú) 26:25, 15. Ottová (HK) 26:35, 16. Novotná (B) 26:48, 17. Jebavá (L) 26:49, 18. Jeřábková (P) 26:51, 19. Stehliková (J) 27:02, 20. Pospíšilová (Ú) 27:34, 21. Dubravcová (Ž) 27:47, 22. Švarcová (Ú) 27:52, 23. Rejžková (ČB) 27:53.	

## ŽENY — JUNIOŘKY 3 X 5 KM

	hod.
1. Liberec (Průchová 29:01, Patočková 25:35, Benešová 24:16)	1:18:52
2. MV Praha (Lauermannová 26:56, Ing. Strížová 27:21, Krasilová 24:41)	1:18:58
3. Jihlava (Stehliková 27:57, Stehliková A. 27:45, Fialová 24:43)	1:20:25
4. Brno (Hlaváčová 28:43, Novotná 27:38, Srnková 24:41)	1:21:02
5. MV Praha (Vančurová 30:23, Bartáková 27:22, Lášková 26:27)	1:24:12
6. Hradec Králové 1:24:38 hod., 7. Liberec 1:27:34, 8. Ústí n. L. 1:28:33, 9. Hradec Králové 1:34:32. Kombinovaná štafeta 1:24:23.	

## SOUTĚŽ JUNIOŘŮ:

### JUNIOŘKY — 5 km

1. Stehliková (J) 25:02 min., 2. Jindrová (HK) 26:05, 3. Mečířová (L) 26:39, 4. Priscáková (Pr) 27:20, 5. Samašová (L) 27:46, 6.—7. Stehnová (B), Udatná (HK) 27:53, 8. Knížková (L) 27:56, 9. Vančurová (P) 28:20, 10. Hofmanová (KV) 28:26, 11. Zemlíková (G) 28:48, 12. Bárťová (ČB) 28:49, 13. Zárková (J) 29:08, 14. Biálková (Ol) 29:16, 15. Kuráňová (G) 29:48, 16. Štoslariková (BB), 17. Dědicová (O) 32:51.	
---	--

# ve Špindlerově Mlýně

## JUNIOŘI — 10 km

1. Farský (L) 37:49 min., 2. Stibůrek (L) 38:26, 3. Mazánek (L) 38:27, 4. Peší (L) 39:01, 5. Dvořák (Ú) 39:17, 6. Hrbek (L) 39:20, 7. Klomár (L) 39:31, 8. Kutheil (L) 39:37, 9. Koelbl (Ú) 39:51, 10. Havský (Z) 40:06, 11. Šíkula (B) 40:14, 12. Pelaj (P) 40:21, 13. Gábera (P) 40:34, 14. Zemánek (HK) 40:55, 15. Honců (P) 41:07, 16. Uhlář (Pz) 41:21, 17. Kuberna (CB) 41:28, 18. Rázl (P) 41:31, 19. Synovec (ČB) 41:32, 20. Krupka (L) 41:33, 21. Le Cleire (B) 41:58, 22. Hofman (Pz) 42:36, 23. Bartoněk (P) 42:41, 24.—25. Kuchař (HK), Marz (Pz) 42:44, 26. až 27. Mazak (Ol), Baláz (Z) 42:55, 28. Súva (L) 43:31, 29. Vanduch (G) 43:35, 30. Flerek (Ba) 43:48, 31. Pavko (Z) 44:52, 32. Weissner (O) 45:13, 33. Habr (HK) 45:33, 34. Kobiernický (O) 49:38, 35. Kozlo (Pr) 54:19.

## JUNIOŘI — ZÁVOD SDRUŽENÝ

1. Farský Karel (L) 448,6 b., 2. Kutheil (L) 434,1, 3. Rázl (P) 424,2, 4. Mazánek (L) 420,4, 5. Súva B. (L) 383,6, 6. Habr (HK) 381,1, 7. Vanduch (G) 361,6, 8. Mazak (Ol) 336,7.

## DOROSTENCI STARŠÍ:

### Běh na 10 km

1. Breth (L) 39:33 min., 2.—3. Fusko (BB), Bukovský (L) 40:04, 4. Fousek (B) 10:10, 5. Olekšák (Z) 40:15, 6. Maceček (G) 41:02, 7. Souček (Ú) 41:17, 8. Cilich (L) 41:31, 9. Kopt (ČB) 41:39, 10. Froňo (BB) 41:53, 11. Páříčka (BB) 42:05, 12. Mikuláš (Pz) 42:25, 13. Balatka (L) 42:26, 14. Hůf (Pz) 42:50, 15. Střelec (L) 42:57, 16. Fiala (ČB) 43:00, 17. až 18. Kalabus (G), Dunder (P) 43:03, 19. Šado (Z) 43:11, 20. Abrt (Ú) 43:14, 21. Honzl (J) 43:15, 22. Luňáček (L) 43:20, 23. Beran (CB) 43:29, 24. Kraisinger (P) 43:46, 25. Vácha (L) 43:57, 26. Fabián (Ol) 44:13, 27.—28. Šlajs (Pz), Nosek (ČB) 44:14, 29. Bártko (Z) 44:16, 30. Klimenta (L) 44:22, 31. Sádovský (Pe) 44:37, 32. Kodrlik (Ú) 44:38, 33. Miluška (J) 44:52, 34. Ulrych (L) 45:04, 35. Pelos (G) 45:15, 36. Krulich (L) 45:17, 37. Bardy (Z) 45:22, 38. Povolak (O) 45:45, 39. Adamčík (O) 45:52, 40. Súva (L) 46:19, 41. Dvořák (J) 46:26, 42. Ganovský (K) 46:45, 43. Pulkrábek (HK) 46:48, 44. Štěpánek (Pz) 46:57, 45. Hásek (HK) 47:42, 46. Šimůnek (P) 47:55, 47. Šmíd (KV) 48:53, 48. Hudler (Ú) 49:32, 49. Kotrák (N) 49:57, 50. Kule (KV) 53:15, 51. Schobr (Pz) 57:50.

### ŠTAFETA 3x5 km

1. Liberec (Breth 23:09, Cívich 23:37, Bukovský 21:43) 1:06:29 hod., 2. B. Bystrica (Froňo 24:34, Páříčka 23:01, Fusko 22:36) 1:10:21, 3. Ústí n. L. (Erlebach 24:06, Albert 24:34, Souček 23:02), 4. Hradec Králové 1:12:59, 5. Jihlava 1:13:57, 6. Plzeň, 7. České Budějovice 1:14:36, 8. Žilina 1:14:37, 9. Gottwaldov 1:15:03, 10. Liberec 1:15:07. Kombinovaná štafeta Praha—Pardubice 1:18:27, Plzeň—Č. Budějovice 1:22:42.

## ZÁVOD SDRUŽENÝ

1. Ulrych Emil (L) 424,9 b., 2. Miluška (J) 419,3, 3. Luňáček (L) 415,1, 4. Olekšák (Z) 407,9, 5. Vácha (L) 383,7, 6. Krulich (L) 380,7, 7. Střelec (L) 377,4, 8. Súva (L) 360,4, 9. Pulkrábek (HK) 356,6, 10. Šimůnek (P) 334,2, 11. Schobr (Pz) 297,3.

## SKOK PROSTÝ

1. Ulrych (L) 210 b., 2. Miluška (J) 202,9, 3. Halenkovič (Ba) 197,6, 4. Hubáč (L) 193, 5. Luňáček (L) 191,5, 6. Zbránek (G) 187,9, 7. Reška (O) 185,4, 8. Skalský (L) 184,2, 9.

Ruterle (HK) 183,4, 10. Pacák (L) 177,7, 11. Šír (L) 177,1, 12. Pích (HK) 175,6, 13. Vácha (L) 172,2, 14. Čunderlík (BB) 171,3, 15. Krulich (L) 171,2, 16. Schovánek (L) 167,8, 17.—18. Urbanec (L), Schober (Pz) 154,9, 19. Langhammer (L) 154,2, 20. Garaža (G) 152,4, 21. Súva (L) 151,7, 22. Erlebach (Ú) 149, 23. Mikeska (O) 134.

## DOROSTENKY STARŠÍ:

### BĚH NA 5 km

1. Dostálová (P) 26:56 min., 2. Vacková (L) 27:08, 3. Kłosová (HK) 27:16, 4. Hadravová (L) 27:28, 5. Hrudová (B) 28:20, 6. Řihová (P) 28:22, 7. Kmínková (HK) 28:23, 8. Lukášová (ČB) 28:26, 9. Hájková (Ol) 28:29, 10. Ondráčková (J) 28:40, 11. Dlesková (Ú) 28:43, 12. Kračková (L) 28:44, 13. Tobišová (O) 29:23, 14. Oldřichová (ČB) 29:24, 15. Jiřinová (L) 29:25, 16. Kubešková (Z) 29:43, 17. Malátová (Pz) 29:57, 18. Gáberová (G) 30:12, 19. Langová (Pz) 30:25, 20. Gáberová P. (G) 30:43, 21. Kuraňová 31:15, 22. Doušová (HK) 31:25, 23. Šnebergová (Pz) 31:40.

### ŠTAFETA 3x3 km

1. Hradec Králové (Kmínková 17:31, Doušová 17:03, Kłosová 15:43) 50:17, 2. MV Praha (Nakládalová 19:25, Řihová 16:22, Dostálová 15:34) 51:21 min., 3. Ústí n. L. (Peterlová 17:41, Kosínková 18:09, Dlesková 16:28) 52:18, 4. České Budějovice 52:38, 5. Liberec 53:12, 6. Jihlava 55:37, 7. Plzeň 53:59, 8. Gottwaldov 57:26. Kombinovaná Brno—Olomouc 51:27.

## DOROSTENCI MLADŠÍ:

### BĚH NA 5 km

1. Havský (Z) 22:29 min., 2. Hrodek (HK) 22:52, 3. Jeník (L) 22:43, 4. Šír (J) 23:01, 5. Ševčík (Z) 23:02, 6. Kozlo (Pr) 23:04, 7. Hanuš (L) 23:06, 8. Brunzik (K) 23:20, 9. Stehlík (L) 23:23, 10. Mundil (Ú) 23:26, 11. Weisetl (L) 23:36, 12. Řebřina (ČB) 23:42, 13. Sirotiak (Z) 23:43, 14. Navrátil (O) 23:48, 15. Faistauer (L) 23:52, 16. Gaisler (HK) 23:53, 17. Bayer (G) 24:22, 18. Švaříček (J) 24:27, 19. Kabele (HK) 24:32, 20. Hrdinka (HK) 24:33, 21. Prokš (O) 24:45, 22.—23. Hajný (G), Sýkora (Pe) 24:50, 24. Nový (Ú) 25:13, 25. Langhammer (Ol) 25:19, 26. Šlosiarik (BB) 25:26, 29. Kubík 25:17, 26. Kadlec (J) 25:18, 27. Mrklas (P) (Z) 25:27, 30. Stampach (Pz) 25:33, 31. Dach (ČB) 25:34, 32. Šípek (HK) 25:35, 33. Rusnák (VT) 25:39, 34.—35. Zacha (B), Kubica (KV) 25:40, 36. Jansa (Ú) 25:41, 37. Kopecký (Pz) 25:47, 38. Šulc (ČB) 25:50, 39. Kubricht (Ú) 26:07, 40. Motejlek (L) 26:09, 41. Hrubý (P) 26:15, 42. Čuba (Pz) 26:18, 43. Sadský (O) 26:21, 44. Matouš (HK) 26:30, 45. Riedl (B) 27:04, 46. Václav (Pz) 27:05, 47. Vadovič (Ba) 27:08, 48. Dvořáček (G) 27:15, 49. Chmelík (N) 27:23, 50. Kočandrl (Pz) 28:56, 51. Šíkula (B) 29:38.

### ŠTAFETA 3x3 km

1. Žilina (Sirotiak 14:06, Ševčík 14:13, Havský 13:23) 41:42 min., 2. Liberec (Hanus 15:13, Stehlík 14:18, Jeník 13:51) 43:22, 3. Jihlava (Švaříček 15:27, Kadlec 14:15, Šír 14:11) 43:53, 43. Hradec Králové 44:04, 5. Liberec 44:21, 6. Ústí n. L. 44:46, 7. Hradec Králové 45:05, 8. Ostrava 45:44, 9. Gottwaldov 46:39, 10. České Budějovice 46:46, 11. Plzeň 46:54, 12. Brno 48:39. Kombinovaná Plzeň—Pardubice 48:24.

## ZÁVOD SDRUŽENÝ

1. Motejlek (L) 405,9 b., 2. Švaříček (J) 405,8, 3. Hrodek (HK) 401,9, 4. Faistauer (L) 395,9, 5. Hajný (G) 395,2, 6. Bayer (G) 385,4, 7. Šípek (HK) 379,9, 8. Matouš (HK) 378,6, 9. Langhammer (Ol) 361,5.

## SKOK PROSTÝ

1. Motejlek (L) 213,5 b., 2. Matouš (HK) 194,5, 3. Doubek (L) 182,8, 4. Bek (O) 178,5, 5. Mládek (HK) 173,4, 6. Kadavý (L) 172,0, 7. Hajný (G) 169,0, 8. Bayer (G) 162,3, 9. Skrbek (L) 154,4, 10.—11. Hank (G) Švaříček (J) 145,4, 12. Langhammer (Ol) 131,5, 13. Fajstauer (L) 117,2.

## DOROSTENKY MLADŠÍ:

### BĚH NA 3 km

1. Břizová (HK) 15:51 min., 2. Fousková (J) 16:39, 3. Gajancová (VT) 16:42, 4. Hamplová (HK) 17:12, 5. Řehořková (L) 17:18, 6. Šnebergová (Pz) 17:21, 7. Červinková (L) 17:33, 8.—9.—10. Teplá (J), Plná (HK), Satorová (HK) 17:35, 11. Rodryčová (O) 17:36, 12. Peterková (Ú) 17:45, 13. Vašíčková (J) 17:54, 14. Čechová (J) 17:58, 15. Cvrčková (L) 18:02, 16. Česká (Ol) 18:04, 17.—18. Kittlerová (L), Šixtová (P) 18:07, 19. Försterová (Pz) 18:16, 20. Švarcová (ČB) 18:17, 21. Havelková (P) 18:18, 22. Mokrá (Pz) 18:25, 23. Těšínský (O) 18:40, 24.—25.—26. Kolenová (Pz), Ondráčková (J), Kosínková (Ú) 18:56, 27. Jenková (P) 19:04, 28. Felcmanová (Pe) 19:07, 29. Boháčová (HK) 19:14, 30. Začalová (G) 19:15, 31.—32. Ehrbergerová (Pe), Habrmanová (Pe) 19:24, 33. Sirová (Pz) 19:38, 34. Janderová (HK) 19:41, 35. Longová (Pz) 19:55, 36. Colová (G) 20:08, 37. Šlosarčíková (O) 21:16.

### ŠTAFETA 3x2 km

1. Hradec Králové (Satorová 12:22, Hamplová 12:10, Břizová 10:50) 35:22 min., 2. Hradec Králové (Janderová 12:21, Boháčová 12:05, Plná 11:0) 35:26, 3. Jihlava (Vašíková 12:01, Teplá 12:08, Fousková 11:23) 35:32, 4. Plzeň 36:21, 5. Pardubice 37:47, 6. Liberec 39:25, 7. Plzeň 40:02, 8. Ostrava 41:58. Závod na 30 km a 10 km byly odloženy.



BEZE SLOV

## URPUTNÝ BOJ NA VALAŠSKÝCH KOTÁRECH

Kalendář ukazoval 22. ledna 1958. Krásný zimní den, jeden z mála letošních rozmázaných zim. Sluníčko se prodíralo javornickými vršky, když 189 mladých lyžařů nastupovalo k závodům, které uspořádal lyžařský oddíl Tatra Velké Karlovice ve spolupráci s osmiletou střední školou. Tolik ogarů a cérek se ještě na startu tohoto tradičního závodu nesešlo.

Ale nebylo všechno ideální, překážek se vyrojilo víc než dost. Půjčovaly se lyže a v mnoha případech byly dobré i papuče a přezůvky. Někde pomohl i kus motouzu nebo drát, aby vázání lépe drželo. Skutečný boj, při němž nikdo nevdal, začal. Horská děvčata dovedou bojovat. Jarek Gášek ze šesté třídy odstartoval, ale po několika krocích vázání povolilo. Odstranil závaží rychle, ale dalších šest závodníků zatím předjelo. Jarek oči plně slzí za nimi hrozí a říká si: »Šak já vám to ešče ukážu!«

Největším překvapením byla malá Jarka Oravcová, také ze šesté třídy. I když měla jen šedé přezůvky, slalom zajela dobře. To hlavní však teprve přišlo a ogarři se s tím nemohou dodnes nějak smířit. Jarka jede na sněhový můstek, pěkný odraz, ještě lepší dopad a k tomu docela elegantní krůtka až prašan zajiskřil. Ogarři kroutili hlavami a padaly poznámky: »Hleďte, první roba v ČSR skáče na lyžích!« Chlapci však také skákal dobře.

Hoši mladší jeli trať dlouhou 1 km a zvítězil Láďa Kalus časem 6:37 min. Limi-

tovaných 10 minut splnilo dalších 31 závodníků. V mladších dívkách si vybojovala prvenství Mařenka Mikulcová, která na trati 1 km dosáhla času 7:04 a limit rovněž 10 minut splnilo dalších 12 děvčat. Hoši starší měli trať 2 km a vítězem se stal Michal Dorňák časem 11:45. Další 31 závodníků splnilo limit 15 minut. Dívky starší běžely rovněž na trati 2 km a zvítězila Anička Šilerová v čase 14:15.

Slalom byl dosti náročný a prvenství vybojovali: V kategorii mladších Mírek Matyščák a Věra Jakšová, v kategorii starších Svata Janečka a Anča Šilerová.

Nejllepší z nejllepších se pak zúčastnili okresního přeboru a všichni si vybojovali postup do krajského přeboru, který uspořádal Spartak MEZ Vsetín. Každý s napětím očekával, jak to dopadne v sil-

né konkurenci ve dnech 1. a 2. února 1958 na Vsetíně. Výsledek překvapující. Pět Karlovců si vybojovalo postup do celostátního výběrového závodu žactva. Krajský přeborník Vl. Kalus a M. Mikulcová v běhu, krajský přeborník Sv. Janečka ve speciálním slalomu, Zdeněk Schmidt v obřím slalomu a Jan Dorňák ve skoku.

Karlovcí lyžaři to chytli za pravý konec. V mládeži je budoucnost našeho lyžařství. Děcka mají zájem a našli se i obětavci, kteří se jim opravdu věnují. O běžce se stará závodník Innocent Janalík, učitel z osmiletky a sjezdáře si vzal na starost Alfred Kollanda, kdysi největší soupeř Dušana Charvátka na sjezdových tratích.

ZDENĚK ONDRA



Na horách měla letos mládež možnost si dobře zazávodit. Ale záleželo na tom, jak jim dospělí pomohli. Náš snímek je z Velkých Karlovic

## DOBRÝ START

Lyžařská sekce OV ČSTV Praha-západ nepracuje dlouho, ale výsledky její práce jsou stále lepší. Již druhý rok byla pověřena krajskou sekcí uspořádáním oblastních přeborů, kterých se zúčastňují některé další okresy Pražského kraje. Sekce získala a vyškolila nové dočasně pracovníky. Tak se stalo, že má dnes kvalifikované rozhodčí, v současné době doškoluje další rozhodčí, provádí výcvik cvičitelů pro mládež. A právě na mládeži zaměřila sekce nyní veškeré své úsilí. Rozhodla se uskutečnit přebory žactva. Tyto přebory měly prověřit vyspělost mládeže u lyžování a současně měly význam propagacní, neboť výběr žactva pro přebory byl prováděn z několika tělovýchovných jednot, kde jsou dobré výsledky v práci s mládeží a kde jsou i předpoklady širšího rozvoje lyžování. Po pečlivé přípravě a projednání se sousedním okresem, Prahy odejelo do Harrachova přes 70 13-14letých závodníků, aby se zde zúčastnili přeborů žactva.

Není ani dobře možné vylíčit všechny ty dojmy, které se v duších mladých závodníků odehrávaly. Vždyť téměř všichni z nich se po prvé v životě vůbec zúčastnili podobných závodů a závodění vůbec. Startovní čísla nosili již dávno před startem přivázaná na prsou a dávno před stanovením startem byli všichni na svahu, kde se závody jely. Pro pořadatele bylo velkým překvapením, že se děti hlásily do všech disciplín (běhu na 2 km i do slalomu a sjezdoslalomu), ač pro to neměly ani odpovídající vybavení. To ovšem nevedlo, aby mladí závodníci nebojovali ze všech sil o co nejlepší umístění v každé soutěži. U všech závodníků byla patrna touha po vítězství nebo alespoň co nejlepším umístění. Za tři dny trvání závodů se ani jednou nestalo, že by některý ze závodníků závod nedokončil.

Velikou výhodou pro pořadatele bylo právě probíhající školení trenérů, které v Harrachově vedli soudruzi Torzník a Bělohozník a které do značné míry pomohlo pro propagační stránce mezi mladými závodníky. Obdivovali se sjezdářskému umění Evžena Čer- (Pokračování na str. 21)

## Když Petrachter miloval dantesy . . .

Vracím se domů od můstku ze Šachet. Je krásný zimní podvečer, všude klid, jaký nebývá ve Vysokém. Sluníčko zapadá někde za Suché skály a pozlácuje svými paprsky celé panorama Krkonoš. Jablonec se utápí v lehkém oparu mlhy. Nad tím se zvedá Strážník, jako by opravdu střelil všechnu tu nádhru kolem — Loučky, Trčské vrchy, Poloprut . . . Stoupám pomalu sypkým sněhem a přemýšlím. Vlastně vzpomínám. Všechna tato známá místa ve mně budí vzpomínky na začátky naší milé lyžařiny.

Již 55 let uběhlo od založení třetího lyžařského spolku v Čechách — Českého Ski klubu Vysoké n. Jizerou.

První lyže ve Vysokém? Kdož to už, kdy se tu narodily. Vypráví se, že již v roce 1892 lesníci vysokého notáře Hollaye objevili tajemství »prkýnek«. Vysoká

mládež prý byla novinkou nadšená a tak ochotný truhlářský mistr Václav Janáček měl práce plně ruce. A tak se začalo lyžovat. Co to bylo slávy, když v roce 1899 zde pražský klub uspořádal první závody, na kterých jilemnický Kraus skočil na můstku postaveném ze dvou dřevěných koz a tří prken 7 a půl metru. Bylo to 1. února 1903. Pro městečko to byla událost. Zvláštního lesku závodům dodala účast norského skokana inž. Steffense. Účast na závodech byla prostě úžasná — 3000 lidí!

Veliký úspěch vyvolal myšlenku — po vzoru Prahy a Jilemnice založit i ve Vysokém n. Jizerou podobný klub. Od myšlenky k činu byl jen krůček. Již 13. února 1903 se sešli v hostinci u Hrdých tři desítky milovníků zimních sportů v čele s Mečířem, Voborníkem, Brožem, Soukupem a

bratry Doubalíkovými. Rozhodnutí bylo jednohlasné — založit klub.

S radostí a chutí se dali vysočtí lyžaři do práce. Rok od roku »lyžců« přibývalo. První závodníci — Jodas, Josífek, Jandové, Bartoň, Strnad, Josef Doubalík proslavovali vysoký klub na všech závodech. Zvlášť učitel Jodas.

Neuvědlní popularitě se těšil Vojtěch Josífek zvaný Petrachter. On totiž velmi rád »petrachtoval« — přemýšlel. A tak si třeba oplechoval lyže, aby mu to více jelo. Jindy vzal své ženě tyčinky od záclon, aby prý měl lehčí hole pro běh. Tyčky ovšem velký nápor jeho atletického těla nevydržely . . . Jednou zase chtěl využít větru a pokoušel se o plachtění na lyžích. Velmi rád měl »dantesy«. Tak říkal paketům. Když jednou se svou závodnickou rodinou vyhrál v Jablonci všechny běhy, měl za vítězství dostat po-

hárky. Vojtěch Josífek tehdy obradně vstal a pronesl krátkou, ale pádnou řeč: »Nechte si ty vaše skleničky, já chci dantesy!« — Sebral děti a šel domů.

Závody ve Vysokém, to byl svátek. V loučkách se stavěly veliké sněhové stavby, ve kterých se prodávalo občerstvení. Ani jdoucí hodiny tu nechyběly. Nedostatek noclehu vyřešil Ski klub v roce 1913 postavením vlastní chaty a hlavně známým pohostinstvím všeho občanstva.

Závody se tehdy odbyly za jediný den. Až se tomu dnes člověk diví. Dopoledne se běžel závod na 10 km, pak se konal závod horské školní mládeže a závod na sánkách. Odpoledne ve dvě začaly závody 100metrovým závodem o rekord po rovině kromem telemarským, potom závod na 2 km, příslušníků armády na 2 km, juniorů na 1 km, závod na 1500 m pro jezce z rovin, skok, krasojízda, jízda s vrchu na rychlost, běh překážkový na 600 m a závod žen na 800 m.

# AŽ VŠICHNI CVIČITELÉ V PRÁCI „ZATÁHNOU“ ...

Brněnské lyžařské oddíly neměly letos na sněhu utláno. Ač denní tisk podle stoletých předpovědí i nejnovějších meteorologických bádání prorokoval jakousi klasickou zimu, v Brně nebylo po sněhu ani památky, kromě občasné milimetrové vrstvy čehosi špinavě bílého. Nu a z Brna za nejbližším horským sněhem je dobře 150 kilometrů buď po hrbolatých silnicích nebo s nesčíslným přesedáním z vlaku do vlaku. Jako naschvál se ta zima nevydářila; a při tom si na začátku nového pracovního období ve Spartaku Brno ZJS vytyčili jako úkol číslo jedna: práci pro mládež a smládež.

## VE SPOLUPRÁCI S ČSM

Se starší mládeží, zaměstnanou v mateřských »Závodech Jana Švermy« se to vyřešilo celkem lehce. Ukázalo se totiž, že mladí chlapci a děvčata obětují rádi i nějakou tu korunu, jen když se za nimi přijde s něčím rozzumným. Ve spolupráci s ČSM připravili lyžaři dvouletí a tříletí zájezdy jednotlivých mládežnických kolektivů na podnikové rekreační chaty do jeseníckého Karlova, naráz až pro sto účastníků. A i když sem tam někteří mladí si popletli lyžařský zájezd s čímsi nekulturním a nesportovním v odlehlejších horských koutě, v převážně většině končily zájezdy s plnou spokojeností na obou stranách: u účastníků i u cvičitelů-vedoucích. Z těch mnoha mladých lidí ne jeden jel po druhé či po třetí znovu a jistě než zima skončí, rozmnoží řady členů oddílů; poznal, že organizované lyžování mu znásobuje čas ztrávený na horách a že pokroky pod vedením cvičitele jsou daleko lepší než nějaké z samoučením.

## KDYŽ MUSEL HOSPODÁŘ ZAVŘÍT OBĚ OČI

Horším oríškem bylo co s těmi mladšími, se žactvem. V jednotě jsou sta a sta žáků a žákyň, a kdyby se k tomu měly připočíst ještě i děti zaměstnanců závodů, byly by z toho ohromné zástupy. Sníh nikde a nikde. Stálo to trochu přemýšlení a o něco méně námahy — a i tu se našla »mast«. Kolem 20. ledna se roznesla ve cvičebních hodinách ZTV velká novina a také závodní rozhlas v tovarně vysílal v každé relaci jakousi podivnou zprávu: »...zveme i vaše děti na dětský lyžařský zájezd na nejbližší sníh. Sraz o půl jedné před továrnou, návrat večer. O děti se budou starat lyžařští cvičitelé, cena 3 Kčs...«

Napoprve se šlo jenom asi 20 dětí (každé tři tím měly svého cvičitele); byla to přece jen novinka. Nemyslíme-li na finanční stránku, byl úspěch 100%. Všem dětem se to strašně líbilo a ani domů nechtěly, když v pět hodin bylo veleno: »Nasedat, jedeme domů«. Slibovaly, že pozítří přivedou své kamarády a spolužáky — a také je přivedly. Hospodář musel tehdy při prvním zájezdu zavřít obě oči. Ale co chcete dělat, když i z těch pár dětí některé měly jen korunu, a nechybělo ani to, že neměl v kapse »ani fuka«. Měly se snad tyto děti poslat domů? Nebo nějakou tu »ztrátu« zainvestovat do toho nejucennějšího — mládeže? Však další zájezdy už bylo veselí. Jak rostl počet účastníků, tak se i zmenšovalo manko za každé proúčtování autokaru.

## O PŘEBOR SEKOŘE

3. února začínaly pololetní prázdniny. To už desítky a desítky dětí věděly, že celý týden denně o půl jedné odjíždí od brněnské Zbrojovky dětský autokarový zájezd

za sněhem. A ten nával, co býval u autokaru! V Brně po sněhu ani památky — a tady taková ohromná příležitost. Až 70 chlapců ve věku kolem 10—12 let se dokázalo denně stěsnat do autokaru. V pátek a v sobotu 7. a 8. února tato prázdninová akce lyžařského oddílu Spartaku ZJS Brno vyvrcholila velkými žákovskými přebory »O přebor Sekoře« (kopec v předhůří Vysočiny na tišovském okrese). Všem bychom přáli vidět to nadšení do závodu, tu závodnickou horečku! Tu poctivost a snažení v přípravě — a nárek, když třeba maminka nedovolila v sobotu jet, s poukazem, že »se koupe«. V pátek bylo průměrné zařazení jednoho sedadla v autokaru 1,9 dítěte a v sobotu jakbysmet. Všichni byli rozdělení do čtyř skupin: do 11 let a 12—14 let, zvláště děvčata a chlapci. V pátek se jely sjedové závody: slalom a obří slalom, v sobotu se běhalo. Snad všichni bez rozdílu chtěli vyhrát — a zatím v každé kategorii vyhráli jen ti nejlepší. Možná, že se s některým z těch jmen setkáme po letech znovu, tož uvedeme alespoň vítěze: žákyně do 11 let Vlasta Šmídová (slalom 40,0 vt., obří slalom 37,3 vt., běh 3:38 min.), 12—14 let Zdena Kristenová (39,2, 32,6, 5:39); žáci do 11 let Zdeněk Lenhart (34,6, 35,0, 2:22) a 12—14 let Oldřich Čížek (26,3, 31,0, 5:11).

Závody měly svůj konec na společné besedě na stadionu Spartaku ZJS. Byly tam promítány lyžařské filmy, mladí závodníci se sami uviděli na promítaných fotografiích ze závodu a hlavně: nejlepší ve všech kategoriích dostali krásné knižní ceny a všichni diplomy se jménem a výsledkem.

A tak by se to mělo všude dělat: bez dlouhého mluvení a velkého debatování. Jít za mládeží, podat zkušenou ruku a věnovat jí péči. Zbrojovackým spartakovcům patří jistě uznání za pěkný začátek a nejen jim i všem ostatním přejeme: pořad tak dál! Bylo by nevděkem nejmenovat dokonce alespoň čtyři cvičitele za všechny ostatní, kteří měli lví podíl na všech těchto akcích: S. a R. Kristenová, O. Borského a A. Hrubiznu, který loni ještě byl sám dorostencem.

Až všichni cvičitelé takto v lyžařské práci »zatáhnou« — budeme o pořádný kus vykonané práce dál.

EMIL KUČERA

Dr. ZDENĚK SOUČEK

(Dokončení ze str. 20)

máka či ukázkám skoků družstva mladých, které zde měl soustředěno soubor Skrbek, ale mnozí z mladých závodníků se snažili co nejpřesněji napodobovat to, co od našich předních lyžařů viděli.

Dosažené výsledky, snaha mládeže o co nejlepší výkony a u mnohých i vrozený talent přiměly sekci lyžování okresu Praha-západ, aby nejlépe se umístivším závodníkům věnovala zvýšenou pozornost i odbor-

nou péči, aby do budoucna měla připravenou dostatečnou zásobu dobrých závodníků i pracovníků pro lyžařský sport. Ide jen o lepší pochopení příslušných orgánů, neboť Pražský kraj svou polohou nemá takové podmínky, jako je tomu u jiných krajů, a o pokračování v době započaté práci. Výsledky se pak musí projevit samy. Dá se říci, že sekce lyžování okresu Praha-západ udělala opravdu dobrý start.

EMIL KUČERA

Pro děti se konal zajímavý závod o kupky. Na trati asi 300 m dlouhé byly v určitých vzdálenostech udělané nenápadně sněhové kupky, ve kterých bylo vždy něco schováno — cukrovinky, knížky, sošky... Po hromadném startu se každý snažil být co nejdříve u hromádek. Kdo jich nejvíce vyhrabal a první proběhl cílem, byl vítězem. Po závodech večer se tančilo v radničním sále, kde bylo i rozdávání cen. Druhý den se obvykle pořádal hromadný výlet do hor.

Kolik ve Vysokém vyrostlo výborných lyžařů. Koldovský, Bim, bratři Josífkové a Duňkové, Petruška, později Bartoň, Pech, Holubec, Hartig, Skrbek, Chlum a v době i všem mladým tak známé Melich, Jón, Žanta, bratři Skrbkové. Ti všichni vyhrávali a ti poslední ještě vyhrávají závody doma i v zahraničí. Se stavbou velkého můstku v Šachtách ožívá opět v poslední době sláva vysoké lyžařiny, vrací se nová chuť k práci.

Zavzpomínal jsem si trochu. Ale jen proto, abych ukázal, co Vysoké vykonalo pro rozvoj našeho lyžařského sportu. Za 55 let poctivé práce. Když dnes pročítáte pečlivě zápisy či novinové výstřížky dlouholetého a nadšeného pracovníka Josefa Ďoubalíka, tu teprve vidíte — a zvláště vy mladí byste si to měli dobře zapamatovat — co dokázala láska k tomuto krásnému sportu.

V těchto krásných chvílích si však uvědomujeme, že jsme vlastně té naší lyžařině stále a stále hodně dlužni. Ano, dlužni vychovat nové Koldovské, Bartoňe, Melichy! Mládeže, která má lyžařinu ráda, je hodně. Jen jí podat pomocnou ruku. Práce s mládeží je tou nejujetší pomocí našemu sportu. Je to práce velmi vědná. Vidět po závodech na stupních vítězů chlapce či děvčata, tu jejich radost z vítězství, věřte, to je ta nejlepší odměna každému, kdo má mládež rád a pomáhá jí!

KAREL ĎOUBALÍK.



Brněnští odvezli mládež za sněhem mimo město. Že děti byly šťastny a těšily se na start, to dokazují nejlépe jejich úsměvy.

# Hory mají srdce v člověku!

Příběh lyžaře - závodníka

(3. pokračování)

Lojza už léta roznášel poštu po horských chatách, boudách i těch příkrčných chalupách. V zimě na lyžích a v létě mezi stráněmi provoněnými bylinami a zelenou otužilou trávou. Lojza seděl po Helenině levici ještě z jiného důvodu. To místo mu právem patřilo. Na horách i v údolích věděli, že kolem Lojzovy hlavy se objevila již dvakrát »svatozář«. Není to nic zázračného a Lojza opravdu není založením světec. Dostal se na svých posilkách do rozptýlené mlhy, do jejich posledních vrstev před sluncem. Pak se udělá kolem hlavy i toho největšího hříšníka něco, co se podobá svatozáři.

Lojza však nepatří mezi svaté. Dovele vytrvale upíjet ze sklenice i brát si z vrchovatě naloženého talíře. I v jeho případě však platí mínění starých horalů, s nimiž se fukěř nemazl a také hrom se jim nevyhýbá, že člověk smí mít kolem hlavy tuto »svatozář« jen dvakrát — po třetí umře. Lojza se zatím usmívá do sklenice a z toho všeho si vybral čestné místo, které mu pro toto vlastnictví pomyslné »svatozáře« náleží. Ale čerti s ním šjou, jako by nedal ani za mák na řeči zkušených horalů, jist si sám sebou.

— Eman! vykřikne Helena a obrací se ke dveřím, v nichž stojí muž ve středních letech s plnovousem, který má barvu lišejníků. Je účetním v družstvu a několik diplomů z lyžařských závodů visí na stěně jeho zásluhou.

— A kde jsi nechal Jiříka? vzpomene si Richard na lékaře, který je z nich nejmladší a dochází k Medvědovi téměř pravidelně.

— Jel do obvodu. Nějaký podrážděný žlučník. Asi správcová na Údolní boudě, vysvětluje Eman.

— Určitě přijde, nebude-li to nic vážného, přitakává Lojza.

Už jsou zde všichni, kteří se tu poslední čtvrtek v měsíci vždycky scházejí.

Jen Martin je nový.

Pravda, zná se se všemi z lyžařských schůzí, z treningů, z přípravných přespolních běhů i z náhodných setkání, ale takhle mezi nimi ještě neseděl. Tyhle schůze jsou jenom jejich, sem přece Martin nepatří. Jaképak sentimentální vzpomínání na něco, co bylo! Budou se dovolávat diplomů na stěnách a pohárů v almarách, na nichž je stejně víc pavučin a prachu než zlata. Budou hovořit o svých vítězstvích a mazlit se se vzpomínkami na to, co už stejně není pravda. Jak je to málo, jak je to nevkusné, ošívá se Martin v pohledu na obsazený stůl.

A přece mu byli tito lidé donedávna blízcí. Často se mu po nich nahoře zastesklo.

Až najednou teď, když došel sem k té zatracené hranici. Životospřava, trénink, duševní příprava — všechno je k ničemu. Biologický konec, řekl by Jiří. Pak už nic není, jenom tenhle stůl s lidmi, kteří jsou tu jen už tak napolo, nad jejichž hlavami jsou ukořistěné trofeje vysoké.

Proč sem vlastně dnes šel?

V Martinovi je teď jako v nejhustší vánici. Rád by viděl před sebe, rád by prorazil hustou mlhou, ale vidí jen do Heleniny, Richardovy, Lojzovy, Emanovy a Medvědovy tváře.

V jejich obličejích je však jistota a klid, který Martina tak dráždí.

Kam se poděla ta vůle a síla, kterou přemáhali čas, soupeře i často nepřepřijící počasí? Přece se nemohly ztratit, přece se neutopily v mělké skleničce vína. Odkud vyvěrá ta jejich jistota?

Vždyť ty, Martine, nejsi od nich většinou daleko. Snad jen o čtyři, pět roků mladší, a vzpíráš se tady něčemu, co stejně jednou přijde a co si musí každý člověk vyřešit. Koketuješ s posledními zbytky sil, které úzkostlivě strádáš pro letošní zimu, domnívaje se, že zase zvítězíš.

Viš příliš dobře, že prohrát v pětadvaceti letech a prohrát málem ve čtyřicítce je rozdíl. To už je konec.

Všichni, co tu sedí, prošli touto chvílí. Čas si vybírá jednoho po druhém.

Dole ještě zlatné léto, ale s hor sestupuje po fialových svazích podzim. Z rašelinišť na hřebcových loukách se zvedá pára. Každý stvol srdnatě horské trávy tuší svoje naplnění. Jak by je netušil člověk!



Martin neví, že o něm vědí, i o tom, co se v něm odehrává. Takhle sem všichni přicházeli. Právě k Medvědovi do

Hubertusu, který je z nich nejstarší, u něhož je nejbezpečněji. Jako by některá z těch dobrých hor, která je tvým strážným duchem, tě vzala za ruce a spolehlivě tě dovedla až sem.

Také Martin sem přišel spíše pudově než s úmyslem, ale přišel, jako přicházeli ostatní. Jedni pokorně, odevzdaně, jiní s mávnutím ruky a resignací, jiní s posmutnělým úsměvem a někteří bouřlivácky tu skládali a odevzdávali to, co jim bylo v mládí svěřeno.

Ne, na sněhu to často nepoznáš, to se držíš zuby nehty. Kupředu tě žene dlouholetá zkušenost, ctižádost a mnoho jiných vlastností dobrého závodníka. I když prohraješ, ještě docela nevěříš. Hleďáš chyby v taktice jízdy na rovině, v technice sjezdu i v tom, jak jsi nešetrně nasadil do kopce dech. Uvěříš, že jsi špatně namazal lyže. Schraňuješ zoufale co nejvíce důvodů, aby se v nich ztratila pravá příčina.

Ale právě v tomto zářijovém slunci poznáš, že nadešla ona chvíle, kdy jsi vykolejil z oněch dvou stop na sněhu, že čas tě vyvrátil z tvého žhavého dechu a srdce se zachvělo v základu, jak náhle porušilo rytmus dlouhých let.

Čert ví, kde se v tobě nabere ta jistota.

Se strání voní poslední sena, ale ty myslíš na »padesátku«, na lyže, na snůh. Velký závod je ta »padesátka«. Najednou ti je všeho líto a taky hanba, že hned nenajdeš v sobě rovnováhu, že se nevzpamatuješ. Zrovna ty, který si tak důvěrně tykáš s nejprudšími severáky.

Proto je tu dnes i Martin.

Každý rok se tu někdo objevil, každý rok se sem přišel někdo vyzpovídat, svěřit, rozloučit. Je to zde v ústraní. Není pěkný pohled na chlapa, který je na měkko.

— Medvěde, pro všechny! poručil Martin.

— Pojedeš letos? podíval se Lojza na Martina, jako by mu chtěl být v těžké chvíli nablízku. Každou zimu nemusí být člověk právě ve své kůži.

— No, prošlapal jsi snůh málem po celé Evropě. Málokdo by se mohl tak chlubit jako ty, snaží se Richard pomoci Lojzovi i Martinovi.

— Pojedu! odrazilo se Martinovo slovo od dubové desky stolu.

Byl to hlas, který se tu nezvykle rozléhal. Ne proto, že sem ještě nepatřil. Tak mluvil Martin tam nahoře: jedním, dvěma slovy, jako hovoří rána sekerou, prasknutí bičem. Tak Martin zakleje, když upadne na blátivém svahu.

— Na letošní maraton! zvedá Martin sklenku.

Všechny skleničky vylétly k začouzenému stropu jako ptáci s ohnivými křídly.

— Je v tobě hodně odvahy, ale také pýchy, Martine, ozvala se Helena. Myslíla jsem, že jsi sem dnes přišel ještě jinak, zarazila se.

Martin naráz vyprázdnil sklenici a mrštil jí do kouta.

— Vim, jak jste sem přicházeli. Jako zmoklé ovce. Nechci, aby mě někdo litoval. Vy si tu sedte jako na výminku, ale já, já mám ještě čas, dolévá Martin další sklenku.

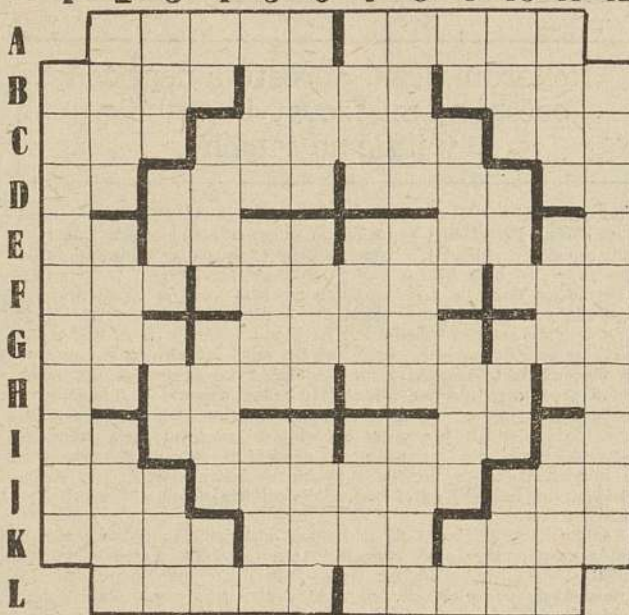
(Pokračování příště)



# Mistrovství republiky zvědavýma očima

## Naše křížovka

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12



»Promiňte, prosím vás, kam běží ten člověk?« — »Jak to, kam běží? Závodí přece!« — »A promiňte, prosím vás, proč?« — »No dovolte proč, to je otázka! Závodí, aby zvítězil!« — »Ach tak. Děkuji vám a když soutěží, co potom?« — »Nerikejte! Tak to tady je vlastně mistrovství Československa?« — »No, konečně jste to pochopil!«

Jenže nemyslete si ono to opravdu nebylo tak lehké poznat. Je sice pravda, že po celém Špindlerově Mlýně se v druhém únorovém týdnu objevily tabule s nápisem »Zdravíme mistrovství ČSR 1958«, je pravda i to, že takový nápis nechyběl ani na poště nad balíkovou přepážkou, ale ten den, kdy se začínalo závodit, se celá ta velká lyžařská rodina závodníků i činovníků odebrala »ve vši tichosti« do Labského údolí k plovárně a tady to začalo. Jeden závodník za druhým se vydávali na trať, po nějaké době přibíhali závodníci z druhé strany do cíle, ale to vše jako v němém filmu. Ti, kteří se zastavili, aby se zájmem sleaovali co se to záde děje, odcházel po chvíli pryč, protože nevěděli o co jde. Stalo se to tak: pořádací Hradecký kraj měl objednaný nový kabel pro místní rozhlasové zařízení ze závodu KABLO Vrchlabí. Kabel byl včas dodán, měl ovšem jednu malou chybu — nešel jím proud. A tak se stalo, že první den mistrovství byl takovou »tichou domácností«. Ukázalo se však, že tento základem nedostatek měl svůj nežádoucí odraz i ve všech dalších dnech, kdy se na nově vytýčených tratích u plovárny běhalo takřka bez diváků... Na této smutné skutečnosti mělo však vinu i počáteční neostatečně využívání místního rozhlasu ve Špindlerově Mlýně. Naopak jeho správné použití v závěrečných dnech se markantně projevilo na zvýšeném zájmu i počtu diváků.

Abychom však začali od začátku. Již při vstupu musel každý jasně poznat upřímnou snahu všech činovníků Hradeckého kraje o co nejlepší uspořádání letošního mistrovství. Obdivovali jsme přesný časový radiogram ředitele závodů Václava Holana, stejně jak dobrou připravenost nově vytýčených tratí a organizační zvládnutí tak rozsáhlé soutěže. A přece to přes všechnu tuto snahu v průběhu soutěže tu a tam zaskřípalo. A v takových chvílích jsme si uvědomovali, čeho se musí příští pořadatelé mistrovství republiky všířovat. Začneme hned slavnostním zahájením, které se odbyvalo v předvečer závodů v 19 hodin na stadionu ve Sv. Petru. Zahájení bylo při nástupu více než 400 závodníků působivé a prosté. Jenže, nezlobte se — až příliš prosté. Především mu chyběl hlasatel, který by byl uváděl jednotlivé řečníky, aby všichni přítomní věděli kdo k nim mluví a při zhlédnutí takové masy závodníků, kteří se na stadion ke slavnostnímu nástupu dostavili buď jednotlivě nebo v malých hloučcích, nás všechny muselo nutně napadnout: nebylo by napříště působivější a účinnější, kdyby tento téměř půltisícový útvar prošel organizovaně již Špindlerovým Mlýněm a šel na stadion ve Sv. Petru společně. Oč více zájemců by taková manifestace přilákala nejen na zahajovací akt, ale i na celé mistrovství?

Letošní mistrovství bylo stíháno takřka neuvěřitelnou dávkou špatného počasí. Prudká obleva, nárazový vítr, častý déšť a konečně přival velké vody, jemuž padly za oběť můstky na 30km trati — to vše byly překážky, které si vyžadovaly nejen od závodníků, ale i od všech činovníků vrcholné výpěti. Nezapomínejme, že ve Špindlerově Mlýně bylo letos mnohem více galoší než lyžařských bot a že v závěrečných dnech byla největší shánka po igelitových pláštěnkách! Nicméně právě v těchto těžkých povětrnostních podmínkách mohli naši trenéři — a oni této možnosti také plně využít — získat velmi cenné rady a zkušenosti od trenérů národních družstev zejména o vhodném způsobu mazání lyží i nejučinnějším zdoláváním střídavosti sněhu při stále se měnících teplotách.

Zpravodaj závodů, vydávaný denně v závodní kanceláři, plnil dobře své poslání. Informoval o důležitých otázkách, vtipnou formou seznamoval účastníky mistrovství se všemi podrobnostmi, které je mohly zajímat, přinášel přesné programy na příští den a stal se vyhledávaným čtením nejen pro účastníky mistrovství.

Vodorovně: A: Přední sovětský reprezentant v běhu na lyžích; švýcarský reprezentant-sjezdař, třetí na mistrovství světa v Badgastein v trojkombinaci. B: Opak slabosti; proudění vzduchu; kypření půdy (obr.). C: Sloní zuby; přední čs. lyžařský reprezentant-běžec; zkratka Sboru národní bezpečnosti. D: Druh mouky; titul udané ženy; tohoto dne; básnický název koně. E: Chem. značky draslíku a boru; ohrada; český básník; příklonka. F: Pravoslavný kněz; správka; německý určitý člen. G: Hokejista Baníka Kladno; mistr světa 1958 v trojkombinaci; náleval. H: Předložka; maďarský atlet-chodec, pátý na OH 1956 na 50 km; světadíl; předložka. I: Zkratka sbírky; úmluva; mužské jméno; souhlásky zeli. J: Ruský »ten«; přední čs. lyžařský reprezentant-běžec; souhlas. K: Cizí dělková míra; letopis; šalba. L: Přední čs. lyžař-běžec; čs. rekordman v hodu oštěpem.

Svisle: 1: Lyžařská disciplína. 2: Jednotka váhy (lidově); anglický atlet-běžec; anglický »člun«. 3: Příblytky včel; stejné souhlásky; žencova potřeba; básnická číslovka. 4: Předložka; ne mnoho; anglicky »mýdlo«; zkratka dopravního podniku. 5: Mužské jméno; protiklad; šachová figurka. 6: Šicí potřeby; trojzpěvy; zvuky. 7: Západočeské město; čs. rychlobruslařský trenér; část střechy. 8: Královské křeslo; druh obilí; mladá kráva. 9: Kancelářská zkratka; zeměměla; druhy hmyzu (obr.); souhlásky kúry. 10: Chem. značky uranu, boru a síry; park; mužské jméno; spojka. 11: Moravské město; rekordman NDR ve skoku vysokém; emblem. 12: Lyžařská sjezdová disciplína.

Chceme-li opravdu poctivě osvětlit všechny klady i záporu letošního mistrovství v klasických disciplínách, musíme se také zmínit o podmínkách, v jakých pracovali ve Špindlerově Mlýně naši sportovní novináři. A řekneme hned v úvodu, že pro svou práci nacházeli u všech pracovníků dobré pochopení a že pošta po zkušenostech z Mezinárodní šestidenní soutěže motocyklistů spojovala jejich hovory přednostně. Přece však i jim ztěžovaly práci některé nedostatky. Především to bylo příliš zdoluhavé vypočítávání a vydávání konečných výsledků, dále příliš nepatrná a naprosto nepřehledná tabule výsledků u cíle běhů a konečně zcela chybějící hlášení bodů při skoku.

Mistrovství Československa pro rok 1958 je za námi. Bylo by nanejvýš nespravedlivé nevyzdvihnout bojovnost závodníků stejně jako snahu pořadatelů. A stejně jako nás někteří závodníci mile překvapili nečekanými výkony, tak se zase jiným v soutěžích dařilo méně, než jsme všichni předpokládali. A právě tak i pořadatelé, činovníci Hradeckého kraje, bojovali se střídavým štěstím. Společně zkušenosti, které jsme letos nasbírali ve Špindlerově Mlýně, musíme napříště využít nejen k dokonalému uspořádání příštího mistrovství republiky, ale i k zvýšení úrovně naší nejvyšší soutěže a tím i celé naší lyžařiny!

P. NERAD

# Ze sekce bobů a saní

## Rekordní účast dorostu a nepřizřený počasí na mistrovství republiky v jízdě na saních

Bobová dráha v Tatranské Lomnici byla ve dnech 13.—16. února dějištěm již pátého poválečného ročníku sáňkařských mistrovství republiky. Obzvláště silná nepřizřená počasí a rekordní účast dorostu — to byly hlavní znaky letošních mistrovství.

Tatranská bobovka byla upravována tak, aby na ní mohly být uspořádány obě vrcholné soutěže — sáňkařské i bobové. Proto byly všechny zatáčky vyleďovány na plnou výšku a postaveny mantinely po celé délce dráhy. Pro saně byl nově vybudován šestimetrový dřevěný startovní můstek, umístěný před startovním územím bobů. Týden před mistrovstvím, v době, kdy právě napadlo dost sněhu, ze kterého byla upraveny mantinely, byla celá dráha ledová, úprava zatáček byla plynulá, jen vytvoření obých přechodů mezi stěnou a korytem, dodatečně provedené v některých zatáčkách, bylo příliš měkké. O dobré úpravě a rychlosti dráhy svědčí časy dosažené jak na bobech, tak i na saních při krajských přeborech Vysockých Tater.

Teplá vlna přicházející již počátkem následujícího týdne a hlavně teplé noční větry silně rozrušily stěny zatáček a led v korytě změkčil. Za těchto podmínek byla dráha o mnoho pomalejší. Po provedení pilotních jízdách byla dráha pro nezpůsobitost čtyř spodních zatáček zkrácena a start byl prováděn letmý, mezi první a druhou zatáčkou. Celková délka zkrácené tratě byla asi 1300 metrů.

Přes tyto krajně nepřizřivé podmínky, kdy dráha se rozpouštěla doslova před očima, byly absolovány všechny jízdy podle propisic, jen druhá jízda smíšených dvojic nemohla být dokončena. Rekordní účast 124 závodníků se projevila hlavně u dorostu, kde letos startovalo 52 závodníků proti loňským 25. Dospělých závodil přesně stejný počet jako loni. Je potěšitelné, že tentokrát se po prvé mistrovství zúčastnili i dorosteničtí závodníci z kraje České Budějovice. Také Ostrava zaznamenala příliv mladých. Nově utvořený oddíl Dukly v Mariánských Lázních byl hybnou pákou rozšíření sáňkařského sportu v Karlovarském kraji. Výsledky jsou pro závodníky tohoto kraje překvapivě dobré.

### VÝSLEDKY:

#### Jednosedadlové saně — muži:

	I.	II.	III.	IV.	Celkem
1. Urban, Liberec	1:35,1	1:29,3	1:34,8	1:38,6	6:17,8
2. Šrubeck, Dukla M. L.	1:33,9	1:29,5	1:36,2	1:38,7	6:18,3
3. Perla, Praha	1:34,3	1:30,5	1:37,1	1:37,5	6:19,4
4. Novotný, Liberec	1:35,0	1:29,3	1:34,2	1:41,0	6:19,5
5. Kovanda, Praha	1:38,4	1:30,0	1:33,0	1:39,0	6:20,4
6. Kříž M., Praha	1:36,3	1:32,0	1:34,0	1:41,5	6:24,0
7. Seiner, Dukla M. L.	1:36,0	1:31,2	1:35,7	1:41,5	6:24,4
8. Hellebrant, Liberec	1:36,4	1:35,2	1:37,0	1:37,3	6:26,5
9. Hruběš, Brno	1:36,2	1:30,9	1:40,0	1:39,9	6:27,0
10. Jelínek, Liberec	1:36,8	1:31,4	1:36,7	1:42,4	6:27,3

Další pořadí: 11. Feix (DML) 6:28,9, 12. Křižovský (VI) 6:29,0, 13. Škrabálek (L) 6:29,6, 14. Osina (O) 6:30,3, 15. Vojtíšek (DML) 6:32,0, 16. Dulka (VT) 17. Juna (L) 6:34,1, 18. Krieglér (L) 6:34,4, 19. Peukert (L) 6:37,5, 20. Studený (L) 6:40,9, 21. Nitsche L. (L) 6:41,0, 22. Kříž J. (P) 6:41,5, 23. Ptašil (P) 6:45,0, 24. Zeman (L) 6:45,5, 25. Kotešovský (O) 6:46,6, 26. Mráz (VT) 6:49,4, 27. Jurschik (O) 6:53,1, 28. Krejčí (L) 6:53,6, 29. Pospíchal (O) 6:54,3, 30. Horák (B) 6:57,9, 31. Hladík (L) 6:59,0, 32. Vlček (B) 6:59,1, 33. Čejka (P) 7:01,0, 34. Patman (L) 7:02,0, 35. Novotný (VT) 7:02,2, 36. Švadlena (L) 7:04,7, 37. Petrů (L) 7:05,9, 38. Tomášek (O) 7:14,5, 39. Malina (P) 7:23,3, 40. Matějíček (B) 7:26,7, 41. Pavelka (B) 7:28,2, 42. Holinka (O) 7:31,9, 43. Nitsche Fr. (L) 7:33,3, 44. Eberle (O) 7:45,7, 45. Hruběš (B) 7:50,9, 46. Neugebauer (B) 7:55,5, 47. Růžička (O) 7:58,2. — Startovalo 50 mužů. Výkonnostní třídy: I. tř. 1.—25. závodník, II. tř. 26.—58. závodník.

#### Jednosedadlové saně — ženy:

	I.	II.	III.	IV.	Celkem
1. Tomášková, Ústí n. L.	1:36,1	1:32,0	1:37,0	1:42,1	6:27,2
2. Jarolímová, Liberec	1:36,3	1:31,0	1:37,0	1:48,2	6:32,5
3. Horová L., M. Lázne	1:40,8	1:36,5	1:42,1	1:46,9	6:46,3
4. Nietschová, Liberec	1:48,8	1:39,4	1:43,7	1:53,0	7:04,9
5. Koublová, Liberec	1:42,0	1:38,4	1:45,0	2:00,4	7:05,8
6. Převrátilová, M. Lázně	1:44,4	1:41,2	1:50,3	1:58,0	7:13,9
7. Lomozová, Ústí n. L.	1:47,2	1:43,7	1:50,7	1:53,9	7:15,5
8. Neugebauerová, Brno	1:51,6	1:40,4	1:52,8	1:52,6	7:17,4
9. Burketová, Liberec	2:10,5	1:38,6	1:42,1	1:40,6	7:18,8
10. Šustová, Praha	1:51,8	1:44,4	1:54,1	1:55,5	7:25,8

Další pořadí: 11. Šefrová (L) 7:29,0, 12. Kovandová (P) 7:30,7, 13. Beránková (O) 7:37,7, 14. Vršková (L) 7:37,9, 15. Charvátová (P) 7:42,7, 16. Helebrantová (L) 7:46,7, 17. Sobotková (P) 7:49,6, 18. Schleisová (DML) 7:51,2, 19. Horová (ML) 8:16,4, 20. Zavadná (O) 8:55,8, 21. Mohaplová (O) 9:10,7, 22. Slaninová (O) 10:49,5. — Výkonnostní třídy: I. tř. 1.—5. závodnice, II. tř. 6.—19. závodnice.

#### Jednosedadlové saně — starší dorostenci:

1. Růžička (O) 6:52,6, 2. Babka (VI) 7:01,5, 3. Honřík (P) 7:09,4, 4. Chalupníček (O) 7:10,3, 5. Roland (L) 7:14,1, 6. Prágrner (O) 7:23,3, 7. Johanovský (P) 7:25,7, 8. Beránek (O) 7:27,3, 9. Dvořák (O) 7:27,7, 10. Fidrman (O) 7:43,2, 11. Myška (O) 7:45,8, 12. Večera (O) 7:50,7, 13. Krejza (KV) 7:57,9, 14. Černický (VI) 8:15,3, 15. Kotešovský (O) 8:16,4, 16. Malý (L) 8:38,1, 17. Firlinger (O) 9:48,7.

#### Jednosedadlové saně — dorostenky starší:

1. Kašparová (L) 7:52,6, 2. Osinová (O) 7:59,2, 3. Hásková (L) 7:40,8, 4. Pelcová (O) 7:58,5, 5. Zahradníková (O) 8:00,2, 6. Kubelková (B) 8:35,3, 7. Kousalová (P) 8:45,7, 8. Kosinová (B) 8:46,3, 9. Tichavská (O) 10:55,2, 10. Jungvirtová (ČB) 11:16,0.

#### Jednosedadlové saně — dorostenci mladší:

1. Hanuš (L) 7:06,5, 2. Hynek (L) 7:13,7, 3. Kraus (P) 7:32,2, 4. Jebavý (L) 7:43,8, 5. Beránek (L) 7:47,4, 6. Polovec (VI) 8:00,4, 7. Vlček (B) 8:14,0, 8. Valenta (L) 8:16,7, 9. Hanták (P) 8:21,6, 10. Gerdelán (VT) 8:25,2, 11. Chromý (ČB) 9:09,9, 12. Dopita (O) 9:20,0, 13. Gach (O) 10:06,6.

#### Jednosedadlové saně — dorostenky mladší:

1. Tyllová (O) 7:30,6, 2. Peterková (L) 8:02,3, 3. Tomášková (O) 8:09,1, 4. Bergerová (O) 8:25,0, 5. Urbanová (L) 8:25,6, 6. Červinková (B) 8:28,2, 7. Kalabová (B) 9:19,7, 8. Rajčanová (O) 9:56,9, 9. Chromá (ČB) 10:04,7.

#### Dvousedadlové saně — muži:

1. Urban—Peukert (L) 5:13,1, 2. Křížové (P) 5:14,6, 3. Perla—Dašek (P) 5:17,1, 4. Škrabálek—Jelínek (L) 5:20,8, 5. Krejčí—Novotný (L) 5:22,1, 6. Feix—Vojtíšek (KV) 5:29,5, 7. Pospíchal—Růžička (O) 5:30,0, 8. Patman—Juna (L) 5:30,8, 9. Švadlena—Hladík (L) 5:30,9, 10. Matějíček—Pavelka (B) 5:31,1, 11. Křižovský—Novotný (VI) 5:31,9, 12. Tomášek—Kotešovský (O) 5:32,4, 13. Nitscheové (L) 5:35,8, 14. Jüršhík—Eberle (O) 5:36,5, 15. Kovanda—Čejka (P) 5:37,9, 16. Hruběš—Vlček (B) 5:40,8, 17. Zeman—Hellebrant (L) 5:45,4, 18. Šrubeck—Seiner (KV) 5:47,6, 19. Osina—Holinka (O) 5:50,3. — Výkonnostní třídy: I. třída: 1.—5. dvojice, II. třída: 6. až 16. dvojice.

#### Dvousedadlové saně — ženy:

1. Kalabová—Červinková (B) 5:53,6, 2. Bergerová—Rajčanová (O) 5:48,3, 3. Neugebauerová—Šefrová (B a I) 5:53,0, 4. Nietschová—Hellebrantová (L) 5:55,9, 5. Tomášková—Beránková (O) 4:16,8, 6. Sobotková—Šustová (P) 4:17,4, 7. Jarolímová—Višková (L) 4:32,1, 8. Zavadná—Slaninová (O) 5:03,2, 9. Charvátová—Kovandová (P). — Výkonnostní třídy: I. třída 1.—4. dvojice, II. třída 5.—6. dvojice.

#### Dvousedadlové saně — dorostenci starší:

1. Černický—Babka (VI) 5:38,4, 2. Růžička—Chalupníček (O) 5:41,3, 3. Urban—Malý (L) 4:00,0, 4. Kotešovský—Myška (O) 4:07,7, 5. Dvořák—Tragner (O) 4:16,1, 6. Johanovský—Hamřík (P) 4:22,5, 7. Fidrman—Beránek (O) 4:52,7, 8. Firlinger—Večeřa (O) 5:00,2.

#### Dvousedadlové saně — dorostenky starší:

1. Kosinová—Kousalová (B a P) 4:28,0, 2. Osinová—Tichavská (O) 4:50,7, 3. Hastrová—Kašparová (L) 5:04,3, 4. Zahradníková—Pelcová (O) 5:21,4 havárka.

#### Dvousedadlové saně — dorostenci mladší:

1. Karaus—Hamtáček (P) 5:57,1, 2. Hynek—Hanus (L) 4:00,3, 3. Jebavý—Valenta (L) 4:01,6, 4. Gach—Dopita (O) 4:42,6, 5. Polovec—Gerdelán (VI) 4:57,2.

#### Dvousedadlové saně — dorostenky mladší:

1. Kalabová—Červinková (B) 5:53,6, 2. Bergerová—Rajčanová (O) 4:13,7, 3. Peterková—Urbanová (L) 4:31,4, 4. Tomášková—Fillová (O) 4:41,5.

#### Dvousedadlové saně — smíšené dvojice dospělí:

1. Peukert—Jarolímová (L) 1:51,5, 2. Škrabálek—Burkertová (L) 1:51,8, 3. Urban—Nietschová (L) 1:53,1, 4. Tomášek—Tomášková (O) 1:54,0, 5. Perla—Charvátová (P) 1:55,4, 6. Juna—Šefrová (L) 1:56,0, 7. Kříž—Šustová (P) 1:58,0, 8. Dašek—Horová (P) 1:58,5, 9. Vojtíšek—Převrátilová (KV) 1:59,6, 10. Krejčí—Helebrantová (L) 2:01,5, 11. Osina—Zavadná (O) 2:02,4, 12. Nitsche—Vršková (L) 2:05,0, 13. Pospíchal—Lomozová (O) 2:04,5, 14. Koublová—Novotný (L) 2:05,5, 15. Křižovský—Horová (VT a KV) 2:05,7, 16. Feix—Schleisová (KV) 2:07,0, 17. Kotešovský—Mohaplová (T a O) 2:07,9, 18. Jüršhík—Beránková (L) 2:08,6, 19. Holinka—Slaninová (O) 2:16,4, 20. Neugebauer—Neugebauerová (B) 2:18,1, 21. Kovanda—Kovandová (P) 2:37,1. — Výkonnostní třídy: I. třída: 1.—9. dvojice, II. třída: 10.—18. dvojice.

#### Dvousedadlové saně — smíšené dorostenecké dvojice:

1. Urban—Hásková (L) 1:59,7, 2. Malý—Kašparová (L) 2:09,2, 3. Johanovský—Kosinová (P a B) 2:42,6.

Vysvětlivky zkratk: DML — Dukla Mariánské Lázně, ML — Mariánské Lázně, VI — Vysoké Tatry, L — Liberec, O — Ostrava, P — Praha, O — Ústí n. L., B — Brno, ČB — České Budějovice, KV — Karlovy Vary, T — Teplice.

Z nových typů saní jsme na mistrovství viděli z NDR dovezené saně »Pílec« a větší množství teleskopických saní postavených A. Soukupem ze Smržovky, nebo přímo některými závodníky. Byly to právě tyto saně, měkká dráha a dobré mazaání, které připravily několik překvapení ve výsledcích, hlavně v kategorii jednosedadlových saní — mužů. Přesto však v rozložení sil mezi jednotlivými kraji nedošlo k podstatným změnám. ING. VLADIMÍR HORÁK

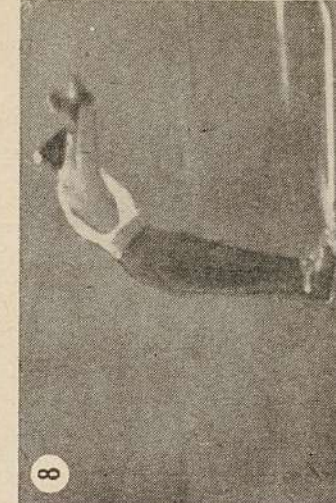
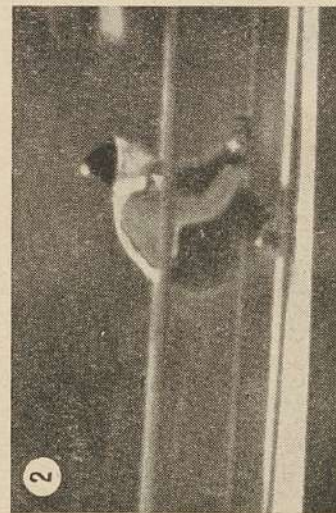
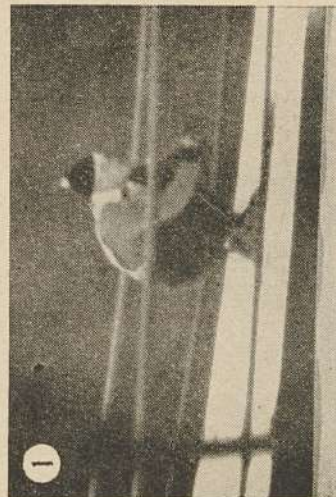
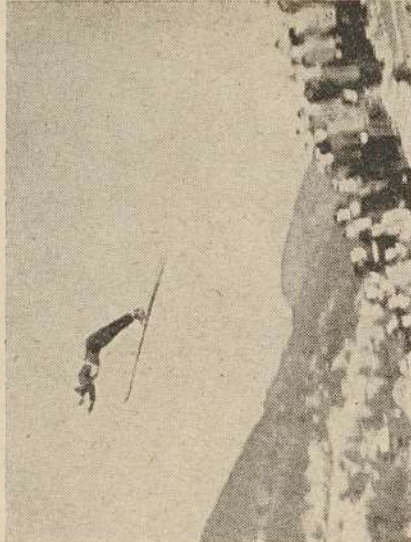
## Kinogram skokana NDR Wernera Lessera

Stálým vývojem a zdokonalováním techniky skoku na lyžích jsou dosahovány výkony, o nichž se ještě před několika málo lety nikomu ani nedálo. Hlavním činitelem tohoto pokroku je odraz. Proto také se v posledních letech mezi odborníky hodně diskutuje o tom, který ze způsobů odrazu je nejúčinnější. Názor našich trenérů je, že účinný a dobrý odraz je takový, který je přesný, rychlý a rytmický.

Velmi úspěšný německý skokan Werner Lesser se odráží svým osobitým způsobem. Neprovádí přípravu na odraz zášvihem paží, nýbrž jeho odraz vychází z nájezdového postavení, kdy těžiště těla má mírně vzadu, jak je to dobře vidět na 1. a 2. obrázku. Těsně před hranou odrazště začíná zvedání těžiště při současném předášení těžiště zezadu dopředu (obr. 3. a 4.). Na 5. obrázku je dobře vidět dokončení odrazu přesně

na hraně odrazště. Další záběry nám pak ukazují skokana v první fázi letu, která vlastně ještě patří k odrazu, neboť, jak vidíme na 6. a 7. obrázku, nastává teprve dopnutí nohou. Potyž těžiště zezadu dopředu plymule pokračuje během letu, úhel mezi tělem a lyžemi se stále zmenšuje, až je dosaženo správné aerodynamické polohy, jak vidíme na hořejším snímku Wernera Lessera při jeho skoku na letošních závodech v Garmisch-Partenkirchen. Tímto způsobem skokan po odrazu nedostává velkou výšku, ale poměrně rychlé, bez ztrát na rychlosti zaujímá správnou polohu letu, čímž dosahuje klidného i dlouhého skoku. Při tomto způsobu odrazu je nesmírně důležitá přesnost a rychlost odrazu.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK





V letošní zimě naši pracovníci dokonale využili bílé krásky hor. Černé lyžařské kursy, které pořádal Turista i závodů ve svých rekreačních chatách, jistě získají další lyžovníky. A že většina z nich byla učenlivými záky, dokazuje i náš snímek.

# Lýžařství

ROČNÍK 44

DUBEN 1958





### Představujeme mistry republiky

Letošní mistrovství republiky ve sjezdových disciplínách se jelo ve Spindlerově Mlýně. Naše snímky představují mistry republiky v jednotlivých disciplínách: vlevo Eva Malá zvítězila ve slalomu, Květa Merendová ve sjezdu, vlevo dole Michal Šoltýs byl první v obřím slalomu, Vokatý (vpravo dole) vyhrál spolu se Stiehlem a Bogdálkem (pod sebou v kroužku) závod ve sjezdu, Richvalská (vpravo v kroužku) zvítězila v obřím slalomu a v trojkombinaci a Vlado Krajňák ve slalomu a v trojkombinaci.



## OBSAH

- Několik úvodních slov k mistrovství světa v Lahti — str. 2
- Lahti v poznámkách trenérů — str. 3
- 50 km — souboj Jernberg—Hakulinen — str. 4
- Švédové vyhráli štafety — str. 4
- Hodnocení běžců, Závody žen v Lahti str. 5
- Největší překvapení — závod sdružený, Závěrečná soutěž skok prostý — str. 6
- Organisace a technická zařízení v Lahti — str. 8
- Výsledková část mistrovství světa v Lahti — str. 10—11
- Lahden Hiihtoseura — str. 10—11
- Úspěšný letošní ročník SZBZ — str. 14
- O tituly mistrů ve sjezdových disciplínách — str. 15
- Výsledková část mistrovství republiky — str. 16, 17, 18
- Mládež překvapila ve Špindlerově Mlýně — str. 19
- Zprávy z oddílů a sekcí — str. 20—21
- Naše křížovka — str. 21
- Jak správně montovat vázání — str. 21
- Hory mají srdce v člověku (povídka) — str. 22
- Ze sekce bodů a saní — str. 23—24
- Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: M. M. Lahti, V. Mírka, V. Pácl, J. Pilmann, B. Šykora.

*Snímek na titulní straně: Švédský běžec Siaten Jernberg patřil i na mistrovství světa ve finském městě Lahti k nejlepším závodníkům. V běhu na 30 km skončil třetí, na »patnáctku« byl čtvrtý a nejtěžší závod, lyžařský maratón, běh na 50 kilometrů, vyhrál. Z tohoto závodu je i náš snímek.*

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Zdeněk Paulů. Redakce Praha I, Národní tř. 33. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství Ústředního výboru KSČ, Praha. Praha, duben 1958.

A-15505

# Výchovná práce především

Velký sovětský vychovatel A. S. Makarenko definoval podstatu svých pedagogických zkušeností: »Co nejvíce požadavků na člověka a co nejvíce úcty k němu... Toto spojení požadavků na osobnost s úctou k ní — to nejsou různé věci, nýbrž jedna a tatáž. I naše požadavky, které klade me na jednotlivce, vyjadřují úctu k jeho silám a možnostem a v naší úctě se současně odrážejí i naše požadavky na osobnost. Tato úcta se nevztahuje k něčemu vnějšímu, co stojí mimo společnost, k čemu si příjemnému a krásnému. Je to úcta k soudruhům, účastnicím se naší společné práce, naší společné činnosti, je to úcta k pracovníkům.« Zamysleme-li se nad těmito slovy, pak pochopíme mnohé z dnešních nedostatků naší výchovné práce, především mezi mládeží. Tělesná výchova a hlavně jednotlivá sportovní odvětví prodělala v posledních letech bouřlivý organizační, metodický, hospodářský i výkonnostní rozvoj, ale jedna z nejdůležitějších složek — výchova zůstala stát stranou. Snažili jsme se vytvářet ideální podmínky pro rychlé dosažení nejlepších výkonů a zapomněli jsme na formování člověka. Přecenili jsme otázky technické a organizační.

Přestože otázky výchovy v nejširším slova smyslu — ideové výchovy, výchovy k odpovědnému postoji k práci, výchovy socialistického vlastenectví, výchovy správného poměru ke kolektivu, výchovy ke kulturnosti v jednání a vystupování — byly často předmětem teoretických úvah, článků i referátů, nedokázali jsme plně tyto myšlenky uvést v život. Byli jsme málo nároční, tak jak to učí A. S. Makarenko, jak vůči mládeži, sportovcům, trenérům a ostatním činovníkům, tak také vůči sobě. Výsledky této nesprávné praxe se dnes projevují v práci oddílů, v práci některých trenérů a cvičitelů a také ve výkonech a chování a v životě některých závodníků.

V únoru letošního roku bylo svoláno 3. plenární zasedání ÚV ČSTV, na kterém přednesl soudruh F. Vodsloň referát »K některým současným otázkám ideové politické výchovy v ČSTV«. Obsáhla diskuse k tomuto referátu ukázala na nutnost všestranně a do hloubky řešit a uskutečňovat problémy socialistické výchovy příslušníků naší organisace. Buďte zapotřebí pravidelně se zabývat touto problematikou v ústřední sekci, v krajských sekcích a lyžařských oddílech. Na stránkách našeho časopisu musíme daleko více a konkrétněji přinášet články a poznatky z této práce a zajistit výměnu zkušeností.

K některým základním otázkám: Všimněme si nejprve problémů ideové výchovy. Ideová výchova byla v minulosti často podceňována, zkracována

a formálně prováděna. Tam, kde jsme takto pracovali, se otevřely možnosti pronikání nepřátelské ideologie, rozrůstaly se buržoasní přežitky (apolitičnost, klubismus, separatismus, poklonkování atd.). Ideová výchova byla v některých případech chápána jako mluvení o úkolech, o budování socialismu atd. bez agitace k vlastnímu zapojení se do budování, bez spojení s konkrétními činy. Výsledky ideové výchovy se musí především projevit v dobré práci na pracovišti, ve škole a především také v dobrých výsledcích v dobrovolné práci v oddílech, jednotách, sekcích atd.

Předpokladem pro to, abychom urychleně odstranili všechny nedostatky, je zlepšení práce lyžařských oddílů. Naše oddíly se musí stát pevnými organizovanými kolektivy, které dokáží zajistit nejen velké úkoly rozvoje lyžování, jednoho z nejdůležitějších a všestranných sportů, ale také řádnou a správnou výchovu všech příslušníků. Podmínkou toho je dobrá práce cvičitelů a trenérů. Třetí plenární zasedání ÚV ČSTV zdůraznilo, že ústřední postavou v tělesné výchově je cvičitel a trenér, jehož hlavním úkolem je vychovávat lidi fyzicky zdravé, silné a krásné, ale současně oddané našemu lidově demokratickému zřízení.

Podmínkou pro to je, aby všichni cvičitelé, všichni trenéři, byli především sami politicky vyspělí, sami zapálení pro správnou práci. Je třeba začít od drobností a všeobecně jasných věcí, jako je dodržování kázně, správné nástupy, oslovování, pozdrav, až k složitým výchovným procesům v lyžařských oddílech, na soustředěních atd.

Bylo by nesprávně chápat, že jen cvičitelé a trenéři jsou nositeli výchovné práce. Za tuto práci jsou odpovědní všichni pracovníci v oddílech a sekcích bez rozdílu funkcí. O to, aby výchovná práce v nejširším slova smyslu byla dobře zajišťována a projednávána, budou v oddílech a sekcích pečovat výchovně propagační pracovníci a výchovně propagační komise. Úkolem výchovně propagačních komisí (které je nutno urychleně všude ustavit, doplnit a jejich práci zkvalitnit) je dávat metodické pokyny k provádění výchovné práce na základě směrnic volených orgánů. Sledovat stav, úroveň a výsledky výchovné práce mezi členstvem. Provádět rozbor příčin nedostatků a iniciativně navrhnout odborným i voleným orgánům konkrétní opatření.

Jako o výsledcích každé práce, tak i o dobrém splnění těchto úkolů budou rozhodovat lidé. Věříme, že lyžařští pracovníci bez rozdílu funkcí se postaví do prvních řad bojovníků za správnou socialistickou výchovu všech příslušníků naší organisace.

# NĚKOLIK ÚVODNÍCH SLOV K MISTROVSTVÍ SVĚTA V LAHTI

V. PÁCL

Mistrovství světa v Lahti skončilo slavnostním nástupem 9. března 1958. Oficiální závěry ústřední sekce jsou v současné době zpracovávány a budou předloženy představenstvu ÚV ČSTV, kde budou provedeny konečné závěry a schválena opatření pro další práci. Jedno je však jisté, že s výsledky nemůžeme být spokojeni. Je pravda, že výkony se od r. 1954 na mistrovství světa podstatně zvýšily, ale přesto naše výsledky neodpovídají možnostem, které máme pro přípravu závodníků v klasických disciplínách.

Dnes, bezprostředně po skončení závodů, uveřejňujeme první informativní hodnocení, zpracované účastníky těchto závodů. Je samozřejmé, že se ještě vrátíme nejen k výsledkům, ale především k metodám práce, které jsme použili v přípravě. Bude třeba důkladně rozebrat příčiny našich výsledků tak, abychom mohli podstatně zlepšit výkony.

Výsledky našich závodníků hodnotíme z hlediska daných úkolů. Úkolem bylo dostat se a probojovat mezi světovou »špičkou« (viz článek v Lyžařství čís. 1/1958 — Trenéři v roce 1958). Tento úkol byl splnitelný a také možnosti přípravy dostatečné. Že tyto možnosti jsou, o tom svědčí výsledky jiných národů na mistrovství světa, na př. skokanů NDR, výsledek Francouze Mermeta v běhu na 15 km, výsledky žen NDR v běhu na 10 km atd. Z tohoto hlediska můžeme být spokojeni pouze s výkony A. Teplého v bě-

hu na 30 km, V. Lahra v závodě sdruženém a L. Patočkové ve štafetě žen. Ostatní výkony jsou pouze průměrné, až podprůměrné. (Ženy 10 km, 4×10 kilometrů.) Tím ovšem není řečeno, že by závodníci nebojovali na MS z plných sil a nevydali ze sebe vše, co uměli. Na závody se musíme dívat celkově a výsledky hodnotit především z hlediska přípravy. A zde zřejmě mnoho chybělo. Bude třeba, aby se nad tím zamysleli především trenéři státních družstev, ústřední trenérská rada a také trenéři v oddělech. Bude třeba se více zamyslet nejen nad kvantitou tréninku, ale především nad kvalitou a pravidelností. Toto platí nejen pro zimní období, ale především pro léto a hlavně pro ženy. Neméně vážnou je otázka výchovné práce. Po stránce vystupování a poměru k finskému občanstvu a cizincům se naši reprezentanti chovali na MS dobře. Jiná otázka je otázka správného poměru mezi trenéry

a závodníky, vnitřních vztahů v kolektivu, kritický a sebekritický postoj k přípravě i k výkonnosti závodníků i trenérů a uvědomělá kázeň.

Složení výpravy a funkce.

V. Pácl, vedoucí, člen běžecké komise FIS, člen JURY 30 km.

M. Duffek, zástupce vedoucího, rozhodčí skoků pro závod sdružený, kurs rozhodčích FIS — dr. Korecký, lékař.

M. Bělonožník, trenér skokanů a sdruženářů, člen skokanské komise FIS, kurs rozhodčích FIS.

V. Weisshäutel, trenér běžců a běžkyň.

Běžci: ZMS J. Cardal, MS I. Matouš, A. Teplý.

Běžkyňe: L. Patočková, E. Benešová, Anna Fialová.

Sdruženáři: MS V. Melich, V. Lahr.

Skokan: MS Z. Remsa.

Početní stavy jednotlivých delegací:

	Počet závod.	Vedení delegace	Funkce FIS na MS
Finsko	49	13	6
SSSR	35	10	3
Norsko	28	8	4
Švédsko	25	11	4
NDR	16	8	1
Polsko	18	3	2
Švýcarsko	16	5	2
Itálie	14	5	2
NSR	13	2	2
USA	12	3	2
ČSR	9	2	3
Rakousko	6	2	1
Kanada	4	2	0
Jugoslávie	5	1	0
Japonsko	3	1	0
Chile	1	0	0

## O Lahti jen ve vložkách

S pečlivou organizací se mohli účastníci světového mistrovství v Lahti setkat na každém kroku. Kromě dobrého bydlení a vydatné stravy skvěle fungovalo na stadiónu rozhlasové zařízení. Také všechna hlášení o stavu a časech na trati běžeckých závodů byla hlumocena do němčiny, angličtiny, francouzštiny a ruštiny. Příkladná byla také péče o celý lyžařský stadión a zvláště pak skokanský můstek. K čistění tribun sloužily železné hrábě a košťata, na neustálé vylepšování můstku a především bubnu měli v Lahti i příruční malé buchary, kterými sniž na dopadu neustále udušávali. Skoky Finové totiž doslova zbožňují, proto tolik péče o skokanský můstek.

Obliba lyžařiny se projevila u Finů také v tom, že velká většina pravidelných každodenních návštěvníků věnovala část své dovolené, aby mohla každý den sledovat boje nejlepších světových lyžařů. Snad tento malý příklad svědčí o opravdovém zájmu o lyžování.

Vojsko už tradičně patří na všech lyžařských závodech k nezbytným pomocníkům. Také v Lahti nůřadovač několik stovek finských vojáků, kteří také za-

stali pěkný kus práce. Bylo je možné najít všude, kde bylo jen trochu třeba pomoci. Nebyl to jen skokanský můstek, ale vojáci vypomáhali i na kontrolních úsecích běžeckých tratí, u pokladen bedlivě střežili prodej vstupenek a v největších mrazech stáli před vchody do ubytoven. Ke cti jim sloužila neobyčejná ochota, zdvořilost a úslušnost.

Krásnou chvíli zažila hrstka Čechoslováků při běhu na 30 km. Při vyhlášení mezičasu na 13 km objevila se na velké tabuli i československá vlajka, číslo 30 a čas 46:53 min. To vše patřilo našemu Antorínu Teplému. Byl to věru pěkný pohled na černo-modro-bílou vlajku, která se dostala po bok finským, sovětským a švédským vlajkám.

Kuzin, dvojnásobný mistr světa z roku 1954, se již v prvním závodě postaral o menší sensaci. Spokojeně stál na startu a snad ani nemyslel na to, že se za několik vteřin vyjede na obtížnou třicetikilometrovou pouť. Jak si však vysvětlil, že zcela přestechl hlasitě zvonění velkého zvonce oznamující závodníkům, že mohou vyběhnout na trať. Kuzin však ani neviděl zelené světlo, které se také vždy rozsvítilo několik

metrů od závodníka, když mohl odstartovat. A tak Kuzin vyběhl asi s desetivteřinovým zpožděním, a to ještě na vybidnutí samotného startéra.

Mistr světa na 30 km Hämäläinen proti zvyku a tradicím rád startuje v přední skupině běžců. Titul mistra světa získal, když měl startovní číslo 9, a v běhu na 15 km měl dokonce startovní číslo 3. Zřejmě Hämäläinen rád běhá sám, neboť vždy všechny své soupeře snadno předběhl a pak bojoval na trati zcela osamocen.

Lyžařina je snad jediným sportem, kde prozatím mladí závodníci neovládli pole. Na rozdíl od plavání, atletiky, krasobruslení a dalších sportů v klasických lyžařských disciplínách panují ještě starší závodníci. Průměrný věk Finů na mistrovství světa byl 27 let, sovětských reprezentantů 26 let. Vítězové některých závodů jako Hämäläinen byl 25 let stár, Korhonen 27, Hakulinen 33, Kolčínová 27 let. Nebyli to však jen noví mistři světa, ale i věkový průměr dalších předních závodníků byl poměrně vysoký.

Otužili Švédové, jinak nelze nazvat všechny švédské běžce, kteří běhali i v největších mrazech

(—30 stupňů Celsia) bez rukavic a v tradičních bílých plátěných kombinézách. Ostatní závodníci dávali přednost koženým rukavicím.

Polibek manželů Kolčínových krátce po vítězství Valentiny v běhu na 10 km pochopitelně upoutal pozornost snad všech fotografů. Pro ty, kterým se nezdařil první záber, musel Pavel Kolčín čín ještě jednou políbit svůj ženu. Pak at se ale nikdo nediví, že příští den ve všech finských novinách byla velká fotografie této populární manželské dvojice.

Mužem Štěstěny, alespoň co do vylosování na běžecké závody, byl na mistrovství světa Hakulinen. V každém závodě měl ze všech startujících poměrně nejvýhodnější vylosování. K titulu mistra světa na 15 km jej vyvstáhl Pavel Kolčín, který startoval těsně před ním, na 50 km měl zase Hakulinen před sebou vítěze závodu Švéda Jernberga. V maratónu se sice Hakulinenovi nepodařilo zvítězit, ale ke druhému mistru mu opět notně přispělo výhodné vylosování.

Snad žádný ze zahraničních závodníků neopomenul koupit si v Lahti alespoň jeden pár skvělých běžeckých lyží světověznámé



# LAHTI V POZNÁMKÁCH TRENÉRŮ

V minulém, třetím čísle jsme se zabývali mistrovství světa ve sjezdových disciplínách v Badgasteinu, jak nám o něm napsali trenéři Antonín Husák a Dušan Charvát. Podstatnou část tohoto dubnového čísla věnujeme zase mistrovství světa v klasických disciplínách, které se konalo v Lahti. Napsali nám o tom trenér běžců a běž-



kyň Václav Weissshäutel a trenér skokanů Miloslav Bělohořík, který byl současně pověřen i vedením závodníků pro soutěž v závodě sdruženém. Jsou to většinou jen poznámky »ze zápisníku« a je pochopitelné, že k mnoha věcem, jak je viděli trenéři i další účastníci mistrovství, se budeme ještě mnohokrát vracet.



K našim nejúspěšnějším reprezentantům v Lahti patřil Antonín Teplý, kterého zachycuje snímek na trati.

## První překvapení— 30 km Hämäläinen

První soutěží na mistrovství světa v Lahti byl běh na 30 km. Start byl v 9 hodin ráno za slunečného počasí při teplotě -10 °C. Vylosování závodníků bylo provedeno ve skupinách, z našich měl Matouš číslo 15, Teplý 30, Cardal 63.

Trat měla dva okruhy, jeden 20 km, druhý 10 kilometrů, který vedl prvních a posledních pět kilometrů po trati prvního okruhu. Trat byla opravdu náročná. Výškově hodně členitá, měla málo rovinek, zato však dlouhá prudká stoupání a ještě prudší sjezdy, které

se mnohdy daly nazvat i padáky. Končily však téměř vždy bezpečnými dojezdy a protisvahy. Přímou na stadiónu byl prudký sjezd s protisvahem a i u dopadu můstku byl sjezd.

Úprava trati byla dobrá, regulérní, ale nedá se říci, že by jí Finové věnovali nějakou výjimečnou péči.

Opravdu vynikající formu prokázali Finové, vždyť mezi prvními osmi se jich umístilo šest (maximální počet startujících z jedné země byl šest). Tohoto počtu využili Finové, reprezentanti SSSR, Švédové, Italové, Němci. Po čtyřech závodnících vyslali do soutěže Francie, Polsko a Švýcarsko.

V závodě zvítězil překvapivě Hämäläinen, kterého známe i ze startu v Harrachově. Na olympijských hrách v Cortině byl dvacátý, v roce 1956 zvítězil v Lahti a letos vyhrál mistrovství světa. Jezdí velmi lehce dlouhým skluzem a uvolněně. Delší krok používal i ve stoupání. Má markantní práci boků. Jeho jízda se podobá jízdě Hakulinena. Největším soupeřem mu byl Kolčín, který měl ve 13. kilometru s Hämäläinenem nejlepší mezičas 44:15 min. Pak pozvolna získal Hämäläinen před Kolčínem menší náskok a ten si udržel až do cíle. Kolčín potvrdil svoji vynikající formu, která vyplývá z dokonalé přípravy. Jeho způsob jízdy se vyznačuje rychlým, mohutným odrazem s rychlejší krokovou frekvencí. Na třetím místě skončil Jernberg. Jezdí stále ve vzpřímenějším postoji a vybíhá kopce krát-

kými kroky. I mezi dalšími předními běžci se objevovaly proti hlavním běžecům zásadám drobné odchylky.

Nejlepší výkon jako celek v tomto závodě předvedli Finové, reprezentanti SSSR, Švédové a Norové. Přesto se však od Švédů i Norů očekávaly lepší výsledky. Všichni severští a sovětské závodníci doběhli za sebou v těsných časových rozdílech. Větší rozmezí je teprve mezi 22. a 23. místem — Mermetem, za kterým doběhl náš Teplý, který v tomto závodě podal velmi pěkný výkon. Pravidelnou, technicky dobrou jízdou, podloženou usilovnou vůlí po nejlepším výkonu se umístil jako náš nejlepší závodník. Také Cardal potvrdil na prachovém sněhu, že je stále velmi spolehlivým reprezentantem. Matouš, který jel v začátku závodu velmi dobře, byl od 10. kilometru (kde byl těsně za Cardalem) stížen potížemi v nedoléčeném zranění nohy. Přes tyto potíže závod dokončil.

Na rychlý přemrzlý sníh měli naši velmi dobře namazáno. Swixgrundwalla zapálený jako podklad, zažehlený modrý Rex, jedna vrstva Vauhti -5 -10 a venku další vyleštěná vrstva Vauhti.

## Nestárnoucí Hakulinen - vítěz na 15 km

Počasí při závodě bylo dobré, mráz -10 °C, sníh, přemrzlý prašan, na který jsme mazali zelený Swix jako základ a modrý Rex navrch. Trat měla rychlé, krátké výstupy, byla hodně členitá bez delších »oddechových« rovinek. I v této soutěži se, stejně jako v běhu na 30 km, projevila převaha Finů a reprezentantů SSSR, mezi které se do patnáctého místa prosadili jen dva Švédové a jeden Nor. Technika jízdy byla v podstatě stejná, jakou jsme viděli v závodě na 30 km.

Vynikající výkon podal nestárnoucí Hakulinen, který měl startovní číslo za Kolčínem a zvítězil před ním o 13 vteřin. Hakulinenova jízda zůstává stále typicky uvolněnou s využíváním dlouhého skluzu. Jernberg, který skončil na čtvrtém místě, dokázal, že patří na všech tratích mezi světovou elitu. Překvapivě dobře zajel Nor Brusveen. Z ostatních kromě severských a sovětských závodníků podal velmi dobrý výkon Francouz Mermet, který skončil na 16. místě.

Z našich startovali Matouš a Teplý. Oba se snažili podat co nejlepší výkon. Teplý, i když zůstal za svým výkonem na 30 km, obsadil 30. místo, necelé čtyři minuty za vítězem. Matouš nebyl zcela zdrav, bojoval seč mu síly stačily a obsadil 44. místo 1:11 min. za Teplým. Vítěz závodu z Le Bras.us Nor Holtaas skončil až na 37. místě.

Mezičasy prvních závodníků:

5 km	8 km
Kolčín 15:10	Hakulinen 27:00
Šeljuchin 15:13	Kolčín 27:05
Hakulinen 15:15	Jernberg 27:17
Jernberg 15:24	Šeljuchin 27:20

značky »Järvinen«. Sportovní obchody byly zvláště v posledních dnech mistrovství doslova přepány. Snad jen několik málo závodníků dalo přednost poměrně drahým upomínkovým předmětům před výbornými lyžemi. Neří se ani co divit, vždyť s nem každého běžce jsou lehounké a jakostní »Järvinenky«.



Nečekané úspěchy Švédů přilákaly na poslední dny do Lahti několik stovek švédských turistů. Po vítězství Jernberga na 50 km měli všichni pochopitelně velmi optimistickou náladu i pro závěrečný závod ve skoku. Tentokrát však byli poněkud zklamáni, neboť nejlepší švédský skokan Bengt Eriksson skončil až na sedmém místě.

Mladický mistr světa ve skoku na lyžích Juhani Kärkinen si na stupních vítězů při finské hymně zaplakal. Bylo to z radosti nad neočekávaným úspěchem a z nadšených ovací, které mu připravil stotisícový dav rozradostněných diváků.



Mistrovství světa skončilo nesporně velkým úspěchem finských Klubů.

Čtyři zlaté medaile jsou jistě cennými trofejemi pro finský lyžařský svaz. Neméně radosti bylo však i mezi členy Lahti-Klubu. Vždyť již za první dva dny se uhradily všechny výdaje za opravy a zmodernisování stadiónu a čistý příjem z dalších dní již plynul do pokladny Lahti-Klubu.

-jk-

# 50 km – souboj Jernberg - Hakulinen

Běh mužů na 50 km byl poslední běžeckou soutěží celého mistrovství. Šel se také rekordní počet — 50.000 diváků. Tentokrátě soutěži počasí mnoho nepřálo. Ještě při startu v 9,00 hodin bylo —20° C. Byl hodně přemrzlý prашan. Mazali jsme jako podklad zažehlený modrý Rex, na něj pak Vauhti —5, —10 a —10. — 50, slabě a hodně vyleštěnou vrstvu.

Trať byla opět hodně kopcovitá. První dva okruhy byly dvacetikilometrové, posledních 10 km se běželo po ženské desítce. Volba byla správná.

Startovalo 47 závodníků, mezi přihlášenými chybělo celkem osm běžců, mezi nimi i Mermet a Kwapien. Zřejmě je odradil silný mráz. V závodě byl očekáván souboj Hakulinena s Kolčinem a Jernbergem. Jernberg měl číslo 42, Hakulinen 45 a Kolčín 48. To vylosování zřejmě Jernbergovi nevalilo. Již od počátku nasadil velmi ostré tempo a již v osmém kilometru vedl s náskokem pěti vteřin před Hakulinem. Hämäläinen běžel jako třetí a Kolčín na pátém místě.

Na 20. km se dostal do čela Hakulinen o 13 vt. před Jernbergem, za kterým se bili o umístění čtyři reprezentanti Finska. Ve 28. km byl časově nejlepší Jernberg o jednu vteřinu před Hakulinem a dalšími finskými běžci. Z našich reprezentantů byli na této časové kontrole Cardal 25. a Teplý 28. Ve 40. kilometru měl Jernberg náskok 1:07 min. před Hakulinem. Cardal byl 24. s časovou ztrátou 13:15 min.

Do cíle přijel jako vítěz Jernberg, který svůj náskok ještě zvýšil. Další

čtyři místa obsadili Finové, z nichž Hakulinen, Vietanen a Kolehmainen jsou starší zkušení závodníci. Teprve šestý byl Kolčín, na kterém se projevila únava z předchozích závodů.

Náš Cardal podal spolehlivý výkon a umístil se jako 23. 16:45 min. za vítězem. Teplý, který jel svoji první padesátku, když předtím startoval ve všech předešlých soutěžích, podal i zde dobrý výkon a skončil jako dvacátý devátý.

Přestože sněh nebyl nejrychlejší (na př. proti Cortině), šla podle časů zde docílených výkonost velmi nahoru. Po technické stránce nelze mluvit o nějakých novinkách.

Pět finských běžců se umístilo mezi prvními sedmi (ve 42. km vzdal Simonen), šest Švédů bylo do 15. místa a šest běžců SSSR do 17. místa.

Jistě nejlepší přehled o průběhu závodu přinesou mezičasy nejlepších běžců.

<b>8 km</b>			
Jernberg	28,30	Hämäläinen	1:11,06
Hakulinen	28,35	Simonen	1:11,07
Hämäläinen	28,42	Tiainen	1:11,35
Simonen	28,54	Kolehmainen	1:11,31
Kolčín	28,57	Kolčín	1:11,55
Vietanen	29,05	<b>40 km</b>	
Tiainen	29,05	Jernberg	2:22,12
<b>13 km</b>			
Hakulinen	46,32	Hakulinen	2:23,19
Jernberg	46,44	Vietanen	2:24,44
Hämäläinen	46,58	Tiainen	2:25,29
Simonen	47,03	Hämäläinen	2:25,37
Kolčín	47,24	Kolehmainen	2:25,43
Kolehmainen	47,25	Kolčín	2:26,50
Tiainen	47,33	<b>45 km</b>	
<b>20 km</b>			
Hakulinen	1:10,13	Jernberg	1:58,08
Jernberg	1:10,26	Hakulinen	1:58,38
<b>28 km</b>			
Jernberg	1:39,43	Hämäläinen	2:00,30
Hakulinen	1:40,10	Tiainen	2:00,38
Hämäläinen	1:41,20	<b>33 km</b>	
Tiainen	1:41,25	Jernberg	1:58,08
Simonen	1:41,30	Hakulinen	1:58,38
Kolehmainen	1:41,57	Hämäläinen	2:00,30
Vietanen	1:42,11	Tiainen	2:00,38
<b>30 km</b>			
Jernberg	1:58,08	Kolehmainen	2:44,55
Hakulinen	1:58,38	Hämäläinen	2:45,33
Hämäläinen	2:00,30	Kolčín	2:45,48
Tiainen	2:00,38	<b>40 km</b>	
Jernberg	2:22,12	<b>45 km</b>	
Hakulinen	2:23,19	Jernberg	2:40,26
Vietanen	2:24,44	Hakulinen	2:41,49
Tiainen	2:25,29	Vietanen	2:42,58
Hämäläinen	2:25,37	Tiainen	2:43,55
Kolehmainen	2:25,43	Kolehmainen	2:44,55
Kolčín	2:26,50	Hämäläinen	2:45,33
<b>45 km</b>			
Jernberg	2:40,26	Kolčín	2:45,48
Hakulinen	2:41,49	<b>50 km</b>	
Vietanen	2:42,58	<b>50 km</b>	
Tiainen	2:43,55	<b>50 km</b>	
Kolehmainen	2:44,55	<b>50 km</b>	
Hämäläinen	2:45,33	<b>50 km</b>	
Kolčín	2:45,48	<b>50 km</b>	

## JAPONSKÁ INVASE SE NEPODARILA



Start Japonců na mistrovství světa v Lahti byl do jisté míry atrakcí. Zejména skokanům předcházela dobrá pověst. Vždyť Ysuke Eto vyhrál před zahájením MS mezinárodní závody v Helsinkách

## ŠVÉDOVÉ VYHRÁLI ŠTAFETY

Počasí štafetám mnoho nepřálo. I když byl mráz —12° C, padal čerstvý sníh, který byl ve stopě tupý. Mazali jsme zelené Haka, zažehlený modrý Rex, navrch modrý Swix. Start štafet byl na rovině asi 250 m dlouhé, po níž následovalo mírné stoupání.

Pro nás nebylo snadné štafetu sestavit. Bylo nutné postavit ty závodníky, kteří byli k dispozici, bez ohledu na jejich výkonnost a zdravotní stav.

Již v prvním úseku došlo k velkému překvapení. Švéd Jernberg, který rozjžděl štafetu, se ihned na začátku ujal vedení a do první předávky je zvýšil o 18 vt. před Terentěvem a Hämäläinemem, který zůstal 1:13 min. zpět. Za nás běžel první úsek Cardal, pro kterého 10 km v rychlém tempu znamenalo ztrátu proti Jernbergovi 3:39 min. a desáté místo při předávce. Ve druhém kole si Švédové vedoucí postavení udrželi, Anikin zůstal 23 vt. za Larsonem. Náš druhý člen sdruženář Melich zajel nejslabší čas tohoto kola a dostal se na předposlední místo. Ve třetím kole měl nejlepší čas Vietanen, přesto však Švédové zůstali s menším náskokem v čele před SSSR a Finskem. Za ČSR startoval Matouš, který dosáhl devátého času, ale přesto se před nás dostala štafeta USA a naše vyjela do čtvrtého úseku poslední.

V posledním kole došlo k dramatickému souboji. Kolčínovi se podařilo předjet vedoucího Larsona. Nevydržel však se silami a vedoucí místo ztratil, musel je přenechat opět Larsonovi. Teplý dosáhl devátého času a podařilo se mu předstihnout štafetu USA. I s ohledem na potíže se sestavou znamená naše předposlední místo podprůměrný výkon.

# HODNOCENÍ BĚŽCŮ

Obodujeme-li prvých šest závodníků podle olympijského bodování za první místo 7 b., druhé 5 b., třetí 4 b., čtvrté 3 b., páté 2 b., šesté 1 bod, dojdeme k tomuto výsledku. Všichni špičkoví běžci jezdí všechny tratě, takže shora uvedeným bodováním můžeme určit nejlepšího běžce od Falunu z r. 1954 do letošního mistrovství v Lahti.

## FALUN 1954

1. Hakulinen, Finsko	24 bodů
2. Kuzin, SSSR	19 bodů
3. Vietanen, Finsko	16 bodů
4. Kiuriu, Finsko	11 bodů
5.—6. Terentěv, SSSR	9 bodů
5.—6. Mäkela, Finsko	9 bodů
7. Jernberg, Švédsko	7 bodů
8. Stocken, Norsko	6 bodů
9. Lautala, Finsko	4 body
10. Landsen, Norsko	2 body

## CORTINA 1956

1. Jernberg, Švédsko	21 bodů
2. Hakulinen, Finsko	20 bodů
3. Kolčín, SSSR	16 bodů
4. Terentěv, SSSR	12 bodů
5.—6. Brenden, Norsko	10 bodů
5.—6. Kolehmainen, Finsko	10 bodů
7. Kuzin, SSSR	7 bodů
8. Brusveen, Norsko	5 bodů
9. Stocken, Norsko	4 body
10. Šeljuchin, SSSR	2 body

## LAHTI 1958

1. Jernberg, Švédsko	21 bodů
2. Hakulinen, Finsko	17 bodů
3. Kolčín, SSSR	16 bodů
4.—5. Vietanen, Finsko	11 bodů
4.—5. Hämmäläinen, Finsko	11 bodů
6.—7. Šeljuchin, SSSR	9 bodů
6.—7. Tiainen, Finsko	9 bodů
8. Terentěv, SSSR	6 bodů
9. Brusveen, Norsko	5 bodů
10. Kolehmainen, Finsko	2 body

## CELKOVÝ POČET BODŮ:

1. Hakulinen, Finsko	63 bodů
2. Jernberg, Švédsko	49 bodů
3. Kolčín, SSSR	32 bodů
4.—5. Terentěv, SSSR	27 bodů
4.—5. Vietanen, Finsko	27 bodů
6. Kuzin, SSSR	26 bodů
7. Kolehmainen, Finsko	12 bodů

8. Šeljuchin, SSSR	11 bodů
9. Brusveen, Norsko	10 bodů
10. Brenden, Norsko	10 bodů

Jak vypadá výkonnost našich běžců proti ostatním Středoevropanům.

## FALUN 1954

30 km: 19. místo obsadil Ital Compagnoni, čas 1:56:54, 20. Ital de Florian, 1:57:10, 23. Cardal 1:57:20.

15 km: 16. Francouz Carara, 58:27, 17. Ital Compagnoni, 58:31. Matouš se umístil 32. v čase 59:28 a Melich 46. v čase 1:00:23.

50 km: Cardal 27. v čase 3:21:02. 31. Strasser, Švýcarsko, 333:04.

Štafety: 5. Itálie 2:23:24, 6. Francie 2:24:06, 7. ČSR 2:28:11.

## CORTINA 1956

30 km: 10. místo Matouš 1:48:12, 12. Kvapien, Polsko, 1:49:09, 16. Prokeš, 1:50:49, 18. Cardal, 1:51:05.

15 km: 11. místo Compagnoni, Itálie, 51:42, 13. Matouš, 52:04.

Štafety: 5. Itálie, 6. Francie, 7. Švýcarsko, 8. ČSR.

## LAHTI 1958

30 km: 23. Mermet, Francie, 1:48:00, 24. Teplý, 1:48:29, 27. Cardal 1:49:12, 25. Steiner, Itálie.

15 km: 16. Mermet, Francie, 50:52:8, 19. Steiner, Itálie, 51:29, 29. Kocher, Švýcarsko, 52:28:00, 30. Teplý 52:49:00, 31. Kvapien, Polsko, 52:49:9.

50 km: 18. Steiner, Itálie, 3:10:22, 8. 19. de Florian, Itálie, 3:11:34:8, 22. Haqq, NSR, 3:13:03:1, 23. Cardal, 3:13:06:2, 24. Furtak, Polsko, 3:13:40:9.

Štafety: 5. Itálie, 2:23:03:9, 6. Francie, 2:25:46:3, 7. Švýcarsko, 2:27:23, 8. NDR, 2:28:33:9, 9. Polsko, 2:28:42:4, 10. NSR, 11. ČSR, 2:31:16:8.

Ze shora uvedeného přehledu je zřejmé, že jsme byli nejspěšnější v Cortině v roce 1956. Vysoká poloha i běžecské tratě více vyhovovaly nám, než Seveřanům. V každé disciplíně startovali 4 běžci, na mistrovství v Lahti 6 běžců. Dobré výkony Ilji Matouše na domácích závodech a vyrovnanost ostatních běžců dávaly vyhlídky k dobrému umístění.

## Převaha závodnic SSSR na 10 km



Finka Rantanenová

V den závodu přišlo oteplení a padal sníh, který se v poledne změnil v déšť, přecházející opět ve sníh. Po odstartování závodu chvílemi trochu přimrzávalo. Vlivem povětrnostních podmínek bylo nutno mazání několikrát před závodem měnit. Definitivně jsme se rozhodli pro zatehlaný fialový Rex a Swix a navrch vrstvu Nollany a trochu žlutého Rexu. Závodnice ostatních

zemí měly namazáno téměř stejně. Některé závodnice, například Švédka Edströmová, jely na zcela hladkých lyžích, ale ani to se neosvědčilo. Většina běžkyň měla lyže namazány tak, že na některých úsecích se jim na skluznici nalepoval sníh, a hodně záleželo na tom, jak umělý silou udržet lyže ve skluzu, aby nenamrzávaly. Trať byla mnoha diváky hodně rozbitá (neměla ani hrany a podklad byl místy promíchán se spodním tvrdým sněhem).

V závodech prokázaly svou vynikající fyzickou připravenost závodnice SSSR, které se všechny s těžkými podmínkami bojovně vyrovnaly. I po technické stránce si věděly se situací rady. Všechny šest sovětských běžkyň se umístilo mezi prvními osmi. Podobný elán a bojovnost jsme viděli i u závodnic NDR a Polska.

Naše reprezentantky »ztrácely hlavu« ze situace zbytečně již před závodem. Tato nervosita a malá bojovnost s nedostatkem fyzických sil způsobily, že umístění našich běžkyň je horší, než se očekávalo. Překvapilo vzdání Libuše Patočkové asi ve čtvrtém kilometru. Vzdala s odůvodněním, že nemohla pokračovat v soutěži pro silné zaludeční použití.

Vlastní organizace, průběh závodu (až na nedokonalé upravenou stopu) byla dobrá. Dá se předpokládat, že i při lepších sněhových podmínkách by bylo pořadí v zásadě stejné.

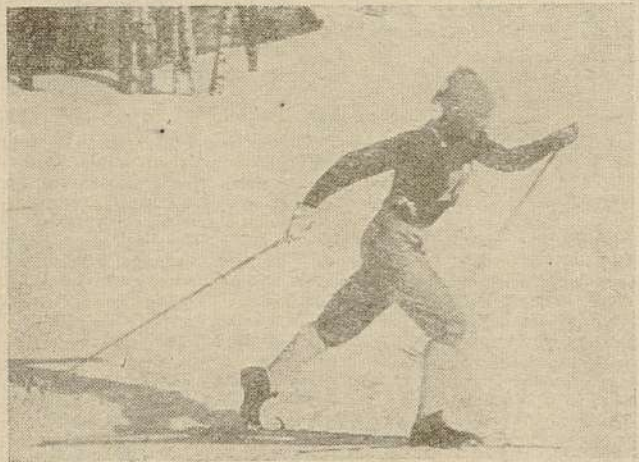
## I ve štafetách žen vítězství SSSR

Pro štafetový běh žen se počasí umoudřilo, byl prachový sníh při teplotě -10 stupňů C. Start byl na stejném místě jako pro muže, asi 100 m od hlavního stadiónu. Místo bylo velmi vhodné jak pro diváky, tak i pro závodníky. Trať byla, jako obvykle, výškově hodně členitá. Konec pětikilometrového okruhu a předávka byla opět na stadiónu.

Startovalo celkem sedm štafet a o jejich boj měl zájem převážně velký počet diváků. V naší štafete byla první běžkyň Patočková, která se hned po startu probodovala na třetí místo. Vedení se ujaly reprezentantky SSSR a o jejich vítězství pak již nebylo až do konce závodu pochyb. Na druhém místě jela Finka Pöystiová a za ní celou trať bojovala Patočková se Švédkou Norberkovou. Naši reprezentantce se podařilo přijet před ní do cíle s malým náskokem. Za Švédkami přijely v pořadí štafety Polska, NDR a Norska.

Ve druhém kole se pořadí na prvních dvou místech nezměnilo. Jen reprezentantky SSSR ještě zvýšily svůj náskok. Naše Fialová, i když podala svůj standardní výkon, byla předstihována reprezentantkami Švédska a Polska. Na dalších místech zůstala štafeta NDR a překvapivě špatně jedoucí štafeta Norska.

Poslední kolo již nepřineslo žádnou změnu v pořadí. Vítězství závodnic SSSR a druhé místo Finek bylo zcela zasloužené. Edströmová zajela třetí úsek dobře a udržela svému družstvu třetí místo, Polky zůstaly čtvrté před naší štafetou, kde Benešová v posledním úseku zajela svůj předpokládaný výkon. Vítězství Polek nad námi stejně jako porážka Norek patřily k největším překvapením.



Libuše Patočková po vzdání v běhu na 10 km dokázala svoji velmi dobrou formu v závodech štafet, kde přijela v první předávce na třetím místě.

Ještě před dvěma lety na VII. zimních olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo byl závod sružený poměrně málo vyrovnanou soutěží. Byl tam pouze ojedinělý vynikající výkon Sverre Stenersena, který přesvědčivě zvítězil. Před druhým — Bengt Erikssonem — měl náskok 17,6 bodu! Je to přibližně tolik, kolik letos na mistrovství světa dělí našeho nejúspěšnějšího sruženáře Vítězslava Lahra od vítěze (18,5 bodu). Letos však tento rozdíl stačil pouze na 15. místo. Mezi prvím a druhým závodníkem je letos rozdíl pouze 0,81 bodu. Zajímavé je i porovnání dalších míst.

	1956	1958
Cortina Lahti body body		
Rozdíl mezi 1.—10.	25,5	13,7
Rozdíl mezi 1.—20.	36,4	25,2
Rozdíl mezi 1.—35.	89,4	49,4

Tato srovnání jistě nejlépe svědčí o podstatně větší vyrovnanosti a vyšší úrovni sruženého závodu. Na celkovém obrázku celkem nic nemění ani skutečnost, že v Lahti mohlo startovat z každého státu 6 závodníků a v Cortině pouze 4. Maximální počet 6 sruženářů postavily totiž pouze 3 státy, a to: Finsko, Norsko a SSSR. V Cortině dokončilo závod 35 závodníků a v Lahti 37, při čemž rozdíl mezi 35. a 37. je pouze čtyři body. Toto podstatně zlepšení v rozmezí dvou let je možno přičíst tomu, že mnohé státy viděly možnost právě ve sruženém závodě zasáhnout do popředí a proto zaměřily svou pozornost více na tuto disciplínu, která se v posledních letech zdála být světovou slabinou. Po výsledcích v Lahti je jasně vidět, že se sružený závod v celém světě úspěšně rozvíjí. Porovnáme-li listiny výsledků z Cortiny a Lahti, vidíme, že velká většina dobrých sruženářů startovala již v Cortině, přesto však je citelný příliv nových mladých sruženářů hlavně z SSSR, Finska a NDR.

Od našich sruženářů jsme po loňských úspěších celkem právem očekávali umístění mezi prvními deseti. Nedá se říci, že

## Největší překvapení - ZÁVOD SDRUŽENÝ



Vítězslav Lahr skončil v celkové klasifikaci v závodě sruženém na 15. místě.

by snad Melich nebo Lahr byli letos horší než loni. Je však jisté, že jejich soupeři se proti loňsku značně zlepšili. Výkon Lahra na mistrovství světa v Lahti považují, myslím právem, za jeho letošní nejlepší výkon. Je však možné, že to byl jeho nejlepší výkon vůbec, i když loni byl v Lahti třetí. Za těžkých povětrnostních podmínek ve skoku, kdy foukal silný nárazový vítr z levé strany, zaskákal Lahr podstatně lépe v závodě než v kterémkoliv tréninku za lepšího počasí. Konečně, o něm je již mezi odborníky známo, že dovede bojovat.

Do běhu na 15 km dal všechny své síly. Pokud jsem mohl sledovat, využil během celého roku všech tréninkových možností, které mu byly dávány. Bylo by proto jisté nevděčné neuznat jeho obětavý výkon a snahu, i když se mu nepodařilo umístění v první desítku. Chybělo mu k tomu úspěchu 5 bodů.

Melich měl podle letošních výsledků všechny předpoklady k pronikavému úspěchu. Kdo jej zná delší dobu, musí potvrdit, že ještě nikdy tak dobře neskákal jako letos a své běžecké kvality potvrdil nespočetněkrát. O něm se však z daleka nedá říci to, co o Lahrovi, pokud jde o závod

na MS. Při tréninku Melich svými skoky patřil mezi nejlepší sruženáře a každým skokem byl o 5—8 m lepší než Lahr. V závodě však v prvním kole dostal nárazový vítr, který jej srazil a připravil o sebedůvěru i pro ostatní dvě kola, takže podal jen velmi průměrný výkon. Po chřipkovém onemocnění ve Spindlerově Mlýně ani jeho běžecký výkon nebyl asi nejlepší, neboť měl pouze o 13 vteřin lepší čas než Lahr, což neodpovídá jeho nejlepší formě. Běžecké výkony obou našich sruženářů v porovnání s výkony v Cortině jsou slabší, porovnáme-li jejich časy s časem vítěze. Je jisté, že i Melich se snažil ze všech sil a neúspěch v nejdůležitějším závodě jej samotného mrzel a asi ještě dlouho bude mrzet nejvíce.

Lekce z Lahti je myslím dostatečná, abychom se důkladně podívali, jak to dělají v SSSR a NDR, že jejich sruženáři za poslední dva roky udělali tak velký pokrok. Pokud se nám nepodaří rozšířit kádr soustavně pracujících trenérů a tím i podstatně větší počet soustavně trénujících sruženářů, budeme, podle mého názoru, jen velmi těžko držet krok se světovým vývojem.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK



Silná trojka ze závodu sruženého: zleva Eriksson, Stenersen a Maateka.

## ZÁVĚREČNÁ SOUTĚŽ — SKOK PROSTÝ

Poslední závod mistrovství světa — skok prostý, nebyl tentokrát důstojným vyvrcholením všech tak napínavých bojů. 100.000 diváků odcházelo snad spokojeno jen proto, že opět v posledním závodě s převahou zvítězili Finové. S celkovými výkony mohli být málokdo spokojeni. Právě tak jako při skoku do závodu sruženého, tak i při skoku prostém dul silný vítr z jediným rozdílem, že tentokrát šel z pravé strany, zatím co před týdnem foukal z levé. Bylo proto mnoho nepodařených skoků. Byli postíženi i favorité závodu.

Fin Kirjonen, který patřil se sovětským skokanem Kamenským k favoritům číslo jedna, již v prvním kole po velmi pěkném odraze a maximálním předklonu v celém letu, byl větrem natočen tak, že v konci letu ztratil rovnováhu a při skoku 73 m upadl. Právě tak i Kamenský dostal silný náraz větru a jen stěží udržel skok dlouhý 68 m.

I celá řada dalších skokanů doplatila na vítr. Ani vítěz neměl vyrovnané skoky.

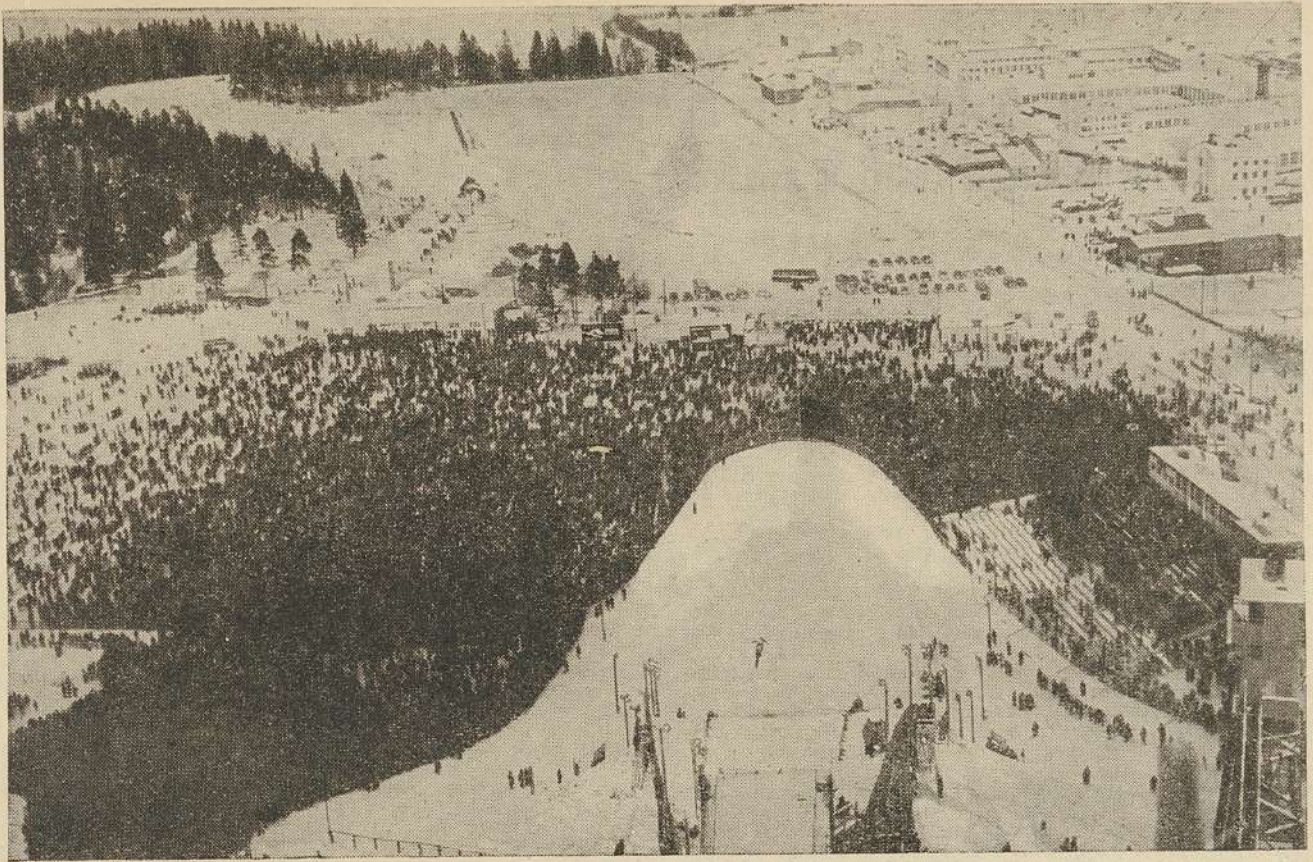
Rovněž Ensie Hyttiä, který obsadil druhé místo, měl v prvním kole silný vítr a skočil pouze 65 m a byl po prvním kole na 17. místě. Ukázalo se, že při takto těžkých podmínkách mají naději na úspěch jen vyrovnaná družstva. Proto také po zásluze zvítězili Finové a po nich nejúspěšnějšími byli skokani NDR.

Plný počet skokanů do soutěže přihlásilo sedm států, a to: Finsko, Norsko, Švédsko, NDR, SSSR, Rakousko a USA. Z neúplných družstev byl nejúspěšnější Polák VI. Tajner, který obsadil 22. místo, nejlepší skokan z NSR byl Max Bolkart na 23. místě. Andreas Däscher ze Švýcarska byl 26., Charland z Kanady byl 26., Sadao Kikuchi z Japonska byl na 30. místě atd. Závod dokončilo celkem 61 závodníků. Novové se proti Cortině mnoho nepolepšili, i když s pátým místem Osnese byli spokojeni. Kromě Yggesetha, který skončil na 21. místě, nepřišli do Lahti s žádnými mladými nadějami. Yggeseth má velmi dobrý odraz, ale jeho let vzduchem ještě není dokonale pro-

pracován. Nesporně však může dosáhnout světové úrovně v nejbližší době. Na Norsko se mi však zdá jediný objev poněkud málo.

I když Kamenský a Šamov obsadili spolu s Kalevi Kärkinenem deváté místo, neukazuje tento výsledek jejich skutečnou sílu. Ukazuje se, že při skoku na lyžích nestačí jen umět skákat, ale musí se umět závodit. Švédové mají daleko nejlepšího svého skokana ve sruženáři Bengt Erikssonovi, který obsadil sedmé místo, zatím co jejich nejlepší specialista skokan Bror Östman byl až 24.

Jak jsem se dověděl z rozmluvy s finským trenérem Lasse Johanssonem, mají Finové velmi širokou základnu. Zdálo by se, že jim rostou skokani sami, ale není tomu tak. Kromě přirozeného velkého zájmu, neboť lyžování je národním sportem Finska, asi tak jako u nás hokej nebo kopaná, je ve Finsku vybudován zdravý systém soutěží. Již od 6 let děti skáčí na lyžích. Závodů se pořádají už pro 8leté. Soutěží spolu vždy stejně staří. Mají vždy zvláštní kate-



Každé velké lyžařské závody ve Finsku jsou národním svátkem všech Finů. Na mistrovství světa se sjely desetitisíce návštěvníků z celé země. I když závod ve skoku pro závod sdružený přece tolik neláká, vidíme dobře, jakému zájmu diváků se těší.

gorii pro 8leté, 9leté, 10leté, 11leté, 12leté, 13leté a 14leté. Začínají na malých sněhových můstcích. Schopnější vybírají a nechtají je skákat na větších můstcích. (V obchodech je také dostatek kvalitních skokanských lyží v délkách kolem 200 cm. Někteří chlapečci 13—14letí skáčí na velkých můstcích. Někteří 14letí skáčí na 70metrovém můstku. Všichni vynikající skokani začínali již v dětství. Výjimkou je jen Kallakorpi (druhý v Cortině), který začínal až v 16 letech, ale předtím byl dobrým gymnastou. Kallakorpi se letos nekvalifikoval do vybraného družstva a není v tak dobré formě.

V přípravě pro mistrovství světa bylo celkem 16 skokanů. V létě každou neděli skákali do vody z letního skokanského můstku. Odrazisté je 3,30 m vysoké a nájezdová věž je 13 m nad hladinou vody. Najíždí se na krátkých lyžích bez vázání, které při odrazu spadnou. Let vzduchem je stejný jako v zimě, neboť po odraze se zaujme stejná poloha. Udržet tuto polohu při skoku do vody je však obtížnější, neboť nejsou na nohou lyže. Po celý rok i v zimě skokani provádějí gymnastiku. V zimě kromě skákání jezdí také na běžkách a sjezdovkách.

Můstek s umělou hmotou ve Finsku nemají. Uvažovali o jeho vybudování, ale uznali, že pro ně není potřeba, jelikož již koncem listopadu mají dost sněhu, který dlouho vydrží. Ve Finsku začínají brzo mrazy a tak s úspěchem bylo použito pilin na můstku. Při mrazu se pokryly jínovatkou a tak bylo dosaženo dobrého skluzu. Snahou všech nejlepších skokanů je, aby za rok provedli 1000 skoků. Začínají na malém můstku 20—30 m, pak na 50metrovém a potom na velkém můstku. Počet skoků na malém a středním můstku je podle potřeby. Hlavní trénink je na velkém můstku. V roce 1949 začali s propracováním techniky skoku a od té doby se úroveň i ve skoku zlepšovala. Kolik mají všech můstků ve Finsku, nevědí. Větších můstků od P 40 m nahoru je ve Finsku asi 100.

Po tomto vysvětlení jsem se už vůbec nedivil, že Finsko je v posledních letech ve skocích neporazitelné. Mnohé se nám zdá nemožné, ale bude to přece jen pravda, neboť Lasse Johansson jistě nemá důvody k přehánění. Například jen to, aby skokan za rok provedl 1000 skoků, je na naše poměry nemožné. Ve Finsku to je možné jedině snad proto, že mají na mnohých můstcích elektrické osvětlení a můstek je vždy upraven. O úpravu pečuje správce zařízení. Skokani mají lyže, boty i výstroj ve skřínce v chatě u můstku a kdykoliv mohou přijít trénovat. Na vlastní oči jsem ve Finsku viděl jen dva můstky (v Helsinkách a v Lahti) a oba byly takto vybaveny. Na naše poměry je jistě nezvyklé i to, že tyto skříny jsou bez zámku, a přece si finští skokani nemusí každý den kupovat novou výzbroj. (Srovnajme to s naším tělovýchovným střediskem v Harrachově-Rýžovišti!)

#### CO JE NOVÉHO V TECHNICE SKOKU?

Podstatně nového není nic. Finové zůstávají při svém způsobu odrazu. Všeobecně je velmi nízkou najížděno a z této nejnižší polohy také začíná odraz. Všichni Finové používali klínové podložky pod paty, které jim umožňují odraz z plné nohy a s těžištěm mírně vpředu. Všichni provádějí zášvih, a to poměrně pomalu a plynule. Někteří provádějí zášvih větší, někteří menší. Stejný je u všech velmi rychlý pohyb nohou při vlastním odraze. Pokud jsem mohl pouhým okem pozorovat, myslím, že protočení paží nejde tak nahoru, jako např. prováděl Hyvärinen v Cortině, ale jen malý rychlý oblouk a pak ihned maximální předklon, který je držen až těsně před dopad, poloha paží je vzadu při těle. Většina finských skokanů však z tohoto maximálního předklonu přechází do dopadu pokrčením nohou v kolenu. Nevypadá to zvlášť hezky, ale zajišťuje to jistý doskok a délka skoku se zvyšuje. Bližší nám ukáže zpomalený film, pořízený v tréninku.

#### JAKÁ BYLA VÝZBROJ?

80—90 % lyží při skoku prostě bylo s umělou skluznicí. Převládaly lyže značky Gfälller. Skočky s umělou skluznicí však vyrábí již Kneisl a Kästle v Rakousku. Poláci mají vlastní výrobu. Karhu ve Finsku vyrobil také skočky s umělou skluznicí »Flying Finn«, t. j. létající Fin. Národní družstvo Finska však používá lyže zn. Gfälller. Rovněž i Norové vyrobili lyže s umělou skluznicí. Vývoj je tedy úplně jasný. Dřevo s politurou je už zastaralé. Ve vázání celkem nic nového, kromě amerického výstelku na 1 páru lyží. Šrouby je možno posunovat celé čelisti dopředu a dozadu v rozmezí 10 cm, čímž je možno udělat delší nebo kratší špičky podle velikosti můstku. Čím větší můstek, tím delší špičky. Montáž vázání je značně individuální a podstatně se neliší od našich zvyklostí.

Pokud jde o úroveň našich skokanů ve srovnání se světovou elitou, nemůžeme podle výkonu Zdeňka Remsy, který startoval s ještě nedolčeným zraněním z Helsink, dobře srovnávat. Je jisté, že nepodal ani svůj průměrný výkon a obsadil 43. místo, když získal 182 bodů. Při účasti Bulina a zdravotního Remsy by byly reálné předpoklady k umístění mezi prvními 15. Zda by toho dosáhli, záleželo by na mnoha okolnostech přímo v závodech, takže podobné úvahy jsou zbytečné. Skokani zůstávají tedy bez spravedlivého měřítka, ale i tak je jisté, že bude nutno najít lepší způsob a systém přípravy, chceme-li udržet krok se světem a dostat se do světové špičky. Není to cesta snadná ani rychlá, jak nám nejlépe potvrzuje situace skokanů norských. Chceme-li v budoucnu mít dobré skokany, musíme se postarat o mnohem širší skokanskou základnu a především mladým závodníkům dát možnost celoročního tréninku pod odborným a stálým vedením obětavých trenérů. Dosavadní počet skokanských trenérů je opravdu nedostačující.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK

Lyžařství 7

# Organisace a technická zařízení na MS 1958 v Lahti

Finsko je země s opravdu prastarou lyžařskou tradicí. O lyžích jako o dopravním prostředku se tam mluví již v době 3000—2500 let před n. l. a také četné archeologické nálezy dokazují tisíciletou tradici finských lyží. Tyto lyžařské pradědečky jsme si také prohlédli v malém muzeu instalovaném v Lahti při příležitosti MS 1958. Ve skandinávské literatuře se dočteme, že ve 14. a 15. století Finové již pravidelně používali lyží v denním životě a na válečných taženích.

## ZAČÁTKY FINSKÉHO LYŽOVÁNÍ

Začátek sportovního lyžařství přesto však patří Norům, a nikoliv Finům. Finové začali lyžařství závodně pěstovat teprve v r. 1880. Zato však v krátké době, již na přelomu 19. století, stal se běh na lyžích opravdu všennárodním sportem.

Finský lyžařský svaz byl založen v r. 1908 a v r. 1909 bylo uspořádáno první mistrovství Finska. V této době začaly také pravidelné styky finských lyžařů s lyžaři Švédska a Norska. S ruskými lyžaři se utkali Finové poprvé již v r. 1888 v Moskvě a v r. 1897 startovalo 12 Finů v běhu na 50 verst v Lenínhradě (tehdejší Petrohradě). Finové se zúčastnili i ruských mistrovství v letech 1914 a 1915.

V těchto letech také bylo započato s pořádáním velkých lyžařských závodů, které se udržely dodnes. Jsou to zejména Salpausselkä — hry v Lahti (v r. 1957 jsme se jich rovněž zúčastnili a zde Lahr dobyl jedinečného úspěchu — 3. místa v závodě sdruženém v nejsilnější mezinárodní konkurenci), Ounasvaara — závody v Rovaniemi — a Puljo — závody v Kuopio. Za zmínku také stojí, že poprvé závodili Finové na středoevropských tratích v roce 1923 v Praze.

A tak se nelze divit v zemi s tak bohatou lyžařskou tradicí tomu velkému zájmu o lyžařské boje na MS. Na zahájení v sobotu 1. března 1958 večer přišlo přes 40 tisíc platících diváků (dalších 30 tisíc jich stálo za branami a přihlíželo z dálky) a závěrečnému závodů ve skoku prostém v neděli 9. března přihlíželo dokonce na 90.000 diváků. To samozřejmě uhradilo všechny náklady, které v přípravách a provedení byly na MS 1958 věnovány.

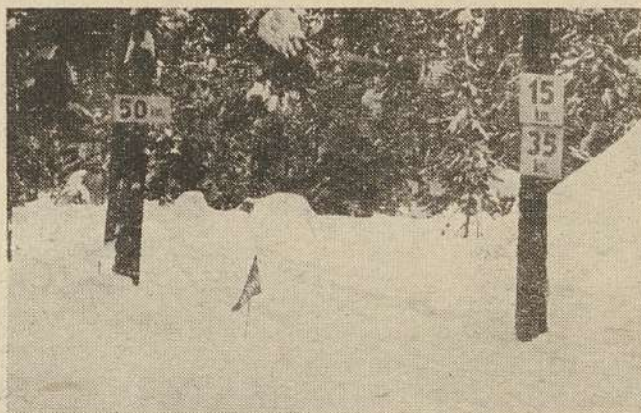
## ÚPRAVY PŘED MISTROVSTVÍM

Lyžařský stadión, prostírající se na ploše 13,5 hektaru, byl v létě znovu upraven a vyhoouben. Podle informací vyžádaly si zemní úpravy částky téměř 50 miliónů FMK (tj. asi 1,5 miliónu Kčs). Konečné rozložení lyžařského stadiónu je patrné z náčrtu, který jsme uveřejnili v druhém čísle »Lyžařství«.

Běžecké závody mají start i cíl na vyvýšeném prostranství přímo před budovou rozhodčích, takže diváci ze všech míst mohou sledovat jak zahájení závodů, tak i jejich závěr. Do stadiónu se závodníci vracejí v protisměru, ale zde ještě vybíhají nahoru pod buben doskočiště, to podjíždějí, sjíždějí dále podél doskočiště za tribunou rozhodčích obloukem přes dojezd a ještě krátkým, ale prudkým výstupem musejí vběhnout do cílové rovinky. Tak diváci mohou krásně sledovat ještě poslední stovky metrů bojů běžců na všech tratích.

## VOJÁCI POMÁHALI

Do vlastní organisace závodů byl zapojen velký počet funkcionářů. Všichni měli jednotné modré větrovky, modré čepice se štítkem tradičního severského vzoru a modré dlouhé kabáty. Rozlišení činovníků bylo vyřešeno různobarevnými stuhami pod velkým činovníčským odznakem. Organisáční schéma se celkem krylo s našimi směrnicemi pro organisování velkých lyžařských závodů. Bylo ovšem rozpracováno do nejmenších detailů. Činovníci na tratích (velitelé úseků, velitelé hlídek, občerstvovacích stanic aj.) byli ještě označeni velkými nápisy na prsou a zádech po způsobu závodních čísel. Pořadatelskou službu všude obstarávalo vojsko. Předsedou pořadatelského odboru byl vyšší důstojník. Vojáci obstarávali všechno — kontrolu vstupenek při vstupu do sta-



Technické vybavení tratí bylo dokonalé. Na snímku vidíme přesně označení. Trať 50 km — a současně 15. a 35. kilometr na trati.

díónu, kontrolu vstupu do vyhrazených prostorů a na tribuny, službu v ubytovnách, úpravu tratí a můstků atd. Zkrátka všude jste viděli jejich práci a pomoc.

Ve stadiónu na svahu vpravo od můstku přímo proti divákům byla umístěna velká stěna se čtyřmi řadami posuvných tabulí k vyznačování mezcísařů a cílových časů prvních deseti závodníků. Místo označení národnosti závodníka zkratkou bylo na těchto tabulích použito státních vlajek, vedle startovní číslo závodníka a dosažený čas. Tyto tabule se posunují v kolejničích, takže během závodu divák má stále přehled o obsazení prvních deseti míst.

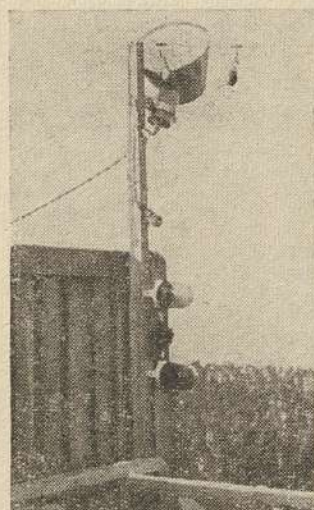
## JAK BYL MĚŘEN ČAS

Budova startu a cíle je jednopatrová. V přední části jsou místnosti rozhodčích, počtářů, hlasatelů a ostatních činovníků, v zadní části jsou malé kabiny pro telefony a rozhlas zahraničních účastníků. Elektrické měření obstarávala firma Omega, a to dvěma registračními přístroji (stejnými jako máme my). Časy byly měřeny a zveřejňovány na desetiny vteřiny, jen u běhu do závodu sdruženého byly zaokrouhlovány na celé vteřiny (k zjednodušení výpočtu bodů). U startu bylo používáno elektrické startovní zařízení Omega se signalizačním zařízením. Signalizační zařízení se podobá třem malým signálním dispečerským světlům na našich drahách, umístěným na jednom sloupku nad sebou. Signalizační zařízení lze nařídít na interval buď 1/2 minuty, nebo 1 minutu. Pět vteřin před dobou startu se rozsvítí horní červený signál, 2 1/2 vteřiny prostřední žluté světlo a v čas »0« se rozsvítí spodní zelené světlo a současně se ozve na startovní čáře signál gongu, umístěného pod startovními hodinami. Těchto startovních hodin lze rovněž použít při sjezdových závodech pro zjišťování odchylek od startovního času.

V cíli jsou dvě buňky (jakých používáme u nás) a dva registrační elektrické přístroje, měřící na setiny vteřiny, jeden oficiální, druhý kontrolní. Vedle obvyklých činovníků (rozhodčích v cíli zapisujících pořadí závodníků v cíli atd.) ještě další činovník hlásí startovní čísla obsluze registračního přístroje, kteří zapíší startovní čísla hned vedle cílových časů. Jeden činovník v cílové budově v přízemí (přímo proti cíli) uhodí při průjezdu závodníka kovovou tyčinkou do trianglu. Tím současně zapojí proud, rozsvítí se barevný světelný signál nad cílem, světelný signál u žurnalistů v jejich kabině a signál v I. patře budovy, kde je umístěna kontrolní skupina rozhodčích. Ti nezávisle na rozhodčích a počtářích umístěných v přízemí provádějí tytéž výpočty, které se pak vzájemně porovnávají a kontrolují. Dále je v cílové místnosti k dispozici 10 srovnaných ratrapánek, kterými se provádí ruční měření. Určené rozhodčí při průjezdu závodníka cílem zmáčknou postupně vždy na jedné hodině ratrapán, předají rychle hodinky dalšímu rozhodčímu, který mezitím zapsal na připravený proužek papíru startovní číslo závodníka, vsune tento proužek do očka hodinek a položí na stůl zapisovateli. Ti zapíší startovní číslo a čas, zruší ratrapán, vyjmou proužek papíru a položí hodinky zase na konec řady deseti ratrapánek. Pokud funguje elektrické měření (a poruchu jsem neviděl za celou dobu závodů), platí ovšem elektrické měření a ručním se provádí pouze zajištění a kontrola. Zajištění je zde ovšem asi pětinašobné, počítáme-li i s prací rozhodčích v I. patře.

## JAK PRACUJÍ POČTÁŘI

Pro výpočty výsledků jsou určeny vedlejší zasklené místnosti, kam se doklady předávají již šikmými okénky (jako v bankách mezi pokladními oddíly). Vedle běžných způsobů výpočtů se používá ještě finského patentu pro rychlé výpočty. Spočívá v tom, že pro každou startovní dobu (půlminutu) je připravena kartička s předtištěnými výsledky pod každým cílovým časem a se jménem závodníka. Stačí



Signalizační světelné zařízení na můstku je dokonalou pomůckou a není nijak nákladné. Nešto by to i u nás?

červeně vyznačit cílový čas a pod ním se hned přečte výsledný čas. Žádnou velkou rychlost a výhodu však tento patent nedává. Výhoda byla zde v Lahti v dostatečném počtu činovníků v oddělených místnostech a hlavně v přesné organizaci práce prováděné v cíli téměř mechanicky, bez hluku a v teple (vytápění elektrické a plynové).

U startu je podle nových předpisů mezinárodního závodního řádu umístěna velká tabule s vyznačenými teplotami vzduchu a sněhu v hodinách před startem a v době startu v místě startu a cíle a na nejvyšším a nejnižším bodu tratě. Vedle tabule je umístěna malá meteorologická stanice se všemi potřebnými přístroji.

#### TECHNICKÁ ZAŘÍZENÍ VE SKOKU

Technická zařízení můstku jsou obdobná, jaká byla na ZOH v Cortině. Na startu na věži a na hraně stolu světelná zařízení velitele můstku — červený a zelený signál. Velké ukazovatele — tabule s číslem závodníka na hraně stolu, ukazatele délek, počtu dosažených bodů. Podél doskočiště v profilovém prknu zasunuty v držácích kulaté terče na tyčích s vyznačenými jednotlivými metry délek. Tabulky s označením »1/2« mají měřiči zavěšeny na šnitře na prsou. Při doskoku závodníka zvedne měřič délek příslušnou tabulku metrovou, při délkách pülmetrových zvedne ještě do výše tabulku »1/2«.

Zařízení tribuny rozhodčích je rovněž obdobné. Pod rozhodčími styly je místnost počtářů, do níž ústí pět rour »potrubní pošty«. Každý rozhodčí má připraveny tři sady (pro každé kolo jednu) kartónových koleček s předtisknutým startovním číslem závodníka, vyznačeným kolem závodu a číslem rozhodčího. Po provedení skoku rozhodčí stylu napíše na kartón známku za styl, podepíše a vhodí za sebe do otvoru potrubní pošty. Počtáři ze spodní místnosti (uzavřené) během výpočtu nadiktují do ještě nižšího patra známky za styl ukazovatelům, kteří ukazují známky jednak v průčelí tribuny, jednak na boční stěně tribuny proti divákům u dojezdu. Žádný z rozhodčích stylů v celém průběhu závodu nemá nejmenší tušení, jaké známky dávají ostatní rozhodčí, a také neví, jakou známku dal tomu kterému závodníkovi v předchozích kolech. Tím je zaručena absolutní samostatnost v hodnocení jednotlivých skoků podle vlastního přesvědčení každého rozhodčího. Toto zařízení, celkem jednoduché, by bylo možno zařídit na všech našich větších můstcích. Kulaté kartónky není třeba pro každý závod obnovovat. Stačí při menších závodech po skončení známky psané tužkou vymazat, případně lze kartónky přelepit.

A ještě několik slov o běžeckých tratích. Zásadně tratě mužů byly značeny jednou barvou (červeně), tratě žen barvou druhou (modře). Tratě v blízkosti startu a cíle byly oploceny drátěným plotem, ale i dále je téměř celá trať po obou stranách ohrazena drátem s navěšenými značkami. Po celé délce tratí najdete totiž spousty diváků, kteří se zájmem sledují boje závodníků na tratích a samozřejmě povzbuzují favority. Těžko najdete na celé trati na 50 km místěčko, kde byste mohli nerušeně fotografovat nebo filmovat, aby se vám tam naproti nemíhali diváci. A po proběhnutí favoritů se celá trať hemží diváky na běžkách, kteří trať uvolní jen dalším probíhajícími závodníkům, a pak zase klidně pokračují v jízdě po trati. Úprava tratě je lehká. Sněhové podmínky jsou opravdu ideální, stále trvalá stejná vrstva sněhu, na níž občas napadne trochu nového. A velmi mnoho lidí na běžkách, kteří se těmito terény prohánějí, se postarají automaticky o projetí nové stopy. Samozřejmě před závody se provádí ještě poslední úprava (vojáci i činovníci). Ta ale není nijak namáhavá. Jen na několika těžších místech byla upravena dvojitá stopa vedle sebe. Ovšem jízda vedle stopy není nijak obtížná, protože tam není téměř nikde vrstva neprojetého sněhu. O stavbě a profilu tratí se dočtete v článkách našich trenérů.

Když si uvědomíme, že v každém dnu byl proveden pouze jeden závod v běhu, že byl pochopitelně k dispozici velký počet zkušených činovníků, kteří mají každoroční praxi při velkých mezinárodních závodech Salpausselkä v Lahti, pak se ani nelze divit, že organizace závodů probíhala bez zjevných obtíží a závad, možno říci tak skoro automaticky.

Řadu dobrých zařízení již u nás také máme. Je nutno jen zlepšit péči o některá tato zařízení (elektrické měření i při běžích), některá zařízení je třeba doplnit (na můstcích). I když lyžařství není u nás sportem číslo »1« s takovým množstvím »fanďů«, přesto také máme řadu výtečných organizačních a technických pracovníků, kteří by byli schopni, možná i s menšími prostředky, uspořádat stejně dobře tak velké závody. Škoda, že těch účastníků zájezdu Čedoků z řad lyžařských pracovníků bylo tak málo. Bylo by jistě dobře, aby co největší počet našich sportovně technických pracovníků zhlédl závody o MS v zemi s takovou lyžařskou tradicí a s láskou k lyžařskému sportu, jako je tomu ve Finsku. Jsem přitom ale přesvědčen, že bude-li nám svěřeno uspořádání mistrovství světa v klasických disciplínách, že se tohoto úkolu zhostíme nejvýš čestně a že dokážeme, že umíme organizovat lyžařské závody stejně dobře jako letošní organizátoři mistrovství světa v klasických disciplínách.

MILOŠ DUFFEK,  
předseda sportovně technické komise

## Proč a jak



EVA BENEŠOVÁ

Hned při zpáteční cestě z mistrovství světa v Lahti ve Finsku zeptal jsem se naší mistryně ČSR v běhu na 5 km Evy Benešové na příčiny našich poměrně slabých výsledků v běhu žen na MS v Lahti a na její názor, jak dosáhnout zlepšení. Na tento můj dotaz odpověděla Benešová v podstatě toto:

»Hlavní příčinou je ještě poměrně slabá naše příprava v létě. Ta je ještě nedokonalá. Letní trénink musí být ještě mnohem tvrdší. Prověřily jsme si se sovětskými závodnicemi své tréninkové metody. Sovětské závodnice se připravují tvrději přes celé léto a nato mají ještě mnohem dříve snít než my. Rozdíl je tedy zejména ve fyzické připravenosti. A tu je možno dosáhnout.

Sovětky i Finky mají téměř půl roku snít a tak na sněhu mají skutečně možnost lepší přípravy. To se ukázalo hlavně v závodech v běhu na 10 km, kdy bylo »mýjalo«, na

kterém neumíme dobře jezdit. Ve štafetě, když byl lepší snít, nebyly ty rozdíly časové již tak velké. Jako v běhu na 10 km. V běhu na 10 km hraje hlavní roli fyzická připravenost. A tu Sovětky prokázaly skutečně vynikajícími způsoby. Také Němky se značně zlepšily. Sonnhilde Kallusová je skutečně světovou třídou, i když ve štafetách se mně podařilo ji porazit.

V technice nemusíme mnoho dohánět. Jen pro příští léto to znamená více práce, více potu a více námahy, abychom se vyrovnaly těm nejlepším. A ještě něco: domnívám se, že není docela správné stanovisko nadřazených orgánů, jestliže stanoví podmínku: Když podáte dobré výkony, pojedete na mistrovství světa. Toto stanovisko nepřináší potřebný klid do přípravy. Vědomí této podmínky zbytečně nervosňuje a zneklidňuje v přípravě, která je tím mnohdy značně narušena. A každý přece ví, že se také i tomu nejlepšímu může stát, že zrouna, když mu na tom nejvíce záleží, nepodaří svůj obvyklý výkon. A hlavně, fyzická a technická příprava se musí dít v souladu s přípravou duševní, nervovou a ani ta nesmí být nijak zbytečně narušována.

Ponechávám prozatím odpověď Benešové bez komentáře a věřím, že i ostatní naši reprezentanti řeknou nám také svůj názor. Vždyť musíme všichni mít jeden zájem a jeden cíl: pomoci k rychlejšímu růstu výkonnosti našeho lyžařství. Vždyť výkon Patočkové v prvním úseku štafety, kdy předávala jako třetí před Švédkami, Norkami a jinými a byla předstížena jen sovětskou a finskou závodnicí, její opravdu bojovný výkon na celém úseku a zejména v poslední části, kdy přivedl do varu zkušené obecně, naznačil, že by to opravdu šlo, kdyby... A ta »kdyby« musíme všichni společně najít.

MILOŠ DUFFEK

#### DĚJINY DĚLNICKÉ TĚLOVÝCHOVY V ČSR, druhý díl.

Vilém Mucha

Autor, který byl ústředním tajemníkem FDTJ a FPT zpravovává živou formou bohatý a převážně málo dostupný materiál o vývoji naší proletářské tělovýchovy v období před druhou světovou válkou. Dílo je doplněno fotografiemi a ilustracemi. (Vydalo STN Praha, 424 stran, váz. výtisk Kčs 24,—.)

1. Hämmäläinen (Finsko) 1:40:03,0.
2. Kolčín (SSSR) 1:40:15,2.
3. Jernberg (Švédsko) 1:40:44,4.
4. Viitanen (Finsko) 1:41:28,1.
5. Tiainen (Finsko) 1:41:45,0.
6. Hakulinen (Finsko) 1:41:48,8.
7. Simonen (Finsko) 1:42:11,1.
8. Räsänen (Finsko) 1:42:24,4.
9. Galijev (SSSR) 1:42:25,2.
10. Seljuchin (SSSR) 1:42:50,7.
11. Stefansson (Švédsko) 1:43:24,3 — 12. Terentěv (SSSR) 1:43:43,8 — 13. Kuzin (SSSR) 1:43:54,8 — 14. Anikin (SSSR) 1:43:59,0 — 15. Olsen (Norsko) 1:44:20,0 — 16. Larsson (Švédsko) 1:44:34,0 — 17. Brusveen (Norsko) 1:44:34,7 — 18. Grahn (Švédsko) 1:45:09,4 — 19. Brenden (Norsko) 1:45:46,0 — 20. Rängård (Švédsko) 1:46:02,5 — 21. Stokken (Norsko) 1:46:21,2 — 22. Jensen (Norsko) 1:46:47,3 — 23. Mermet (Francie) 1:48:00,0 — 24. Teplý (ČSR) 1:48:29,0 — 25. Steiner (Itálie) 1:48:50,5 — 26. Fagerholt (Norsko) 1:49:03,9 — 27. Cardal (ČSR) 1:49:11,8 — 28. Baume (Švýcarsko) 1:49:35,4 — 29. Kocher (Švýcarsko) 1:49:59,0 — 30. Vuerich (Itálie) 1:50:21,0 — 31. Arbez (Itálie) 1:50:32,5 — 32. Schmidt (NSR) 1:50:33,0 — 33. Weiss (NSR) 1:50:43,1 — 34. De Florian (Itálie) 1:50:50,5 — 35. Furtak (Polsko) 1:51:04,4 — 36. Schenatti (Itálie) 1:51:13,7 — 37. Äyräntö (Kanada) 1:51:17,9 — 38. Figura (Polsko) 1:51:38,8 — 39. Chatrian (Itálie) 1:51:43,2 — 40. Jankowski (Polsko) 1:51:51,2 — 41. Matsuhashi (Japonsko) 1:52:15,7 — 42. Möchel (NSR) 1:52:24,9 — 43. Carara (Francie) 1:52:27,2 — 44. Jordan (Švýcarsko) 1:52:56,5 — 45. Hagg (NSR) 1:53:01,0 — 46. Pypä (Kanada) 1:53:09,8 — 47. Haug (NSR) 1:53:10,3 — 48. Zanolli (Itálie) 1:53:10,5 — 49. Kopp (NSR) 1:53:17,3 — 50. Huguenin (Švýcarsko) 1:53:27,2 — 51. Pulkkinen (USA) 1:53:45,7 — 52. Johansson (USA) 1:54:01,7 — 53. Romand (Francie) 1:54:03,1 — 54. Matouš (ČSR) 1:56:15,8 — 55. Jankowski (NDR) 1:57:21,7 — 56. Hlebanja (Jugoslávie) 2:03:29,4.

# VÝSLEDKOVÁ ČÁST

## ZÁVOD SDRUŽENÝ:

1. Korhonen (Finsko) 448,5 b.
2. Stenersen (Norsko) 447,690.
3. Gundersen (Norsko) 444,552.
4. Maatela (Finsko) 444,155.
5. Brjachin (SSSR) 440,259.
6. Fedorov (SSSR) 438,759.
7. Eriksson (Švédsko) 438,069.
8. Gusakov (SSSR) 437,810.
9. Knutsen (Norsko) 435,879.
10. Pusenius (Finsko) 434,759.
11. Barhaugen (Norsko) 434,310 — 12. Verto (Finsko) 433,603 — 13. Leodolter (Rakousko) 432,172 — 14. Flauger (NDR) 430,397 — 15. Lahr (ČSR) 430,000 — 16. Thoma (NSR) 429,828 — 17. Ristola (Finsko) 428,034 — 18. Bernsten (Norsko) 425,552 — 19. Jussila (Finsko) 423,724 — 20. Dolgov (SSSR) 423,328 — 21. Körner (NDR) 422,741 — 22. Melich (ČSR) 422,397 — 23. Kočukin (SSSR) 420,431 — 24. Gron (Polsko) 420,414 — 25. Schiffner (NSR) 419,724 — 26. Perin (Itálie) 416,931 — 27. Eto (Japonsko) 415,914 — 28. Dahlgvist (Švýcarsko) 413,759 — 29. Grötl (Norsko) 410,224 — 30. Reymond (Švýcarsko) 408,000 — 31. Karpel (Polsko) 406,466 — 32. Boehme (NSR) 405,534 — 33. Lundholm (Švýcarsko) 404,034 — 34. Moškin (SSSR) 399,172 — 35. Golay (Švýcarsko) 399,069 — 36. Bujok (Polsko) 397,276 — 37. Vincelette (USA) 395,069.

## 15 km MUŽI:

1. Hakulinen (Finsko) 48:58,3 min.
2. Kolčín (SSSR) 49:11,8.
3. Seljuchin (SSSR) 49:39,4.
4. Jernberg (Švédsko) 49:39,6.
5. Brusveen (Norsko) 49:50,3.
6. Terentěv (SSSR) 49:53,7.
7. Viitanen (Finsko) 49:53,8.
8. P. E. Larsson (Švédsko) 49:58,5.
9. Anikin (SSSR) 50:05,1.
10. Hämmäläinen (Finsko) 50:15,1.
11. Kuzin (SSSR) 50:28,0 — 12. Tiainen

- (Finsko) 50:34,7 — 13. Räsänen (Finsko) 50:44,2 — 14. Larsson (Švédsko) 50:45,6 — 15. Väisänen (Finsko) 50:50,5 — 16. Mermet (Francie) 50:52,8 — 17. Kondakov (SSSR) 51:01,7 — 18. Grahn (Švédsko) 51:09,3 — 19. Steiner (Itálie) 51:29,5 — 20. De Dorigo (Itálie) 51:37,2 — 21. Grönningen (Norsko) 51:38,6 — 22. Brenden (Norsko) 51:56,8 — 23. Werner (NDR) 51:58,1 — 24. Jensen (Norsko) 52:02,3 — 25. Andersson (Švédsko) 52:11,1 — 26. Larsson (Švédsko) 52:12,0 — 27. Arbetz (Francie) 52:12,5 — 28. Nedgaarden (Norsko) 52:15,8 — 29. Kocher (Švýcar.) 52:28,0 — 30. Teplý (ČSR) 52:49,0 — 31. Kwapien (Polsko) 52:49,9 — 32. Furtak (Polsko) 52:51,9 — 33. Baume (Švýcar.) 52:54,7 — 34. Carara (Francie) 53:06,0 — 35. De Florian (Itálie) 53:12,2 — 36. Matsuhashi (Japonsko) 53:22,3 — 37. Holtaas (Norsko) 53:24,3 — 38. Huguenin (Švýcar.) 53:35,9 — 39. Jankowski (NDR) 53:42,0 — 40. Possa (Švýcar.) 53:47,8 — 41. Moring (NDR) 53:49,6 — 42. Schenatti (Itálie) 53:52,5 — 43. Schmidt (NSR) 54:00,4 — 44. Matouš (ČSR) 54:00,6 — 45. Compagnoni (Itálie) 54:02,1 — 46. Hagg (NSR) 54:05,2 — 47. Burgbacher (NSR) 54:08,8 — 48. Dannhauer (NDR) 54:11,1 — 49. Jankowski (Polsko) 54:11,2 — 50. Weiss (NSR) 54:15,7 — 51. Mauq (NSR) 54:15,9 — 52. Rey (Švýcar.) 54:21,7 — 53. Miller (USA) 54:22,7 — 54. Mandrillon (Francie) 54:22,9 — 55. Röder (NDR) 54:23,1 — 56. Kopp (NSR) 54:25,8 — 57. Romand (Francie) 54:27,7 — 58. Fettor (Itálie) 54:30,3 — 59. Figura (Polsko) 54:39,5 — 60. Mateja (Polsko) 54:53,1 — 61. Mercier (Francie) 55:13,6 — 62. Zwingli (Švýcar.) 55:33,7 — 63. Ypyä (Kanada) 55:39,0 — 64. Hlebanja (Jugoslávie) 55:48,6 — 65. Pavciz (Jugoslávie) 55:53,0 — 66. Massa (USA) 59,30,8 — 67. Carrasce (Chile) 1:10:14,3 hod.

## ŠTAFETA MUŽI — 4×10 km:

1. Švédsko — 2:18:15,0 hod. (Jernberg — Larsson L. — Grahn — Larsson P. E.).

## Lahden Hiihtoseura



Slovo, které nám Čechoslovákům se vyslovuje tak špatně, ale které jest již dnes všem našim lyžařům známé. Vždyť již před mnoha desetiletími byli českoslovenští lyžaři hosty tohoto klubu ve finském městě Lahti a již při prvním startu zde poznali ohromnou sílu finského lyžařství.

Historie klubu jest spjata s historií místa Lahti, které jest nejmladším městem Finska, neboť bylo založeno teprve v roce 1905 a od

tohoto roku dosáhlo ohromného rozmachu. Dnes patří Lahti k nejmodernějším městům Finska. Mnoho vysokých devítipatrových budov těsně vedle stadionu tvoří nezvyklé pozadí skokanskému můstku a běžecům tratím.

A v tomto nezvyklém rámci vás ani nepřekvapí, že na náspekch mezi moderními domy vidíte v 15stupňovém mrazu skákat desítky špuntů na malých sněhových můstcích. A již na nich vidíte, že zde jistě není nouze o dobré vzory. Ale podívejme se ještě po lesnatém okolí města. Město samo leží velmi nízko a jeho nadmořská výška 83 m dává s nejvyšším bodem v okolí Tuirismaa 223 m nad mořem velmi dobře členitý terén pro běžecské tratě. Ideální sněhové poměry, které zde každoročně panují, daly spolu s přírodou dohromady podklad pro ohromný rozvoj lyžařského sportu.

A tak byl v roce 1922 založen klub, jehož jméno jest dnes známé po celém světě a který byl v letošním roce pověřen organizací MS v klasických disciplínách. Všichni pracovníci v Lahti mají mnoho zkušeností, neboť od roku 1923 se zde pořádají pravidelné lyžařské závody »Saulpausselkä«, které postupně vyrostly v nejdůležitější závody v klasických disciplínách na světě. Již v roce 1926 se zde konal kongres FIS a v průběhu kongresu i tak zvané kongresové závody, které později přešly v mistrovství světa. Mistrovstvím světa bylo Lahti pověřeno také v roce 1938 a vyvrcholím činností bylo letošní MS 1958. Mimo to každoročně pořádané »Saulpausselkä zá-

vody» a mezinárodní účasti spojují historii všech závodů v jeden skvělý řetěz lyžařské tradice.

Od prvních závodů se prací všech lyžařů v Lahti (a zde lyžuje každý) mnoho změnilo. Z malého můstku a poměrně malých návštěv postupem doby vyrostl krásný lyžařský stadión, který svou celkovou polohou a vybavením patří mezi nejlepší na světě. Sami Finové tvrdí, že ze závodů »Saulpausselkä«, které byly od počátku skutečně lyžařským svátkem, se stal svátek celého národa. Nejen město, ale celé Finsko podporovalo Lahti, aby bylo na mistrovství co nejlepší připraveno; tento spontánní zájem o lyžařský sport je nejen základnou, ale i nejsilnější zbraní Finů v boji o světovou prezenství.

Ohromný zájem o lužování, které zde stojí na prvním místě, však nebrání v životu dalším 47 sportovním spolkům, které ve městě pracují. Je samozřejmé, že základ získává mládež již ve školách, kde jsou většinou ze 4 hodin tělesné výchovy v týdně věnovány v zimě alespoň dvě povinnému lužování. Že každá škola je vybavena pěknou tělocvičnou a že zde není výjimkou a škola s vlastním bazénem, snad stojí za připomínku. V době mistrovství světa sloužily školy jako ubytovny a ústřední kanceláře a mládež měla ve Finsku lyžařské prázdniny. A těchto prázdnin využívala stoprocentně. Sta a sta mladých školáků a školáček na běžecích lyžích patřilo mezi nejnadanější diváky. A nebylo výjimkou, když i při závodu se za Hakulinenem či Jernbergem nebo Kolčínem rozběhlo po tratě několik kluků, aby si to s tím nejlepším alespoň kousek zkusili. A že umějí běžet dobře, to snad není potřeba zdůrazňovat. Mládež je zde také základem péče klubu a starají se o ni dva trenéři, jeden muž a jedna žena. Zuláštní péči o mládež v Lahti má trenérka, která měla v minulém roce v péči 600 dětí.

Také materiální vybavení klubu umožňuje dobrý trénink všem členům ihned po práci. Vedle skokanského můstku (který má stabilní osvětlení, takže zde mohou závodníci skákat velmi dobře celé večery) jest menší budova, kde je klubovna a kanceláře klubu. Klub má stabilně zaměstnanou sekretárku, která vyřizuje veškerou administrativu a v létě zajišťuje letní tábory. Na protisvahy za dojezdem jsou pak další dvě dřevěné budovy. V první jest šatna asi pro 150 lidí a vedle skřínek jednotlivých závodníků jsou zde stojany na



# mistrovství světa v Lahti

2. SSSR — 2:18:44,4 hod. (Terentjev — Anikin — Šeljuchin — Kolčin).

3. Finsko — 2:19:23,2 hod. (Hämäläinen — Tiainen — Viitanen — Hakulinen).

4. Norsko — 2:22:46,2 hod.

5. Itálie — 2:23:03,9 hod.

6. Francie — 2:25:46,3 hod.

7. Švýcarsko — 2:27:23,2 hod.

8. NDR — 2:28:33,9 hod.

9. Polsko — 2:28:42,4 hod.

10. NSR — 2:50:39,1 hod.

11. ČSR — 2:51:16,8 (Cardal — Melich — Matouš — Teplý).

12. USA — 2:54:00,1 hod.

## BĚH NA 50 km:

1. Jernberg (Švédsko) 2:56:21,9 hod.

2. Hakulinen (Finsko) 2:57:39,7.

3. Viitanen (Finsko) 2:58:47,5.

4. Tiainen (Finsko) 2:59:39,2.

5. Kolehmainen (Finsko) 3:01:39,5.

6. Kolčin (SSSR) 3:01:53,4.

7. Hämäläinen (Finsko) 3:02:49,4.

8. Šeljuchin (SSSR) 3:03:21,1.

9. Larson (Švédsko) 3:04:22,7.

10. Terentjev (SSSR) 3:04:22,7.

11. Rängard (Švédsko) 3:05:57,1 — 12. Grahn (Švédsko) 3:06:21,3 — 13. Larsson Sune (Švédsko) 3:07:08,2 — 14. Kondakov (SSSR) 3:07:32,8 — 15. Larsson L. (Švédsko) 3:07:53,5 — 16. Anikin (SSSR) 3:08:17,5 — 17. Galjev (SSSR) 3:08:53,9 — 18. Steiner (Itálie) 3:10:22,9 — 19. De Florian (Itálie) 3:11:34,8 — 20. Andressen (Norsko) 3:11:45,7 — 21. Stokken (Norsko) 3:12:59,2 — 22. Hagg (NSR) 3:13:02,1 — 23. Cardal (ČSR) 3:13:06,2 — 24. Furtak (Polsko) 3:13:40,9 — 25. Rey (Švýcarsko) 3:14:17,2 — 26. Äyräntö (Kanada) 3:14:39,2 — 27. Stensheim (Norsko) 3:15:15,3 — 28. Miller (USA) 3:17:14,8 — 29. Teplý (ČSR) 3:18:31,3 — 30. Figura (Polsko) 3:19:18,2 — 31. Ypyä (Kanada) 3:20:28,3 — 32. Baume (Švýcarsko) 3:20:32,3 — 33. Moring (NDR) 3:20:51,4 — 34. Jordan (Švýcarsko) 3:25:32,4 — 35. Werner (NDR)

3:25:59,8 — 36. Johansson (USA) 3:27:37,9 — 37. Matsuhashi (Japonsko) 3:29:10,2.

## ŠTAFETA ŽEN 3×5 km:

1. SSSR — 58:32,4 min. (Jerošinová — Kolčinová — Kozyrevová).

2. Finsko — 1:00:14,0 hod. (Pöystiová — Korkeevá — Rantanenová).

3. Švédsko — 1:01:58,5 hod. (Norbergová — Johanssonová — Edströmová).

4. Polsko — 1:03:23,8 hod.

5. ČSR (Patočková, Benešová, Fialová) 1:04:18,3 hod.

6. NDR — 1:05:41,7 hod.

7. Norsko — 1:06:28,7 hod.

## BĚH ŽEN 10 km:

1. Kolčinová (SSSR) 44:49,0 min.

2. Kozyrevová (SSSR) 45:28,2.

3. Rantanenová (Finsko) 46:02,8.

4. Jerošinová (SSSR) 46:21,8.

5. Smirnova (SSSR) 47:01,5.

6. Gusaková (SSSR) 47:01,9.

7. Pöystiová (Finsko) 47:02,5.

8. Mekšilová (SSSR) 47:24,9.

9. Högová (Finsko) 47:30,1.

10. Norbergová (Švédsko) 47:53,7.

11. Kallusová (NDR) 47:55,7 — 12. Kopopková (Polsko) 48:05,6 — 13. Korkeevá (Finsko) 48:17,3 — 14. Holmová (Finsko) 48:29,3 — 15. Martinssonová (Švédsko) 48:29,9 — 16. Biegunová (Polsko) 48:55,9 — 17. Göhlerová (NDR) 48:57,0 — 18. Johanssonová (Švédsko) 49:17,6 — 19. Czech-Blaslová (NSR) 49:20,3 — 20. Erikssonová (Švédsko) 49:20,4 — 21. Kowalská (Polsko) 49:21,6 — 22. Edströmová (Švédsko) 49:55,5 — 23. Wahlová (Norsko) 49:57,9 — 24. Wignerova (Norsko) 50:23,9 — 25. Benešová (ČSR) 50:56,6 — 26. Krzeptovská (Polsko) 51:05,8 — 27. Fialová (ČSR) 52:13,5 — 28. Porlekaová (Finsko) 52:48,6 — 29. Reglandová (Norsko) 53:44,7 — 30. Rekarová (Jugoslávie) 53:54,5 — 31. Borgesová (NDR) 54:16,4 min.

## SKOK PROSTÝ:

1. Kärkinen J. — Finsko (skočky 74 m, 66,5 m) — 224,5 bodu.

2. Hyttiä, Finsko (65 m, 72,5 m) — 214,5

3. Recknagel, NDR (69 m, 66 m) — 213,5

4. Glass, NDR (67,5 m, 62,5 m) — 211,0

5. Osnes, Norsko (68,5 m, 64,5 m) — 209,5

6. Immonen, Finsko — 208,0 bodu.

7. Eriksson, Švédsko — 207,0 bodu.

8. Lesser, NDR — 206,0 bodu.

9.—11. Kamenski, SSSR — 204,5 bodu.

9.—11. Kärkinen K., Finsko — 204,5 bodu.

9.—11. Samov, SSSR — 204,5 bodu.

12. Leodolter (Rakousko) 204,0 — 13. Hoel (Norsko) 203,0 — 14.—15. Steingger (Rakousko) 201,1 — 14.—15. Halonen (Finsko) 201,1 — 16.—17. House (USA) 200,5 — 16.—17. Kopstad (Norsko) 200,5 — 18. Tokle (USA) 200,0 — 19. Bykov (SSSR) 197,0 — 20. Trusov (SSSR) 195,5 — 21. Yggseth (Norsko) 195,0 — 22. Tajner (Polsko) 194,5 — 23. Bolkart (NSR) 192,5 — 24. Östman (Švédsko) 192,0 — 25. Linqvist (Švédsko) 191,5 — 26. Däscher (Švýcarsko) 190,0 — 27. Thoma (NSR) 189,5 — 28.—29. Charland (Kanada) 189,0 — 28.—29. Pröffner, (NDR) 189,0 — 30. Kikuchi (Japonsko) 188,5 — 31.—33. Hattersatter (Rakousko) 187,5 — 31.—33. Styf (Švédsko) 187,5 — 31.—33. Eriksson (USA) 187,5 — 34. Maki (USA) 186,5 — 35. Wiczerek (Polsko) 184,5 — 36.—38. Egger (Rakousko) 184,0 — 36.—38. Leodolter (Rakousko) 184,0 — 36.—38. Perin (Itálie) 184,0 — 39. Langus (Jugoslávie) 183,5 — 40. Müller (Rakousko) 183,0 — 41.—42. Bleier (NSR) 182,5 — 41.—42. Heldal (Norsko) 182,5 — 43. Remsa (ČSR) 182,0 — 44.—45. Eto (Japonsko) 180,5 — 44.—45. Rahoi (USA) 180,5 — 46. Sakadze (SSSR) 179,0 — 47. Pennachio (Itálie) 177,5 — 48. Dvinskina (SSSR) 176,0 — 49.—50. Zandanel (Itálie) 175,5 — 49.—50. De Zordo (Itálie) 175,5 — 51.—52. Fuchs (NDR) 175,0 — 51.—52. Karlsson (Švédsko) 175,0 — 53. Bruner (NDR) 174,0 — 54. Samuelstuen (USA) 173,5 — 55. Seguin (Kanada) 158,0 — 56. Kirjonen (Finsko) 157,5 — 57. Perret (Švýcarsko) 156,5 — 58. Zidar (Jugoslávie) — 154,0 — 59. Meylan (Švýcarsko) 148,0 — 60. Asplund, 136,5 — 61. Kaelin (Švýcarsko) 135,0.

lyže, kde má každý svoji příhrádku. Závodníci sem chodí přímo z práce, zde se převléknou a jdou plnit svůj trénink. Po tréninku mají možnost ve druhé budově použít saunu, kterou také většina používá dvakrát týdně. V této budově bydlí i správce stadiónu, který se stará o pořádek, topí v sauně a ve volných chvílích spravuje lyže. Celé hospodaření klubu musí být takové, aby stačilo na všechny náklady, spojené s údržbou stadiónu, placení zaměstnanců i vysílání stovek závodníků na závody každou neděli. Finanční zdroj má klub hlavně ze závodů »Saulpausselkä«, kterých se každoročně zúčastňuje stále větší počet diváků, asi 100.000, a které znamenaly v minulém roce výtěžek 40 miliónů finských marek. Kromě toho každý člen klubu platí ročně 200 marek a mládež 50 marek (1 Kes = 44 finských marek). Státní podpory nebo ústřední podpory klub nedostává.

Celá plocha stadiónu je oplocena, má desítky vchodů, takže se snadno zvládnou desetitisícové přívaly lidí. Běžec trati na stadiónu jsou umístěny tak, že diváci mohou sledovat závodníka od startu asi 300 m ve stoupání, než opustí stadión, a potom opět při návratu vedlejší stopou ve sjezdu na tomže místě. Před místem startu však stopa uhlíká do prudkého výstupu, který jest asi 60 m, následuje přejezd rovinou pod stůl mástku, odtud sjezd vedle doskočiště. Stopa dále obchází celou dojezdovou plochu a krátkým výstupem se vrací do cíle, který jest vedle startu. Tato volba trati umožňuje skvěle divákům sledovat po dlouhou dobu běh závodníka v nejrušnějších fázích.

I když byly na stadiónu desetitisícové návštěvy, přece jen tisíce lidí musí počítat s penězi velmi důkladně a tito vroubili trať za stadiónem, kde nemuseli platit vstupné a sledovali skoky s protilehlých kopců. Lidé zaujímali svůj místa na stadiónu již tři hodiny před startem a nijak jim nevadil ani 20stupňový mráz. Do Lahti se sjížděli lidé na lyžích (byly pořádány zvláštní závody s cílem v Lahti), na kolech s přívažnými lyžemi, v autobusech i automobily a i vlakem, který má svoji kuriozitu v tom, že jezdil na nádraží, které je těsně vedle dojezdu mástku, na které jezdí osobní vlaky jen jedenkrát ročně, tj. v době konání lyžařských závodů. A tak v době od 1.—9. března prošlo branou stadiónu Hiihtoseura asi čtveř

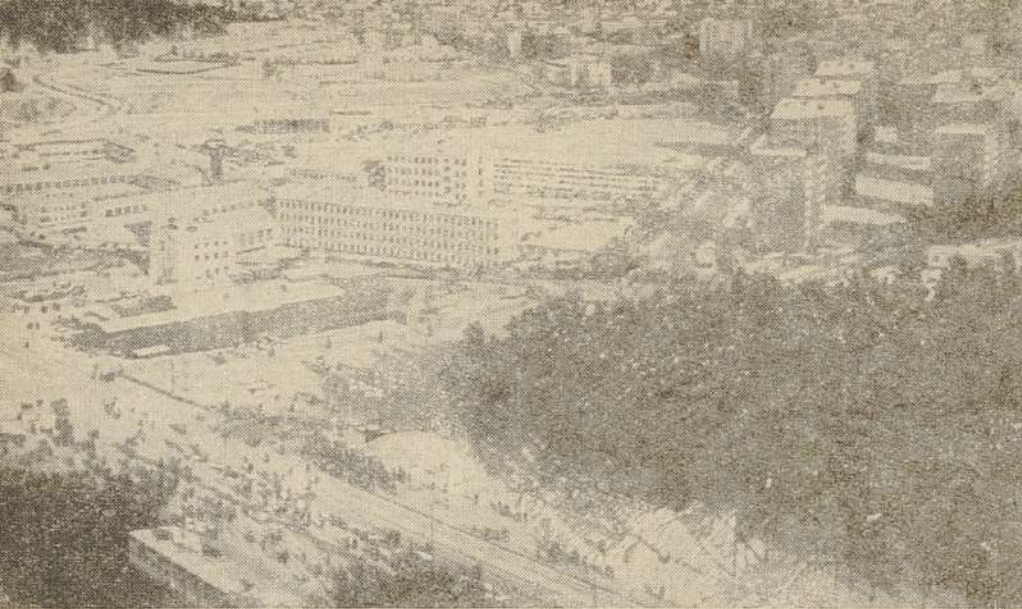


Mladí, to je základ finských úspěchů. Každá mez, každý kousek sněhu ve městech i na vesnici žije jejich ruchem

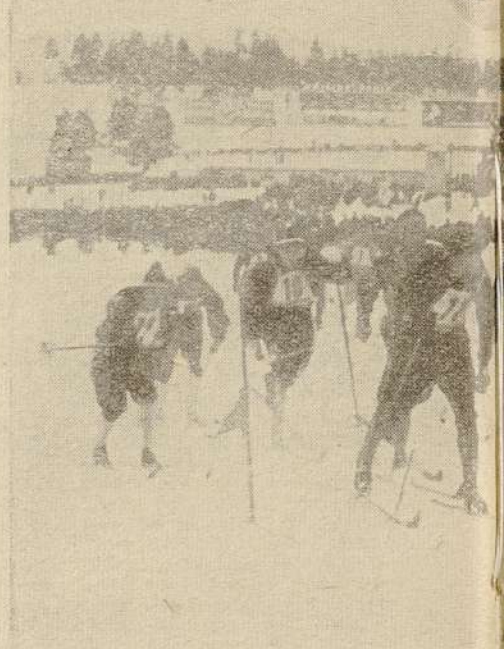
miliónů nadšených vyznavačů lyžařského sportu, aby zde s nadšením učítali závodníky všech zúčastněných zemí při jejich sportovních bojích o titul mistrů světa. A jestliže z tohoto boje odnesli reprezentanti Finska nejvíce medailí a titulů, pak to byla zasloužená odměna za nadšení a lásku k lyžařskému sportu, které je tak vlastní každému obyvateli Finska.

A krása finské přírody i věčné přátelství tamních lidí, právě tak jako vysoká sportovní úroveň a bratrství všech zúčastněných cizinců, bude dlouhou dobu nejen ve vzpomínkách všech závodníků, ale i nás turistů, kteří jsme měli možnost vidět mistrovství světa 1958 v Lahti.

BOHUSLAV SÝKORA

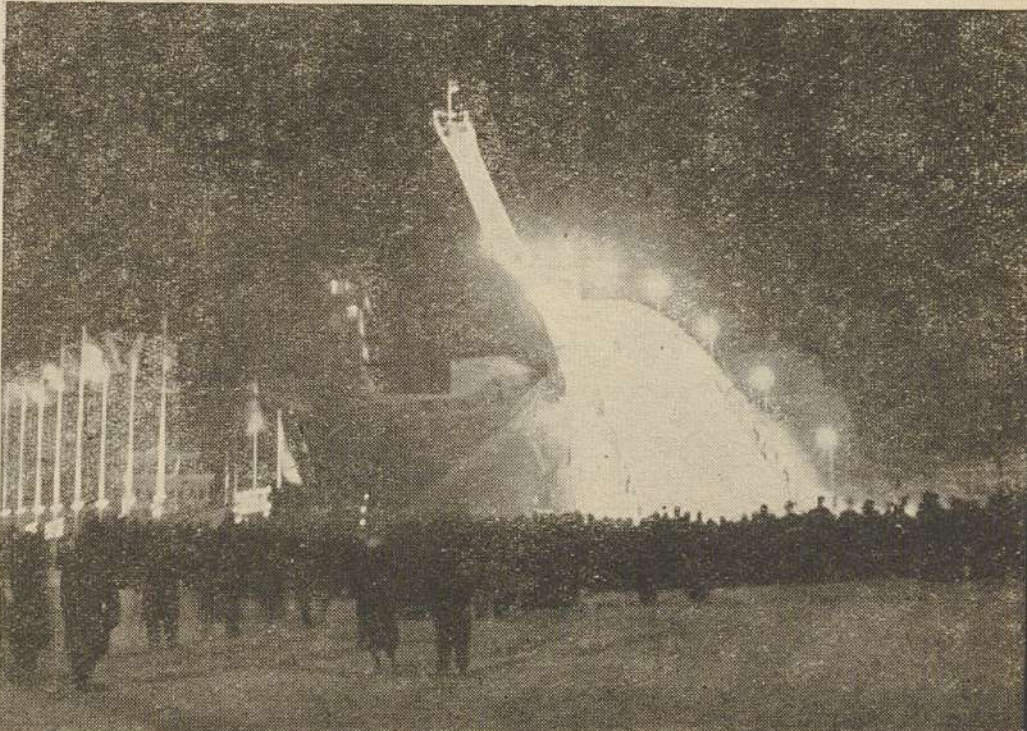
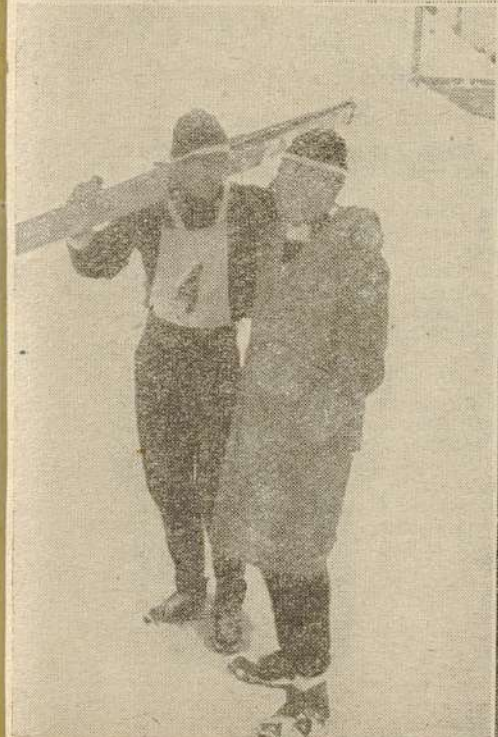
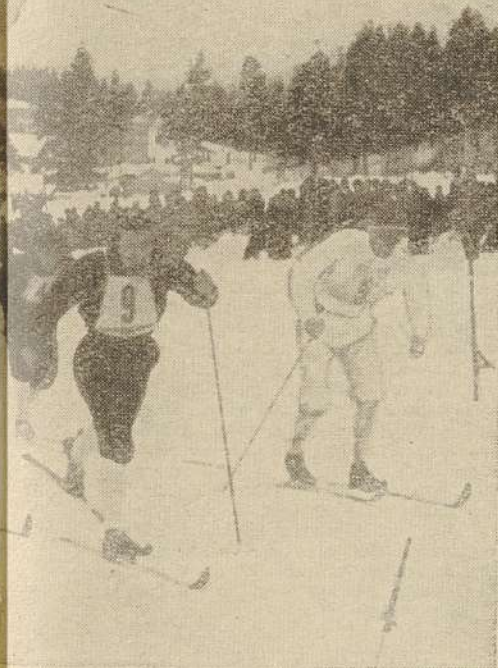


*Snímek vlevo nahoře: Celkový pohled na Lahti s věže lyžařského můstku, uprostřed: nejslavnější lyžařská manželská dvojice Kolfin a Kolfinová, start štafet mužů, dole Kozyrevová, vpravo Helmut Recknagel spolu se sdruženářem Stenersenem. Slavnostní ohňostroj a osvětlení můstku nesmí v Lahti nikdy chybět*



**VEIKKO HAKULINEN POTVRDIL I V LAHTI, ŽE JE NEJLEPŠÍM SOUČASNÝM BĚZCEM**

**KALEVI NIKOLAI HÄMÄLÄINEN ZVÍTĚZIL  
PŘEKVAPIVĚ V BĚHU NA 30 km**



# Úspěšný letošní ročník SZBZ

Liberečtí svazarmovci byli pověřeni uspořádáním 11. ročníku Sokolovského závodu branné zdatnosti, který letos připadl na 15. výročí slavné bitvy u Sokolova. Je třeba zdůraznit, že liberečtí pořadatelé se svého úkolu zhostili skutečně skvěle, ať už šlo o celkový hladký spád závodů, nebo o péči o závodníky či o přípravu jednotlivých disciplín závodu. Kromě toho liberečtí závodníci byli ze všech nejúspěšnější, neboť v devíti kategoriích získali tři zlaté a čtyři stříbrné plakety. Letošních závodů, pořádaných 7. a 8. března 1958 v Harrachově, se jako hosté zúčastnili pozorovatelé z SSSR, soudružka Taťana Klušinová, generál Túrski z Polské branné organizace a soudruh Franz Ries z Německé demokratické republiky. Jistě si všichni přejeme, aby příští ročník byl již ve znamení mezinárodní účasti a aby se tak ještě více vyzdvihl význam těchto branných závodů.

## PŘES 300.000 ZÁVODNÍKŮ

Potěšitelná je opět skutečnost, že se mezi finalisty objevili někteří bývalí lyžařští reprezentanti; dokonce Bohumil Kosour se stal mistrem republiky v kategorii mužů 41 let a starších. Na start se dostavilo celkem 568 krajských vítězů, kteří prošli úspěšně sítí místních, okresních a krajských přeborů. Zdá se, že letošní ročník bude jedním z nejúspěšnějších. Téměř všechny kraje splnily plánovaná čísla a podle předběžných zpráv se letošního ročníku zúčastnilo přes 300.000 závodníků. I úrovní možno letošní ročník počítat k úspěšným. Je totiž třeba uvážít, že letos byly náročnější požadavky na střelbu i hod granátem a že při malé letošní možnosti k tréninku branných disciplín na skrovněm sněhu, zvláště ve vnitrozemských krajích, se nemohlo ani prakticky s vyššími průměry počítat. To znamená, že lze vyslovovat jen spokojenost a založit si ruce v klín. Naopak branné disciplíny musí zůstat ve středu největšího zájmu všech těch, kteří se připravují na tento branný závod.

## DOBŘÁ ÚROVEŇ

Slabší výsledky v nejmladších kategoriích hodně ovlivnily celkový průměr. Povětrnostní podmínky prvního dne, kdy závodily nejmladší kategorie, byly horší než při startu starších kategorií, a to rozhodně zanechalo své stopy na výkonech. Např. v sobotu se museli závodníci vyrovnávat nejen s trátí, ale také se sněžením. Úvodní část trati museli projet na umrzlém sněhu, zatím co zá-

věrečnou část na mokřem. Znamenalo to, že nerozhodovala jen fyzická připravenost, ale také správné mazání lyží. Závodníky vedle četného stoupání unavilo také plížení, zřejmě se této disciplíně nevěnuje dostatečná péče. Zato muži dosáhli v branných disciplínách velmi slušného standardu, tak např. první dva vítězové z kategorie 41 let a starší, Kosour a Indrák, se mohou pochlibit stoprocentním výsledkem: tři zásahy střelbou, tři v granátích. Stejně tak si počínala 42letá Marta Kofátková z Prahy-město, která rovněž dosáhla plného počtu zásahů ve střelbě i v hodu granátem.

Pokud jde o lyžařskou část závodu, možno konstatovat, že většina závodníků měla potřebnou rychlost a velmi dobrou lyžařskou techniku. Jen nesprávné mazání připravilo některého závodníka o cenné vteřiny, a tím o větší osobní úspěch. Trať byla dost obtížná pro výškový rozdíl i vzhledem k několika terénním vlnám, vyžadujícím klid, odvahu i bezvadné ovládnutí lyží. Stalo se už samozřejmým, že v kategorii hlídek pomáhají silnější lyžaři slabším, např. tím, že jim pomáhali nést pušky, nebo tím, že je nechali jet mezi sebou, aby slabší mohli snáze vyrovnávat krok se svými druhy.

## K JEDNOTLIVÝM KATEGORIÍM

Chlapci 15—16 let (jednotlivci): Zde jsou výsledky v branných disciplínách hodně průměrné, ani jeden ze závodníků nedosáhl plného počtu zásahů. Na trati byl nejrychlejší B. Žerman, který si však pokazil umístění slabším plněním branných disciplín. Zaslouženě zvítězil gottwaldovský J. Krivák, který byl ze všech nejlépe připraven. — Dívky 15—16 let: V této kategorii byla nejslabší úroveň v plnění branných disciplín. Šest děvčát nemělo ve střelbě a čtyři v hodu granátem žádný zásah. Velmi pěkný běžecký výkon a dobré zásahy v hodu granátem zajistily E. Břízové z Hradce Králové vítězství. Ženy 26 let a starší: Zde došlo k jednomu z největších překvapení na mistrovství. Na startu se sešly známé závodnice z minulých ročníků, a proto se neočekávalo vítězství M. Kofátkové, která si maximálním počtem zásahů na střelnici a granátích zajistila vítězství před mladšími závodnicemi. Muži 41 let a starší: B. Kosour podal vynikající výkon, měl nejlepší běžecký čas a maximálně splnil branné disciplíny. Porazil tak favorita Tvrzníka z Prahy-města, kterého špatný zásah v hodu granátem odsunul na čtvrté místo. Je třeba vyzvednout výkony Indráka z Olomouce a Alsnera z Ústí.

Hlídky — hoši 17—18 let: Běžecké výkony byly vesměs pěkné, i když někteří závodníci promazali. Hoši si vedli lépe ve střelbě než na granátích. Liberečtí zvítězili zásluhou běžeckých časů a hlavně dobrých zásahů na střelnici. Dívky 17—18 let: V branných disciplínách slabší úroveň. Libereckým dívkám zajistil vítězství výborný běh. Zde došlo k několika zbytečným diskvalifikacím. Zvítězila by hlídka Žiliny, ale byla diskvalifikována pro nedodržení rozmezí 15 m v cíli (malá znalost pra-



Hlídka Olomouckého kraje v kategorii mužů 19—30 let skončila na devátém místě.

videl — chyba vedoucích!), stejně jako hlídka Českých Budějovic a Nitry. B. Bystrica byla diskvalifikována pro menší zátěž a Pardubice pro záměrné vedení od plížení na granátích. Ženy 19 let a starší: Rozdíly mezi prvními šesti hlídkami jsou velmi těsné, takže zde zvláště rozhodující úlohu hrály střelnice a granátích. Dosavadní mistr, hlídka z Prahy-venkova, skončila na 19. místě. Liberecké ženy se již dlouho pokoušely o vítězství v této kategorii, až teprve letos jim to vyšlo. Muži 19—30 let: Dobrá úroveň ve střelbě, slabší v hodu granátem. Vítězná hlídka velmi spolehlivých reprezentantů Hradeckého kraje časovou ztrátu proti liberecké z běhu nahradila v branných disciplínách, zvláště ve střelbě. Košická hlídka měla jako jediná čas pod 1 hodinu, avšak ztratila v branných disciplínách. Muži 31—40 let: Také zde dobrá střelba, slabší granát. Liberecká hlídka v tréninku dosahovala velmi pěkných výsledků na střelnici a granátích, ale v závodech jí to nevyšlo. Dosáhla tedy pražská hlídka překvapujícího vítězství.

## TECHNICKÉ VÝSLEDKY

(V závorce počet zásahů ve střelbě a hodu granátem.)

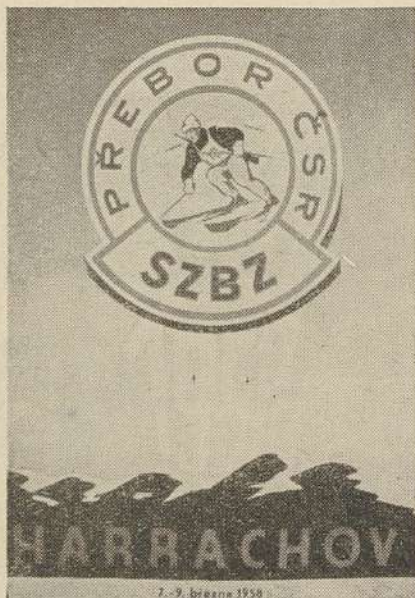
## JEDNOTLIVCI:

### CHLAPCI 15—16 LET:

1. Krivák (Gottwaldov) 25:33 min. (2+3),
2. Marijczuk (Liberec) 27:59 min. (3+1),
3. Praveček (K. Vary) 28:19 min. (2+5),
4. Jahn (Plzeň) 28:25 min. (2+2),
5. Žebřina (Č. Budějovice) 28:51 min. (2+1),
6. Kozovský (B. Bystrica) 29:24 min. (1+5),
7. Potoček (Prešov) 31:12 min. (1+2),
8. Jاكل (Hradec Králové) 31:35 min. (2+1),
9. Mikunda (Ostrava) 32:33 min. (1+2),
10. Hanuska (Nitra) 32:56 min. (2+5).

### DÍVKY 15—16 LET:

1. Břízová (Hradec Králové) 27:54 min. (1+3),
2. Hornová (Liberec) 28:33 min. (3+2),
3. Jenková (Praha-venkov) 32:36 min. (1+2),
4. Plocová (Brno) 33:08 min. (1+5),
5. Farbiaková (B. Bystrica) 33:19 min. (3+1),
6. Gajancová (Košice) 33:40 min. (1+1),
7. Novotová (Nitra) 34:00 min. (2+5),
8. Makayová (Žilina) 36:27 min. (1+1),
9. Iva-



Plakát, vydaný k finále Sokolovského závodu branné zdatnosti

nylová (Prešov) 39:04 min. (1+1), 10. Blahutová (Plzeň) 39:24 min. (1+1).

#### ŽENY 26 LET A STARŠÍ:

1. Kořátková (Praha-město) 45:33 min. (3+3), 2. Minaříková (Žilina) 48:43 min. (3+2), 3. Heřmanská (Jihlava) 50:51 min. (2+2), 4. Novotná, Brno 52:57 min. (2+1), 5. Peřinová (Plzeň) 58:26 min. (1+2), 6. Kriescheová (K. Vary) 1:06:21 hod. (2+0), 7. Jechová (Nitra) 1:08:44 hod. (3+1), 8. Matušková (Liberec) 1:12:47 hod. (2+0), 9. Omelková (Olomouc) 1:15:06 hod. (1+1), 10. Linhartová (Č. Budějovice) 1:15:10 hod. (1+1).

#### MUŽI 41 LET A STARŠÍ:

1. Kosour (Gottwaldov) 59:53 min. (3+3), 2. Indrák (Olomouc) 1:10:17 hod. (3+3), 3. Aisner (Ústí n. Lab.) 1:12:03 hod. (3+2), 4. Tvrzník (Praha-město) 1:12:41 hod. (3+1), 5. Cimerman (B. Bystrica) 1:14:28 hod. (3+2), 6. Hanko (Prešov) 1:25:04 hod. (2+3), 7. Laktiš (Nitra) 1:29:31 hod. (2+3), 8. Svoboda (Jihlava) 1:31:14 hod. (1+2), 9. Kuliš (Košice) 1:31:58 hod. (1+1), 10. Horna (Liberec) 1:33:10 hod. (2+1).

#### HLÍDKY HOŠI 17—18:

1. Liberec (Skrbek, Stiedel, Sůva) 51:44 min. (8+5), 2. Jihlava (Honcl, Kadlec, Dvořák) 54:11 min. (4+6), 3. Žilina (Medvěděcký, Zanvit, Šedo) 54:28 min. (7+6), 4. Ústí n. L. (Ferbas, Soukup, Pechouš) 58:21 min. (7+7), 5. Gottwaldov (Čunek, Kalabus, Cerha) 59:06 min. (4+4), 6. Brno (Gryc, Šuler, Juráček) 59:47 min. (4+6), 7. B. Bystrica (Batras, Fraňo, Veličák) 1:00:55 hod. (5+3), 8. Ostrava (Šrubař, Jurek, Vávra) 1:02:37 hod. (5+3), 9. Praha-venkov (Tribula, Krejzinger, Fiala) 1:03:04 hod. (3+3), 10. Karlovy Vary (Suchan, Bláha, Komma) 1:03:40 hod. (6+5).

#### DÍVKY 17—18:

1. Liberec (Jiřinová, Hadravová, Vacková) 38:56 min. (2+5), 2. Brno (Hrudková, Otáhalová, Kohoutová) 39:35 min. (4+8), 3. Hradec Králové (Krníková, Doušová, Klozová) 41:47 min. (3+4), 4. Gottwaldov (Gaherová, Stuchlíková, Šrahůlková) 46:03 min. (4+2), 5. Karlovy Vary (Nováková, Prokešová, Jednorožcová) 46:44 min. (2+4), 6. Olomouc (Jachanová, Cenková, Raclavská) 48:56 min. (1+4), 7. Jihlava (Šanderová, Koudelková, Černá) 48:59 min. (4+2), 8. Ostrava (Hrubá, Branná, Czechová) 51:15 min. (3+3), 9. Praha-venkov (Hudská, Čerovská, Křováčková) 51:27 min. (1+3), 10. Bratislava (Filipová, Kubicová, Vávrová) 51:32 min. (1+5).

#### ŽENY 19 A STARŠÍ:

1. Liberec (Plíhová, Šleprová, Štěpánková) 1:04:02 hod. (4+4), 2. B. Bystrica (Javorčíková, Němcová, Polraichová) 1:04:04 hod. (4+6), 3. Gottwaldov (Filipovičová, Kuraňová, Matochová) 1:04:32 hod. (3+7), 4. Jihlava (Stejskalová, Kadlecová, Pospíšilová) 1:04:52 hod. (1+7), 5. Košice (Makovská, Berghauerová, Richvalská) 1:05:08 hod. (4+4), 6. Olomouc (Novosadová, Bialková, Erbešová) 1:05:39 hod. (3+4), 7. Ostrava (Vašková, Chalupová, Kolčíková) 1:07:28 hod. (5+4), 8. Karlovy Vary (Žáková, Bernášková, Grundová) 1:08:03 hod. (6+6), 9. Bratislava (Pavlačková, Osvaldová, Horková) 1:08:45 hod. (4+5), 10. Žilina (Kiliánová, Důbravcová, Šýkorová) 1:09:01 hod. (2+4).

A. N. Krestovníkov: FYSIOLOGIE ČLOVĚKA. Kniha je určena všem, kdož se zabývají tělovýchovou a sportem. Přináší nejnovější poznatky a výzkumy ve fyziologii tělesných cvičení a sportovních pohybů. Knihu doporučujeme všem sportovcům, cvičitelům, trenérům, učitelům na školách a sportovním lékařům. (Vydalo STN, str. 428, řada ilustrací a grafů, vzt. Kčs 41,50.)

## O tituly mistrů ve sjezdových disciplínách



Jája Rubešová skončila ve všech závodech na 3. místě, v trojkombinaci na druhém.

Rozmary naší zimy zasáhly celkem nečekaně do průběhu našich letošních mistrovských soutěží. — Dešť, obleva a nakonec velká voda znemožnily ve Spindlerově Mlýně dokončení mistrovství a přeboru ČR v klasických disciplínách. Sněhu však bylo přesto ve Spindlerově Mlýně dost.

Naproti tomu nebyl však v té době sněh ve Vrátně, kde lyžaři Žilinského kraje dokončovali několikaměsíční přípravu mistrovství a přeboru ČR ve sjezdových disciplínách. To byla neradostná a jistě také neočekávaná skutečnost, neboť v minulých letech měly v té době slovenské hory a pochopitelně i Malá Fatra sněhu více než Krkonoše.

Rozhodování bylo těžké. Zvítězila myšlenka uspořádat mistrovství a přebor ve Spindlerově Mlýně. Málodko však věřil, že bude možno konat obě soutěže v plném rozsahu. Uvažovalo se i o náhradním programu — např. místo sjezdu druhý obří slalom a pod.

Technické provedení bylo svěřeno lyžařské sekci MV Praha. Byl to krok odvážný, neboť všem bylo jasné, že bude nutno překonat řadu obtíží. Spolehalo se hodně na pochopení všech účastníků, které, jak průběh mistrovství ukázal, bylo.

Pořadatelé měli také štěstí v tom, že v té době konala ve Sv. Petru své přebory armáda. Bez její pomoci by těžko zdolali spousty sněhu.

Při letním pohledu — bez hlubšího zaměření na technickou úroveň startujících (to provedou později trenéři) — jevíly se jednotlivé dny běžnému pozorovateli:

Slavnostní zahájení bylo dobré, nikoli však bezvadné. Bylo rozhodně lepší než zakončení. Výzdoba (za pomoci armády) a účast byly na výši. Poprvé překonal účastníci úspěšně sněhovou vánici a mrazivý vítr.

Vlastní boje začaly slalomem prostým. Byl zatěžkávací zkouškou pro pořadatele i závodníky. Dopadla pro obě strany dobře. Činovníci setrvali bez přestávký od rána až téměř do setmění na místě, ačkoliv s tím vlastně ráno nepočítali. Bylo to též vinou pozdějšího začátku, který měl hned několik příčin. Také závodníci a závodnice čekali trpělivě; ženy měly start dokonce o dvě hodiny později. Mráz, střídavé sněžení a místy silný nárazový vítr ovlivnily značně celý průběh. Sled byl rozvleklý, sportovně však bez námitek. Závod mužů byl také rozšířen o přebor československé armády, čímž se zvýšil počet startujících, což ve dvou kolech znamená i hodné čáso.

Autory tratí mužů byli Dušan Charvát a Luboš Brchel, tratí žen Rudolf Krňoul a František Pitucha. Muži ježli na tratích dlouhých 650 m, které měly výškový rozdíl 180 m. V I. kole bylo 64 branek a ve II. kole 71 branek. U žen byly tratě dlouhé 520 m a 500 m, výškové rozdíly 155 m a 150 m; branek bylo 50 a 46.

Prvé kolo slalomu mužů mělo několik nečekaných branek, takže došlo k dosti diskvalifikacím. Mezi diskvalifikovanými byli dva účastníci mistrovství světa — Bogdálék a Hennrich a třetí Michal Šoltýs měl pád. Všichni riskovali — nejspíše ve snaze obhájit prestiž účastníků mistrovství světa proti těm, kteří »nemají v závodě co ztratit a mohou jedině získat«. II. kolo slalomu mužů bylo plynulé a prošlo bez diskvalifikací. Prvenství obhájili slovenští závodníci. Vlado Krajňák získal titul zaslouženě. Jeho jízda byla také na pohled mistrovská. Pěkné bylo též výkony juniorů, kteří si hodně osvojují novou techniku jízdy.

Ve slalomu žen byla již úroveň závodnic hodně různorodá. Také převážná většina lyžařek je tak, jak se naučila v minulosti, bez snahy osvojit si novou techniku. Zde tkví značné rezervy na zlepšení celkové úrovně žen a juniorek. Vítězka Malá ukázala, že delší »rekonvalescenci« po zranění již překonala a že je nutné s ní opět počítat. Ve druhé disciplíně — obřím slalomu — se »Badgasteinští« prosadili. Podmínky byly tentokrát příznivé, což se také projevilo



Situace, která je ve sjezdových závodech téměř kuriozitou. Ve sjezdovém závodě se stejným časem umístili na prvním místě Stiehl, Bogdálék a Vokatý. Tak jsou také na stupních vítězů.

# Výsledková část mistrovství republiky

## Obří slalom — muži:

	min.
1. Šoltys (KŠ.)	1:44,7
2. Bogdálék (B.)	1:47,8
3. Vokatý (H. K.)	1:48,6
4. Krajiňák V. (KŠ.)	1:48,7
5. Brúna (L.)	1:48,8
6. Mohr I. (V. T.)	1:50,6
7. Slaviček (H. K.)	1:50,8
8. Šoltys A. (L.)	1:50,9
9. Hennrich (L.)	1:51,3
10. Novotný (arm.)	1:51,9
11. Bartsch (Ž.) 1:52,0 — 12. Scheib (L.)	1:56,6
13. Stiehl (H. K.)	1:53,0
14. Šincl (MVP)	1:53,8
15. Čermák (V. T.)	1:53,9
16. Richvalský (V. T.)	1:54,1
17. Krasula (V. T.)	1:54,4
18. Krajiňák O. (KŠ.)	1:55,0
19. Tedlík (L.)	1:57,7
20.—21. Pelc (MVP)	1:58,0
22. Matějovský (Č. B.)	1:58,0
23. Pacák (H. K.)	1:58,8
24. Trajtl (O.)	1:59,2
25.—28. Mravec (D. L.)	2:00,0
29. Pavlas (G.)	2:00,0
30.—28. Otčenáš (Ž.)	2:00,0
31. Zirm (H. K.)	2:00,0
32. Veger (arm.)	2:00,3
33. Podsedník (B.)	2:00,8
34. Richvalský (V. T.)	2:00,9
35. Obal (L.)	2:01,0
36.—35. Král (Ú.)	2:01,3
37.—34. Spára (KVP)	2:01,3
38.—37. Vlček (Ol.)	2:02,1
39.—36. Jech (MVP)	2:02,1
40.—39. Nejdl (MVP)	2:02,5
41.—38. Fiala (G.)	2:02,5
42.—40. Jirásek (H. K.)	2:03,5
43.—41. Brázda (B.)	2:03,7
44.—42. Maděra (L.)	2:03,8
45.—43. Pastierik (arm.)	2:04,1
46.—44. Maliček (MVP)	2:04,5
47.—45. Poddaný (Ž.)	2:04,7
48.—46. Straškraba (O.)	2:04,8
49.—47. Tajrych (O.)	2:04,9
50.—48. Kout (L.)	2:06,3
51.—49. Peší (H. K.)	2:07,3
52.—50. Lučka (O.)	2:07,4
53.—51. Štěpánek (L.)	2:07,5
54.—52. Pešek (H. K.)	2:07,8
55.—53. Gola (O.)	2:08,9
56.—54. Špiring (Pl.)	2:09,0
57.—55. Hubka (L.)	2:09,2
58.—56. Bolvanský (Ž.)	2:09,7
59.—57. Matějka (Č. B.)	2:10,1
60.—58. Štrkolec (arm.)	2:11,3
61.—60. Gígalov (B.)	2:11,5
62.—61. Bárta (Pl.)	2:11,6
63.—62. Vltavský (MVB)	2:11,9
64.—63. Novotný (L.)	2:12,2
65.—64. Děneš (KŠ.)	2:13,3
66.—65. Syč (MVP)	2:14,0
67.—66. Appl (Pa.)	2:16,5
68.—67. Langhammer (K. V.)	2:17,1
69.—68. Bartoň (Ú.)	2:17,7
70.—69. Vltavský M. (MVB)	2:17,9
71.—70. Belda (L.)	2:20,0
72.—71. Zeidler (K. V.)	2:28,9
73.—72. Dobiáš (Č. B.)	2:30,7
74.—73. Weinert (O.)	2:33,7 min.

## Slalom — muži:

	vteř.
1. Krajiňák V. (KŠ.)	141,2
2. Mohr Zb. (MVB)	141,5

3. Richvalský L. (V. T.)	142,1
4. Šoltys A. (L.)	142,4
5. Slaviček (H. K.)	144,8
6. Brúna (L.)	145,2
7. Vokatý (H. K.)	146,0
8. Stiehl (H. K.)	147,9
9. Šincl (MVP)	148,8
10. Čermák (L.)	150,8
11. Krasula (V. T.)	151,3
12. Štěpánek (L.)	152,6
13. Telgarský (D. L.)	153,6
14. Hennrich (L.)	154,8
15. Pastierik (arm.)	155,8
16. Scheib (L.)	155,9
17. Krajiňák O. (KŠ.)	156,1
18. Mohr I. (V. T.)	156,6
19. Maliček (MVP)	159,3
20. Bartsch (Ž.)	162,2
21. Nejdl (MVP)	165,9
22. Pavlas (G.)	167,0
23. Otčenáš (Ž.)	167,3
24. Obal (D. L.)	168,6
25. Poddaný (arm.)	170,8
26. Hrstka (G.)	172,0
27.—28. Martinek (L.)	173,0
29.—27. Vopálka (L.)	173,0
30.—29. Král (Ú.)	173,5
31.—30. Novotný (L.)	175,8
32.—31. Podsedník (B.)	182,2
33.—32. Gola (O.)	186,9
34.—33. Veger (arm.)	189,8
35.—34. Špringl (arm.)	194,4
36.—35. Gígalov (B.)	201,4
37.—36. Pelc (MVP)	202,3
38.—37. Štrkolec (arm.)	203,3
39.—38. Bárta (Pl.)	204,9
40.—39. Weiner (O.)	221,0

## Sjezd — muži:

	min.
1.—3. Bogdálék (B.)	1:45,3
4.—3. Stiehl (H. K.)	1:45,3
5.—3. Vokatý (H. K.)	1:45,3
6.—4. Brúna (L.)	1:46,0
7.—5. Krajiňák (KŠ.)	1:47,2
8.—7. Bartsch (Ž.)	1:48,1
9.—7. Mohr I. (V. T.)	1:48,1
10.—9. Nejdl (MVP)	1:48,8
11.—9. Hennrich (L.)	1:48,8
12.—9. Scheib (L.)	1:49,2
13.—11. Mohr Zb. (MVB)	1:49,4
14.—12. Šoltys (KŠ.)	1:49,5
15.—13. Krasula (V. T.)	1:51,6
16.—14. Šincl (MVP)	1:51,7
17.—15. Slaviček (H. K.)	1:53,3
18.—16. Čermák (L.)	1:53,4
19.—17. Vopálka (L.)	1:53,6
20.—18. Richvalský (V. T.)	1:53,8
21.—19. Novotný (arm.)	1:54,3
22.—20.—21. Harring (arm.)	1:54,9
23.—20.—21. Trajtl (O.)	1:54,9
24.—22. Gígalov (B.)	1:56,2
25.—22.—24. Zirm (H. K.)	1:56,2
26.—25. Krajiňák O. (KŠ.)	1:56,6
27.—26. Springl (D. L.)	1:56,8
28.—27. Flousek (arm.)	1:57,1
29.—28. Hrstka (G.)	1:57,3
30.—29. Tedlík (L.)	1:57,4
31.—30. Pohořelý (arm.)	1:57,7
32.—31. Martinek (L.)	1:57,9
33.—32. Jech (MVP)	1:58,1
34.—33. Chytráček (arm.)	1:58,3
35.—34. Veger (arm.)	1:58,4
36.—35. Pešek (H. K.)	1:58,5
37.—36. Vlček (Ol.)	1:58,7
38.—37. Otčenášek (Ž.)	1:59,0
39.—40. Gígalov (arm.)	1:59,3

41.—38.—40. Richvalský J. (V. T.)	1:59,3
42.—38.—40. Štrkolec (arm.)	1:59,3
43.—41. Šařánek (arm.)	1:59,5
44.—42. Winter (L.)	1:59,6
45.—43. Matějovský (Č. B.)	2:00,1
46.—44. Brázda (B.)	2:00,6
47.—45. Hnízdo (arm.)	2:00,9
48.—46. Fiala (G.)	2:01,3
49.—47.—48. Pastierik (arm.)	2:01,8
50.—49.—48. Pavlas (G.)	2:01,8
51.—49. Spára (KVP)	2:02,0
52.—50. Peší (H. K.)	2:02,2
53.—51. Podsedník (B.)	2:02,3
54.—52. Pacák (H. K.)	2:03,0
55.—53. Král (Ú.)	2:03,1
56.—54. Maděra (L.)	2:03,2
57.—55. Štěpánek (L.)	2:03,3
58.—56. Jirásek (arm.)	2:03,4
59.—57. Kuthan (Br.)	2:04,4
60.—58. Podaný (arm.)	2:05,0
61.—59. Kout (L.)	2:05,1
62.—60. Straškraba (O.)	2:06,1
63.—61. Bartoň (Ú.)	2:06,2
64.—62. Kožnárek (B.)	2:06,4
65.—64. Stejskal (H. K.)	2:06,9
66.—65.—64. Tajrych (O.)	2:06,9
67.—65. Kopalka (arm.)	2:07,3
68.—66. Rubeš (H. K.)	2:07,7
69.—67. Děneš (Kr.)	2:08,7
70.—68. Mrázek (arm.)	2:08,9
71.—69.—70. Tasler (MVB)	2:09,3
72.—69.—70. Belda (L.)	2:09,3
73.—71. Bartonička (L.)	2:09,9
74.—72. Maliček (MVP)	2:12,5
75.—73. Bárta (Pl.)	2:12,6
76.—74. Kazda (Ol.)	2:13,6
77.—75. Banko (arm.)	2:13,9
78.—76. Appl (Pa.)	2:15,5
79.—77. Hubka (L.)	2:15,9
80.—78. Surový (arm.)	2:16,0
81.—79. Ondruš (Pl.)	2:16,5
82.—80. Matějka (Č. B.)	2:20,9
83.—81. Šuga (arm.)	2:21,5
84.—82. Voňka (arm.)	2:21,9
85.—83. Gola (O.)	2:22,6
86.—84. Weinert (O.)	2:22,8
87.—85. Magnusek (arm.)	2:23,0
88.—86. Marta (arm.)	2:23,9
89.—87. Jirásek (H. K.)	2:27,1
90.—88. Novotný (L.)	2:31,6
91.—89. Dobiáš (Č. B.)	2:31,7
92.—90. Zeidler (K. V.)	2:34,3
93.—91. Kabát (Pl.)	2:45,2
94.—92. Vltavský (MVB)	10:18,6

## Sjezdový trojboj — muži:

	body
1. Krajiňák (KŠ.)	1,82
2. Vokatý (H. K.)	2,05
3. Brúna (L.)	2,50
4. Stiehl (H. K.)	6,23
5. Mohr Zb. (MVB)	6,64
6. Slaviček (H. K.)	10,55
7. Mohr I. (V. T.)	10,69
8. Hennrich (L.)	11,11
9. Richvalský (V. T.)	12,37
10. Scheib (L.)	12,91
11. Šincl (MVP)	13,15
12. Bartsch (Ž.)	14,16
13. Krasula (V. T.)	14,52
14. Čermák (L.)	15,59
15. Krajiňák O. (KŠ.)	21,62
16. Nejdl (MVP)	24,40
17. Novotný (arm.)	29,43
18. Obal (L.)	31,18
19. Otčenáš (Ž.)	32,48
20. Martinek (L.)	32,77
21. Pastierik (arm.)	33,18
22. Pavlas (G.)	34,84
23. Štěpánek (L.)	35,79
24. Král	39,84
25. Veger (arm.)	42,06
26. Podsedník (B.)	42,45
27. Poddaný (arm.)	

na průběhu závodu. Také výkony byly celkově dobré.

Stavitel obřího slalomu mužů Jaroslav Pittl sledoval při stavbě cíl donutit závodníky k vyvinutí maximální rychlosti, což se mu podařilo. Jeho trat byla dlouhá 1400 m, měla výškový rozdíl 400 m a 46 branek. Titul mistra si vybojoval Michal Šoltys, Bogdálék byl třetí. Překvapením bylo druhé místo junióra Uhlíře z Gottwaldovského kraje, zvláště proto, že tento závodník měl vysoké startovní číslo — 40, takže byl v značné nevýhodě. Trenér Pittl si povšiml jeho jízdy na trati a byl s ním nadmíru spokojen. Šel proto hned dolů do cíle a trpělivě čekal na vyhlášení času tohoto závodníka. Byl rád, že se neklamal.

Obří slalom žen, který stavěl Karol Koza, měl odlišný charakter. Měl odkrývané technické nedostatky závodnic. S výjimkou dvou předních závodnic jely všechny lyžařky »po staru«. Trať závodu žen byla rovněž dlouhá

1400 m, výškový rozdíl byl 400 m a bylo 54 branek. Mistryni se stala Richvalská s větším náskokem před Švantnerovou a Rubešovou, mezi kterými byl rozdíl 1 desetina vteřiny. Mistryně republiky ve slalomu prostě Malá byla čtvrtá a nejlepší juniorkou byla opět Cermanová před Douskovou.

Třetí disciplína — sjezd — se jela za velmi dobrých podmínek. Počasí bylo příjemně slunečné a množství sněhu vyrovnaně četné »boule« na sjezdovce a učinilo ji snadnější. V tomto závodě se lišily hodně názory na úroveň čs. lyžařů a lyžařek, především lyžařek. Někteří trenéři v čele s A. Husákem usoudili, že průběh ukázal stoupající úroveň výkonnosti československých lyžařů a lyžařek i přes to, že se to zatím v mezinárodních soutěžích neprojevuje; leťos jely např. všechny ženy nejtežší úsek »Václavák« horní stopou, kterou jezdily do

nedávna výhradně jen muži. Názory jiných trenérů byly méně optimistické.

Značná vyrovnanost mužů se nejvíce projevila právě v tomto závodě. Tři závodníci dosáhli stejného času (měřilo se elektricky i ručně) i přes to, že jejich letošní tréninkové možnosti byly různé. Jsou tedy tři mistři ČSR ve sjezdu. U žen potvrdila Merendová, že patří stále mezi nejobdivnější sjezdačky. Její vítězství o 3,3 vt. je pozoruhodné. Slibně byly mnohé výkony mladých lyžařů. — Ve sjezdu mužů, který byl také přeborem československé armády, jelo 120 startujících, v závodě žen 28.

Po sjezdu byli též známí nejlepší ve sjezdové trojkombinaci. Mistry se zasloužené stali Vlado Krajiňák a Milka Richvalská, juniorské přebornické tituly získali s velkou převahou Telgarský a Dousková. Pozoruhodnou vyrovnanost ukázala Rubešová, která ve všech závodech obsadila třetí místa a v trojkombinaci skončila druhá. (KM)

# ve sjezdových disciplínách

42,99 — 28. Maličků (MVP) 44,77 — 29. Gígalov (Br.) 53,25 — 30. Štrkolec (arm.) 56,75 — 31. Gola (O.) 69,18 — 32. Bárta (Pl.) 69,82 — 33. Novotný (L.) 75,19 — 34. Welnert (O.) 102,92.

## Obří slalom — ženy:

	min.
1. Richvalská (V. T.)	2:19,4
2. Švantnerová (Ž.)	2:23,8
3. Rubešová (H. K.)	2:23,9
4. Malá (MVP)	2:25,0
5. Charvátová (G.)	2:25,8
6.—7. Vanžurová (MVP)	2:25,9
6.—7. Mrklasová (L.)	2:25,9
8. Merendová (H. K.)	2:26,5
9. Slavičková (H. K.)	2:27,5
10. Hlavatá (MVP)	2:28,8
11. Dědinová (MVP) 2:29,3 — 12. Matková (MVP) 2:33,0 — 13. Morávková (Br.) 2:34,6 — 14. Valičková (Ú.) 2:37,8 — 15. Žebráková (H. K.) 2:42,0 — 16. Maléřová (G.) 2:42,9 — 17. Lubojacká (O.) 2:44,8 — 18. Krajiňáková (Kš.) 2:48,8 — 19. Algerová (L.) 2:54,9 — 20. Jugasová (G.) 2:56,6 — 21. Culhová (O.) 3:01,2 — 22. Kršková (Pl.) 3:12,8.	

## Slalom — ženy:

	vt.
1. Malá (MVP)	120,1
2. Richvalská (V. T.)	121,6
3. Rubešová (H. K.)	126,4
4. Švantnerová (Ž.)	126,7
5. Žebráková (H. K.)	130,5
6. Morávková (Br.)	131,3
7. Slavičková (H. K.)	134,3
8. Charvátová (G.)	137,9
9. Lubojacká V. (O.)	138,1
10. Hlavatá (MVP)	138,6
11. Zaccpáková (MVP) 140,3 — 12. Matková (MVP) 141,6 — 13. Dědinová (MVP) 144,1 — 14. Vanžurová (MVP) 149,5 — 15. Merendová (H. K.) 152,5 — 16. Maléřová (G.) 160,3 — 17. Jugasová (G.) 162,9 — 18. Algerová (L.) 165,9 — 19. Valičková (Ú.) 166,2 — 20. Culhová (O.) 188,3 — 21. Kváčová (Pa.) 192,3 — 22. Kršková (Pl.) 202,4.	

## Sjezd — ženy:

	min.
1. Merendová (H. K.)	1:38,4
2. Richvalská (V. T.)	1:41,6
3. Rubešová (H. K.)	1:44,8
4. Slavičková (H. K.)	1:46,2
5. Malá (MVP)	1:47,6
6. Švantnerová (Ž.)	1:47,8
7. Hlavatá (MVP)	1:49,1
8. Dědinová (MVP)	1:49,7
9. Valičková (Ú.)	1:50,0
10. Mrklasová (L.)	1:50,5
11. Vanžurová (MVP) 1:51,2 — 12. Morávková (B.) 1:53,6 — 13. Krajiňáková (Kš.) 2:03,0 — 14. Algerová (L.) 2:06,2 — 15. Matková (MVP) 2:06,4 — 16. Kršková (Pl.) 2:08,2 — 17. Lubojacká (O.) 2:19,8.	

## Sjezdový trojboj — ženy:

	body
1. Richvalská (V. T.)	3,78
2. Rubešová (H. K.)	11,99
3. Malá (MVP)	12,25
4. Švantnerová (Ž.)	14,96
5. Slavičková (H. K.)	19,46
6. Merendová (H. K.)	20,37
7. Hlavatá (MVP)	25,20
8. Dědinová (MVP)	28,82
9. Morávková (B.)	29,40
10. Vanžurová (MVP)	30,88
11. Valičková (Ú.) 45,34 — 12. Matková (MVP) 45,87 — 13. Lubojacká (O.) 64,14 — 14. Algerová (L.) 71,13 — 15. Kršková (Pl.) 102,20.	

## Obří slalom — juniorky:

1. Cermanová (H. K.) 2:26,1 min. — 2. Dousková (MVP) 2:27,1 — 3. Živcová J.

(KVP) 2:45,9 — 4. Živcová V. (KVP) 2:50,3 — 5. Kumbárová (G.) 2:50,8 — 6. Šafařová (Br.) 3:17,5.

## Slalom — juniorky:

1. Cermanová (H. K.) 133,4 vt. — 2. Dousková (MVP) 137,3 — 3. Živcová V. (KVP) 157,5 — 4. Kumbárová (G.) 163,2 — 5. Živcová J. (KVP) 176,8 — 6. Šafařová (Br.) 210,0.

## Sjezd — juniorky:

1. Dousková (MVP) 1:50,0 min. — 2. Živcová V. (KVP) 2:00,7 — 3. Cermanová (H. K.) 2:06,5 — 4. Živcová J. (KVP) 2:16,8 — 5. Kumbárová (G.) 2:20,7 — 6. Šafařová (Br.) 3:08,2.

## Sjezdový trojboj — juniorky:

1. Dousková (MVP) 2,35 bodu — 2. Cermanová (H. K.) 13,96 — 3. Živcová V. (KVP) 33,79 — 4. Živcová J. (KVP) 54,08 — 5. Kumbárová (G.) 54,11 — 6. Šafařová (Br.) 132,04.

## Obří slalom — junioři:

1. Uhlíř (G.) 1:46,5 min. — 2. Hajniš (H. K.) 1:55,2 — 3. Cociofán (Ž.) 1:58,8 — 4. Telgartský (D. L.) 1:58,9 — 5. Miškovič (B. B.) 2:02,0 — 6. Bužga (O.) 2:02,8, 7. Drápal (L.) 2:04,8 — 8. Mezera (MVP) 2:05,1 — 9. Hanuš (MVP) 2:05,9 — 10. Malimánek (arm.) 2:10,0 — 11. Závodný (O.) 2:14,4 — 12. Vltavský (MVB) 2:17,9 — 13. Vaverka (Ol.) 2:24,3 — 14. Hrnko (Ž.) 2:26,0 — 15. Šmíd (Pl.) 2:26,8 — 16. Wolf (L.) 2:47,0 — 17. Palacký (G.) 2:49,9 — 18. Martinec (Kš.) 2:51,0.

## Slalom — junioři:

1. Bužga (O.) 150,0 vt. — 2. Telgartský (Dukla L.) 155,6 vt. — 3. Hanuš (MVP) 165,2 — 4. Mravec (D. L.) 165,5 — 5. Cociofán (Ž.) 171,5 — 6. Mezera (MVP) 182,7 — 7. Malimánek (V2VO) 184,0 — 8. Novotný (VLPVOS) 184,8 — 9. Miškovič (B. B.) 187,4 — 10. Závodný (O.) 190,2.

## Sjezd — junioři:

1. Hajniš (H. K.) 1:51,7 min. — 2. Telgartský (D. L.) 1:52,3 — 3. Mravec 1:54,8 — 4. Drápal (D. L.) 1:56,1 — 5. Cociofán (Ž.) 1:57,7 — 6. Mezera (MVP) 1:58,5, 7. Bužga (O.) 1:59,0 — 8. Martinec (Kš.) 1:59,6 — 9. Miškovič (B. B.) 1:59,9 — 10. Uhlíř (G.) 2:01,8 — 11. Hanuš (MVP) 2:04,7 — 12. Vltavský (MVB) 2:19,7 — 13. Vaverka (Ol.) 1:10,5 — 14. Malimánek (arm.) 2:12,2 — 15. Závodný (O.) 2:12,9 — 16. Wolf (L.) 2:15,8 — 17. Palacký (G.) 2:29,5 — 18. Bambuch 2:29,5.

## Sjezdový trojboj — junioři:

1. Telgartský (D. L.) 6,77 bodu — 2. Bužga (O.) 14,19 — 3. Mravec (L.) 14,49 — 4. Cociofán (Ž.) 18,45 — 5. Hanuš (MVP) 27,49 — 6. Mezera (MVP) 28,01, 7. Miškovič (B. B.) 29,10 — 8. Malimánek (arm.) 44,61 — 9. Závodný (O.) 51,03.

## Obří slalom — dorostenci starší:

1. Šrubař (O.) 2:08,8 min. — 2. Škubal (L.) 2:11,6 — 3. Žampa (KVP) 2:15,8 — 4. Hlušíčka (H. K.) 2:14,2 — 5. Fiala (H. K.) 2:14,3 — 6. Blaho (N.) 2:14,6 — 7. Hromádka (MVP) 2:15,3 — 8. Mašek (L.) 2:17,6 — 9.—10. Sedláček (O.) 2:18,6 — 9.—10. Půr (H. K.) 2:18,6 — 11. Kraus (H. K.) 2:19,0 — 12. Hampl (Pl.) 2:21,1 — 13. Meduna (O.) 2:21,2 — 14. Mitro (K.) 2:21,4 — 15. Darula (Ž.) 2:21,5 — 16. Pacák (B.) 2:21,7 — 17. Hlavoň (B.) 2:22,0 — 18. Samohel (L.) 2:22,4 — 19. Surový (B. B.) 2:23,9 — 20.—21. Venerovský (K.) 2:25,2 — 20.—21. Voves (MVP) 2:25,2 — 22. Švec (MVB) 2:25,6 — 23. Červenka (L.) 2:27,8 — 24. Michelčík (N.) 2:28,3 — 25. Benáček (B.)

2:28,6 — 26. Koloušek (MVP) 2:28,7 — 27. Erben (L.) 2:28,8 — 28. Grigar (MVP) 2:29,2 — 29. Špalle (MVP) 2:30,5 — 30. Janík (G.) 2:30,9 — 31. Kořán (Pl.) 2:31,2 — 32. Seřl (Č. B.) 2:31,3 — 33. Jambrich (Ž.) 2:32,0 — 34. Longauer (B. B.) 2:32,1 — 35. Benko (MVB) 2:33,0 — 36. Šoška (Ž.) 2:33,4 — 37. Gibel (Prš.) 2:35,3 — 38. Motyka (G.) 2:38,7 — 39. Brosch (O.) 2:41,1 — 40. Lukáč (V. T.) 2:43,1 — 41. Sobotík (O.) 2:45,2 — 42. Procházka (KVP) 2:46,3 — 43. Šotkovský (K.) 2:51,3 — 44. Benko (KVB) 2:53,0 — 45. Janoušek (MVP) 3:02,2.

## Slalom — dorostenci starší:

1. Škubal (L.) 122,2 vt. — 2. Hlušíčka (H. K.) 125,2 — 3. Erben (L.) 133,1 — 4. Blaho (N.) 133,4 — 5. Meduna (O.) 135,7 — 6. Pacák (B.) 137,9 — 7. Půr (H. K.) 138,7 — 8. Červenka (L.) 139,4 — 9. Mitro (K.) 140,4 — 10. Venerovský (K.) 140,5 — 11. Žampa (KVP) 141,2 — 12. Samohel (L.) 141,6 — 13. Jambrich (Ž.) 142,4 — 14. Kraus (H. K.) 145,5 — 15. Mašek (L.) 146,4 — 16. Fiala (H. K.) 148,9 — 17. Lukáč (V. T.) 150,1 — 18. Švec (MVB) 150,3 — 19. Brosch (O.) 153,4 — 20. Hampl (Pl.) 154,3 — 21. Láska (G.) 154,6 — 22. Hromádka (MVP) 154,8 — 23. Šrubař (O.) 155,3 — 24. Motyka (G.) 156,2 — 25. Janík (G.) 156,3 — 26. Šoška (Ž.) 159,4 — 27. Michelčík (N.) 160,0 — 28. Špalle (MVP) 160,2 — 29. Sobotík (O.) 162,2 — 30. Sedláček (O.) 163,4 — 31. Gibel (Pr.) 165,2 — 32. Darula (Ž.) 169,5 — 33.—34. Benáček (B.) 171,9 — 33.—34. Šeřl L. (Č. B.) 171,9 — 35. Janoušek (MVP) 173,4 — 36. Grigar (MVP) 183,4 — 37. Koloušek (MVP) 187,4 — 38. Benko (MVB) 188,3 — 39. Voves (MVP) 192,3 — 40. Kalčík (Ol.) 193,3, 41. Mašek (K. V.) 207,2.

## Sjezd — dorostenci starší:

1. Blaho (Nitra) 1:56,3 — 2.—3. Mašek (L.) 1:56,5 — 2.—3. Koloušek (MVP) 1:56,5 — 4. Šoška (Ž.) 1:56,6 — 5. Škubal (L.) 1:56,7 — 6. Hlavoň (Br.) 1:57,0 — 7. Mitro (Kš.) 1:58,4 — 8. Jambrich (Ž.) 1:58,7 — 9. Erben (L.) 1:59,5 — 10. Šrubař (O.) 1:59,6 — 11. Fiala (H. K.) 2:01,2 — 12. Žampa (KVP) 2:01,4 — 13.—14. Hromádka (MVP) 2:01,6 — 13.—14. Hampl (Pl.) 2:01,6 — 15. Kraus (H. K.) 2:02,3 — 16. Pacák (Br.) 2:02,4 — 17. Láska (G.) 2:02,9 — 18.—19. Kalčík (Ol.) 2:03,1 — 18.—19. Červenka (L.) 2:03,1 — 20. Švec (MVB) 2:04,4 — 21.—22. Hlušíčka (H. K.) 2:05,1 — 21.—22. Darula (Ž.) 2:05,1 — 25. Půr (H. K.) 2:05,3 — 24.—25. Benáček (Br.) 2:06,2 — 24.—25. Procházka (KVP) 2:06,2 — 26. Meduna (O.) 2:06,3 — 27. Samohel (L.) 2:06,5 — 28. Motyka (G.) 2:07,8 — 29.—31. Venerovský (Kčš.) 2:09,3 — 29.—31. Surový (B. B.) 2:09,5 — 29. až 31. Špalle 2:09,5 — 32. Seřl (Č. B.) 2:10,1 — 33. Šotkovský (Koš.) 2:10,3 — 34. Michelčík (N.) 2:10,4 — 35. Grigar (MVP) 2:12,4 — 36. Longauer (B. B.) 2:12,5 — 37. Lukáč (V. T.) 2:13,7 — 38. Sedláček (O.) 2:16,6 — 39. Janoušek (MVP) 2:17,4 — 40. Janík (G.) 2:21,4 — 41. Benko (KVB) 2:25,0 — 42. Gibel (Prš.) 2:25,1 — 43. Brosch (O.) 2:29,1 — 44. Kořán (Pl.) 2:31,6 — 45. Benko (MVB) 2:31,7 — 46. Voves (MVP) 2:33,6 — 47. Šlajchrt (Ú.) 3:13,7.

## Sjezdový trojboj — dorostenci starší:

1. Škubal (L.) 2,15 bodu — 2. Blaho (N.) 9,17 — 3. Hlušíčka (H. K.) 12,28 — 4. Žampa (KVP) 16,68 — 5. Mašek (L.) 17,57 — 6. Mitro (Koš.) 18,60 — 7. Šrubař (O.) 18,78 — 8. Fiala (H. K.) 20,57 — 9. Erben (L.) 20,26 — 10. Pacák (Br.) 21,01 — 11. Půr (H. K.) 21,84 — 12. Kraus (H. K.) 22,87 — 13. Meduna (O.) 22,88 — 14. Hromádka (MVP) 24,42 — 15. Červenka (L.) 26,27 — 16. Samohel (L.) 26,67 — 17. Jambrich (Ž.) 26,77 — 18. Hampl (Pl.) 27,92 — 19. Venerovský (Koš.) 30,50 — 20. Švec (MVB) 31,22 — 21. Šoška (Ž.) 34,16 — 22. Darula (Ž.) 38,43 — 23. Michelčík (N.) 42,66 — 24. Sedláček (O.) 43,23 — 25. Špalle (MVP) 43,25 — 26. Koloušek (MVP) 44,57 — 27. Benáček

(Br.) 45,18 — 28. Motyka (G.) 45,38 — 29. Šeří (Č. B.) 50,07 — 30. Lukáč (V. T.) 50,18 — 31. Janík (G.) 51,74 — 32. Grigar (MVP) 56,21 — 33. Gibel (Prš.) 61,96 — 34. Brosch (O.) 63,32 — 35. Voves (MVP) 75,66 — 36. Janoušek (MVP) 76,90 — 37. Benko (MVB) 77,17.

#### Obří slalom — dorostenci mladší:

1. Šrubař (O.) 2:15,3 min. — 2. Tomáš (B. B.) 2:18,2 — 3. Valigura (G.) 2:18,9 — 4. Mlýnek (G.) 2:19,4 — 5. Fuku (H. K.) 2:20,5 — 6. Herman (MVB) 2:23,1 — 7.—8. Janda (L.) 2:23,5 — 7.—8. Uher (MVB) 2:23,5 — 9. Horešovský (G.) 2:25,2 — 10. Novotný (Z.) 2:25,3 — 11. Veselý (H. K.) 2:26,0 — 12. Vondrus (H. K.) 2:26,7 — 13. Švec (MVP) 2:27,8 — 14. Mutl (U.) 2:29,2 — 15. Lukeš (Ú.) 2:32,0 — 16. Bitner (H. K.) 2:32,2 — 17. Navrátil (O.) 2:32,3 — 18. Polka (B.) 2:32,6 — 19. Vávra (Pl.) 2:33,6 — 20. Hank (H. K.) 2:34,9 — 21. Majer (Prš.) 2:35,2 — 22. Šmera (Ol.) 2:35,8 — 23. Hnátek (Č. B.) 2:36,7 — 24. Pletnický (O.) 2:38,3 — 25. Králík (B. B.) 2:38,7 — 26. Klempa (B.) 2:39,0 — 27. Izák (B. B.) 2:39,1 — 28. Šírek (L.) 2:41,1 — 29. Preisler (L.) 2:41,2 — 30. Sušil (G.) 2:41,7 — 31. Jarouš (MVP) 2:42,1 — 32. Kunststadt (K.) 2:42,4 — 33. Petřík (H. K.) 2:43,4 — 34. Jiřík (MVP) 2:45,5 — 35. Vašíček (O.) 2:47,6 — 36. Mládek (H. K.) 2:48,5 — 37.—38. Ferus (Pl.) 2:49,0 — 37. až 38. Bohinský (Prš.) 2:49,0 — 39. Antol (V. T.) 2:49,4 — 40. Friedrich (L.) 2:49,8 — 41. Tischler (MVP) 2:51,3 — 42.—43. Kapolka 2:51,5 — 42.—43. Čermák (L.) 2:51,5 — 44. Mistrík (Z.) 2:51,8 — 45. Marterer (B.) 3:03,0 — 46. Krivda (KVB) 3:03,6 — 47. Pitterlík (MVP) 3:10,9 — 48. Hlavoň (Br.) 3:14,4.

#### Slalom — dorostenci mladší:

1. Šrubař (O.) 1:15,0 vt. — 2. Valigura (G.) 1:21,8 — 3.—4. Mlýnek (G.) 1:21,9 — 3.—4. Vondrus (H. K.) 1:21,9 — 5. Králík (B. B.) 1:22,4 — 6. Navrátil (O.) 1:29,0 — 7. Pletnický (O.) 1:30,7 — 8. Čermák (L.) 1:30,8 — 9. Novotný (Z.) 1:31,5 — 10. Švec (MVP) 1:32,1 — 11. Bitner (H. K.) 1:32,5 — 12. Šírek (L.) 1:34,1 — 15. Tischler (MVP) 1:36,4 — 14. Klempa (B.) 1:37,0 — 15. Hnátek (Č. B.) 1:37,9 — 16.—17. Kapolka (K.) 1:38,6 — 16.—17. Veselý (H. K.) 1:38,6 — 18. Uher (MVB) 1:39,0 — 19. Preisler (L.) 1:39,2 — 20. Mutl (U.) 1:41,5 — 21. Horešovský (G.) 1:47,1 — 22. Janda (L.) 1:47,8 — 23. Izák (B. B.) 1:48,5 — 24. Ferus (Pl.) 1:59,9 — 25. Hlavoň (B.) 1:51,2 — 26. Jiřík (MVP) 1:51,4 — 27. Kunststadt (K.) 1:51,8 — 28. Sušil (G.) 1:52,0 — 29. Mládek (H. K.) 1:53,0 — 30. Friedrich (L.) 1:55,6 — 31. Bohinský (Prš.) 1:55,9 — 32. Vašíček (O.) 1:59,6 — 33. Majer (Prš.) 1:64,4 — 34. Krivda (MVB) 1:66,6 — 35. Petřík (H. K.) 1:67,2 — 36. Šmerda (O.) 1:67,4 — 37. Antol (V. T.) 1:70,0 — 38. Jarouš (MVP) 1:79,7 — 39. Marterer (B.) 1:83,9 — 40. Hank (H. K.) 1:84,8 — 41. Oehl (K. V.) 2:06,7.

#### Sjezd — dorostenci mladší:

1. Novotný (Z.) 2:04,3 min. — 2.—3. Herman (MVB) 2:06,2 — 2.—3. Horešovský (G.) 2:06,2 — 4. Kunststadt (Kš.) 2:06,4 — 5. Janda (L.) 2:06,6 — 6. Uher (MVB) 2:07,3 — 7. Antol (V. T.) 2:08,7 — 8. Tomáš (B. B.) 2:09,1 — 9.—10. Preisler (L.) 2:10,0 — 9.—10. Šrubař (O.) 2:10,0 — 11. Mutl (Ú.) 2:11,5 — 12. Sušil (G.) 2:13,1 — 13. Šírek (L.) 2:14,8 — 14. Mlýnek (G.) 2:15,0 — 15. Hnátek (Č. B.) 2:15,3 — 16. Vondrus (H. K.) 2:15,4 — 17. Čermák (L.) 2:16,0 — 18. Kapolka (Kš.) 2:16,5 — 19. Jiřík (MVP) 2:18,3 — 20. Majer (Prš.) 2:18,4 — 21. Švec (MVP) 2:18,8 — 22. Jarouš (MVP) 2:19,6 — 23. Mistrík (Z.) 2:19,8 — 24. Mládek (H. K.) 2:20,5 — 25. Pletnický (O.) 2:21,0 — 26. Hank (H. K.) 2:21,3 — 27. Bitner (H. K.) 2:21,5 — 28. Izák (B. B.) 2:24,1 — 29. Hlavoň (Br.) 2:24,7 — 30. Bohinský (Prš.) 2:25,5 — 31.—32. Valigura (G.) 2:28,7 — 31.—32. Marterer (Br.) 2:28,7 — 33. Veselý (H. K.) 2:29,1 — 34. Putterlík (MVP) 2:29,3 — 35. Navrátil (O.) 2:31,5 — 36. Tischler

(MVP) 2:32,1 — 37. Lukeš (Ú.) 2:33,2 — 38. Šmerda (O.) 2:33,8 — 39. Klempa (Br.) 2:36,4 — 40. Petřík (H. K.) 2:40,9 — 41. Krivda (KVB) 2:45,0 — 42. Vávra (Pl.) 2:46,4 — 43. Friedrich (L.) 3:03,4 — 44. Králík (B. B.) 5:33,5.

#### Sjezdový trojboj — dorostenci mladší:

1. Šrubař (O.) 4,54 bodu — 2. Mlýnek (G.) 14,29 — 3. Novotný (Z.) 14,80 — 4. Vondrus (H. K.) 19,18 — 5. Uher (MVB) 19,71 — 6. Janda (L.) 23,72 — 7. Horešovský (G.) 24,25 — 8. Valigura (G.) 24,36 — 9. Švec (MVP) 27,72 — 10. Mutl (U.) 27,89 — 11. Bitner (H. K.) 32,74 — 12. Preisler (L.) 33,10 — 13. Hnátek (Č. B.) 33,64 — 14. Šírek (L.) 34,07 — 15. Pletnický (O.) 35,26 — 16. Kunststadt (Kš.) 37,62 — 17. Veselý (H. K.) 37,81 — 18. Navrátil (O.) 38,62 — 19. Čermák (L.) 39,78 — 20. Sušil (G.) 42,40 — 21. Kapolka (Kš.) 44,19 — 22. Izák (B. B.) 47,34 — 23. Jiřík (MVP) 48,44 — 24. Majer (Prš.) 48,78 — 25. Klempa (Br.) 50,69 — 26. Mládek (H. K.) 52,82 — 27. Antol (V. T.) 53,18 — 28. Tischler (MVP) 54,82 — 29. Bohinský (Prš.) 58,44 — 30. Hank (H. K.) 61,34 — 31. Jarouš (MVP) 61,92 — 32. Šmerda (O.) 62,43 — 33. Hlavoň (Br.) 71,30 — 34. Petřík (H. K.) 72,49 — 35. Marterer (Br.) 84,13 — 36. Friedrich (L.) 87,67 — 37. Krivda (KVB) 87,97 — 38. Králík (B. B.) 177,89.

#### Obří slalom — dorostenky starší:

1. Slavíčková (H. K.) 1:59,2 min. — 2. Novotná (MVP) 2:06,0 — 3. Bruková (V. T.) 2:10,5 — 4. Rybářová (H. K.) 2:17,5 — 5. Hochmanová (MVP) 2:21,3 — 6. Chrostková (O.) 2:29,1 — 7. Tomášková (Pl.) 2:37,6 — 8. Zemanová (B.) 2:38,7 — 9. Kahmanová (N.) 2:39,3 — 10. Sigotská (B. B.) 2:44,7 — 11. Bartošová (O.) 3:21,5.

#### Slalom — dorostenky starší:

1. Slavíčková (H. K.) 1:21,5 vt. — 2. Novotná (MVP) 1:23,7 — 3. Bruková (V. T.) 1:31,2 — 4. Zemanová (B.) 1:41,5 — 5. Kahmanová (N.) 1:43,3 — 6. Bartošová (O.) 1:63,5 — 7. Chrostková (O.) 1:64,5 — 8. Hochmanová (MVP) 1:66,2 — 9. Sigotská (B. B.) 1:82,9 — 10. Tomášková (Pl.) 2:03,9.

#### Sjezd — dorostenky starší:

1. Slavíčková (H. K.) 1:30,7 min. — 2. Novotná (MVP) 1:52,1 — 3. Rybářová (H. K.) 1:58,8 — 4. Hochmanová (MVP) 1:42,1 — 5. Bruková (V. T.) 2:00,1 — 6. Tomášková (Pl.) 2:08,0 — 7. Sigotská (B. B.) 2:08,9 — 8. Zemanová (Br.) 2:10,2 — 9. Chrostková (O.) 2:11,7 — 10. Kahmanová (N.) 2:19,9 — 11. Bartošová (O.) 2:21,4.

#### Sjezdový trojboj — dorostenky starší:

1. Slavíčková (H. K.) 0 bodů — 2. Novotná (MVP) 7,42 bodu — 3. Bruková (V. T.) 44,25 — 4. Hochmanová (MVP) 50,22 — 5. Zemanová (Br.) 80,27 — 6. Chrostková (O.) 86,51 — 7. Bartošová (O.) 90,95 — 8. Kahmanová (N.) 92,28 — 9. Sigotská (B. B.) 103,85 — 10. Tomášková (Pl.) 108,32.

#### Obří slalom — dorostenky mladší:

1. Hejčmanová (H. K.) 1:22,4 — 2. Bambasová (Ú.) 1:22,5 — 3. Novotná (KVP) 1:27,5 — 4. Žampová (KVP) 1:30,9 — 5. Kučerová (KVP) 1:31,2 — 6. Livorová (Br.) 1:35,9 — 7. Bačová (H. K.) 1:36,6 — 8. Volfová (L.) 1:38,7 — 9. Fajkusová (G.) 1:44,5 — 10. Adamcová (O.) 1:44,9 — 11. Fiedlerová (L.) 1:47,5 — 12. Trnková (O.) 1:47,6 — 13. Bartovská (Pl.) 1:51,5 — 14. Gintrová (B.) 1:55,6 — 15. Středová (MVP) 1:59,3 — 16. Langmajerová (Pl.) 2:04,2 — 17. Baranová (KVP) 2:10,7.

#### Slalom — dorostenky mladší:

1. Hejčmanová (H. K.) 1:29,2 vt. — 2. Novotná (KVP) 1:35,4 — 3. Kučerová (KVP) 1:35,8 — 4. Bačová (H. K.) 1:39,9 — 5. Bambasová (Ú.) 1:47,3 — 6. Mahrová (MVP) 1:49,0 — 7. Fiedlerová (L.) 1:49,6 — 8. Fajkusová (G.) 1:54,5 — 9. Livorová (Br.) 1:56,0 — 10. Baranová (KVP) 1:56,2 — 11. Adamcová (O.) 1:57,0 — 12. Žampová (KVP) 1:59,4 — 13.

Volfová (L.) 1:62,1 — 14. Trnková (O.) 1:70,4 — 15. Středová (MVP) 1:73,5 — 16. Nová (Pl.) 1:77,7 — 17. Bartovská (Pl.) 1:79,8 — 18. Langmajerová (Pl.) 1:97,9.

#### Sjezd — dorostenky mladší:

1. Hejčmanová (H. K.) 1:33,3 min. — 2. Kučerová (KVP) 1:45,8 min. — 3. Mahrová (MVP) 1:45,9 — 4. Volfová (L.) 1:55,5 — 5. Livorová (MVB) 1:56,1 — 6. Novotná (KVP) 1:58,0 — 7. Bavorová (KVP) 1:59,4 — 8. Bambasová (Ú.) 2:01,1 — 9. Žampová (KVP) 2:03,2 — 10. Adamcová (O.) 2:03,5 — 11. Fiedlerová (L.) 2:03,8 — 12. Nová (Pl.) 2:10,7 — 13. Bartovská (Pl.) 2:15,4 — 14. Středová (MVP) 2:22,9 — 15. Fajkusová (G.) 2:23,2 — 16. Trnková (O.) 2:24,7 — 17. Bačová (H. K.) 2:42,7 — 18. Gintrová (Br.) 4:13,5.

#### Sjezdový trojboj — dorostenky mladší:

1. Hejčmanová (H. K.) 0 bodů — 2. Kučerová (KVP) 22,59 bodu — 3. Novotná (KVP) 32,42 — 4. Bambasová (Ú.) 34,67 — 5. Livorová (MVB) 47,23 — 6. Žampová (KVP) 50,95 — 7. Volfová (L.) 52,34 — 8. Fiedlerová (L.) 63,76 — 9. Adamcová (O.) 64,28 — 10. Fajkusová (G.) 82,61 — 11. Baranová (KVP) 84,47 — 12. Bačová (H. K.) 87,50 — 13. Bartovská (Pl.) 93,68 — 14. Trnková (O.) 94,73 — 15. Středová (MVP) 106,23.

#### Odložené závody v klasických disciplínách Běh mužů na 30 km:

hod.	hod.
1. Cardal (H. K.)	1:56:15,2
2. Teplý (Par.)	1:56:19,0
3. Čillik (B. B.)	1:56:20,0
4. Prokeš (MVP)	1:57:14,2
5. Jeřábek (arm.)	2:02:05,7
6. Novotný (L.)	2:02:57,7
7. Thomas (arm.)	2:03:00,0
8. Balatka (arm.)	2:03:31,3
9. Zák (arm.)	2:04:53,2
10. Blažiček (J.)	2:05:00,8
11. Gabriel (J.)	2:05:36,7
12. Peší (Pl.)	2:06:12,8
13. Buchar (MVP)	2:06:13,2
14. Okuliar (L.)	2:06:34,4
15. Potměšil (arm.)	2:06:43,1
16. Holubec (arm.)	2:08:13,2
17. Baluc (arm.)	2:08:21,4
18. Junek (B.)	2:08:49,7
19. Pospíchal (L.)	2:08:56,3
20. Kuželka (arm.)	2:09:14,5
21. Stránský (Par.)	2:09:37,1
22. Hašek (B.)	2:10:09,6
23. Vojtěšek (arm.)	2:12:35,2
24. Sabaka (Žil.)	2:13:19,8
25. Kulík (Par.)	2:13:31,4
26. Hrnčíř (B. B.)	2:13:37,7
27. Tryzna (B. B.)	2:14:36,4
28. Šir (L.)	2:15:31,4
29. Jurečka (KVP)	2:15:53,8
30. Heč (MPV)	2:16:22,2
31. Kožený (Pl.)	2:16:25,3
32. Král (arm.)	2:17:11,9
33. Blažek (L.)	2:17:21,0
34. Batěk (MVP)	2:17:43,3
35. Hájek (L.)	2:18:29,7
36. Vavříň (MVP)	2:18:39,9
37. Honců (MVP)	2:19:23,5
38. Skuhrovec (MVP)	2:19:37,8
39. Vališ (J.)	2:20:30,9
40. Rón (L.)	2:21:17,2
41. Padocký (L.)	2:21:59,7
42. Nesvadba (Pl.)	2:23:00,0
43. Syrovadský (KVP)	2:24:01,8
44. Nespěchal (HK)	2:29:43,7
45. Mühlberger (HK)	2:31:20,8
46. Valkoun (MVP)	2:37:50,9
47. Podolník (MVP)	3:12:44,8

#### Běh žen na 10 km:

min.	min.
1. Patočková (L.)	43:17,1
2. Benešová (L.)	43:37,4
3. Krasilová (MVP)	44:26,2
4. Fialová (J.)	45:01,8
5. Srnková (B.)	45:33,6
6. Lauermannová (MVP)	45:59,5
7. Kamlerová (Ol.)	46:05,4
8. Jeřábková (MVP)	47:19,4
9. Fajstauerová (H. K.)	47:37,0
10. Lásková (MVP)	48:33,8
11. Mečířová (MVP)	48:34,8
12. Ottová (H. K.)	48:46,8
13. Průchová (L.)	48:48,0
14. Dušková (Ú.)	49:38,0
15. Jebavá (L.)	49:47,5
16. Střížová (MVP)	49:51,5
17. Hlaváčová (B.)	50:00,0
18. A. Stehlíková (J.)	50:55,9
19. N. Stehlíková (J.)	51:51,4



# Mládež ve Špindlerově Mlýně

## prekvapila



A. Slavičková patří k našim nejnadanějším mladým sjezdačkám, což také dokázala na sjezdových přeborech ve Špindlerově Mlýně.

JAROSLAV PITTL

Přebory ve sjezdových disciplínách mládeže musely být, stejně tak jako mistrovství dospělých, přeloženy ze Slovenska do Špindlerova Mlýna. Jestliže pro závody dospělých jsou tratě ve Špindlerově Mlýně nevyhovující, pak je nutno říci, že pro mládež byly opravdu dobré a dobře připraveny. I termín v prvním březnovém týdnu byl celkem vhodně volen a všichni startující měli dostatečnou možnost předchozí přípravy.

Ovšem tři dny pro uspořádání dorosteneckých přeborů je málo. Vždyť ve zhuštěném programu čeká každého závodníka každý den jeden závod, a to je pro nervový systém mládeže rozhodně nezdavé zatížení. Kromě toho znemožňuje řádnou přípravu a trénink na tratích, takže pak výkon vede k určité rezervovanosti nebo při bujnějším temperamentu některých závodníků k přecenění sil a nebezpečí úrazu. Je jasné, že letošní přebor byl jen provisorium, a nelze se domnívat, že by se z výjimek dalo učinit pravidlo.

### PŘETÍŽENÍ ROZHODČÍCH

Organisačně technické zajištění přeborů představovalo vzhledem k nahuštěnému programu pro celý štáb vysoké vypětí. Je prakticky nemožné zaručit hladký průběh osmi kol slalomu pro čtyři kategorie závodníků v jednom dni. Je těžké zaručit přesnou práci startérů, rozhodčích i časoměřičů, jestliže musí pracovat od osmi ráno do pěti do večera, aby potom dále do osmi byli ještě na pracovních schůzích. Přesto však je možno všem za obětavou práci vzdát dík.

### HODNĚ DOROSTENCŮ — MÁLO DOROSTENEK

Účast v jednotlivých kategoriích byla hodně rozdílná. U obou kategorií dorostenců byla uspokojivá (asi po padesáti závodnících), u dorostenek, zejména starších, byla povážlivě malá (11). Z tohoto faktu pak vyplývají dva závěry:

Výběr pro reprezentaci u žen se bude muset ještě několik příštích let omezit na vyhledávání a péči o dnes se již jasně rýsuující jedince. Nedá se totiž předpokládat výkonnostní růst v celé šíři naší závodnické špičky, či uměrný v celém poli závodnic. Máme příliš malý počet dobrých jedinců a nedá se tedy postupovat jako při výběru z masové základny.

Budeme se muset mnohem více věnovat náboru dívek a zvýšit péči o dosavadní závodnice v krajích.

### JE TO V POŘÁDKU S TRENÉRY?

Ukázalo se, že není možné, aby vedoucí závodníků z kraje byl současně i trenérem. Vždyť oba mají úplně jiné povinnosti. Tak se

často závodníci pohybovali při tréninku na svazích sami a bylo málokdy vidět, že by do jejich přípravy zasáhl trenér.

Druhou a stejně vážnou otázkou zůstává technická vyspělost trenérů. Jejich svědčení je z velké většiny vysoko převyšoval v technické vyspělosti. To je pochopitelné a nebylo by to na závidu, kdyby trenéři zase naopak převyšovali své svědčení v teoretické a závodnické vyspělosti a ve zkušenostech. Bohužel, ve většině případů tomu tak nebylo. Trenéři na úrovni svých závodníků prostě nestačili a ponechali je tedy raději »vlastnímu rozumu«.

Bude tedy pro příště nutné, aby kraje vysílaly především na soutěže mládeže své nejvyspělejší trenéry; získat pro trenérskou práci starší zkušené závodníky, ale musí to být zase takoví, kteří neztratili kontakt s rychlým vývojem sjezdových disciplín.

### K VLASTNÍM ZÁVODŮM

Letošní sjezdové přebory mládeže přinesly několik velmi zajímavých poznatků.

Rychlý vývoj sjezdových disciplín ve světovém měřítku klade na závodníky stále vyšší úkoly, které mohou zvládnout jen ti, kteří začali s úzkou specialisací již v ranném mládí, a již v mladých letech se naučili zvládnout úkoly stejně obtížné jako dospělí. Sjezdařina, v níž hraje velkou roli mladistvá odvaha a akrobatická mrštnost, rychlost tolik vlastní mladým lidem, kde hrubá síla ustupuje do pozadí, je předurčena k tomu, aby mladí závodníci se třibili v soutěžích, kde vítězství není možno dosáhnout jen laciným svezčením se po svahu, ale pouze vysokým výkonem.

Stav sjezdových tratí ve Špindlerově Mlýně vyhovoval zcela (snad pro starší dorost mohly být náročnější) všem závodnickým zvyklostem pro mládež. Prekvapila vysoká technická vyspělost celého širokého pole závodníků a jejich dobrá fyzická kondice. Z těchto podmínek vznikla i koncepce stejných tratí pro dorostence mladší i starší. U dívek, vzhledem k velkým výkonnostním rozdílům, nemohla být stejná zásada uplatněna. Slalom si pochopitelně vzhledem k velkému počtu startujících chlapců vyžádal v obou kategoriích samostatné tratě.

Společnými tratěmi pro obě slalom a sjezd u dorostenců a slalom a sjezd u dorostenek vzniká zajímavá možnost srovnání výkonnosti mladších dorostenců a dorostenek se staršími, což pro budoucí práci značně usnadní výběr kádrů.

A nyní již několik slov k vlastním závodům:

### OBŘÍ SLALOM

**Dorostenci:** Potěšitelná byla technická vyspělost obou kategorií. Závodníci si všichni, až na malé výjimky, osvojují používání nové sjezdové techniky a někteří z nich ji již velmi dobře ovládají. Mladší dorostenci obstáli v soutěži se staršími velmi čestně a v průměru se projevil v první třetině svých výsledků jako velmi zdatní soupeři starších. Trať všichni plně zvládli s výjimkou závodníků Karlových Var, z čehož byl učiněn závěr, aby tyto chlapce, kteří nakonec ani nepředstavovali kvalifikované reprezentanty kraje, jejich vedoucí na sjezd nepřihlašoval, aby nebyla ohrožena regularnost závodu a hoši nebyli zbytečně vystavováni nebezpečí úrazu.

**Dorostenky:** Mladší dorostenky měly trať, která odpovídala jak jejich výkonnosti, tak představě ideální tratě pro tuto kategorii v našich poměrech. Mezi špičkou a zadním polem závodnic je velká mezera, kterou je nutno intenzivnější přípravou překlenout. Vítězka závodu dorostenek mladších je z hlediska technické vyspělosti a nadání vcelku výjimečným zjevem a příslibem do budoucna. Starší dorostenky měly trať, která vzhledem k tomu, že z nezbytných organizačních důvodů jely až na konec, byla pro tvrdý povrch a vyježděnost pro ně příliš obtížná a plně ji nezvládly. V malém počtu startujících nápadně vynikl rozdíl výkonnosti úzké špičky od ostatních.

### SLALOM

**Dorostenci:** Potvrdil u obou kategorií velmi dobrou technickou vyspělost. V celkovém průměru celého pole závodníků je technická úroveň (ne tak již závodní) mnohem vyrovnanější než při mistrovství mužů. Vesměs aplikována nová sjezdová technika. Příkladná bojovnost.

**Dorostenky:** Právý opak. Novou techniku ovládají pouze tři závodnice a ostatní jen nedokonale nebo vůbec ne. Markantní rozdíl výkonnosti první a poslední závodnice. Velké pole působnosti pro metodiku švihů a pilování techniky.

### SJEZD

**Dorostenci:** Mladší i starší jeli opět stejnou trať. Perfektně ji zvládli a nebylo ani jediného závodníka, který by nebyl jel »horní« stopu. První třetina chlapců snese a zvládne všechny naše sjezdové tratě mužů včetně lomnické a ve Vrátné.

**Dorostenky:** Čtyři závodnice jely s přehledem »horní« stopu, a to velmi »zdravě«. Ty za nimi by byly bývaly raději, kdyby to tolik nejelo, a ten zbytek nasazoval všechny brzdy včetně zadní, aby to opravdu nejelo. Velmi nevyrovnaný průměr.

### CELKOVÉ HODNOCENÍ

**Morální vyspělost:** U chlapců i dívek velmi dobrá a potěšitelná pro budoucnost. U většiny viditelně vynikala bojovnost, vůle po vítězství a odvaha.



Břetislav Šrubař zvítězil v kategorii starších dorostenců.

**Fysická zdatnost:** Přestože se tratě jely v plyných délkách, tak jako na mistrovství mužů, nebylo možno zaznamenat případy vyčerpanosti nebo dokonce zhroutení. Fysická připravenost závodníků byla dobrá, závodnic však méně. Znatelně však přispěla k úspě

slí především v celém širokém průměru poměrně vysoká technika závodníků.

**Technická vyspělost:** Nápadná jednotnost pojetí nové techniky jízdy, tedy lepší stav než na mistrovství mužů, kde se »kmetič« sice dovedou nové technice přizpůsobit na louce či při volné jízdě, ale v závodě zase sáhnou k »svěmu starému«. Převládá lehké vedení lyží typickou úzkou stopou. Pro některé chlapce jest široká stopa něce, ne dokáží udělat ani při zručném zaklísání ve sjezdu

**Negativní zjev:** Objevuje se tendence u některých »fintilů«, že se zbytečně mnoho věnují vnějším okázalostem stylu (úmyslné nepoužívání slovo technika), jako že »hrabou«, jakoby nervosně jednou hůlkou při slalomu, ačkoliv jejich jízda zdaleka není »pinokrevná« a postrádá potřebného důrazu a dravosti. Většinou jsou to takoví jezdci, kteří jezdí »pod poměry« a jejichž technická vyspělost by dovoila mnohem bojovnější a rychlejší jízdu. Tito potřebují »spouštět« s takového kopce, až by se pro samou práci s rychlostí naučili, co je z techniky nutné. Trénink rychlosti je prvek, který potřebují podporovat všichni, a to nejen se učít rychlost zvládnout, ale také jí dosahovat. I ti nejlepší jedou nejrychlejší stopou, nebojí se technicky trať zvládnout, ale neumějí rychlost zvyšovat a neumějí šetřit vteřinami, natož desetinkami.

## ZÁVĚR

Letošní přebory předvedly, hlavně u chlapců, vysokou úroveň sjezdářské masové základny, která zavazuje k využití na mezinárodním fóru. Správně vedenou intenzivní přípravou s perspektivním, dlouhodobým programem zaručuje mládež výsledek. Zbývá otázka, kde a kdo jí naučí tomu vrcholu sjezdářského umění, když to nikdo sám neumí a ani na těch deset až patnáct vteřin rozdílu mezi »zlatou« a naším prvním ještě nepřišel. Tito mladí závodníci projevili takový pozorovací talent a schopnost naučit se »kokoukáním«, že jim musíme umožnit, aby mohli »kokoukat« a osvojit si to právě od nejlepších světových špiček. Během tří až čtyř let se mohou dostavit výsledky, dříve však ne. Hennrich, Bogdalek a Čermák, sedmý, dvanáctý a třináctý ve světovém měřítku, vyšli z podstatně užší základny, než jakou představuje dnešní dorost, a hlavně ze základny po všech stránkách zaostalejší. Dnešní dorostenecká základna zaručuje, věnujeme-li se jí tak, jak je zapotřebí, že výsledky musí být lepší než našich tří nejlepších jedinců.

## Zprávy z oddílů a sekcí

### VOJÁCI V DUKLE NEDĚLAJÍ LIBERECKU HANBU

#### Junioři nejlepším družstvem

Ještě před rokem, když ses náhodou zeptal lyžařů z Dukly Liberec na jejich podmínky k tréninku, dostal jsi šalamounskou odpověď. Pokrčení ramen bylo výmluvné. Bylo, ale už není. Jen se dnes setkejte s lyžaři Dukly, mluvíte s nimi a uslyšíte samou chválu. Tréninkové podmínky jsou vytvořeny a při tom, což je nejdůležitější, nepřišel zkrátka ani speciální vojenský výcvik. Neopak.

Větší část členů Dukly tvoří noví vojáci, kteří narukovali loňského roku na podzim. Výcvik byl perný, nechyběla ani pochodová cvičení, střelba, pořadová příprava a často jsi mohl vidět třebas junióra Farského s hadrem v ruce na rajónech, stejně tak další »nováčky«, jakož i staré »mazáky« v čele s desátníkem Fenclem. I když byl výcvik sebe-namáhavý, staral se trenér Dukly důstojník Míla Weber i o speciální přípravu. Byly to kondiční tréninkové běhy, posilovací cvičení, chlapci chodili i do tělocvičny. Ale hlavně čekali na nejdůležitější lyžařský »artikel« — totiž na snh.

Ať si kdo chce říká, snh je snh a ten se jen těžko dá nahradit. Ale když se nebe stá ne-

chtělo umoudřit, tak nezbylo nic jiného, než běhat v lesích a na stránkách s hůlkami v ruce, štipat pařezy, upravovat sjezdovku v Harrachově — a jak ukázal dcevadní průběh lyžařské závodní sezóny, i to pomohlo.

Když už se jednou odstěhovali lyžeři z Dukly na hory, pak bylo hej. Našel se jak čas na trénink, tak i na plnění vojenských povinností, a je to především zásluhou Míly Webera, že »duklačci« z Liberce patří dnes mezi naše nejspěšnější armádní sportovce po všech směrech. Jsou nejen dobrými závodníky, ale i dobrými vojáky. Vždyť několik vojáků bylo přímo v rozkaze velitele pochváleno za vzorné plnění vojenských povinností, noví vojáci byli dokonce nejlepší v ostrých střelbách a to jsou snad nejvýmluvnější doklady o tom, že nejenom sportem živ je voják v Dukle Liberec.

Ale podívejme se na samotnou sportovní stránku a na tajemství úspěchů, zejména juniorů. I na to je lehká odpověď. Chlapci mají lyžařinu rádi, věnují se cele tréninku a co hlavně, poslouchají svého trenéra, který zanechal aktivní závodní činnosti a »vyživá« se v úspěších svých svě-

řenců. Lyžaři Dukly trénují většinou dvoufázově, to znamená brzy ráno a odpoledne, a jejich dávky jsou opravdu značně vysoké. Až do nedávna byl soudruh Weber na vše sám a nejvíce starostí mu stále působí otázka trenéra pro sjezdaře. Až dosud musí tuto funkci vykonávat Šoltýs, který je sám aktivním závodníkem, a to z pochopitelné není nejlepší. Sjezdaři navíc ještě letos neměli možnost zasáhnout do významnějších bojů, protože větší na závodu, kterých se měli zúčastnit, byla pro nepříznivé povětrnostní podmínky odřeknuta. A tak je můžete denně vidět na sjezdovkách ve Spindlerově Mlýně, kterou by snad mohli jet již po slepu a přece bez pádu. Ovšem to nestačí...

Již jsme se zmínili, že nejlepším družstvem liberecké Dukly jsou junioři. Zejména potěšitelný je vzestup výkonu v běhu u sdruženáře a skokana-specialisty Farského. S jeho vítězstvím v běhu na 10 km na přeborech ČSR nikdo nepočítal. Ovšem nečekané se stalo skutkem a protože Farský vyhrál i závod sdružený a skok prostý, patřil mezi nejspěšnější závodníky letošních lyžařských přeborů ČSR.

Ale i ostatní junioři nezůstávají v níčem pozadu a ve většině závodů, kde jsme je viděli na startu, získávali první místa, v Harrachově při kvalifikačním závodě dokonce obsadili prvních pět míst.

Nejmenším kolektivem, vlastně se o kolektiv nedá ani hovořit, je tak zvané družstvo skokanů. Až dosud ho totiž tvoří jediný závodník — Vašut. Pravda, trénuje se sdruženáři v čele s Martiňákem, ale ti přece jen mají více zájmů a více povinností, a tak často je na tréninku Vašut osamocen. Že mu to zatím neškodí, to potvrzují jeho dosažité výkony. Kdyby ovšem měl v Dukle alespoň trochu rovnoběžného partnera skokana-specialistu, nejenže by se lépe trénovalo, ale jeden druhému by mohli také radit, opravovat si styl a vůbec — bylo by to veselější.

Takové jsou tedy světla a stíny liberecké Dukly, která si vzala k srdci, že žije v kraji s bohatou lyžařskou tradicí. Těch »světel« je víc než dost. Navíc chlapcům nechybí ani chuť, ani bojovnost a houževnatost, a to jsou vlastnosti, které právě lyžaři potřebují. A protože byly u jednotky, kde Dukla působí, položeny dobré základy pro speciální přípravu, dá se očekávat, že v příští sezóně to budou nejen junioři, kteří budou nejspěšnějším kolektivem, ale že i ostatním vojákům-lyžařům Dukly Liberec se bude hodně dařit, a k tomu, pro jejich svědomitost, jim přejeme hodně zdaru a úspěchů.

MIROSLAV FIŠERA

## Sníh ve městě — mladí hrušováci závodili

Sníh ve velkoměstě je příliš vzácnou událostí, jež změní nejen vzezření a tvářnost ulic, ale i život mládeže, i té nejmenší. Sárky a lyže, kromě klouzaček a kaulování, nacházejí největšího uplatnění. Ale sníh ve velkoměstě je také vhodnou příležitostí pro pochycení veškeré mládeže pro lyžařství.

Této příležitosti využila 1. OSŠ v Ostravě-Hrušově k uspořádání závodu v běhu na lyžích, ve sjezdoslalomu a na saních. Závod byl proveden v sobotu 15. března 1958 pod Lanekem v Koblově s plným z darem. Přes 40 mladých závodníků přistupovalo k hromadnému startu jednotlivých kategorií v běhu na lyžích na 2 km k závodu ve sjezdoslalomu. Všichni doješli do cíle, nikdo nevrátil, třeba s jednou hůlkou, o jedné lyži, ale doješli. Díky ukázněnosti závodníků nedošlo k žádnému úrazu. Trať vedla pěknými lesními partiemi a vlnitým terénem s mírnými výstupy a sjezdy. Všichni závodníci si trať pochvalovali a závodem byli nadšeni. 64 sárkařských dvojic závodilo na saních na pěkně sárkařské dráze s mnoha terénními vlnami. Akrobatické výkony sárkařů skýtaly ostatním divákům pěknou podívanou. Smůla čtyř polámaných saní nezkažila veselou náladu.

Radost, nadšení a ukázněnost mladých závodníků byla nejlepší odměnou celému učitel'skému sboru, který rád a obětavě přiložil při organizování závodu ruku ke spolupráci. Nemalou měrou postaral se o úspěch závodu i dobrý sníh a slunečné počasí. Mladěž se vracela domů rozradostněna, obohacena o nové dojmy zimní přírody a základní znalosti lyžařských prvků. Můžeme říci, že závod splnil své poslání. Naučil chlapce a dívky zdolávat těžkosti zimního terénu a závodní soutěž v nich vhodnou formou posílila touhu po zlepšování a zvyšování fyzické i duševní zdatnosti, přivedla je na cestu dalšího stálého prohlubování branných vlastností. A to je dnes přínos největší a nejradostnější.

První nejen ve sportu, ale i na pracovišti — to možno říci i o vítězích tohoto závodu, kteří i ve škole jsou nejlepší žáci.

Přeborníkem školy v běhu na lyžích na 2 km stal se Habrek ze VI. tř. a Frejková z VIII. tř., ve sjezdoslalomu Staněk a Folner ze VII. tř. a Frejková z VIII. tř., v jízdě na saních dvojice Šturtňa a Šturtňová z VIII. třídy.

BRUNO URBANČIK

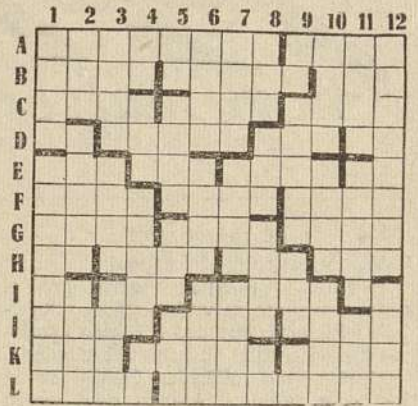


BEZE SLOV



Čs. reprezentant v běhu na lyžích Ilja Matouš je též hbitým kreslířem. Poďevíme se na několik utipných záběrů, jak nám je zachytil na mistrovství světa v Lahti

## NAŠE KRÍŽOVKA



Vodorovně: A: Čs. lyžařský reprezentant-sjezdař; obojívelník. B: »Vyšší moc« pověřivých; čs. reprezentant ve skoku na lyžích; zkratka americké hokejové asociace. C: Jediná; cíl (obr.); pole ležící ladem. D: Staročeské vzácné zájmeno; přední sovětský atlet-tyčkař; zkratka Německé demokratické republiky; souhlásky noku. E: Záře; puls; otázka na důvod; tobě. F: Značka čs. gramodesek; společenská hra; švýcarské město. G: Název známého madridského fotbalového klubu; falešná domněnka; přední rumunský rohovník. H: Zkratka národního podniku; římský krutovládcé; vařa; chem. značky kyslíku, draslíku a dusíku. I: Souhlásky basy; staročeské vztaž. zájmeno; přední čs. reprezentant ve skoku na lyžích; západočeské město. J: Sicilská sopka; 60 kusů; zametal. K: Zpátečník; přední čs. atlet-kladivář; rusky »hra«. L: Tisícina kilogramu; přední rakouský sjezdař.

Svisle: 1: Neobutá; vynikající švédský lyžař-běžec. 2: Symetrála; val; anglicky »hvězda«. 3: Pryž; piátné turistické obydlí; lidové ženské jméno. 4: Římská pětistovka; ženský hlas; ženské jméno; souhlásky domu. 5: Obrácená zkratka firmy; Kainův bratr; kus ledu; příslovce místa. 6: Roční období; míčová hra; maďarský rekordman ve skoku vysokém. 7: Chovanec; opeřenec; úžeh. 8: Korejský vzpěrač; pátý na OH 1956 v bantamu; cizí zkratka pro číslo; přední čs. lyžařka-sjezdařka; souhlásky kóty. 9: Římských 1010; éra; značka sovětských automobilů; německá dvojhláska. 10: Čs. lyžařský reprezentant-sdruženář; hudební nástroj; černocho. 11: Část zvířecího těla; současná prádla; básnická číslovka. 12: Mistr světa 1958 ve skoku na lyžích; čs. reprezentant ve stolním tenisu.

## Jak správně montovat vázání?

V osmém čísle Lyžařství z minulého roku jsme uveřejnili článek »Jak správně montovat vázání«. Hlavním účelem článku bylo poukázat na to, že délka boty má vliv na umístění špičky a při velkých rozdílech ve velikosti bot může hodně ovlivnit ovládání lyže. Návod pro umístění špičky boty zní:

Zádaný bod pro špičku boty č. 34 = nosná plocha  $\times 0,45 + 18$ .

Za každé dvě čísla se připočte 9 mm. V příkladu, který jsme uveřejnili, došlo bohužel k chybě, uvádíme příklad proto ještě jednou, spolu s dalšími.

Vel. boty 42, nosná plocha 190 cm. Bod pro montáž špičky

$$190 \times 0,45 + 18 = 99,7$$

$$\text{vyrovnaní za vel. boty } 3,6$$

$$103,3$$

nebo

vel. boty č. 44, nosná plocha 190 cm. Bod pro montáž špičky

$$190 \times 0,45 + 18 = 99,7$$

$$\text{vyrovnaní za vel. boty } 4,5$$

$$104,2$$

Koeficient zůstává ve všech případech stejný.



# Hory mají srdce v člověku!

Příběh lyžaře - závodníka

## (4. pokračování)

Všichni ztichli, překvapení.

— Když sis tak jist, Martine, proč ti tedy nestojíme za vlídné slovo, odhodlal se Richard. Pojedeš-li i letos »padesátku«, všichni ti budeme držet palce.

Martin však mlčí. Jen častěji zvedá ke rtům sklenici. Ale to není spěch pijáka.

— Nevím, proč jsi ztratil klid, pozoruje Richard jeho tvář. Je-li v tobě nejistota, ve víně ji neutopíš ani ji nevykřičíš. Vždycky přicházeli po nás jiní, čerstvější. Letos s tebou pojede po prvé »padesátku« Francek. Dorostl na ni a má ji v nohou i v krvi.

— Kdo je Francek? chytil se Martin stolu.

— Měl bys ho znát, Martine! Dole chytá kmeny, které ty spouštíš do údolí.

Právě ty kmeny, které umírají pod Martinovou rukou, které sahají nejmenšími kořeny až do údolí, aby z nich vyrážily novými výhonky.

Ten výhonek je Francek.

Jak bys ho mohl vidět, Martine, ty pyšný smrku, přes své rozložitě větve. Ale on se přihlásí sám. Ani nevíte, že jste spojivými nádobami, v nichž se přelévá život. Čím více tě, Martine, bude ubývat, tím více se bude ten druhý hlásit k životu. Tohle bys měl vědět! Už dávno bys to měl vědět!

Martin pomalu zvedá hlavu. Odstrkuje sklenici a směle se rozhlíží po jejich tvářích.

— Tak tedy Francek, mluví spíše pro sebe než k ostatním.

— Ano, Martine, Francek! bere ho za ruku Helena. Pere se s těmi tvými kmeny v peřejích. I ta nejprudší bystřina ho poslechne. Zrovna z něho srší slunce a je mrštný jak ranní vítr.

— Francek! znovu opakuje Martin to jméno pro sebe. Ale co potom! vykřikne, jako když se také na sebe rozpomena. Co potom, když je člověk bez křídla?

— Narostou ti nová, ty starý bloude! Budeš jimi moci tlouci do mrazem ztuhlých skal podle libosti, odvrátí se Eman od Martina pohoršen jeho přecitlivělostí.

— Ne, s vámi nepojedu, stojí Martin umíněně na svém. Jezdit pro polámané nohy těch, co na hory nepatří. »Milosrdný« lyžař ze mne nikdy nebude!

— Musíš jet tu »padesátku«, Martine. Letos ji musíš ještě jet. Za tebou dozraješ. Nezáleží na tom, jestli prohraješ nebo budeš první, ale na jejím konci, víš, u cíle, tě budeme všichni čekat. Tu ruku jsme ti podali už dnes. Ty nám ji jen, až odhodíš hole a odepneš lyže, stiskneš. Víš, Martine, roznášim už leta po horách psaní. Škrábu se vysoko po stránkách třeba s jed-

ním dopisem, který by tam lehčeji vítr donesl než já. Já se tam však vždycky doškrábu, protože si myslím, že nesu velkou zprávu, že je uvnitř něco krásného a radostného. A zatím... je tam smutek a bolest. I u toho musíš, Martine, být, i tohle musíš poznat. Tak mě to tak napadlo, že v tom letošním marathonu taky poneseš poselství; možná, sám sobě, Martine! dopíjí listonoš Lojza sklenku.

Toho zářijového rána napadl na hřebenech první poprašek sněhu. Udržel se až k poslednímu. Martin zapráhl koně a tahal kmeny ke skluzu jako obvykle. Poslední dva menší spoutal k sobě a do šterbiny jednoho vložil dopis.

Dopis pro Francka.

Na kousku papíru, popsaného tužkou, nebylo mnoho. Žádal Francka, aby přišel nahoru. Chtěl vědět, neklesá-li v řece voda, aby prý se kmeny dole zbytečně nehromadily. Příliš chytré to nebylo, ale Martin nad popsaným papírem příliš neuvažoval. Kdyby si psaní přečetl po druhé, možná, že by je dolů ani neposlal.

Nikdy se Martin, právě tak jako jiný dřevař, na tyto věci neptal a jeho nezvyklý zájem mohl vzbudit ve Franckovi právem podezření.

Francek, Francek...

To jméno jako by se v Martinově hlavě až bolestně rozrůstalo.

Francek — to byla Martinová mladá léta, celá jeho minulost s úspěchy na lyžích. Minulost dobrá, jak se na chlapa sluší a patří. Ale nejhorší je, přes ni nevidí Martin do budoucnosti. Tak daleko Martin ještě nedošel, třebaže na lyžích uběhl tisíce kilometrů.

Proto Martin žáril na Francka, i když ví, že to není chlapecké ani sportovní, že je to dokonce ponižující.

Druhého dne ráno stál Francek na prahu Martinovy chalupy.

To byla příležitost i pro Borka, který se po dlouhé době setkal s cizím člověkem. Martin ho měl co držet, aby se na Francka nevrhl. Nakonec se s hostem dříve domluvil pes než jeho pán.

— Potřebujete tady pomoci? prohlédl si Francek Martina, jako by chtěl dočíst v jeho tváři, co nebylo v dopise. — Pomoci? neuvědomil si hned Martin smysl toho, co napsal a odeslal.

— No, myslil jsem, jestli vás ty klády neutahaly. Jsou teď nasáklé vodou. Já dole stačím a taky voda má hloubku.

Martin se zamračil. Je to vědomá nárážka, která má zdůraznit ohledy mladšího k staršímu tak, aby jí bylo ještě jinak rozuměno, nebo to myslí Francek opravdu upřímně?

Sledoval každé hnutí v jeho tváři, o níž se opíralo ranní slunce, zastavil

se na okamžik i v jeho očích. Nenašel nejmenší stopy po nějaké záudnosti. Mohl mu věřit právě tak jako mladému srnci, který se někdy nepochopitelně zastaví a nejčistším pohledem velkých očí se dotkne až srdce člověka.

— Ty dole stačíš? vzpamatoval se Martin a zároveň uklidnil.

— Celou stráň bychom odvezli po řece, směje se Francek. Je to dobrá parta. Však se s ní seznámíte na lyžích.

Teď je Martin tam, kde chtěl být a kde chtěl mít i Francka.

— Pojedeš prý letos »padesátku«?

— Rád bych, ale před vámi se to těžko říká, podíval se Francek upřímně Martinovi do očí.

— Proč?

— Vy ji přece taky pojedete? Už léta vás nikdo neporazil... nedořekl Francek, jako by se zamyslil.

— Jednou ale prohraju, nastražil Martin Franckovi léčku a hlídal každý pohyb v jeho tváři, jako sleduje závodník každý pohyb nebezpečného soupeře na trati.

— Myslíte, že je to zlé prohrát, když už je člověk třeba tak slavný jako vy? posadil se Francek na lavici před chalupou vedle Martina.

Byla to bezelstná otázka, která však Martina vzrušila. Snažil se však zachovat klid.

— Jak kdy, odpověděl Martin. Někdy ti to nevyjde. Promažeš, nesedne právě počasí, zláměš hůl nebo lyži. Je to mrzuté, ale nebolí to.

— A kdy to bolí? chytil Francek Martina za slovo, snaže se odhalit něco, co je ještě mimo dosah jeho zkušeností.

— Jednou ti to povím, teď ještě ne, odmíchl se Martin a trochu posmutněl.

— Být první v cíli... dívá se Francek zasněně před sebe.

— Většinou to však nezáleží jenom na sněhu a na počasí. Záleží na tom, jak to vůbec s tebou je. Třeba i na tom, jaké máš myšlenky. I to rozhoduje v závodě, drtí Martin v ruce uschlou větévku.

— Já myslím, že je to velká radost. Asi to neumím tak povědět. Když jsem jednou běžel ve starších dorostencích a měl jsem už jistotu, že vyhraju, zdálo se mi, jak jsem se blížil k cíli, že něco nesu, že mám něco velkého odevzdat. Nevím, co to bylo, ani nevím, kdo si to vzal, když jsem projel první cílem, prudce dýcná Francek.

Je mrštný jako ranní vítr, vzpomněl si na Helenina slova, ale vzpomněl si také na Lojzu. Nemluvil právě tak jako Francek? Podíval se na chlapce, zahleděného někde přes kamenitý obzor.

Teď už ví, kdo je jeho nejvážnější soupeř.

Když se loučili, podal mu Martin ruku a pevně ji stiskl. Byl to upřímný stisk.

Martinovi se zdálo, že ve Franckově dlani nechal něco ze své síly. Bylo mu teď dobře, jako by se sám se sebou usmířil.

Věděl však, že v něm jenom vítr utichl a že se při nejbližší příležitosti znovu zvedne, aby vyvrátil zdánlivý klid.

(Pokračování)

# Ze sekce bobů a saní

## Mistrovství světa v jízdě na saních

V pořadí již III. mistrovství světa v jízdě na saních se konalo ve dnech 1.—2. února 1958 ve známém polském lázeňském středisku Krynicí. Toto město se svými 10.000 obyvateli vlastní již několik desítek let nejlepší sáňkařskou dráhu v Polsku. Proto také je Krynice střediskem sáňkařského sportu. Z toho důvodu určila polská sekce bobů a saní Krynicí jako nejvhodnější místo pro konání mistrovství světa v jízdě na saních. Sáňkařská dráha v Krynicí, která byla postavena podle ještědské dráhy, je dlouhá 1500 m a má 10 zatáček se zvýšenými dřevěnými mantinely. Spád dráhy je 12 %. Je položena na severozápadním svahu hory »Parkow«, což má velký vliv na kvalitu dráhy. Myslím, že není nutné připomínat, že trasa dráhy byla od startu až k cíli úplně ledová. O její dokonalé úpravě svědčí skutečnost, že po absolvování 324 finálových jízd jednosedačkových saní a 50 jízd dvousedačkových saní byla její trasa téměř neporušena. Po této stránce se zhostil Poláci svého úkolu velmi dobře. Úprava dráhy měla vliv také na rychlost závodníků. Tak na příklad polský závodník, mistr světa Jiří Wojnar, měl ve své nejrychlejší jízdě průměrnou rychlost 81 km v hodině. To znamená, že některé úseky (před zatáčkou »Lunou« a jiné) jel rychlostí 100 km v hodině. Cíl dráhy je necelých 50 m od hlavní třídy v Krynicí, a proto není zvláštností návštěva 15.000 až 20.000 lidí na sáňkařských závodech, jak tomu bylo po oba dny finálových bojů o mistrovství světa.

Technické vybavení dráhy je velmi dokonalé. Ve všech větších zatáčkách jsou telefonní budky pro spojení se startem nebo cílem. Rozhlas je instalován po celé délce dráhy, jakož i u startu, takže závodníci na startu mají přehled o dosažených časech. Startér je v uzavřené zasklené místnosti ve startovací věži asi 5 m od startovní čáry. Měření času je elektrické — fotobuňkou. Na startu je elektrický spouštěč stopky. Je to slabá tyčka, která najetím závodníka spustí dvoje stopky u cíle. Pro kontrolu měří ještě jeden časoměřič každého závodníka ručními stopkami. U cílové budky je fotobuňka, která projetím závodníka cílovou čarou opět vypne stopky. Čas není jako u švýcarských přístrojů vytištěn, nýbrž časoměřič jej musí ze stopky přečíst a oznámit hlavnímu rozhodčímu k zaznamenání. Současně vedle budky rozhodčích je místnost pro rozhlas, který vzápětí po dojetí závodníka může ihned oznámit dosažený čas. Velmi zajímavé je zařízení startování. Nestartuje se na žádný povel, nýbrž na světelný signál. Startér pomocí přístroje podobného našemu semaforu na uličních křižovatkách dává znamení závodníkovi k odjezdu. Tento přístroj je umístěn asi v polovině startovacího můstku. Po zapojení »červené« se závodník připraví na startovní čáru. »Oranžová« znamená vlastní přípravu a na »zelenou« závodník odstartuje. Startér oznámí pouze mikrofonom číslo odstartovaného závodníka. V případě špatného startu (špatně zapnutí elektrického měření apod.) přepne startér okamžitě na »červenou«, což je upozorněním pro závodníka, aby zastavil a opakovat start. Tento způsob startování má výhodu v tom, že u startu nemusí být absolutní klid ze strany závodníků (aby nebyl přeslechnut startovní povel) a dále stačí, aby u startu byl pouze jeden rozhodčí, který kontroluje pořadí čísel a činnost spouštěče elektrického měření.

Také pořadatelská služba byla velmi početná, denně asi 20 lidí, která nejen zajišťovala pořádek po celé dráze, ale také opravovala případné poškození dráhy po některých haváriích. Zdravotní služba byla umístěna u všech zatáček a byla vybavena kanadskými saněmi pro odvoz raněných k cíli. Sanitní auto bylo i při tréninku celý

den k dispozici u cíle. Jak se nakonec ukázalo, měla zdravotní služba nejvíce práce při tréninku, kdy většina závodníků si zvykala na ledovou dráhu. Doplatili na to hlavně závodníci z NSR, kteří již při prvních tréninkových jízdách jezdili velmi riskantně. Byli to Sepp Mayer a mistr světa 1957 Hans Shaller, kteří nezvládli »Vysokou zatáčku« a havarovali. Tím se připravila NSR o možnost lepšího umístění, neboť oba jmenovaní již do finálových bojů nezasáhli.

O popularitě sáňkařského sportu v Polsku svědčí skutečnost, že např. z města Nowy Sancerz přijelo vlakem i autobusy na 15.000 diváků, přestože toto město je vzdáleno asi 100 km od Krynic. Je možno říci, že v posledním týdnu ledna žila Krynice výhradně ve znamení III. mistrovství světa v jízdě na saních. Hlavní třída byla vyzdobena vlajkami zúčastněných národů a Krynicí zněla směs téměř všech evropských řečí.

Jako účastník všech tří mistrovství světa v jízdě na saních mohu říci, že toto III. mistrovství světa v Krynicí bylo jak co do účasti, tak i organizace jedno z nejlepších. Zúčastnilo se ho 81 závodníků a závodnic ze 12 států. U startu byli závodníci z těchto zemí: Francie, Holandsko, Itálie, Jugoslávie, NDR, Norsko, NSR, Polsko, Rakousko, Řecko (jeden závodník Roubanis, bratr mistra Evropy ve skoku o tyči), Švédsko a Švýcarsko. Ze zemí, kde se pěstuje sáňkařský sport, chyběli pouze závodníci z Československa, přestože měli velkou naději získat čestné umístění, protože většina našich reprezentantů dráhu v Krynicí dobře zná. Dále se zúčastnil III. mistrovství světa jako pozorovatel zástupce Bulharska a Belgie. Obě země hodlají v příštím roce požádat o přijetí do FIL. Významnou událostí byla také přítomnost zástupců olympijského komitétu USA Mr. Kertha a Mr. Alana Bartholemy (gen. sekretář OC), kteří přijeli zhlédnout mistrovství světa v jízdě na saních a projednat otázku zařazení sáňkařského sportu do programu OH 1960 ve Squaw Valley. Oba jmenovaní byli úrovní sáňkařského sportu velmi překvapeni a podle jejich oficiálního prohlášení budou trvat na zařazení sáňkovaření do programu OH 1960.

Velký zájem o mistrovství světa v jízdě na saních projevil také polský rozhlas, televize i polská tisková agentura. Hlavně polská televize natočila téměř celé mistrovství a věřím, že některé záběry předá též Čs. televizi k promítání. Škoda, že takový zájem není o sáňkařský sport v Československu, jistě by to rozvoji hodně prospělo.

Jak ukázaly výsledky III. mistrovství světa v jízdě na saních, není většina sáňkařských závodníků, kromě Poláků a částečně NDR, zvyklá na ledovou dráhu. To se jasně ukázalo u závodníků Itálie, Švýcarska, Norska, Švédska a částečně Rakouska. Jejich první jízdě na krynické dráze se vyznačovaly značnou nervositou a v mnoha případech nedostatkem odvahy. Nebyla to však jen dráha, která dělala většině závodníků značné potíže, ale také saně nevyhovovaly. Byly to jediné polské saně, stavené speciálně na ledovou dráhu, a potom, což bylo překvapením tohoto mistrovství, východoněmecké saně zn. Pilz, které vyhovovaly podmínkám dráhy v Krynicí. Velku možno říci, že závodníci NDR velmi příjemně překvapili a jejich umístění je zařadilo mezi nejlepší sáňkařské závodníky v Evropě. Zde se ukázala výhoda společného tréninku s Poláky před mistrovstvím světa a účast na mistrovství Polska 25.—26. ledna 1958. Ostatní saně typu Gasser, Weissnicht a norské železné saně v podstatě nevyhovují na ledové dráze. Konečné výsledky mistrovství světa to jasně dokazují.

Příště si povíme o vlastním průběhu mistrovství světa.

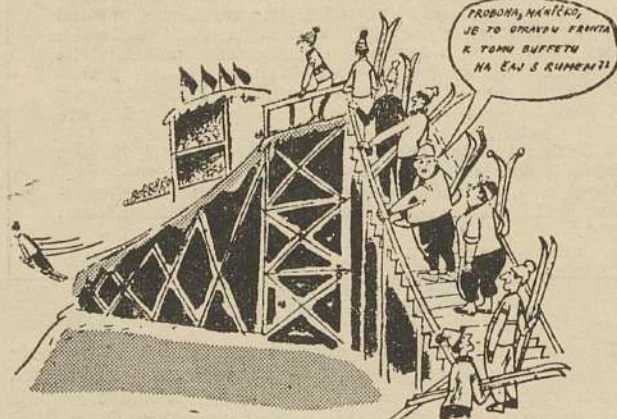
MILOSLAV BELDA, delegát ČSR

## Co přineslo brněnským sáňkařům mistrovství ČSR

Letošního mistrovství ČSR v jízdě na saních zúčastnilo se nejvíce brněnských sáňkařů, kolik kdy Brno vyslalo na tuto vrcholnou soutěž: 7 mužů, 1 žena, 4 dorostenky a 1 dorostenec, celkem tedy 13 závodníků.

Když si uvědomíme, že letošního roku se před mistrovstvím v našem kraji a přímo v městě Brně systematicky trénovali nedalo, že jen nákladné krajské přebory v Jeseníku a dva závody v Nedvědicích spolu s loňským dvoudenním soustředěním na Radhošti byly prakticky celou přípravou pro tento vrcholný přebor, pak výsledky umístění našich závodníků byly více než dobré. Je přece potěšitelné, když náš kraj, který nemá tak dobré sněhové podmínky přímo »za humny« jako na příklad Liberec, Ústí n. Labem, Karlovy Vary nebo Vysoké Tatry, dosáhl v dorostu dvou přebornických titulů v dvojicích a z jednotlivců ing. Petr Hruběš se umístil na devátém místě, Jirina Neugebauerová na šestém místě v jednotlivcích a na třetím místě ve dvojicích a kraj tak získal dvě první výkonnostní třídy.

Výsledky tedy ukázaly, že naše sekce věnovala značnou pozornost zejména dorostu (i když závazek členů oddílu, že každý získá jednoho nového dorostence, byl splněn pouze na 50 % a sáňkařský kroužek v pionýrském domě se pro krátkost založení před mistrovstvím ČSR nemohl ještě plně závodně rozjet). Obětavě pracoval ing. A. Hruběš, který naše dorostenky nejen cvičil na propagačních závodech v Nedvědicích po stránce technické, ale prakticky jim též připravoval a upravoval saně. Pokud jde tedy o mládež, bude třeba ještě více rozšiřovat na tomto poli náš sport, a to nejen v rámci oddílu Slavie, ale také v rámci pionýrského domu, sáňkařů na Ned-





Jakou radost má mládež ze sáňkovaání, dokazuje nejlépe náš snímek. Záleží jen na nás, abychom co nejvíce mladých chlapců a děvčat přivedli do sáňkařských oddílů.

vědku a snažit se založit sáňkařské oddíly v jednotách Lokomotiva a Start.

Umístění našich dospělých závodníků mohlo být podstatně lepší při lepší kvalitě saní. Je pravdou, že jsme rozšířili náš sáňkařský

park o několik sportovně závodních saní a saní z Litoměřic, ale tyto i po úpravách těžko se daly svou kvalitou srovnávat se závodními saněmi našich »sáňkařských krajů«, jako je Liberec a Ústí, nebo se zahraničními výrobky Pražanů. Naše saně byly upraveny na dránu ledovou jak výběrem ocele skluznic, tak jejím ostrím. Proto zvýšení rychlosti bylo možné dosáhnout pouze mazáním, v němž naši závodníci mají ještě malé zkušenosti. Tyto všechny skutečnosti neospravedlňují však celkovou průměrně střední technickou zdatnost našich závodníků, což konečně již vyplývá z nedostatku sněhu v našem městě, kde naposled v roce 1955 jsme mohli uspořádat závody a také trénovat.

Zůstává zde tedy zásadní úkol zúčastňovat se co nejvíce závodů pořádaných jednotlivými kraji, získávat zkušenosti od předních závodníků a snažit se zakoupit několik dobrých závodních saní. Doporučujeme, aby mazání skluznic a jeho techniku neponechávali si někteří naši závodníci pouze pro sebe a zveřejňovali své zkušenosti v tomto směru jak písemně třeba ve Zprávách sekce spolu s přesným popisem postupu a používání druhů vosků a laků, tak na kursech trenérů.

Celkově k organizaci mistrovství bychom měli několik připomínek. Pro příště by stálo za uvaženou poradat mistrovství již v druhé polovině ledna, kdy v posledních letech zima je u nás nejtvrděší, a tak byly zajištěny regulační podmínky závodů, aby závodníci si s sebou namísto přileb nemuseli vozit padla, jak k tomu letošního roku mnoho nechybělo. Jezdec na saních se podobal spíš vyznavači vodních sportů než skutečnému sankarovi, který jezdí na tvrde sněové nebo ledové dráze. A potom, když už k tomu došlo, že místo ledové trístě a sněového poprašku stríkala na závodníky v plném proudu voda po dráze, pak by měla být rychle zajištěna možnost stoprocentního usazení oděvu, neboť malokterý ze závodníků měl víc šponovek, bot a svetrů, aby je mohl neustále měnit. To se týká zejména dorostu.

Dále by bylo třeba zajistit uspořádání několika besed s filmy v některý volný večer během mistrovství, aby zejména mládež mohla si ucinít dokonalou představu o závodním sáňkařství. Kladem letošního mistrovství je jistě hlavně to, že dorost (ať již mladší nebo starší) byl početně zastoupen, což jistě svědčí o dobrém směru práce všech našich krajských sekcí. Myslíme také, že ústřední sekci, zejména její propagační komisi, by se snad mohlo podarit zajistit účast filmarů na mistrovství, aby tak co největší okruh našeho lidu byl seznámen se závodním sáňkařstvím alespoň ve filmovém týdeníku.

ING. L. PÁSEK,  
předseda městské sekce boby a sáně, Brno

## Mládež na Nedvědicu se rozhodla pro sáňkařství

Na loňského roku objevené sáňkařské dráze Kovářové u Nedvědic uspořádala městská sekce bobů a saní v Brně několik propagačních závodů a Memoriál B. Kohouta. Nová dráha, i když se jezdila pouze její horní polovice, se osvědčila a ukázalo se, že v případě dobrých klimatických a sněhových podmínek by se mohla jet celá, za předpokladu, že v dolních zatáčkách by se zvětšily vnější okraje. Dne 2. února byly zde uspořádány první propagační závody, kdy u startu se sešlo 25 závodníků, většinou mládeže ze Spartaku Nedvědice a z Jedenáctileté střední školy Tišnov.

Výsledky:

1. Humplíček—Zeman (Spartak Nedvědice) 1:10,9, 2. Čelechovská—Mistrová (Jedenáctiletka Tišnov) 1:41,5, 3. Berková—Komůrková (Jedenáctiletka Tišnov) 1:42,8.

O týden později zde proběhly první okresní přebory mládeže v jízdě na saních, které uspořádal OV ČSTV Bystřice n. Pern. Jely se dvě jízdy na trati 1 km dlouhé, počet závodníků byl 44.

Výsledky: Mladší žáci: 1. Kolbánek—Štarha (Nedvědice) 3:10,9, 2. Hlaváček—Hrsůka (Kasán) 3:37,5, 3. Navrátil—Hájek (Nedvědice) 3:48,2.

Starší žáci: 1. Polák—Dobiáš (Rovečnė) 3:36,2, 2. Doležal—Doležal (Nedvědice) 3:54,8.

Starší zákyně: 1. Bártová—Doležalová (Nedvědice) 4:04,0, 2. Nedomová—Nedomová (Kovářová) 4:06,9.

Zákyně mladší: 1. Doláková—Čechová (Nedvědice) 5:19,1.

Smíšená dvojice: 1. Sedláčková—Humplíček (Nedvědice) 3:35,4.

Rozhodli na tyto propagační závody mládeže i na první okresní přebor mládeže jmenovala městská sekce. Před závodem bylo všem startujícím názorně ukázáno, jak se na závodních saních sedí a jezdí, a tyto sáně byly též závodníkům zapůjčovány. O zájmu a nadšení mládeže o sáňkařský sport svědčí mimo jiné i to, že dva žáci, Polák a Dobiáš, dostavili se na závod pěšky z Rovečného, které je 20 km vzdálené. Jen třeba litovat, že letošní zima byla tak skoupá a nedovolila uspořádání dalších závodů.

Po nabytých zkušenostech dojde jistě k založení sáňkařského oddílu ve Spartaku Nedvědice a tím k organizovanému rozvoji sáňkařství. Velkou výhodou je blízkost ubytování a stravování, neboť cíl dráhy je několik minut od městečka a vlakové spojení do Brna netrvá déle než hodinu a půl. Dobrou práci na poli rozšíření sáňkařství mezi školní mládež zde ukázal Musil z OV ČSTV Bystřice n. Pern. a Ustohal z MV ČSTV Brno, kteří se stali propagátory sáňkařství na Nedvědicu. Kvalitu dráhy vyzkoušeli také závodníci Brněnského kraje a z Dukly Mariánské Lázně, když zde uspořádal 9. února Memoriál B. Kohouta. Jela se jedna pilotní a dvě finálové jízdy.

Výsledky: 1. Feix 1:29,4, 2. Vojtíšek Pavel 1:35,7, 3. Šlajs (všichni Dukla Mar. Lázně) 1:37,5.

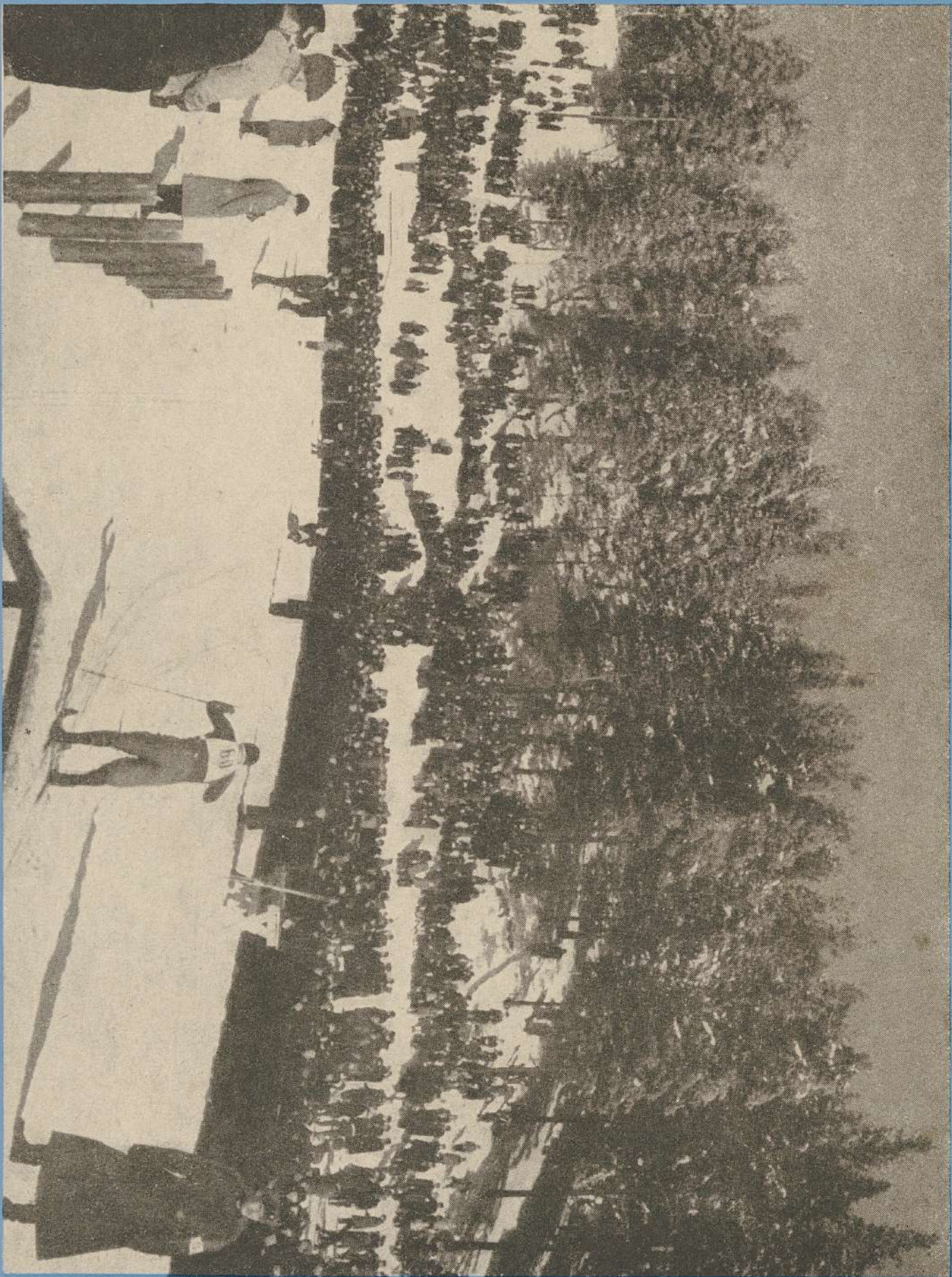
Dvojice: 1. Matějček—Pavelka 1:42,6, 2. Hruběš—Neugebauer 1:42,7, 3. Vaníček—Horák (všichni Slavia Žabovřesky) 1:45,1.

Viktor Čukarin — Jevgenij Simonov: NA STUPNÍCH VÍTEŽŮ.

Kniha je biografií ukrajinského mistra gymnastického umění, které literárně pro mladé čtenáře zpracoval Jevgenij Simonov. Kniha vypráví o chlapci, který si nade vše zamiloval gymnastiku. Bezpříkladnou pílí a úsilím, překonáváje hořkost porážek nakonec stane v řadách nejlepších sovětských a světových gymnastů. Knižka poutavě líčí napínavé souboje Čukarinovy nejen v SSSR, ale zejména v zahraničí, v Římě a Melbourne. (Str. 184, 10 obraz. příloh, váz. Kčs 10,80.)



Přinášíme několik technických bojů z běžeckých soutěží na mistrovství světa v Lahti. Záběry vlevo (odshora dolů): Hämäläinen, vítěz běhu na 30 km; Lenard Larson, vítěz mezinárodních závodů v Harrachově v r. 1957 a člen vítězné štafety na MS; A. Vietanen, Finsko, ve štafetě 4X 10 km; S. Grahn, člen vítězné švédské štafety; Martinssonová, vítězka běhu na 10 km v Harrachově v r. 1958, patnáctá na MS. S ní mky uprostřed: L. Kozyrevová, druhá na MS v běhu na 10 km, členka vítězné štafety; A. Fialová, čs. reprezentantka; S. Kallusová, NDR, jedenáctá v běhu na 10 km; R. Wahlová, nestárnoucí norská reprezentantka; S. Edströmová, Švédsko, neuspěla v běhu na 10 km. Záběry vpravo: Poslední člen vítězné švédské štafety P. E. Larson; P. Kolčín, SSSR, druhý nejlepší běžec na MS; V. Hakulinen, Finsko, spolu s Kolčínem druhý nejúspěšnější běžec na MS.



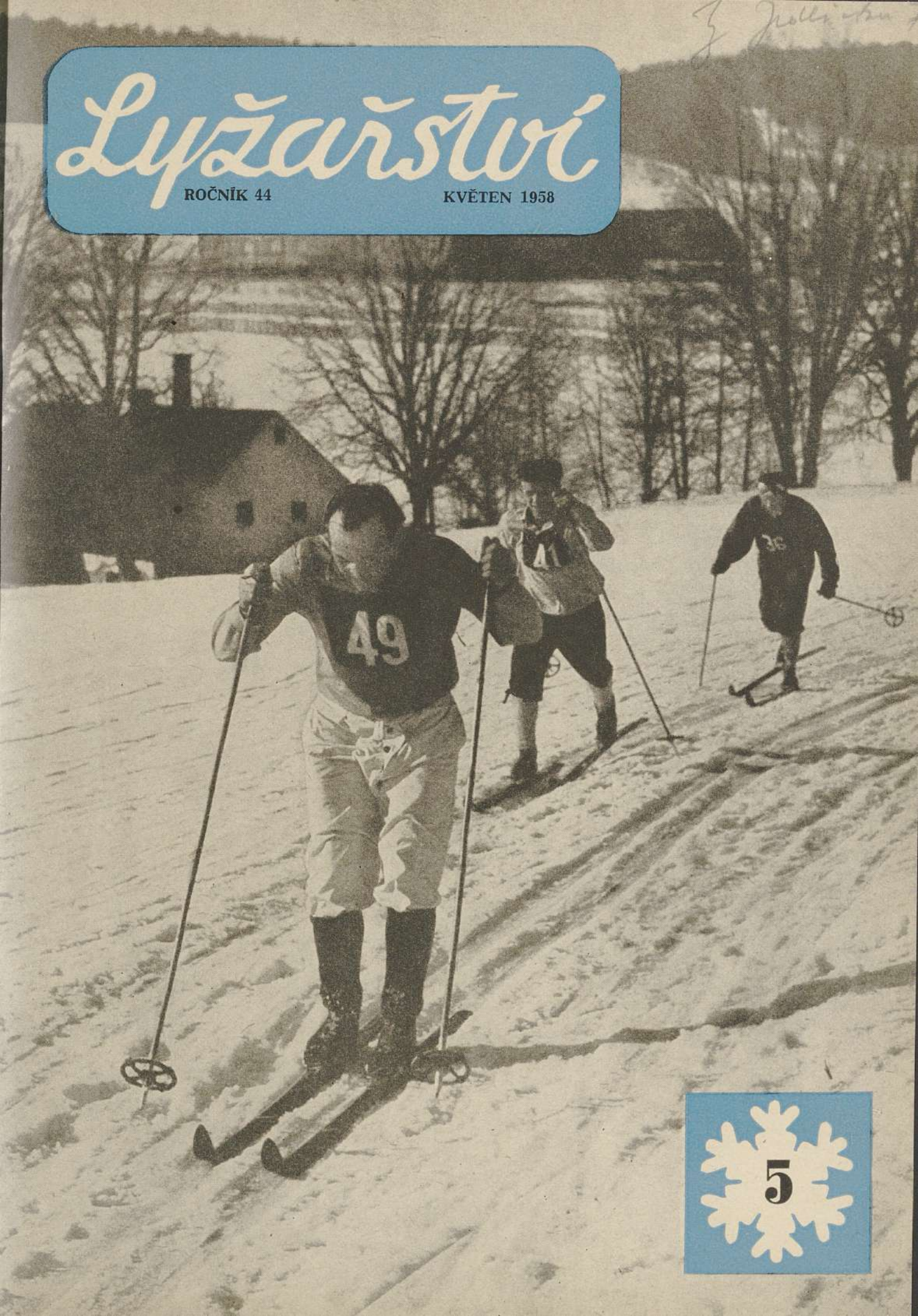
Tak ohromnému zá-  
jmu se těšily běžec-  
ké závody na mis-  
trovství světa v Lah-  
ti. Po celé trase ne-  
bylo místečka, kde  
by závodníka nepo-  
vzbuzovaly tisíce dí-  
vků.

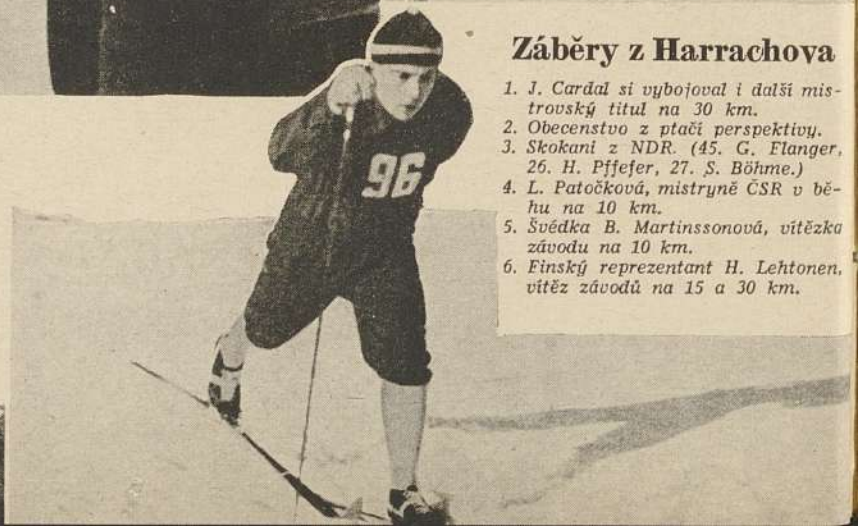


# Lýžarství

ROČNÍK 44

KVĚTEN 1958





**Záběry z Harrachova**

1. J. Cardál si vybojoval i další mistrovský titul na 30 km.
2. Obecenstvo z paří perspektivy.
3. Skokani z NDR. (45. G. Flanger, 26. H. Pfefer, 27. Š. Böhme.)
4. L. Patočková, mistryně ČSR v běhu na 10 km.
5. Švédka B. Martinssonová, vítězka závodu na 10 km.
6. Finský reprezentant H. Lehtonen, vítěz závodů na 15 a 30 km.

## OBSAH

- Poznámky k mistrovství ČSR a k mezinárodním závodům v Harachově — str. 2—3  
 Poznámky lékaře k MS 1958 v Lahti — str. 4  
 Naše naděje — str. 4—5  
 Výchovu za rekordy — str. 5  
 Klasické disciplíny majstrostev Slovenska 1958 — str. 6  
 Mláďí bojovalo na Pustevnách — str. 6  
 Poznámky trenéra k mistrovství republiky ve sjezdových disciplínách — str. 7—9  
 70 let arch. Karla Jarolímka — str. 9  
 Několik poznatků z kurzu rozhodčích FIS — str. 10—11  
 Význam pravidelné kondiční přípravy pro lyžaře-nezávodníky — str. 10—11  
 Členka dámské komise FIS v ČSR — str. 14  
 Něco o lyžařském mláďí ve Finsku — str. 14—15  
 Světznámá trať Kandahar — str. 14—15  
 Přípravuje se zpracování dějin našeho lyžařského sportu — str. 15  
 Stavba lyžařských můstků — str. 16  
 Technické novinky a zajímavosti — str. 16  
 Rubrika rozhodčích — str. 17  
 Závodníci a závodnice — nedělejte to! — str. 17  
 Mezinárodní závody v Helsinkách 22.—23. II. 1958 — str. 17—18  
 Naše diskuze — str. 18  
 Zprávy z oddílů a sekcí — str. 19—20  
 Mládež a cvičitelé — str. 20  
 Hory mají srdce v člověku (povídka) — str. 21  
 Ze sekce bobů a saní — str. 22—23  
 Křížovka — str. 24  
 Krátký oblouk ve vlásence — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: M. M. Lahti, V. Pácl, V. Mirka, B. Šýkora, K. Novák, Lehtikuvu Oy, V. Heckel, J. Skála, J. Janovský, J. Masarovič, C. Morávek, dr. I. Szekely, V. Maličský, J. Pilmann, J. Kos. Klínogram dr. Čtvrtečka

Na titulní straně: Záběr ze »Zlaté lyže« v Novém Městě na Moravě, kde se letos jel i mistrovský závod na 50 km. V. Heckel zachytil závodníky: č. 49. B. Kulíčka, č. 41. M. Kaláška a č. 36. J. Nedomela.

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Václav Trykar. Redakce Praha I, Národní tř. 33. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha. Praha květen 1958.

A-14451

# Náš květen



Kdo si hory a lyže zamiloval, komu opravdu »udělaly«, ten se tam vrací, i když již bílá nádherna dávno vzala za své a jen ve stinných splazech dožívá poslední sníh. Jaro na horách voní, zvučí a omamuje svým půvabem ještě silněji než v širé rovině. I to kamení, sluncem rozpálené, rozmařile se líčí ožilým lišejníkem a pernatý dravec, nehybně zavěšený v jasné modři nad naší hlavou, nezpívá jen proto, že všechna ta krása mu vzala hlas. Zato věčně spěchající potůček svou písničku nikdy neskončí...

Takové naše hory jsou dnes, takové byly před rokem i před sto lety. Naše hory! Byly naše, i když jsme sem nesměli, kdy si je násilím přisvojil fašistický okupant. Není to tak dlouho, abychom zapomínali. Před dvaceti roky Konrád Henlein splnil Führerův rozkaz a Hitlerjugend dupal v místech, která vždy patřila — a budou patřit — nám. Jak se nám těch sedm let zdálo nekonečných!

Až jaro 1945 zaplavilo naši vlast radostí a vděkem. Radost z toho, že jsme opět měli svůj domov, a vděkem k sovětským bratřím, že nám přinesli svobodu. Okysličili naše plíce lidským štěstím, nadějí a pevnou vírou již nikdy nikomu nedovolit sáhnout chtivě po tom, co je naše. A s tím vším se nám vrátily i naše hory. Navždy!

Ale jednoho Konráda vzal čert a jiný si obouvá zupácké boty! V Německé spolkové republice šikují nový wehrmacht se starými hrdlořezy v čele. Světový imperialismus číhá na příležitost — k sebevraždě. Straší lidstvo nukleárními zbraněmi, ohrožuje zdraví naší i příštích generací stronciem. Za apoštoly maskovaní váleční paliči projevují dojemnou starost o náš život, třebaže před dvaceti roky o nás »nic nevěděli«. O to však nikdo z nás nestojí!

Naše jaro má čarovný půvab, budí k životu spící přírodu. Nás však budit nemusí. Rány, které jsme před léty utrpěli, jsou dávno zhojené. Ty, kteří nás zaprodali, dobře známe. Jedni utekli a poštekávají podle »hlasu svého pána«. A ti ostatní by rádi vztáhli ruku po tom, k čemu nikdy ničím nepříspěli.

To nejsou jen naše továrny, pole, ale i práce našich rukou a její výsledky. Naše svoboda, náš život, naše děti.

A půvab našeho jara se od roku k roku zvyšuje tím, že stále silněji si nejen připomínáme to zlé co bylo, ale i uvědomujeme to pěkné a neustále rostoucí, co máme. Den Vítězství je pro nás nejkrásnějším svátkem, neboť předznamenal slavné vítězství našeho lidu a jeho naprosté osvobození od jha vykořisťovatelského řádu, kapitalismu. Od toho jarostí a svěžestí překypujícího dne jsme vykořičili věrně a na všechny časy po boku Sovětského svazu. Cestou k vybudování socialismu, cestou míru.

To všechno oslavujeme 9. května.

Náš květen však začíná svátkem, který patří pracujícím celého světa — Prvním májem! Zatím co v kapitalistické části světa je První máj bojovnou demonstrací dělnické třídy za člověka, důstojnou existenci a práva, u nás a v ostatních zemích lidové demokracie a v Sovětském svazu je spontánní manifestací solidarity s mezinárodním proletariátem. Déle než 70 let je První máj dnem stále důrazněji přesvědčujícím o síle i konečném vítězství vykořisťovaných a utlačovaných. Dnem nenáviděným a obávaným všemi, kdož žijí a tyjí z práce ostatních. Dnem stále pevněji spojujícím pracující celého světa.

A dnes, kdy díky iniciativě Sovětského svazu se stává úsilí o světový mír nejdůležitější denní otázkou u nejšířších mas lidstva na celém světě, měly slavné květnové dny zvláště velký význam. Vždyť jsou oslavou života a lepší lidské budoucnosti. A o tu bojujeme všichni. My budováním socialistické vlasti a naši přátelé rozhodným odporem proti chamtivým hydrám imperialismu.



# Poznámky k mistrovství ČSR

Letos byly harrachovské mezinárodní závody vlastně vvrcholením našich soutěží. Vždyť kromě účasti zahraničních závodníků stoupl význam soutěží i tím, že dva závody, a to na 30 km mužů a 10 km žen, se jely současně jako závody mistrovské. Byl to náhradní termín za nedokončené mistrovství ve Špindlerově Mlýně a můžeme říci, že podmínky i tratě byly více než náhradou.

## VÁŽME SI HARRACHOVA

Harrachov má již dnes ten nejlepší zvuk nejen u nás, ale i ve světě. Dokonce i tam, kde jsou na závody velmi nároční, tj. na Severu. Dříve než se zmíním o vlastních závodech, chtěl bych ukázat několik příkladů, které krásně dokumentují, co znamenají harrachovské závody na severu. Několik hodin po slavném vítězství Hämäläinen na 30 km jsem měl možnost mu pogratulovat a novopečený mistr světa mi mezi jiným řekl: »Vzpomínám často na Harrachov, kde jsem jel své první mezinárodní závody, a získal v zahraničí první vítězství. Byly to pro mne milejší závody než olympijské hry v Cortině. Také ceny, které jsem zde získal, jsou moje nejmilejší a považuji je po všech stránkách za nejcennější.«

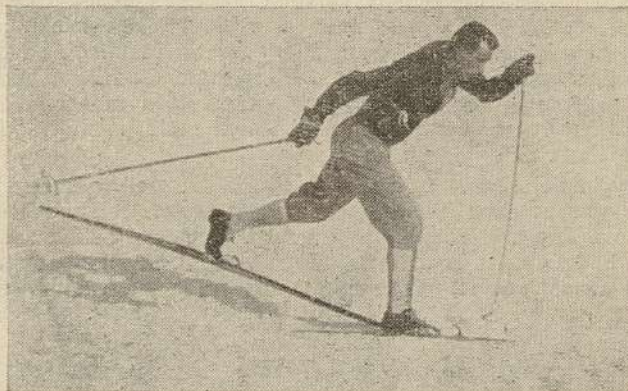
Také význačná finská lyžařská pracovnice Kotkanemi, která byla v minulosti v Harrachově jako vedoucí finských závodnic, říká: »Všichni jezdíme rádi k vám do Harrachova. Všem se nám tam velmi líbí. Jsou jen dva zahraniční závody, kterých se pravidelně zúčastňujeme, a to jsou Holmenkolen a Harrachov. Škoda, že jste letos nepozvali také naše ženy. Příští rok to musíte napravit.«

Rovněž vedoucí švédských žen a členka FIS, se kterou jsem se sešel, když jsem se vracel jako turista z Lahti, mi řekla: »Jedu do Harrachova poprvé a velmi se těším. Mám v ČSR svou přítelkyni Květu Lelkovou. A potom, po loňském startu našich závodníků má u nás Harrachov ten nejlepší zvuk.«

A nakonec dejme slovo Eriku Linderborgovi, který byl již dvakrát v Harrachově jako vedoucí Finů: »Nikde jsem nenašel tak hezké a přátelské prostředí jako v Harrachově. Letos bohužel nemohu přijet. Pozdravuj všechny lyžaře v Harrachově a doufám, že se k vám za rok opět podívám.« Byla by celá řada projevů našich přátel k harrachovským závodům. Snad těch několik příkladů dokazuje nejlépe, co udělala obětavá práce všech, kteří se o dobré jméno našeho lyžařství a harrachovského závodu zasloužili.

## ZENY I MUŽI SPOLEČNĚ

A nyní k vlastním letošním závodům. V pátek 14. března byl odstartován v půl deváté závod mužů na 15 km a závod žen na 5 km. Výborně připravené tratě a dobrý sníh,  $-6^{\circ}$  C byly zárukou dobrého průběhu závodu. Start mužů a žen byl společný a dokonce prvý kilometr tratě byl stejný. Toto nezvyklé řešení bylo učiněno proto, aby pozdější teple slunce neohrozilo kvalitu tratě. I když se toto řešení v zásadě osvědčilo, přece se domnívám, že stopa mužů a žen měla být od počátku samostatná. V závodě žen se očekávalo přesvědčivé vítězství švédské reprezentantky Barbro Martinssonové, která týden před Harrachovem byla druhou nejlepší reprezentantkou Švédska na 10 km na mistrovství světa v Lahti, kde skončila na 15. místě o 2:07 min. před nejlepší naší reprezentantkou Benešovou.



J. Prokeš na trati 15 km

## VÍTĚZSTVÍ PATOČKOVÉ

Již na trati bylo vidět, že v domácím prostředí pojedou naše děvčata lépe než na Severu. V polovině tratě dojele Patočková již druhou Švédku Ingar Elofssonovou, která je švédskou nadějí. Doma letos vyhrála šest juniorských závodů a v Harrachově byl její první zahraniční start. (I ostatní naše ženy jely vcelku dobře.) Do posledních metrů nebylo jasné, kdo zvítězí z trojice Patočková, Martinssonová, Benešová. Stopky rozhodčích mluly ve prospěch naší Patočkové, která zvítězila o čtyři vteřiny před Martinssonovou, za kterou pouhou vteřinu skončila Benešová. Další byla Fialová již s rozdílem 38 vt. za vítězkou. I další naše závodnice Krasilová, Srnková a Lauermanová byly před druhou Švédkou Elofssonovou, za kterou pouhých sedm vteřin zůstala mladá závodnice Stehlíková. Závodnice NDR (které nejsou ani doma nejlepší) se umístily v zadní části pole na 19. a 21. místě. Závod odstartovalo a dokončilo 23 závodnic.

## SUVERÉNNÍ FINOVÉ

Také závod na 15 km, který byl současně závodem sdruženářů, měl opět výborně upravenou trať, která se mohla klidně rovnat tratím na mistrovství světa. V závodě zastupovali Šveďany pouze Finové, a to dva běžci a jeden sdruženář. Z ostatních národností byli na startu tři reprezentanti z NDR a Polska a jeden Maďar. Finové podali opět důkaz vynikajícího mistrovství a přesvědčivě zvítězili. Uvědomíme-li si, že ani jeden z dvojice běžců nestartoval na mistrovství světa, vidíme, jak silný kádr běžců Finové mají. Vítěz Lehtonen je 26 let starý a letos byl na mistrovství Finska na 50 km na osmém místě. Jeho jízda, jako vlastně všech Finů, je úžasně lehká a v kopcích velmi rychlá. Není nikdy stereotypní. V závodě využívají každé nerovnosti k zrychlení. Umějí vynikajícím způsobem přizpůsobit techniku potřebě tratě. Také druhý Fin Pelkonen, starý 27 let, jel dokonale, a i když zůstal za vítězem 41 vt., ujel našemu nejlepšímu Prokešovi o 1:37 min. Prokeš dokázal dobrou formu, když porazil Cardala, třeba jen o 11 vt. Za Cardalem byl 10 vt. Čillik, který v letošním roce patří mezi naše nejlepší. Čillik měl v 10 km o 5 vt. rychlejší čas než Cardal, ale v posledních kilometrech proti němu ztratil 15 vt. Na šestém místě skončil Němec Röder a za ním velmi dobře jedoucí Hrubý, za kterým byli sdruženáři náš Melich a Fin Jusila. Překvapivě dobře jezdí v poslední době Maďar Sajgo Pal. Před prvňou Poláka se dostal ještě náš Holubec. Dobře také zajela řada mladých závodníků Dukly Liberec, z nichž nejvíce překvapil sdruženář Farský svým dvacátým místem. I o všechna další místa byl boj, o kterém svědčí fakt, že v necelé jedné minutě od 57:01 do 58:00 dojele 18 závodníků. I na dalších místech podalí závodníci dobré výkony, i když velký časový odstup od vítězných Finů není právě uspokojivý. Závod dojele 79 závodníků.

## MELICHOVA ODPLATA

V sobotu napadl nový sníh, který ztížil podmínky pro závod sdružený a způsobil na můstku několik ošklivých pádů. Celkově v závodě zvítězil Vlastimil Melich a dokázal porazit všechny zahraniční účastníky. Potvrdil, že na mistrovství světa se mu skutečně lepila smůla na paty.



Fin Lehtonen, vítěz závodu na 15 a 30 km

# a k mezinárodním závodům v Harrachově

Ani v neděli nepřestal padat sníh a chvílemi hrozilo počasí oblevou. Nakonec se však přece jen umoudřilo a závod na 30 km mužů a 10 km žen, který se jel současně jako mistrovství republiky, se jel na čerstvě napadaném sněhu opět na velmi dobře upravené trati. Mezinárodní účast na startu byla podobná jako na 15 km a 5 km. V ženách, kromě našich, v závodech startovaly pouze Švédky. Velký počet přihlášených žen nestartoval a v cíli bylo klasifikováno pouze 21 žen včetně dvou Švádek. Devatenáct žen na mistrovském závodě je hodně nízké číslo, které nemluví právě povzbudivě o naší úrovni. Švédka Martinssonová dokázala tentokrát svou úroveň a bezvadnou technickou jízdou zvítězila s náskokem 49 vt. před Líbúší Patočkovou, která se i v tomto závodě ukázala z našich v nejlepší formě a porazila Benešovou o 20 vt. Velmi dobře zajela opět Olga Krasilová, která byla před další Švédkou Elofssonovou, jedoucí 10 km poprvé. Fialová, podle elektrického měření, dostala čas o čtyři desetiny vteřiny horší než Elofssonová. Srnková prokazuje letos stále velmi dobrou formu a i Eva Lauermannová podává po roční přestávce opět velmi dobré výkony.

## OPĚT FINOVÉ — A CARDAL

Závod mužů byl odstartován před závodem žen a vedl ve dvou okruzích po 15 km. Z přihlášených 77 závodníků startovalo 56, 2 vzdal (Dvořák a Šimůnek), dojezo 54. Tak jako v závodech na 15 km zajel skvěle oba Finové a opět potvrdili, že mají ve Finsku velkou zásobu běžců, schopných dokazovat skvělou úroveň jejich lyžařství. Vítěz Letonen ukázal, že mu delší trať lépe »sedí«. Ujel také druhému Finovi Pelkonenovi o více než dvě minuty. Teprve 3:22 min. za druhým Finem byl k velikému překvapení náš běžec č. 1 Jaroslav Cardal, který tímto výkonem podal výjimečný důkaz vysoké lyžařské úrovně. Ve svých 39 letech dokázal vyhrát i třetí mistrovský závod a přes všechna proocitví porazil, i když těsně, všechny další naše závodníky. Dokázal, že o výsledku nerozhoduje věk, ale poctivost v tréninku, houževnatost a vysoká sportovní morálka. Čtyři vteřiny za ním byl Antonín Teplý, který i v Lahti podával velmi spolehlivé výkony. Pouhou jednou vteřinou za ním je Rudla Čillík, který má všechny předpoklady, aby šel právě tak jako Teplý hodně a hodně nahoru. Nejlepší běžec z 15 km Prokeš třicetkrát již nezajel tak dobře a skončil na šestém místě před Němcem Röderem, Maďarem Sajgo Pálem a dalším Němcem Daghauerem. Z dalších našich závodníků na sebe upozornili velmi dobrými výkony Jeřábek, Tomas, Balatka a Žák z Dukly Liberec a hlavně Jaroslav Novotný ze Sokola Valteřice. I když řada závodníků bojovala i na dalších místech velmi dobře, přece je zarážející fakt, že již 17. závodník má téměř čtvrthodinovou ztrátu za vítězem. Je třeba, abychom nebyli uspokojeni jenom relativním výsledkem a číselným umístěním, ale abychom se snažili snížit náš časový rozdíl proti světovým špičkám. Nestačí, aby několik reprezentantů se této špičce více nebo méně přiblížilo, ale nezbytně potřebujeme, aby závodníci se v daleko větším počtu dostávali do časově těsného sledu za vítěze a byli schopni ohrozit i naše reprezentanty. To, co je velmi ke cti zasloužilému mistru sportu Jardovi Cardalovi, že dokáže stále v důležitých závodech vítězit, by mělo být vzorem pro mladé, aby se nespokojili tím, že zůstanou za Jardou několik vteřin ale aby kvalitnějším a poctivějším tréninkem a využitím všech možností se dostali další a další naši závodníci na vyšší úroveň a konečně Cardala někdo porazil. Věřím, že Jarda Cardal, který v den vítězného závodu na 30 km slavil své 39. narozeniny a svůj již 27. mistrovský titul, se nevdá svého prvenství lehce. Přejít mu, aby i v příštích letech podával stále dobré výkony, a našemu lyžování, aby již konečně mladší závodníci se dokázali dostat před něho.

## SKOK PROSTÝ — SLABÁ ÚROVEŇ

V závodech ve skoku prostém, který se konal na můstku na Čertáku, nestartovali pro zranění naši nejlepší závodníci Bulín, Remsa, Jebavý a Melich, který byl v dobré formě. A tak jen zásluhou zahraničních skokanů, reprezentantů NDR Flaugera, Körnera, Pfeffera, dvou finských reprezentantů Laksonena a Uotina a našich závodníků Vašuta a mladšího dorostence Motejlika, viděli diváci dobré výkony. Ostatní naši závodníci zklamali, i když se dá říci, že skokani s nízkými startovními čísly měli na novém sněhu opravdu pomalou stopu. Přesto však výkony Nevluda a Jindry byly částečným zklamáním, uvážíme-li jejich pěkné umístění na přeboru republiky.

★

**Výsledky — 15 km:** Lehtonen 51:24 min., 2. Pelkonen (oba Finsko) 52:05, 3. Prokeš 53:42, 4. Cardal 53:53, 5. Čillík 54:03, 6. Röder (NDR) 54:50, 7. Honců 55:27, 8. Hrubý 55:30, 9. Melich 55:42, 10. Sajgo (Maď.) 55:57, 11. Jussila (Finsko) 55:57.

**Běh mužů na 30 km:** 1. Lehtonen 1:50:44.6 hod. (mezičas na 15 km 54:49 min.), 2. Pelkonen (oba Finsko) 1:52:53.8 (55:56), 3. Cardal 1:56:15.2 (58:00), 4. Teplý 1:56:19 (58:10), 5. Čillík 1:56:20 (57:45), 6. Prokeš 1:57:14.2 (58:38), 7. Röder (NDR) 1:59:01.3, 8.



Finští skokani a A. Teplý na závodech v Harrachově

Sajgo (Maďarsko) 1:59:55.8, 9. Daghauer (NDR) 2:00:19.7, 10. Jeřábek (Dukla Liberec) 2:02:05.7.

**Skok prostý:** 1. Flauger (NDR) 221 b. (68 a 74,5 m) — Körner (NDR) 221 (65 a 75), 3. Laaksonen (Finsko) 218,5 (64,5 a 72,5), 4. Uotinen (Finsko) 215 (65 a 68,5), 5. Pfeffer (NDR) 208,5 (64,5 a 70), 6. Vašut (ČSR) 202 (59 a 67), 7. Gasienica-Daniel (Polsko) 199 (59,5 a 67,5), 8. Motejlek (ČSR) 191,5 (58,5 a 62,5), 9. Nevlud 190 (58 a 65,5), 10. Felix 187 (55,5 a 63).

**Sdružený závod:** 1. Melich (ČSR) 447,5 b. (běh 204 b., skok 207,5 bodu), 2. Böhme (NDR) 441,9 b. (208 a 233,8), 3. Lahr (ČSR) 436,5 bodu (202,5 a 234), 4. Farský (ČSR) 437,7 b. (200 a 234,7), 5. Kubica (ČSR) 435 b. (200 a 233), 6. Jussila (Finsko) 432,5 b. (193,5 a 239 b.), 7. Flauger (NDR) 429,7 b., 8. Nüsser (ČSR) 427,8 b., 9. Körner (NDR) 418,5 b., 10. Jindra (ČSR) 414,6 b.

**Ženy — 5 km:** 1. Patočková 20:42, 2. Martinssonová (Švédsko) 20:46, 3. Benešová 20:47, 4. Fialová 21:20, 5. Krasilová 22:04, 6. Srnková 22:09, 7. Lauermannová 22:14, 8. Elofssonová (Švédsko) 22:41, 9. Stehlíková N. 22:48, 10. Kamlerová 23:19.

**Běh žen na 10 km:** 1. Martinssonová (Švédsko) 42:28.1 min., 2. Patočková 43:17.1 min., 3. Benešová 43:37.4 min., 4. Krasilová 44:26.2 min., 5. Elofssonová (Švédsko) 45:01.4 min., 6. Fialová 45:01.8 min.



Expertka FIS Švédka paní Inge Löwdin a vedoucí delegace NDR sou-druh Kühnrich při prohlídce náhradních tratí ve Spindlerově Mlýně

# POZNÁMKY lékaře k MS 1958 v Lahti

Výprava odjížděla z Prahy v uspokojivém zdravotním stavu. Vl. Melich překonal bez komplikací chřipkové onemocnění, které jej postihlo při mistrovství republiky. Cestu letadlem přestála celá výprava dobře.

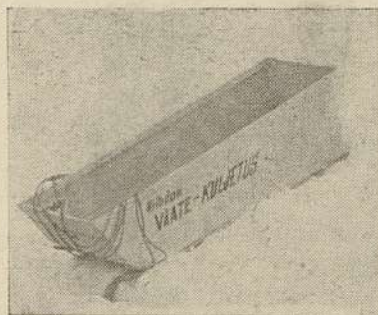
Prvé závody v Helsinkách zastihly naše družstvo ještě v období nedosta- tečné aklimatisovanosti, což se projevilo zvláště v běžeckých disciplínách. Zá- vod se totiž jel na mořském pobřeží za silného mrazu (kolem  $-20^{\circ}\text{C}$ ) a za pro nás nezvyklé vysoké relativní vlhkosti vzduchu. Při závodě ve skoku se zranil náš jediný skokan Remza, utrpěl otřes mozku, a jak jsem zjistil druhý den, ještě navíc poranění kolenního kloubu. Pro možné nebezpečí z případných kom- plikací, bylo nutno ponechat jej několik dní v nemocničním ošetření. Rovněž Ma- toušovi se při těchto závodech obno- vilo staré namožení lýtkového svalu, což se i při vši další dostupné péči proje- vilo na jeho výkonnosti na mistrovství světa v Lahti.

Během dalšího pobytu se družstvo plně adaptovalo na změněné podmínky prostředí. Podarilo se i závěs zvlád- nout potíže, které měli někteří závod- níci se stravou, jednak pro chuťovou odlišnost, jednak vzhledem k volnému výběru. Stravu bylo třeba doplňovat prakticky pouze po stránce vitaminové. Během tréninku a i při závodech došlo pak k několika drobnějším onemocněním i poraněním, které však neměly, vzhledem k okamžité léčbě, vliv na vý- konnost závodníků. Remza absolvoval zá- vod po velmi chudém tréninku, po pří- chodu z nemocnice bylo nutno dát kon- četinu ještě na 3 dny do sádky, a je po- chopitelné, že po tak nepřijemném zra- nění, neměl svoji nejlepší formu.

Při společném pobytu se Sovětskými závodníky jsem měl možnost si povšim- nout jejich bezvadné tělesné připrave- nosti dosažené cílevědomým celoroč- ním tréninkem. Později jsem mohl si to- též ověřit i u finských běžců, kteří ves- mšes jsou výjimečně morálně i fyzicky disponováni, a o vítězi mezi nimi roz- hoduje každý sebestlepší pokles formy.

I když zájem o sport a zvláště o ly- žářství je mezi finskými lékaři obrov- ský, myslím, že se u nás věnuje po zdravotní stránce jak samotným spor- tovcům, tak zajišťování lyžařských zá- vodů větší péče.

Dr. KORECKÝ



Transportní saně ve Finsku

# Naše naděje

Ani nevím, kde a jak bych měl začít. To- lik krásných dojmů jsem si přinesl a se mnou snad každý, kdo byl přítomen prvním celostátním výběrovým závodům žactva v klasických disciplínách, narychlo přelože- ným do Harrachova.

Bylo to krásné, upřímné, roztomilé. Auto- busy přivázejí naše nejmladší závodníky a závodnice z celé republiky do pěkného hor- ského prostředí. Padá sníh, slabě mrzne.

To je všude ruch! Nejdříve do závodní kanceláře, která je umístěna ve zdejším osmi- letce. Přivítání soudruhem Springrem, kte- rý kontroluje legitimace a hlavně se všimá, zda mají všichni lékařskou prohlídku, pak soudruh Cívín vydá stravenky a informuje o ubytování a již si soudruh vedoucí odvádí svoje svěření do ubytoven. Rodičovské sdružení a zdejší škola vyřešily neostatek lůžek tak srdečně a prostě, jak srdeční a prostí jsou zdejší lidé. Část naláze uby- tování ve škole a zbytek si odvádějí domů pionýři a pionýrky z Harrachova, aby hos- tům připravili na těch pár dní příjemný pobyt.

Jen si odložil ten svůj batoh, již jsou venku. Hemž se kolem školy, je zde jako v úlu. Ruch, život, veselí, ale kázeň. »Sou- druhu vedoucí, můžeme si vyjet na trať?« Kdo by odolal. »Ano, ale za hodinu ať jste zase tady.« A již peloton nadšenců se ztrácí za nejbližšími domky. Slunce se již pomalu kloní za Štěpánku. Sníh přestává padat a od severu se vyjasňuje. Večer je již klid, pravá zimní pohoda.

A to ráno, jaká krása! Slunce nás probouzí a vyhání ven po vydatné snídani na sníh. Soudruh učitel Štoček a známý závodník soudruh Cillich — stavitelé tratí — je mají projetě a bezvadně připravené na závod. Jsou to tratě opravdu velmi hezky volené, ne lehké a ne těžké, bezpečné. Brávo, chlapi!

Ke škole se to začíná sjíždět. Všude hloučky tajemně se radí o těch záračných Switech, Rexech a já nevím, jak se všechny ty vosky jmenují. Prostě, naprosto odborné bavení. »Hele, tomu to stoupá. Koukej, ten to kope.« Opravdu, delší chlapec to pádí kolem nás a jednomu to nedá, aby se za ním nepodíval. Pěkně ustrojený, jako všichni tady, krásný pohyb jeho těla, na hlavě se mu do rytmu běhu pohybuje čepička. No, hotový závodník. Tamhle zase skupina dívek se o něčem radí. Za chvíli je vidíme někam uhánět. Jejich styl a rychlost nijak nepokulhávají za chlapi.

V 10 hodin stojí všichni v řadě k slavnostnímu zahájení závodů. Rozhlas narychlo poří- zený neúnavným a ochotným soudruhem Kosem již vyhrává. 200 chlapců a děvčat stojí před tribunou a vylaskají. Uprímná slova soudruha předsedy MNV Hadravy, ředitele závodu J. Hendrycha a dalších, vyvolají ohlas u pozorných posluchačů. Slib přečtený pionýrem a pionýrkou zdejší školy je ukončen hromadným »Tak slibujeme!«. Rozchod k obědu, rychle se najíst a pak to začne.

Je přesně 14 hodin. Startérův povel a boje začínají. Několik minut bojovného vypětí, vy- trvalosti, a je v cíli. Na dojíždějících není vidět žádná únava, někteří vypadají tak, že by mohli jet ještě jednou. Tatové a mámy, kteří měli tu čest vidět svoje naděje závodit, spokojeně září. Jak asi dopadl ten můj Toník, Pepík, Jenda, Mařenka, Iva atd.? »Hned si vezmi kabát,« starostlivě domlouvá táta právě z tratě se vracívšimu Pepíkovi. »Tati, ty si pořad o mně myslíš, že jsem ještě dítě.« Ještě jedno napomenutí a Pepík ujíždí do školy vypt čaj a něco pojist. »Teď jede můj mladší kluk,« hlásí mi zapisovatel času v cíli, sou- druha Jeřinec z Nového Města. »Tak ať mu nezapomeneš zapsat čas.« Smích, radost, spo- kojnost. »Helenko, Helenko, vydrž a hop,« povzbuzují dívky z Trutnova svojí závodnicí Helenku Satorovou, která běží opravdu velmi stylově. Teď zase přibíhá Čiřařová, Cillichová, Sýkorová. Tolik známých jmen dřívějších závodníků. Ano, to jsou jejich děti — naše naděje. Balzar, Matějásko, Jenka, Tauchman, atd. Zatím dobíhají poslední čísla, závěr s obráceným startovním číslem a odchod domů. Zase debaty, nikde žádné reptání, žádný protest, všichni jsou spokojeni. Po vydatné večeři spánek. Jistě mnoho dojmů z prvního dne a možná krásných snů.

Druhý den je podobný prvnímu — myslím počasím. Ruch se přestěhoval od školy k můst- kům na Čerták. Od rána zde chlapi zkoušejí svoje skokanské umění. Dívky je svou přítom- ností povzbuzují. To je skoků! Sotva borec dopadne, již je zase nahoře — a znovu...

Na cestě se setkáváme s našimi chlapi. Pozdravení a moje otázka: »Kluci, tak jak to jde?« Výmluvný Ulrych hned: »Soudruhu učitel, jde to až dolů (daleko se skáče). Tuhle Franta měl dva přímá leháry.« — »No a proč ještě neskáчете?« — »Když jich tam je moc a my můstek známe, tak ať skáčí naši hosté,« vyhrkne ze sebe jeden z nich. Nabídnou mi bonbon a již pospíchají někam za zábavou.

V polední přestávce pod dohledem odborníků inž. Luďky Šablatury a Tondy Lenemayera dostává můstek vzhled opravdu ukázkový. Taková slova Tondy Mrklase, že ještě tak upravený tento můstek neviděl, svědčí o tom, s jakou péčí byl upraven.

Krátce po 14. hodině závod začal. První skoky jsou opatrné, ale v příštích kolech nás někteří chlapi oslnili velmi krásnými skoky. Lukeš z Harrachova, nebo Kučera, Rázl z Trutnova, Žižka z Vysokého, Albrecht a další a další jen potvrdili, že nám vyrůstají zdatní skokani. Hoší, jen ne primadonství, s tím to ještě nikdo daleko nedotáhl! Viděli jste, jak skromný byl malíčký Hönl z Pernínku? Ten chlapec na těch lyžičkách byl jako z gumy. Dobře to vystihli sami chlapi. »Soudruhu, ten tak mít skočky.« — »Chlapi, bude je mít a přišťe ho již na nich uvidíte.« — Jdeme spokojeni od můstku a deba- tujeme o mladých skokanech. Kdyby tak všichni u toho vydrželi, to by bylo závodníků a jakých!



St. č. 137 Jandová (Harrachov) a č. 138 Hájková (Č. Tebová)



Poslední den si asi Krakonoš řekl, že vyzkouší, jak budou mladí bojovat v chumelenici. Byl asi překvapen. To jim vůbec nevadilo! Štafety byly napínavé a bojovné. V předávacím území to někdy vypadalo jako v té chumelenici. Několik pádů, rychlý vztyk a ještě rychlejší odjezd.

Když Jitce Cisařové dokonce v chumlu shodily spoluzávodnice z nohy lyže a drobek poškodily vázání, klidně vystoupila stranou, vázání si opravila, lyži připnula a jela jako blesk. To vše bez jediného slova, bez reptání.

Pak přišlo ukončení závodů, vyhlášení vítězů a rozdávání cen — pokud se tomu tak mohlo říci. Všichni jsme se sešli v chodbě školy. A tady byla chyba opravdu veliká. Správně to vystihli při jedné mezinárodní závodech cizinci. — »Jen se dívíme, když máte tak bezvadně provedené závody, že je tak nedůstojně končíte.« A mají pravdu. To má být vyvrcholení závodů, hlavně u dětí. Na stupni vítězů stojí ti, kteří to nejlépe umějí a čekají na ceny. To by se příště nemělo opakovat, aby se jim jen popřelo a jednomu z nich dala plaketa. Nevím, kde jsou ve skutek proměněná slova, tak často slyšená na školních a psaná v novinách a časopisech. Děti, to je naše naděje, práce s nimi je vděčná, musíme se jim plně věnovat a nesmíme je nikde zkracovat o to, co si zaslouhují. Snad si i zaslouhují nějaký referát do denního tisku. A co novináři, kteří nám mají také pomáhat propagovat tento pěkný sport?

Na ukončení k mládeži promluvil soudruh Kunert, který ke konci řekl: »Chlapci a dívky, boje na tratích a můstku skončily. Zítřej se vrátíme zase na svá pracoviště, vy do školních lavic. Pracujte tak houževnatě, jak jste zde v Harrachově bojovali. Budeme z vás mít radost. Na shledanou na příštích závodech.« Mohutný potlesk a provolání zdaru příštím přeborům udělalo tečku za tím vším.

Autobusy, chumelenice, stisky rukou, to vše patří k loučení. Poslední zamávání a odjezd. Přáli bychom si, aby vás bylo více a více. Je to tak hezké závodit. Učíte se bojovat, vydržet, překonávat potíže, připravuje vás to pro život.

A vy rodiče? Přijďte se jednou podívat na takové závody. Jistě pak řeknete: »To já musím toho našeho kluka také popohnat, aby závodil.« Příštím přeborům žactva hodně zdaru a vám všem, kdo pracujete s mládeží, v této práci hodně úspěchů.

KAREL DOUBALÍK, Vysoké nad Jizerou.



#### VÝSLEDKY I. CELOSTÁTNÍCH VÝBĚROVÝCH ZÁVODŮ ŽACIVA

Skok prostý: 1. Rázl Jiří, Jiskra Harrachov, 195,3 bodu, 2. Slovák H., Spartak Vrchlabí, 186,8 b., 3. Ulrych Jiří, Jiskra Harrachov, 185,1 b.

Štafety 3X2 km hoši starší: 1. Liberec I. (Starové, Hendrych, Fajstauer), 41,20 min., 2. Jihlava I. (Honzl, Jelínek, Boháč) 42,03 min., 3. Hradec Králové I. (Chládek, Žížka, Pohl) 42,47 min.

Štafety 3X1 km dívky starší: 1. MV Praha (Zdenková, Riedlová, Vacková) 21,08 min., 2. Jihlava I. (Kadlecová, Komínková, Vadínská) 21,34 min., 3. Hradec Králové (Kotyzová, Hamplová, Sátorová) 22,14 min.

Štafety 3X1 km hoši mladší: 1. Liberec I. (Ulrych, Sedláček, Beneš) 19,39 min., 2. Jihlava I. (Vojanec, Jelínek, Štefl) 20,06 min., 3. Liberec II. (Rýgl, Rázl, Kučera) 20,53 min.

Štafety 3X1 km dívky mladší: 1. Liberec I. (Havlová, Cisařová, Jandcová) 23,49 min., 2. Pardubice (Hamerníková, Hájková, Brusenbauchová) 23,58 min., 3. Liberec II. (Balušková, Baldínská, Šebová) 24,30 min.

*Před nástupem nejmladších v Harrachově*



## Výchovou za rekordy

Současný problém správné výchovy lyžařských závodníků stojí v popředí veškeré naší činnosti. Přestože v našem sportu z výchovného hlediska není situace zdaleka tak ožehavá jako u jiných sportů, nelze nevidět i mnoho vážných nedostatků, které je třeba vymýtit za podpory všech pracovníků. Především je nutné si uvědomit, z jaké situace vycházíme. Promítneme-li si všeobecně výchovnou práci uplynulých let, pak vidíme, že systematické výchovné působení nebylo prováděno. Za dané situace se nevytvářel správný poměr závodníka ke svému sportu, činovníkům, trenérům a sportovnímu prostředí.

Nyní stojíme před dlouhodobým úkolem napravit tyto nedostatky. Nejprve je potřeba si připomenout, čeho chceme dosáhnout. Naším cílem je trpělivou, houževnatou a cílevědomou činností vychovat ze sportovců mravně vyspělé lidi, vypěstovat u nich zdravou národní hrdost, smysl pro povinnost, odpovědnost k reprezentaci, skromnost, bojovnost, houževnatost, dobrý poměr ke kolektivu a slušné chování ve společnosti. Vychovat čestné, rovné, charakterní lidi, kteří právě s těmito vlastnostmi budou mít předpoklady dosáhnout i lepších výsledků ve svém sportovním zápolení.

Vhodné prostředí k plnění těchto výchovných úkolů je přirozeně na soustředěných i soutěžích. Zde můžeme dobře sledovat povahové vlastnosti jednotlivců a zjištěné nedostatky v zárodku odstraňovat. A to uvážlivě, buď formou soukromé rozmluvy, nebo za pomoci celého kolektivu v případech nenapravitelných rušitelů naší snahy tvrdě zasahovat. Nejširší pole působnosti této záslužné práce nalézáme jedině v oddílech. Oddíly mají ty nejlepší podmínky, jak působit na své členy a je jejich povinností hodnotit závodníky nejen z hlediska sportovních výkonů, ale i z hlediska chování a starat se o nápravu.

Myslíme-li na budoucnost, pak je třeba, abychom nejvíce sil soustředili na úsek práce s mládeží. Nesmíme připustit, abychom na tomto úseku proměškali jedinou příležitost, směřující k dosažení našeho cíle. Velkou odpovědnost tu nesou hlavně trenéři a cvičitelé.

Výchovnou práci, pokud se týká masového lyžování, se musí zabývat i naši cvičitelé. Zde se jedná o poněkud odlišný způsob práce, avšak i tady chceme mít řádné reprezentanty lyžařského sportu.

Velmi působivým pomocníkem ve výchovné práci je vlastní příklad. Jako předvádí trenér nebo metodik požadovaný technický prvek co nejlépe, tak stejným způsobem, tj. příkladným chováním, působí výchovně. Práce člověka, který by taktó nevystupoval, by nebyla přínosem, spíše naopak. Naším úmyslem není zavádění klášterní výchovy. Chceme, aby vzájemný poměr byl srdečný a kamarádský, přesto však naše stanovisko k přestupkům, k neplnění povinností ke kolektivu atd., musí být tvrdé a nesmlouvavé.

Zmíním-li se nakonec o lyžařských pracovnících, pak vidíme, že vzhledem k průměrnému věku se jedná převážně o vyzrálé lidi, u kterých nesprávné chování, nedostatky ve vystupování atd., by měly být výjimkou. Přesto však je třeba, aby i oni si osvětlili správné zásady výchovné práce, pokud je toho třeba. Nyní je třeba soustředit všechny síly k tomuto úseku naší práce, který by co nejdříve neměl být pro nás problémem.

JIRÍ RICHTER,

člen ústřední výchovné propagační komise

*Lyžařství* 5

## Klasické disciplíny majstrovstiev Slovenska 1958

Symbolika 10. výročia Víťazného februára a v tej súvislosti otvorenie Telovýchovných slávností na Slovensku viedli lyžiarsku sekcii SÚV ČSTV v Bratislave k tomu, že tohoročné majstrovstvá v klasických disciplínach zverili kraju Banská Bystrica. Tam v staroslávnom meste, odetom novými dejinami slávneho Slovenského národného povstania, pripravili pracovníci agilného lyžiarskeho oddielu TJ Červená hviezda toto podujatie.

Každý rád išiel do Bystrice. Veď nie nardarmo hovorí staré príslovie »Za živa v Bystrici...« Trochu chudobné snehové podmienky pripravili o spánok nejedného z funkcionárov majstrovstiev pár nocí pred podujatím. Nuž a predsa, keď sa vo štvrtok 6. februára 1958 majstrovstvá otvárali — miesto snehu — pršalo... Lyžiariovi netreba už viac hovoriť. Vie si predstaviť, čo námahy treba vynaložiť, aby za takýchto nestálych poveternostných podmienok pripravil lyžiarske preteky. No miestni pracovníci, doplnení viacerými pracovníkmi z ostatných krajov Slovenska, sa toto podobrali vykonať. Nuž a ako asi skončili? Veru naozaj smelo možno povedať, že nie najhoršie. I keď museli »putovať za snehom«, a to v prvý deň na skoky dorastu a skoky pre združené preteky do Laskomeru, na beh pätnástky do Králik, kým kratšie trate — rozmarm prírody — bolo možné uskutočniť na »záhumní« Bystrice — nad staveniskom nového všesportového štadióna pri sídlisku Fončorda. Od tridsiatky sa ustúpilo — lebo boli predo dvermi majstrovstvá ČSR s ich vytrvalostnými pretekami — bežali sa štafety a skoky prosté bolo možné absolvovať za pomerne dobrých snehových podmienok na veľkom mostíku nad mestom v úbočí zvanom Srnková.

I samotní usporiadatelia v bulletine, ktorý vydávali pri tejto príležitosti, si úvodom povedali: »...snažili sme sa na tieto majstrovstvá zabezpečiť napriek mnohým ťažkostiam tie najlepšie podmienky...« Veríme v ich pravdivosť — nuž ale, či sa im to všade podarilo!? To si overili samotní účastníci. Niektorí to prijali s uznaním a podakovali si i poľhali. Bolo naozaj kus práce treba preteky v takomto klimate — i keď vo februári — v Bystrici pripraviť. Nebola to taká Bystrica, ako sme ju zvykli poznať, keď bola odená v hermeline snehu a štafety mohli byť celkom z prostriedku mesta. Snehu veru pochybelo. Tak sa muselo prikročiť k niektorým improvizáciám a eventuálne nedostatky sa stali okatejšími. Pri tom všetkom — musíme si povedať po chlapy — pre budúcnosť bude treba viac dôslednosti i pri improvizácii. Bár by to už nemuselo byť a podobné preteky by sme vždy mali radšej na dvojmetrovom snehu!

Nuž a pri týchto podmienkach — hoci pretekárov bolo vyše stovky — pochybeli tu i tam — diváci! To je naozaj na škodu. Veď najmä pre behy potrebujeme vytvárať ľudskú základňu. Na skoky totiž ľudia došli.

Celkove v bežeckých disciplínach mladších kategórií — bez rozdielu pohlavia — vidieť hmatateľný rast do šírky i výšky. O prvenstvá bojovali mladí z kraja Žilina a Bystrica. Markantným je zjav z obce Važec, ktorá zo svojej Lokomotivy dodala vyše 10 mladých reprezentantov kraju. Čo na to ostatné dediny v tomto prevažne horskom kraji? Z nich dvaja získali hrde tituly majstrov svojich kategórií! V Bystrickom kraji — zostáva pre Bystricu len názov — kým miesta v hrote jednotlivých skupín obsadili — Kremničania a predbežne aklimatizovaní Zvolenčania. Máme na mysli už preteky starších — muží a junióri.

Radostným je fakt, že je už väčší záujem i štart na behoch i medzi dievčatami. Chceme veriť, že dievčatá zotrávajú pri behoch ešte pár rôčkov, aby sme už konečne mohli

## Mladí bojovalo na Pustevnách

Ve dňoch 21.—23. února 1958 bylo na Pustevnách mimořádně rušno. Sjezo se tam 182 našich nejmladších závodníků, chlapců a děvčat ze 17 krajů naší republiky, aby se zúčastnili »Celostátních výběrových závodů mládeže ve sjezdových disciplínách«, které z pověření ÚV ČSTV uspořádala lyžařská sekce kraje Ostrava.

V pátek byl tréninkový den a v 17 hodin nastoupili všichni účastníci k slavnostnímu zahájení před Líbušínem a složili závodnický slib.

V sobotu začaly závody slalomem. Krajský trenér mládeže soudruh Jiří Hrňa byl postaven před velmi těžký úkol, jak postavit slalom, který by svou skladbou odpovídal celostátnímu měřítku. Neměl svah s potřebným sklonem a nezbylo mu proto nic jiného než slalom postavit na horním konci velké sjezdovky, kde byl sněhové podmínky celkem dobré. U starších chlapců ztížil trať v polovině skupinou devíti uzavřených branek. Jejich trať měla 38 branek. Celkem startovalo 81 starších chlapců na 2 kola a závod během dopoledne byl absolvován. V polední přestávce byla trať přestavěna a zkrácena na 30 branek. Ve 13 hodin bylo odstartováno dvoukolově 16 mladších a 24 starších dívek, a závěrem 49 mladších chlapců.



Počasí bylo velmi nepříznivé. Silný vítr, doprovázený sněžením se změnil odpoledne v metelici s mlhou; podmínky byly velmi těžké. Největší zásluhu na zdárném průběhu sobotního slalomu měl soudruh Hrňa, který od časných hodin ranních až do tmy obětavě pracoval na úpravách a přestavbě tratí a po skončeném závodě již za tmy připravoval trať pro sjezd na příští den.

V neděli se počasí umoudřilo, vítr ustal, slabě sněžilo. Sjezd se jel v horní polovině Velké sjezdovky a trať byla proti původně plánované o část zkrácena.

Jak to vypadalo s jednotlivými výkony? Bojovalo mládí. A heslo, které bylo umístěno na hlavní tribuně — »Mládí, krásná a radost« — plně také vystihlo spokojenost přítomných z výkonů, které viděli. Všichni závodníci dokázali, že nemusíme mít obavy o naši budoucnost v lyžařském sportu, ovšem bude-li řádně vedena a věnována jí ta péče, kterou potřebuje a také zasluhuje. To se však stane teprve tenkrát, až usnesení o mládeži nezůstanou jen na papíře, ale začnou se provádět.

Závěrem bych chtěl říci ještě některé klady a zápory tohoto již druhého celostátního závodu mládeže. Je nutné vyzvednout dobrou organizaci a obětavou práci rozhodčích v čele se soudruhem Zd. Vojtíškem. Na oba závody bylo pouze devět rozhodčích. Bezdrátové spojení cíle se závodní kanceláří umožnilo, že závodníci při svém návratu na chatu věděli již předběžné výsledky. Za pomocné práce administrativní a úpravu tratí patří dík »rodičovskému sdružení ostravských dětí. Vkusné byly kahaníky, symbol Ostravského kraje, které obdrželi první tři z každé kategorie. »Zpravodaj« informoval vedoucí krajů o všem co potřebovali. Starty jednotlivých kategorií byly časově rozděleny, takže děti zbytečně nemrzly.

A nyní k záporům: Malé bylo pochopení některých zaměstnanců hotelu Tanečnická k lyžářům a hlavně dětem. Naprosto nedostatečný byl stav rozhodčích a pořadatelů (ústedř povolilo pouze 20). Nedostatečně propozice vydané ústedřem způsobily zbytečné rozladění, poněvadž někteří závodníci neměli legitimace a lékařské prohlídky. (Poznámka redakce: V rozpisích lyžařských mistrovství ČSR na str. 4 je podrobný záznam o všech náležitostech, které musí závodník předložit při prezentaci.) Závod nebyl vypsan jako dvojkombinace a na žádost všech krajů budou propočty provedeny až dodatečně. V příštím roce bude nutné tyto závody uskutečnit o pololetních prázdninách, a to společně s klasickými disciplínami, jako trojkombinace nebo čtyřkombinace. Toto byl požadavek předsedy komisi mládeže na podzimním zasedání v Brně, na který nebyl vzat zřetel. Děti nesmějí přijet až těsně před závodem. Dlouhá jízda ze vzdálených krajů je vyčerpávající.

### VÝSLEDKY

**Slalom — chlapci starší:** 1. Cerman 80,2 vt., 2. Novotný 81,9 vt., 3. Petřík (všichni Hradec Králové) 82,2 vt. — **Chlapci mladší:** 1. Vojtěch (Hradec Králové) 64,0 vt., 2. Stoček 66,0 vt., 3. Habr (oba Liberec) 69,9 vt. — **Dívky starší:** 1. Živcová 73,2 vt., 2. Kovaříková (obě KV Praha) 75,6 vt., 3. Šafránková (Hradec Králové) 77,5 vt. — **Dívky mladší:** 1. Bubeníková 70,4 vt., 2. Zemanová (obě Hradec Králové) 78,4 vt., 3. Treschnerová (Ústí n. L.) 81,9 vt.

**Sjezd — chlapci starší:** 1. Juroška (Ostrava) 74,5 vt., 2. Martin (Liberec) 75,0 vt., 3. Ponec (Hradec Králové) 75,4 vt. — **Chlapci mladší:** 1. Pažout (Košice) 80,0 vt., 2. Aliger (Pardubice) 80,7 vt., 3. Vojtěch (Hradec Králové) 82,1 vt. — **Dívky starší:** 1. Hrubá (Brno) 83,0 vt., 2. Živcová (KV Praha) 84,9 vt., 3. Bartošková (Olomouc) 86,3 vt. — **Dívky mladší:** 1. Budeníková 84,0 vt., 2. Zemanová (obě Hradec Králové) 86,6 vt., 3. Jakšíková (Ostrava) 92,0 vt.

L. JAKŠÍK, Ostrava

postaví i štafety žien z jednotlivých krajov. Združené preteky neboli dost obsadené. Tu sa javí potreba dôslednejšej prípravy adeptov a ich systematickejšie vedenie pre túto disciplínu lyžiarskej všestrannosti.

V pomere oproti vlnajším pretekam tohto druhu, ktoré boli na Štrbskom Plese, kde sa preteky v skokoch nemohli vôbec pre nedostatok snehu uskutočniť — v silne vzostupnej tendencii sa nám ukázali byť skokani. Celoslovenský primát obhájili si bratislavskí pretekári — Osvald a Peško. V mladších vekových skupinách zase dominovali Bystričania — pretekári z okolia Banskej Bystrice. Tento skokový rast je síce značný v celoslovenskom meradle, no predsa len zaostáva v celoštátnom meradle!

Zaujímavým bol i vekový priemer pretekárov. Zdá sa, že sa i tu omladzuje. No pri tom všetkom napríklad výkon jedného nie síce starého, ale predsa aspoň staršieho pretekára Rusku z Vysokých Tatier, ktorý na štafetových behoch docielil najlepší čas dňa, svedčí, že so staršími treba ešte rátať!

Preteky ako komplex sa snažil organizačný výbor pri LS KV ČSTV v Banskej Bystrici dobre zabezpečiť propagačne — vkusné propozície, plagáty — obrazový i textový, pásovka, bulletin atď. Veď majstrovstvá sa konali ako úvodné podujatie Telovýchovných slávností, i keď ich slávnostné otvorenie bolo až na telovýchovnej akadémii v Národnom dome, kde mali lyžiarí len »záver — po závere« — totiž len rozdelenie cien.



# Poznámky trenéra k mistrovství republiky ve sjezdových disciplínách

ANTONÍN HUSÁK, Praha

Špindlerův Mlýn — 3. až 5. března

## SLALOM MUŽŮ

Vzhledem k časově náročnému programu hned prvního dne — pondělí — měl být první závodník ve slalomu mužů odstartován již o půl deváté! Ale do rána napadlo opět tolik nového sněhu, že nezbylo než začátek odložit, aby se vytyčené tratě mohly znovu řádně ušlapat. Pomáhali při tom svorně vojáci, činovníci i závodníci, ale bohužel tvrdou pistu se jim již nepodařilo utvořit. Další zdržení bylo zaviněno tím, že proti přesnému časovému rozvrhu nevyvezl zavazý výťah spojarům materiál a přístroje ke startu, takže se značným zpožděním museli vše odnést ke startu pěšky. Bylo úplně zimní, nevlidné počasí, neustále sněžilo a vál ostrý vítr, takže čekání na odkládaný start nebylo příjemné ani činovníkům a tím méně závodníkům, jimž to určitě neprispívalo k dobré náladě a možná, že i některým to pak i vadilo v lepším výkonu.

Obě tratě slalomu mužů měly stejný výškový rozdíl cca 190 m a také stejnou délku 620 m; měly co do stavby vysokou hodnotu (i když se svým pojetím od sebe téměř zásadně lišily), takže plně odpovídaly požadavkům mistrovských slalomů. Tentokrát výborně připravený špindlerovský »slalomhang« neměl své pověstné »vlno-bití« bouli, na které si ve Špindlu vždy tolik všichni závodníci stěžovali. Svah byl krásně vyrovnán a bylo jen škoda, že na dobře upravenou pistu napadlo do rána před slalomem znovu tolik sněhu, který již nebylo prakticky možno dostatečně ušlapat, ani odstranit. Tím byla obě kola, zvláště pak techničtější I. kolo, velmi znehodnocena, neboť poměrně měkká »pista« změnila během závodu svou kvalitu. I když byl průběh závodu pro úpravu tratě několikrát plánovitě přerušen, terénní podmínky se zhoršovaly, a to zvláště v horní části tratě, kde se stávala jízda stále obtížnější, neboť udupaná spodní ledová vrstva se v několika brankách prorazila, čímž vznikly nebezpečné schody, které závodníci s vysokými startovními čísly překonávali jen s největším úsilím a obezřetností.

I. kolo slalomu mužů, postavené Dušanem Charvátém, mělo celkem 64 branek, většinou zavřených, postavených ve velmi technické koncepci převážně po spádnicí, a vyžadovalo tudíž od závodníků nejen dokonalou techniku a výbornou paměť, ale i dobrou fyzickou připravenost.

II. kolo, vytyčené Lubošem Brchelem, mělo se svými 71 brankami koncepci plynulejších oblouků, takže se vcelku zdálo být podstatně lehčím než první, ale několik krásných technických fines v podobě zavřených vlásenek a tzv. »myších děr« dalo i tomuto kolu punc mezinárodní úrovně. Škoda, že celá úroveň mistrovského slalomu mužů byla přece jen trochu pokážena nepříznivým počasím.

O vyrovnanosti letošní konkurence ve slalomu mužů svědčí již to, že již v prvním kole zajeli stejný nejlepší čas (65,5 vt.) dokonce tři závodníci, a to nejprve Zbyněk Mohr, potom Evžen Čermák a posléze i Vlado Krajiňák, zatím co výborný Laco Richvalský byl za nimi jen o 6 desetin vteřiny. I když příznáme, že tentokrát nepříznivé vylosování některých našich reprezentantů (Bogdálék 23, Kurt Hennrich 19, Miša Šoltýs 17) bylo za daných sněhových podmínek značným handicapem, přece jen byl jejich neúspěch nepřijemným překvapením první soutěže. Bogdálék byl diskvalifikován již v prvním kole pro neprojetí 59. branky, Miša Šoltýs ztroskotal svou příliš odvážnou jízdou již ve 30.—32. brance prvního kola a byl rovněž diskvalifikován, a Kurt Hennrich nakonec skončil až na 15. místě, i když ukázal velkou snahu po lepším umístění. Jediny Vlado Krajiňák, jemuž zřejmě měkká trať tolik nevaďí, prokázal i se startovním číslem 20 výbornou a spolehlivou formu a nakonec po pěkné jízdě i ve druhém kole získal letošní mistrovský titul ve slalomu mužů. A jak se drželi naši mladí závodníci? Myslíme, že výborně! Zvláště technicky výborné, bojovné výkony podal Zbyněk Mohr a Laco Richvalský, což nás opravňuje k největším nadějím, že nám v nich vyrostou dva skutečně výjimečně dobří slalomisté. Také Tono Šoltýs, startující jako pátý, zajel velmi pěkné a dosáhl ve druhém kole dokonce nejlepšího času, celkově pak se umístil na 4. místě. Ještě větším překvapením byl výborný výkon Harry Slavička, který se startovním číslem 1 zajel ve druhém kole druhý nejlepší čas, o pouhou 1 desetinu vteřiny za mladým Šoltýsem, a celkově se pak umístil na 5. místě. Rovněž Bruna a Vokatý znovu potvrdili, že ještě zdaleka nedosáhli svých nejlepších výkonů, a i když již teď v civilu nemají takové výjimečné tréninkové možnosti, přece jen nese jejich dvouleté členství v byv. ÚDA své ovoce. Škoda, že po nejlepším čase v prvním kole havaroval »smolař« Čermák ve druhém kole tak nešťastně, že nakonec skončil »až« na 11. místě, ačkoliv patřil k favoritům.

Z juniorů zajel nejlépe Ondřej Bužga, který se celkově umístil na 10. místě a stal se letošním juniorským přeborníkem ve slalomu. Aniž bychom jeho výborný výkon chtěli snižovat, přece jen

musíme podotknout, že plně využil svého výborného vylosování, neboť startoval jako druhý, což zvláště tentokrát hrálo velkou roli, a měl tudíž proti ostatním juniorům přece jen určitou výhodu. Stejně kladně můžeme hodnotit i výkon druhého juniora Telgarského, který skončil při svém poměrně již nepříznivém vylosování (se start. čís. 31) jako celkově 14. — těsně před Kurtem Hennrichem. Podle předchozí formy se očekávalo lepší umístění od velmi dobrého, ale nespolehlivého Ivo Mohra, který skončil až 19., rovněž tak 21. místo Bartsche, 24. Nejdla a 30. nadějněho juniora Cociofána nemůžeme pokládat za jejich úspěch, zvláště vezme-li se v úvahu jejich výhoda v poměrně dobrém vylosování, neboť Ivo Mohr startoval jako 12., Bartsch jako 13., Nejdla jako 14. a Cociofán jako 15.

Porovnáme-li letošní výkony v mistrovském slalomu ve Špindlu s výkony při loňském mistrovství ve Vrátně, musíme ale přece jen loyálně přiznat, že celková úroveň se za poslední rok, díky zvládnutí moderní slalomové techniky většinou závodníků, podstatně zlepšila. Nelze-li to snad tak zcela prokázat u našich špičkových závodníků, pak tím rozhodněji to můžeme konstatovat o ostatních, zvláště mladých, i když je snad nutno přiznat, že loni bylo ke startu slalomu mužů připuštěno celkem 71 krajských reprezentantů, kdežto letos byl tento počet omezen pouze na 55 závodníků, takže by se dalo říci, že výběr byl tím letos zkválnitněn.

Z loňských vynikajících účastníků chyběli letos na startu zraněním zatím vyrazení Daňo Šlachta a Tonda Fučík, kteří se loni umístili na 2., resp. 3. místě, dále Sláva Pittl a Vláda Patočka, kteří se již letos s úspěchem věnují záslužné trenérské činnosti. Kategorii juniorů v loňské soutěži vyhrál Ján Mravec celkovým umístěním jako 13., letos pak vyhrál Ondřej Bužga, celkově se umístí jako 10., zatím co loňský juniorský přeborník Mravec přesto, že má letos jako voják v liberecké Dukle mimořádné tréninkové možnosti, skončil celkově až na 22. místě. Zde by se snad mělo ověřit, nechybí-li k dobrým tréninkovým možnostem členů Dukly Liberec také dobrý trenér, speciálně pro sjezdové disciplíny. Z ostatních loni úspěšných juniorů chyběl letos na startu Ondřej Chovan, nadějný Pohořalý z kraje Hradec Králové startoval letos pouze v armádních přeborech a s velmi nepříznivým vylosováním č. 69 ani závod nedokončil. Liberecký Novotný, rovněž startující jako voják (s číslem 46), umístil se také poměrně špatně — až na 33. místě. A tak se ještě ani letos nepodařilo našim juniorům naznačit dost přesvědčivě, že se dotahují nebo dokonce již vážně ohrožují hegemonii našich reprezentantů, oplyvající kromě techniky také všestrannými závodnickými zkušenostmi.



J. Rubešová dosáhla také letos pěkných výsledků



Vítěz juniorů J. Hains

### SLALOM ŽEN

Obě kola ženského slalomu byla postavena ihned po skončení I., resp. II. kola slalomu mužů, takže oba autoři — Rudla Krňoul pro I. kolo a Franta Pitucha pro II. kolo — měli podstatně ztíženou úlohu postavit i na poměrně již hodně zbrzděném svahu vlastní koncepci plynulého slalomu. Přes to měly obě tratě velmi pěknou úroveň, zvláště přírovnáváme-li je k tratě prvního kola téže konkurence na mistrovství světa v Badgasteinu, kterou tehdy postavil Nor Andersen. Na trati 550 m dlouhé, s výškovým rozdílem 155 m, měla obě kola poměrně dost vysoký počet branek — I. kolo 50 a II. kolo 53. Myslím ale, že to nebylo pro velmi pěkný průběh této soutěže vůbec podstatné, i když řády mluví o maximálním počtu 45 branek. Nechceme přece našim ženám a juniorkám stavět tratě lehčí mezinárodní úrovně, mrzí nás jen, že startujících žen i juniorek na mistrovství ČSR stále ubývá. Letošní počet celkem 30 žen a juniorek (loni 35) — při naprosto neomezeném počtu startujících — neodpovídá naší snaze proniknout zvláště v ženách mezi světové špičky. M. s. Eva Malá překvapila velmi příjemně svým návratem k mistrovskému titulu. Milka Richvalská zajela v obou kolech sice svůj průměr, ale zdá se, že není po mistrovství světa ve vrcholné formě a musela se tak tentokrát spokojit s druhým místem. Škoda, že Magda Slavíčková upadla v I. kole těsně před cílem, neboť ve II. kole dosáhla nejlepšího času, takže by to byl býval zajímavý soubor těchto tří závodnic. Smůla v obou kolech měla tentokrát Květa Merendová, která, ač je letos skutečně ve výborné formě, skončila až na 17. místě. Z ostatních závodnic potvrdila znovu Jana Švantnerová, že ještě daleka nedosáhla své nejlepší formy. Její výkony se rok od roku, ba skoro závod od závodu stále lepší. Juniorka Dáša Cermanová sice zvládla ve své kategorii jako celkově 7., ovšem zdálo se nám, že při větší bojovnosti a snad také nebyt poměrně nepříznivého vylosování (jela až 22.), mohlo být její celkové umístění ještě lepší. Také druhá juniorka Zdena Dousková potvrdila, že při poctivé přípravě může z ní vyrůst naše vrcholná závodnice. Ovšem jinak s celkovou úrovní přece jen nemůžeme být spokojeni, neboť celková diference mezi vítěznou Evou Malou (časem 120.2) a desátou Charvátovou (137.9) přece jen nemůžeme být spokojeni, neboť celková diference mezi prvním a desátým závodnicem celková diference pouze necelých 9 vteřin, ač jeli oba slalomy podstatně delší a těžší. Je jasné, že většinu našich žen i juniorek stále ještě chybí živá bojovnost ve slalomu, která dnes patří již k naprosto samozřejmým předpokladům vítězného výkonu.

### OBŘÍ SLALOM MUŽŮ

Do těch pouhých tří dnů nahuštěný program letošního sjezdového mistrovství přinutil všechny techniky, aby se ihned po skončení slalomu žen vrhli znovu do práce, neboť bylo nutno pomoci autoru obřího slalomu mužů, Slávovi Pittlovi, aby bylo možno na téže slalomové svahu, na kterém se jely téměř celý den všechny slalomy, nejen ještě do tmy dokončit stavbu a úpravu, ale i provést se závodníci oficiální prohlídku tratě obřího slalomu mužů. A tak jsme již skoro za šera viděli siluety volně se po tratě obřího slalomu sesouvajících závodníků, aby mohli být druhý den ráno již bez dalšího zdržení odstartováni. Sláva Pittl, vytvořil velmi pěknou a náročnou trať, cca 1450 m dlouhou, s výškovým rozdílem 450 m a 46 brankami. Při stavbě sledoval cíl, aby byli závodníci přinuceni k vyvinutí maximální rychlosti, kterou svah při vhodném umístění branek dovozoval. Možno říci, že se mu to podařilo, jelikož trať se ukázala být i při poměrně pomalém sněhu natolik rychlou,

že mladší závodníci, kteří projevují při osvojování nové sjezdové techniky určitou tendenci k samoúčelné póze, byli přinuceni, aby se projevili především jako sjezdaři při rychlostním závodě. Rychlá stopa obřího slalomu byla také diktoována kvalitou sněhu, který zvláště v navátých místech nedovolil vysazení branek příliš do strany. Vcelku je možno říci, že většina závodníků, mužů i juniourů, aplikuje již nejenom v tréninkové jízdě, ale i při vlastním závodě novou techniku jízdy a že většina závodníků trať zvládla. Na některých sice před vidět zbytečný respekt před sklonem svahu a před jízdou po spádnici, což ovšem je zaviněno nedostatečným sjezdovým tréninkem. Jen ten závodník-sjezdař, který je od startu až do cíle veden stálou snahou o dosažení nejvyšší rychlosti, může ve sjezdových disciplínách a zvláště v těžko kontrolovatelném obřím slalomu vítězit. Vítěz obřího slalomu mužů, Miša Šoltýs, potvrdil opět svou ekonomicky výbornou jízdou, že mu titul mistra republiky v této disciplíně skutečně právem náleží. Znajíce výborné kvality Jaryna Bogdálka zvláště v obřím slalomu, nebyl pro nás tak velkým překvapením jeho dobrý čas, kterým se až do dojetí startovního čísla 49 zařadil zdánlivě bezpečně na druhé místo. Pak ale přišlo největší překvapení letošního mistrovství! Čekali jsme u cíle, abychom viděli naše juniory, kteří startovali takřka v jedné mezikupině, jak zvládnou obtížnou trať obřího slalomu. Většina jich jela v horním úseku velmi dobře, ale v dolním — zvláště na prudkém svahu — bylo již vidět, že mnozí nevystačili se silami. Až u čísla 49 jsme byli překvapeni, že přes poměrně již hodně rozbitou trať jel tento závodník suverénním způsobem a najížděl branky tak, jako by šlo o velmi zkušeneho závodníka. Čekali jsme se zájmem na vyhlášení jeho času, a skutečně dosažený čas odpovídal odvádné jízdě a tak se stal Arnošt Uhlíř z Gottwaldovského kraje nejen juniorským přeborníkem, ale dokonce porazil i dosud druhého Bogdálka v celkové soutěži. Byl to pro nás radostný nástup aspoň jednoho mladého závodníka na první místa ve sjezdových, na který již dlouho toužebně čekáme. Poměrně těžkou a náročnou trať absolvoval rekordní počet závodníků — celkem 106, z nichž 93 závodů dokončilo, 10 jich vzdalo a 3 byli diskvalifikováni.

### OBŘÍ SLALOM ŽEN

I když víme, že jmenovitě pro obří slalomy jsou překrásně členité terény v Malé Fatě u nás téměř bezkonkurenční, přesto můžeme být za daných okolností plně spokojeni s náhradními tratěmi obřích slalomů ve Spindlerově Mlýně, tak jak se je podařilo vytvořit oběma autorům. Arch. Karol Koza měl ovšem velmi ztíženou posici tím, že i svou trať — pro ženy — musel vytvořit na slalomovém svahu, a to teprve po skončení obřáku mužů, takže ženy a juniorky mohly absolvovat oficiální prohlídku tratě teprve těsně před závodem. I když trať obřího slalomu žen a juniorek byla o něco kratší než předchozí pro muže a juniory (1360 m s výškovým rozdílem 420 m), musel autor vytvořit o 8 branek více než Sláva Pittl (celkem tedy 54), neboť jeho trať měla odlišný charakter a byla více zaměřena na odkrytí technických nedostatků našich závodnic při projíždění plynulých oblouků obřího slalomu. Vcelku se přitom ukázalo, že s výjimkou několika předních závodnic většina jich, a což je nápadné, i většina mladých závodnic nedovede dosud v závodě použít nové techniky, v čemž pochopitelně vidíme značnou rezervu k zvyšování výkonnosti našich žen. Tentokrát se již opět projevila mezinárodní třída naší reprezentantky Milky Richvalské. Dovedla zvítězit s převahou o více než 3 a půl vteřiny před druhou Švantnerovou, která i v tomto závodě potvrdila znovu svou letošní výbornou formu. Překvapením pro nás i dívky bylo poměrně slabší umístění Květy Merendové, která sice měla určitou nevýhodu ve startovním čísle 1, ale jela velmi bojovně a odvádně, a očekávali jsme proto, že podle dosažených mezeitasů ve druhé polovině tratě zasáhne do boje o přední místa. Škoda, že Eva Mrklasová, ještě před dvěma lety stejně nadějná juniorka jako Milka Richvalská, nemůže se již druhý rok probíjovat znovu do popředí. Doufáme, že i ona se znovu najde, neboť nevěříme, že by se tak mladá závodnice spokojovala s průměrnými umístěními, kterých teď dosahuje. Také od Magdy Slavíčkové jsme rozhodně očekávali v obřáku lepší umístění. Vždyť její dosažený čas je o více než 8 vteřin za vítěznou Richvalskou a 11. místo jistě není žádným úspěchem této naší nadějně závodnice. Zato opět spolehlivý výkon jak ve slalomu, tak i v obřáku podala Jája Rubešová, která se v obou závodech umístila na 3. místě a zajistila si tím přední místo v kombinaci. I juniorek byla znovu nejspěšnější Dáša Cermanová, která se umístila celkově 8., a za ní opět Zdenka Dousková — celkově 10. Celkem startovalo pouze 28 žen a juniorek, tedy opět méně než loňského roku (32). Všechny sice závod dokončily, ovšem vcelku je možno říci, že mnohé nezvládly trať takovým způsobem, jak by se dalo předpokládat pro naši vrcholnou soutěž.

Zbytek úterního odpoledne věnovali závodníci svorně s činovníky poslední úpravě sjezdové tratě, kterou se podařilo skutečně upravit tak dokonale a bezpečně, že tím byl vynahrazen i poněkud její špatný stav v průběhu tréninků. Všeobecně pak řečeno musíme se i u nás naučit organizovat oficiální tréninky před velkými závody tak, aby byla především zajištěna bezpečnost, zvláště na sjezdových tratích. A to jednak řádnou úpravou tratí před každým tréninkem, striktním omezením doby tréninku podle programu a hlavně důsledným uzávěrem sjezdové tratě pro nestartující, kterých se až dosud stále ještě mnoho plete na našich závodních tratích i v době oficiálního tréninku.



70 LET

## arch. KARLA JAROLÍMKA



Letos 5. dubna se dožil arch. Karel Jarolímek 70 let. Pro nás, lyžaře, je to jistě radostná skutečnost. Není snad nikoho v našem krásném sportu, kdo by Karla Jarolímka neznal a nevážil si ho pro jeho nesmírnou obětavost, svědomitost, poctivost a skromnost, pramenící z jeho velké lásky k horám.

Již téměř půl století je Jarolímek v zajetí bílého opojení. Od roku 1909, kdy poprvé startoval v Pláních pod Ještědem v lyžařském závodě, prodělával a prožíval s generacími všechny úspěchy i nezdary, nejdříve jako závodník, později jako činovník. Nikdy přitom nezklamal. Jeho zásluhou poprvé zazněla v roce 1921 na slavném závodě Holmenkollen čs. státní hymna a jeho přičiněním a pod jeho vedením vyrůstali nám vynikající reprezentanti, jejichž výkony nejednou proslavily naši republiku v Evropě i v USA. Z každého úspěchu i svého soupeře měl upřímnou radost, špatný vý-



sledek ho vždy přiměl k hledání chyby a k jejímu odstranění.

Jen málo lidí se také dovede tak poctivě a nezištně s každým dělit o své vědomosti a velké zkušenosti. V tom všem je tedy Karel Jarolímek

pro příkladem nejen pro lyžaře, ale i pro příslušníky všech ostatních sportů. Proto byl také plným právem jmenován 5. června 1955 zasloužilým mistrem sportu.

Největší radost máme z toho, že se Jarolímek svého pěkného věku dožívá v plné životní svěžesti. Máme tedy plně oprávněnou naději, že se s ním budeme setkávat při lyžařských závodech ještě po mnoho let. Nemůže přece nic na tom změnit ani to, že se Karel rozhodl při letošních mezinárodních závodech v klasických disciplínách v Harrachově skončit svou práci lyžařského činovníka. Vedlo ho snad k tomu to, že před 35 lety právě v Harrachově při kongresových závodech skončil jako aktivní lyžařský závodník. My, kteří ho však známe již řadu let víme, že bez lyžařských závodů a práce při nich nezůstane. Jsme přesvědčeni, že zejména při závodech ve skoku, pro který nejvíce udělal a oslavil s námi při nich své diamantové lyžařské výročí.

Je to přání všech lyžařů. Jsem rád, že je mohu jejich jménem zasloužilému mistru sportu arch. Karlu Jarolímkovi při této příležitosti tlumočit.  
K. M.

## SJEZD ŽEN

Ve středu 5. března za pěkného zimního počasí byl po 9. hodině odstartován závod ve sjezdu žen a juniorek. Trať měly 2200 m dlouhou s výškovým rozdílem 410 m, na níž autor inž. Eda Hromádka vzhledem k výbornému stavu nevytýčil tentokrát vůbec žádné branky (špindlerovská sjezdovka je v tomto směru tak trochu světovou kuriozitou). Závodnice nás svou poměrně hodně odváznou jízdou příjemně překvapily a většina jich absolvovala nejtěžší úseky »mužskou stopou« (»Václavák« i »Katyn« nejkratší horní stopou), které ještě před několika lety byly doménou pouze vybraných sjezdařů. Květa Merendová zajela opět jednu ze svých mistrovských jízd, plnou odvahy a bojovnosti, a dosáhla výborného času 1 min. 38,4 vt., tj. o plně 3,2 vt. lepšího než druhá Milka Richvalská. Do třetice všeho dobrého byla Jája Rubešová i ve sjezdu třetí a podala tak svůj vzácně vyrovnaný výkon ve všech disciplínách. Tentokrát zajela i Magda Slavičková na 4. místo, ovšem opět téměř 8 vteřin za vítěznou Merendovou, což se při jejich kvalitách zdá být trochu mnoho, takže ani toto umístění nemůžeme pokládat za její zvláštní úspěch. S potěšením jsme konstatovali, že se i Eva Malá dostává do plné formy, jakou měla před svým těžkým úrazem a její umístění i ve sjezdu (celkově 5.) jí bude jistě další pobídkou v úsilí o nejlepší výkon. Z juniorek zajela tentokrát nejlépe Dousková, která se celkově umístila jako 10. Zato ale výkon Dášy Cermanové byl pro nás, po jejích dobrých předchozích výkonech ve slalomu i v obřáku, dost zklamáním. Dosáhla bez pádu času 2 min. 0,5 vt., tj. o 28 vteřin horšího než vítězka Merendová (že by neměla v sobě dost odvahy pro sjezd — tj. rychlost?). Celkem startovalo pouze 27 žen, z nichž 4 závody nedokončily.

## SJEZD MUŽŮ

Po skončení sjezdu žen a juniorek pokračoval závod ve sjezdu ve společné kategorii mužů a juniorek — jako poslední disciplína letošního mistrovství ČSR. Výborně upravená trať neutrpěla takřka vůbec předchozím závodem žen a juniorek a tak se nám zdálo, že i muži a juniorky pojedou svůj sjezdový závod za téměř ideálně regulérních podmínek. Ovšem tak vysoký počet dalších startujících — celkem 115 mužů a juniorek (včetně účastníků armádních přeborů) — přece jen ani tentokrát »nepřežila« špindlerovská sjezdovka bez úhony a újmy na své kvalitě, takže nakonec opět hrálo vylosování, resp. nasazení do skupin, svou důležitou roli. Přes vysoký počet startujících a zhoršený stav ve druhé polovině závodní dráhy možno říci, že téměř všichni ješli celou trať v poměrně dobrém stylu, ovšem současně je nutno přiznat, že špindlerovská

sjezdovka svou maximální délkou 2400 m a výškovým rozdílem 450 m zdaleka již neodpovídá požadavkům pro naši vrcholnou soutěž. O tom, že úroveň našich sjezdařů je dnes již vyšší, než vyžaduje technická obtížnost této trati, svědčí i letošní výsledky. Je téměř kuriozitou ve sjezdových závodech, že mistrovský titul byl v této disciplíně letos udělen dokonce třem závodníkům (Bogdátkovi, Stiehlvi a Vokatému), kteří v naprosto stejném čase ujeli trať za 1:45,3 min. Dalším důkazem o poměrně lehké trati je i ta okolnost, že přes 50 závodníků došlo k závodu ve »vzácné vyrovnanosti« v časech nejvýše jen o 15 vteřin horších proti času vítěze, a trochu také, že pouze 5 závodníků z celkového rekordního počtu startujících — 115 mužů a juniorek — závod nedokončili.

V kategorii juniorek zvítězil nadějný Jan Hajniš z Hradeckého kraje, který na sebe upozornil již svým druhým místem v obřím slalomu, a druhý za ním byl voják Telgarský — oba v dobrém celkovém umístění (na 15., resp. 16. místě).

## SJEZDOVÝ TROJBOJ

Bodyvým propočítáním výsledků všech tří disciplín stal se letošním mistrem ve sjezdovém trojboji zasloužený m. s. Vlado Krajčů, který zvítězil ve slalomu, v obřáku byl 5. a rovněž tak ve sjezdu — s poměrně malou časovou ztrátou 1,9 vt. od vítězného času. Velmi potěšitelné je další pořadí v trojkombinaci mužů: 2. Vokatý, 3. Brůna, 4. Stiehl a 5. Zbyněk Mohr — takže můžeme mít oprávněnou naději, že se konečně mladí závodníci prosazují proti starším a rutinanějším. Trojboj juniorek vyhrál vyrovnaným výkonem ve všech disciplínách Alex. Telgarský z Dukly Liberec, který by se v celkové soutěži s muži umístil na 15. místě. Druhé místo získal nadějný Ostravák Ondřej Bužga (celkově 18.) a třetí Jan Mravec — opět z liberecké Dukly (celkově 19.).

V ženách zvítězila podle očekávání favorizovaná m. s. Milka Richvalská a jako druhá skončila zaslouženě Jája Rubešová, která se umístila ve všech třech disciplínách na 3. místě. Za ní pak zůstala m. s. Eva Malá — sice jen o 26 setin bodu, ovšem jak v obřím slalomu, tak i ve sjezdu měla horší umístění než Rubešová. Trojboj juniorek se stal kořistí všestrannější Douskové (MV Praha) před Cermanovou (Hradec Králové), která přes to, že ve dvou disciplínách zvítězila, ztratila svůj bodový náskok špatným umístěním ve sjezdu.

A tak i když nakonec skončily boje o mistrovské tituly v náhradním místě — ve Špindlerově Mlýně — úměrně daným podmínkám zcela úspěšně, končíme s přáním, aby i na Krkonoších byly již konečně vybudovány další nové a hodnotnější sjezdové trati, které už dlouho zůstávají naší sjezdářně dlužni.

Lyžařství 9

# Několik poznatků z kurzu rozhodčích FIS

V době mistrovství světa v Lahti byl uspořádán pro rozhodčí FIS kurz, ve kterém byla teoreticky i prakticky probírána řada otázek souvisejících s hodnocením skoku na lyžích. Zúčastnil jsem se tohoto kurzu se soudruhem Bělonožníkem.

V kurzu bylo prováděno při tréninku skokanů praktické hodnocení stylu skoku a přednesena řada zajímavých referátů. Chceme vás se s Bělonožníkem postupně seznámit s obsahem hlavních referátů.

Referát Leo Järvinena, rozhodčího FIS, který se mnou rozhodoval styl sruženého skoku na olympijských hrách v Cortině v r. 1956 a letos opět na MS 1958 v Lahti, pojednával o snaze po přesnosti v měření délky skoků. Ve svém referátu Leo Järvinen v podstatě řekl:

Důležitostí měření délky skoků není věnována dostatečná pozornost. Z toho, že se strany činitelů, kteří plánují změny pravidel, není věnována velká pozornost otázkám měření délky skoků, bylo by možno usuzovat, že chyba v měření délky skoku není tak důležitá jako chyba v hodnocení stylu. To ovšem by nebylo správné, protože body za délku činí celých 50 % celkového hodnocení skoku. Prvnímu stanovisku by odpovídala skutečnost, že při 70 m dlouhém skoku chyba půl metru činí rozdíl pouze 0,5 bodu, zatím co chyba půl bodu za styl od tří rozhodčích znamená celkový rozdíl 1,5 bodu, buď k dobru, nebo k tíži skokana. Je jisté mnoho rozhodčích, kteří se touto otázkou zabývají soustavně rok od roku. Zřídka je slyšet kritiku na nesprávné měření délky, velmi řídkěji než na hodnocení stylu skoku. Přitom se současně ujišťuje, že je velmi důležité, z jakého úhlu a z které výše je pozorován výkon skokana. To ovšem dokazuje, že i u měřičů délky není chyba v měření délky vyloučena. Nejhorší případ nastává, když skokan doskočí právě na rozhraní mezi dvěma měřiči délky. Zde dochází obvykle k tomu, že jeden z rozhodčích, který je energičtější a zkušenější, oznámí délku skoku, zatím co druhý, i když není plně o správnosti rozhodnutí přesvědčen, podrobí se tomuto rozhodnutí, zejména když si je vědom, že nedošlo k žádné podstatnější chybě.

Je však jisté, že význam přesného měření délky skoků stále stoupá. Dokazují to plně poslední světové závody, kde stále častěji dochází buď k stejným výsledkům nebo k výsledkům s rozdílem jen půl bodu. Tak např. na mistrovství světa ve Falunu byl rozdíl mezi 2. a 3. závodníkem jen 0,5 bodu, na Holmenkollen v r. 1956 byl tentýž rozdíl mezi 2. a 3. závodníkem, na Salpausselkä v Lahti v minulém roce byl tentýž bodový rozdíl mezi 1. a 2. místem a rovněž mezi 4. a 5. místem. Tak může nepřesné měření vyvrátit zlatou medaili tomu, který si ji plně zasloužil. Je sice pravda, že hodnocení stylu může mít větší vliv, ale proč by neměla i otázka měření délky být věnována stejné péči, aby byla dosažena postupně absolutní přesnost. Možnosti pro to jsou.

Tato důležitá otázka může být projednávána vždy v souvislosti s tzv. Straumannovou metodou. Přechod k přesnému mechanickému měření znamená zcela novou metodu odklánějící se od dosavadní tzv. klasické metody.

Při dnešním systému provádí měření vždy vlastně jen jediný muž. To se nevyskytuje v žádném jiném sportu, aby např. olympijský výkon byl rozhodován jen jedním rozhodčím. Při porovnání s lehkou atletikou: tam vždy nejméně dvě osoby hodnotí výkon závodníka se stejného místa a hlediska. Přitom dopad nářadí nebo závodníka na rovnou plochu je možno daleko snadněji zjistit než při skoku na lyžích na strmé doskočiště. Zde téměř nikdy nezů-

stane žádná stopa, aby bylo možno dodatečně délku zkontrolovat. Pozornost měřiče délky, který stojí na svém místě, může být z různých příčin (např. uklouznutí) odvedena právě na okamžik, kdy se měl soustředit na dopad závodníka v jeho prostoru. Když v tomto rozhodujícím okamžiku je odvedena pozornost rozhodčího jen na zlomek vteřiny, může se stát, že byl skok špatně změřen. Kromě toho dochází jistě k nepřesnostem u zvláště dlouhých skoků, kde již nestojí přímo měřič délky. Ten pak musí dodatečně sbíhat dolů po svahu a jistě velmi lehce ztratí s očí místo dopadu. I délka těchto skoků má však svou důležitost zejména pro znamenání rekordů můstků, a zde, ač nerado, dochází lehce k vybočení z koleje objektivity.

Cesta k zlepšení měření. Při velkých mezinárodních závodech je již obvyklé, že na celém svahu jsou tabulky s metrovými a někdy i s půlmetrovými značkami. Tím, že tyto značky jsou ukazovány divákům, je učiněn malý krok kupředu. Tyto značky přirozeně po ukázaní se zasunou opět na své původní místo. Tím ovšem není zcela vyloučeno chybné měření. Někteří skokani často patkami lyží před doskokem se dotýkají doskočiště a při tom udělají více stop, takže tím je značně ztěženo správné určení přesného místa doskoku.

Měla by proto být na doskoku, zejména ve spodní části, prováděna měření také jako v jiných sportech, dvěma rozhodčími a to stojícími proti sobě. V případě neshody musel by rozhodovat o správné délce skoku vrchní měřič délky. To by bylo možné ovšem jen za předpokladu, že skokan

zanechal po sobě viditelnou stopu na doskočišti. Spodní část doskočiště bývá ale obvykle úplně hladká, takže není možno ve většině případů vůbec zjistit žádnou stopu, zejména měla-li by rozhodnout třetí osoba, která musí teprve na místo přijít. Tu se objevuje otázka, zda by nemělo být stanoveno pravidly, že je nutno doskočiště upravovat tak, aby bylo možno zjistit po každém skokanovi stopu jeho dopadu, když by se to ukázalo nutným. Neznamenalo by to tak mnoho práce část doskočiště, snad jen pod bodem »P« častěji upravit, jakmile se ukáže, že přesné měření je již nemožné, tzn. asi po 3 nebo 5 skocích. Zejména na olympijských hrách a na mistrovství světa, kde není velký počet účastníků, nenarušovalo by to nijak dobrý průběh závodů. Tím by se také dosáhlo, že všichni účastníci by měli stejné podmínky; místo dopadu by pro každého závodníka bylo stejně upraveno, což je zvláště významné při zledovatělém povrchu. Je známo, že i malé rozdíly v úpravě svahu mohou znamenat ztrátu rovnováhy závodníka nebo dokonce jeho pád.

Mechanické měření je cílem v budoucnosti. V posledních letech bylo zkoušeno již mnoho možností s využitím všech technických prostředků. Dochází se ke způsobu, který bude dosti rychlý a svojí přesností bude také vyhovovat. Za ideální je možno považovat měření s přesností na 10 cm, při čemž skoky například do 70,2 m by byly hodnoceny jako 70 m a 70,3 a výše jako 70,5 m. Prozatím se zdá tento problém poněkud komplikovaný a drahý. Podle posledních zpráv se však již dokončují zařízení, které umožňuje takovou přesnost měření na

## Význam pravidelné kondiční přípravy

Rok od roku roste počet těch, kteří jezdí na hory trávit svoji dovolenou. Zimní rekreace ROH, zájezdy n. p. Turista, školní výcvikové zájezdy a zájezdy jednotlivých závodů do vlastních chat přivedou každou sobotu a neděli na hory desítky tisíc našich spoluobčanů.

Lyžování však není jen rekreací. Je sportem hodně namáhavým, technicky náročným a — bohužel — úrazovým při něm je dost vysoká. Tyto tři skutečnosti odradily již hodně lidí od pravidelného lyžování, tedy i od členství v lyžařských oddílech našich jednot.

Mnoho nepřijemných následků a úrazů pomůže odstranit dobře zaměřená a správně dávkovaná kondiční příprava. Toto tvrzení snad pomůže dokázat následující rozbor.

### ÚRAZOVOST V PROCENTECH

Zkoumáním úrazovosti se zabývalo několik našich předních sportovních lékařů, odborníků i závodníků. Z jejich zkušeností jsou vybrány následující údaje.

Procento úrazů při školních zájezdech, které byly vesměs statisticky zpracovány, značně kolísá — od 2,3 do 16,9 %. Vzhledem k počtu dní následující absence považují lékaři za nutné zabývat se příčinami úrazovosti a úrazovou zábranou. Ve výpočtu úrazů jsou nejčastěji zastoupeny:

1. Neovládání lyží 43,3 procenta,
2. překážka ve sněhu 27,5—36,76 procenta,
3. těžký zledovatělý terén 29,15 procenta.

Jak lékaři dále uvádějí, mají tyto úrazy hlavní příčiny:

- a) nedostatečná technická zdatnost,
- b) malá obratnost a pohotovost,
- c) únava,
- d) vnější příčiny na lyžaři nezávislé.

Dále je zkoumána doba, kdy k úrazům došlo. V průběhu dne docházelo k největšímu počtu úrazů v poslední hodině dopoledního výcviku, tedy tehdy, kdy je únava největší. Podobně stoupá křivka úrazovosti ke konci dopoledního výcviku, kdy je také největší počet vážných úrazů. V průběhu týdenního zájezdu je pak pozorováno nejvíce úrazů druhý a třetí den, kdy se výrazně projevuje únava z cesty, z výstupu na chatu a ze zvýšené námahy proti běžnému školnímu životu. Úrazy se pak ještě zvyšují sedmý den, kdy se projeví únava z výcviku.

Uvedená pozorování se týkají zájezdů a školních kurzů. Žactvo všeobecně vzdělávacích škol mělo povinnou tělesnou výchovu dvakrát týdně, případně ještě další hodiny v dobrovolné tělesné výchově. Také počet úrazů na těchto zájezdech byl mnohem nižší, než na kurzech vysokoškoláků, kteří měli cvičení převážně jednou týdně a před kurzem je prokoušly vůbec na tři — čtyři týdny prorušili.

Tyto zkušenosti můžeme aplikovat na všechny ostatní zájezdy.

Z pozorování tedy vyplývá, že hlavními příčinami úrazů na lyžích jsou:

- a) malá technická zdatnost a obratnost postižených,
- b) únava (a ta je nepřímo úměrná tělesné zdatnosti),

10 cm. Zatím jde ovšem ještě o výrobní tajemství, celá věc však bude brzy dokončena. Pak bude možno zařízení vyzkoušet v praxi.

Sport je v první řadě hra, a zde nesmí se nikdy držet smrtelně vážné ideje, kterou se domnívá, že vynalezl na určitém úseku. Svým referátem chtěl vzbudit pozornost na další vývoj a zájem o další společnou práci v tomto tak originálním sportu.

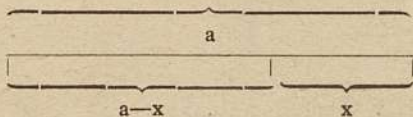
K problému přesného měření délek skoků hovořil dále Aaro Laakso, na přání předsedy skokanské komise FIS p. Kaloniemiho, o mechanickém měření délek skoků, na němž se nyní pracuje a které se právě zkouší ve Finsku. Výzkumy již dokázaly, že bude možno tímto způsobem zajistit přesné měření délek skoků. Měření je založeno na tomto principu:

Je známo, že zvuk se šíří určitou rychlostí. Dnes se mluví často o letadlech, jejichž rychlost je větší než rychlost zvuku. Rovněž je známo, že zvuk v malé rouře není tlumen a je schopen šířit se na velmi dlouhých tratích. Například na lodích se používá rour k předávání příkazů z jedné části lodi na druhou. Na těchto dvou zásadách a na skutečnosti, že doskok závodníků způsobí dosti zřetelný zvuk, je založeno měření délek skoků.

Když se položí pod sněhovou vrstvu na doskočiště po celé délce gumová trubice, pronikne zvuk způsobený doskokem závodníka stěnou trubice a tento zvuk se šíří bez tlumení oběma směry trubici. Poněvadž zvuk má konstantní rychlost, dosáhne konec ležící blíže místu dopadu dříve než vzdálenější konec. Rozdíl času, který vznikne tím, že zvuk dosáhne konců trubice v různých časech, může být změřen mikrofonem a přesnými hodinkami tak, že zvuk při dosažení bližšího konce zapne hodinky a při dosažení druhého konce trubice je zastaví. Pak

možno časový rozdíl vyčíslit přímo z hodinek. Jestliže je známa rychlost šíření zvuku trubici a celková délka trubice, lze na podkladě změřené časové difference zvuku v poměru ke koncům trubice vypočítat místo vzniku zvuku.

Tak například: máme trubici dlouhou »a«. Šíření rychlosti zvuku trubici je »v«. Ve vzdálenosti »x« je možno vypočítat takto:



Na dráze  $a - x$  potřebuje zvuk čas  $t_1$ , a na dráze  $x$  potřebuje čas  $t_2$ . Obdržíme tyto rovnice:

$$\begin{aligned} a - x &= v t_1 \\ x &= v t_2 \end{aligned}$$

z toho obdržíme dále:

$$a - 2x = v(t_1 - t_2)$$

nebo

$$x = \frac{1}{2} a - v(t_1 - t_2)$$

při čemž  $t_1 - t_2$  je změřený časový rozdíl.

Jestliže například

$$\begin{aligned} v &= 331,4 \text{ m/vt} \\ a &= 100 \text{ m} \\ t_1 - t_2 &= 0,1038 \text{ vt,} \end{aligned}$$

obdržíme, že

$$\begin{aligned} x &= 50 - 165,7 (0,1038) \\ &= 50 - 17,20 = 32,80 \text{ m.} \end{aligned}$$

Na tomto principu by bylo možno provádět měření místa vzniku zvuku s přesností až na 1 cm.

Na doskočiště se musí ovšem trubice tak položit, aby nezávisle na délce skoku zvuk dosáhl vždy nejdříve téhož konce trubice, aby vždy tentýž mikrofon uvedl do chodu hodinky. To znamená, že když chceme měřit všechny skoky, jejichž délka například leží mezi 30—80 m, potřebujeme trubici nejméně dvakrát tak dlouhou jako vzdálenost mezi 30—80 m, tj. tedy nejméně 100 m dlouhou.

Je samozřejmé, že položení jedné trubice po délce doskočiště pro měření všech skoků nestačí, protože skokani doskakují na poměrně značně široký pruh doskočiště. Z dosavadních zkušeností lze usuzovat, že trubice musí být od sebe vzdáleny asi 0,5 m, tzn. že na doskočišti musí být asi 7 trubic. Tím se dosáhne prostoru širokého asi 3,5 m, na němž je možno provádět přesná měření. Na obou koncích tohoto prostoru mohou být trubice ovšem spojeny, takže je pak zapotřebí pouze 2 mikrofonů se zesilovači a jedné hodině.

Letos byly v Lahti prozatím položeny jen tři trubice vzdálené 1 m od sebe, takže bylo možno zkušebně změřit asi 30 procent všech skoků. V průměru tedy byl změřen zatím každý třetí skok. Trubice byly položeny v hloubce asi 10—20 cm pod sněhem a měly průměr 2½ mm, tj. asi ¼ coulu. Počítá se s položením 7 trubic v budoucnu, čímž by bylo dosaženo 100procentního měření všech délek skoků.

Jak řekl Leo Järvinen, jde prozatím o finský patent, který dosud není zveřejněn, takže jsme nemohli zhlédnout funkci tohoto zařízení. Věřím však, že těchto několik poznatků přispěje našim technikům k seznámení se s tímto problémem a že snad se i sami pokusí o podobné řešení tohoto důležitějšího problému.

MILOŠ DUFFEK

## pro lyžaře nezávodníky

- c) příčiny, na něž nemá postižený vliv (počasí, sníh, překážky, špatná organizace výcviku nebo jízdy atd.).

### BOJ PROTI ZRANĚNÍM

Docházíme tedy k závěru, že ke snížení počtu úrazů musíme vedle zlepšení cvičitelské práce na sněhu věnovat mnohem větší péči zvýšení obratnosti a tělesné zdatnosti lyžařů, správné věst kondiční přípravu.

Lyžař musí pro zvládnutí lyžařské techniky mít určité předpoklady: a) obratnost, b) rychlé rozhodování, c) postřeh, d) odvalu — vlastnosti pro dobré zvládnutí techniky, e) dostatek času, který je nutno věnovat nácvičku techniky na sněhu. I osvědčený bod ovšem můžeme ovlivnit jen nepatrně. Trvání výcviku na sněhu prodloužíme o určitou dobu tím, že zvýšíme odolnost a tělesnou zdatnost.

Pohyb na lyžích se děje obvykle dlouhou dobu, zaměstnává celé tělo, venku ve volné přírodě, často za nepříznivých povětrnostních podmínek. I tomu můžeme čelit zvýšením tělesné zdatnosti a otužováním organismu lyžaře.

Shrňme-li všechny dosavadní výsledky, shledáme, že k úrazové zábraně, k rychlejšímu zvládnutí lyžařské techniky a k lepšímu využití všech kladů lyžování přispějeme, zvýšíme-li tělesnou zdatnost.

### JAK JE TO S ÚNAVOU

Namáhaný organismus jeví po určité práci známky únavy. Je tím větší, čím

větší a delší práci organismu uložíme. K zotavení a znovunabytí sil potřebuje organismus určitou dobu. Nabude nejen všech starých sil, ale ještě o něco víc. Ukládáme-li tělu pravidelně ve vhodných přestávkách správně volené množství námahy, vzrůstá jeho pracovní schopnost. Stává se rychlejším, obratnějším, silnějším, vytrvalejším.

Nezatížíme-li organismus brzy po zotavení, získaná zlepšená pracovní schopnost mizí, vrací se k dřívějším hodnotám. Další zvýšená námaha pak unaví tělo stejně jako předchozí, protože získaná odolnost zmizela. Když zatížíme organismus dříve, než se z únavy zotaví, nedovede se ještě nově unavě bránit, nedovede novou práci řádně konat. Zisk pracovní schopnosti je menší nebo žádný.

Tělesnou zdatnost tedy nejrychleji získáme, budeme-li tělu ukládat takové pracovní zatížení, aby se unavilo, ne však vysílilo, a to co nejdříve, tj. hned po zotavení z únavy.

### A JAK S OBRATNOSTÍ?

Podobně je tomu i s obratností. I ta těsně souvisí s pravidelným vykonáváním práce. Ke každému pohybu je třeba spolupráce mnoha orgánů těla. Učíme-li se nějakému složitějšímu cviku, zapojujeme pro jeho provedení mnoho zbytečných orgánů. Jedině cvičením dostává cvik správnou formu a sílu. Při delším opakování přestáváme na něj myslet, vzniká pohybový návyk.

Přestaneme-li naučený pohyb vykonávat, zapomeneme jej, ale celkem snadno si jeho správné provedení obnovíme. Čím větší zásobu pohybových návyků máme, tím tělo využívá účelněji svých sil.

Ze zkušeností tedy vyplývá, že začátek lyžařské sezóny a první pobyt na sněhu znamená značné zatížení. Je proto nutné se na zvýšené požadavky připravit. Protože však během sezóny se velká většina našich lyžařů dostane na hory jen zřídka, v nejlepším případě jednou týdně, je třeba, aby svoje občasně lyžování doplňovali jiným cvičením.

Kondiční lyžařská cvičení mají tedy za úkol:

1. Zvýšit tělesnou zdatnost, aby námaha při lyžování mimořádně neunavila. Je třeba volit takové cviky, které posilují orgány nejvíce při lyžování namáhané. Nezapomínat na všestrannost.
2. Rozvíjet obratnost a vytvořit takovou zásobu pohybových návyků, které se dají nejhodněji použít při nácvičku lyžařské techniky.
3. Přispívat k vytvoření a rozvoji rozhodnosti, pohotovosti, odvahy.
4. Otužovat pravidelným cvičením venku v přírodě za každého počasí.

Mezi lyžaři nezávodníky je dosud velká většina těch, kteří nepochopili význam kondiční přípravu. Někteří se připravují, ale nedostatečně. Cvičí před sezónou, nejčastěji jednou týdně, tedy nárazově, v nejlepším případě navštěvují oddíl ZTV, nebo ještě chodí v neděli do přírody. Těch je však málo a ještě méně těch, kteří vydrží cvičit i v sezóně nebo po celý rok.

VLADIMÍR KOVAŘÍK,  
obd. as. KTVU, Brno



# ik netechnických záběrů z Finska

se nepříhodí na každých závodech.  
rok H. Glasse (NDR). — Pohled na  
oniel. — Vrchní řada odleva: Před-  
mistrem světa na 50 km S. Jern-

bergem. — Vyhlašování vítězů závodu sdruženého: 1. P. Korhonen (Finsko), 2. S. Stenersen (Norsko), 3. G. Gundersen (Norsko). Vpravo od nich předseda FIS Mark Hodler. — Vedoucí čs. delegace V. Pácl předává předsedovi finského svazu lyžařů A. Kaskelovi vlnjku s pohárem a blahopřeje k 50. výročí založení Finského svazu lyžařů (1908—1958).

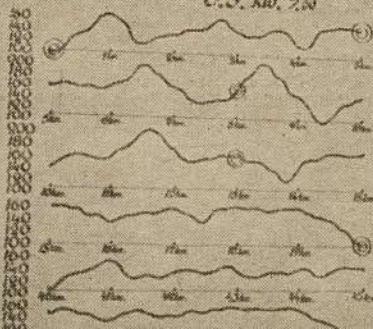


Obrázky dole odleva: Děvčátko v originálním laponském kroji. — V terénech běžeckých tratí bylo neustále rušno. Mnoho dospělých a ještě více mládeže sledovalo závody a přežždělo z jednoho úseku na druhý. Záběr z takového přesunu. — Jako na olympijských hrách (odkud je obrázek), tak i v Lahti používali Švédové v závodech na 50 km vysílačky.

Vpravo dole: Tak vypadala tabule, kde byl zakreslen profil tratě a uveřejňovány údaje o teplotě vzduchu, sněhu a relativní vlhkosti vzduchu.

## RATA-JA SÄÄKARTTA CHART OF THE COURSE AND WEATHER

50 km. HIIHTO  
CROSS-COUNTRY  
8.3. klo. 9.00



Lämpötila C° Temperature

AIKA TIME	MAALI FINISH		KORKEIN HIGHEST POINT		ALIN LOWEST POINT	
	ILMA AIR	LUMI SNOW	ILMA AIR	LUMI SNOW	ILMA AIR	LUMI SNOW
00:00						
00:10						
00:20						
00:30						
00:40						
00:50						
01:00						
01:10						
01:20						
01:30						
01:40						
01:50						
02:00						
02:10						
02:20						
02:30						
02:40						
02:50						
03:00						
03:10						
03:20						
03:30						
03:40						
03:50						
04:00						
04:10						
04:20						
04:30						
04:40						
04:50						
05:00						
05:10						
05:20						
05:30						
05:40						
05:50						
06:00						
06:10						
06:20						
06:30						
06:40						
06:50						
07:00						
07:10						
07:20						
07:30						
07:40						
07:50						
08:00						
08:10						
08:20						
08:30						
08:40						
08:50						
09:00						

Suhteellinen kosteus maalisäässä  
Relative wetness at the finish

Korkein lämpötila maalisäässä  
Highest temperature at the finish

## Členka dámské komise FIS v ČSR



Expertka FIS — členka dámské komise FIS — I. Löwdin v Praze

Dostali jsme ze Švédska pěkný dopis, ve kterém mimo jiné čteme: »S nejkrásnějšími vzpomínkami jsme se vrátili domů. Krásný zájezd se nám zdá skoro snem! Tolik pohostinství, tolik krásných zážitků jsme dosud nezažili...«

Tyto řádky nám napsala členka dámské komise FIS Inge Löwdinová (Švédsko), která k nám přijela jako vedoucí švédských závodnic. Při této příležitosti byla pověřena běžeckou komisí FIS, aby si prohlédla terény, běžecké tratě, technické zařízení a možnosti ubytování ve Spindlerově Mlýně. Jak je všeobecně známo, je Československo jeden z kandidátů na uspořádání mistrovství světa 1962. Dříve než o místě s konečnou platností rozhodne Kongres FIS 1959 ve Stockholmu, navštívili a navštíví všechna místa, která žádají o uspořádání, techničtí experti, aby na místě prohledli a posoudili vhodnost terénů, ubytování atd.

Prohlídky Spindlerova Mlýna se zúčastnila Inge Löwdinová, R. Kühnrich — vedoucí delegace NDR a za ČSR soudruzi V. Pácl, M. Kdýr a Z. Ponec.

(Pokračování na str. 15.)

## Svetoznáma trať Kandahar

Dr. DIONÝZ FERENCI

Najlepší zjazdári sveta chystajú sa každého roku s mimoriadnou starostlivosťou na tradičné medzinárodné preteky Kandahar do Sankt-Antonu (Arlberg), v celom zjazdovom svete obľúbeného a známeho podujatia. Tridsať rokov Kandaharu je úzko spojených s vlastným vývinom a uznaním alpských disciplín Medzinárodnou lyžiarskou federáciou (FIS).

Bude veľmi zaujímavé načrieť do dejín Kandaharu, do kolisky a prvopočiatkov zjazdového lyžovania, a dospieť k vysokým metám dneška.

Kandahar je mestečko v Indii, ktoré leží v malebnom údolí na úpätí najvyššieho horstva sveta, Himaláji. V tomto meste sídlil lord Roberts, veliteľ anglických jednotiek, ktorý za svoje služobné zásluhy obdržal šľachtický predikát »Lord Roberts of Kandahar«. Bol veľkým milovníkom lyžiarstva, rád navštevoval pri svojich európskych dovolenkách aj Švajčiarsko, kde v r. 1911 založil tzv. »Cenu Roberts of Kandahar« — akýsi druh kombinovaného lyžiarskeho preteku zdatnosti. Účastníci pretekov museli byť všestranne fyzicky vyspelí turisti-lyžiari. Deň pred vlastnými pretekmi museli pod kontrolou vystúpiť na lyžiach z obce Montana na chatu Wildstrubel, tam prenocovať a nasledujúci deň absolvovať 3 anglické mŕle dlhý traverz ľadovcom. Po krátkom výstupe nasledoval zjazd v dĺžke 5000 stôp, z toho vložka terénnej jazdy na ťažkej rôznorodnej trati v dĺžke 1500 stôp (zvyčajne pred cieľom). Tento nádherný a cenný pohár je vlastne najstaršou a prvou cenou za »zjazdovú« preteky. Zvláštne podmienky pretekov vyžadovali od účastníkov aj mimoriadny tréning a po ukončení prvej svetovej vojny dočítame sa už v análoch (r. 1922) vtedy najznámejšieho britského lyžiarskeho klubu v Mürren (Švajčiarsko) o potrebe kontrolných bránok so zástavkami. Prvé technické pojednanie o slalome »Style Competitions and Slalom Races« si prerazilo cestu k vtedajším vyspelým lyžiarom a v r. 1923 je na programe na majstrovstvách Angličanov vo Švajčiarsku prvý slalom, podobný dnešnému poňatiu.

Táto »disciplína« stala sa natoľko obľúbenou, že tvorila do r. 1928 najdôležitejšiu časť vtedajších lyžiarskych pretekov.

Prvá kombinácia zjazdu a slalomu objavuje sa v r. 1924 na spoločných majstrovstvách švajčiarsko-anglických, usporiadaných v blízkosti Bernu.

V tom istom roku je založený v Mürren známy anglický lyžiarsky klub »Kandahar«, na štitke s ušľachtilými myšlienkami zakladateľa a nestora alpského lyžiarstva, ktorého predseda Arnold Lunn spolu so Švajčiarom Dr. Amstuzom a Rakúšanom Hannes Schneiderom, známym pionierom alpských disciplín, úspešne bojujú pred medzinárodným fórom (FIS) o podporu a uznanie zjazdu a slalomu ako samostatných disciplín, tvoriacich alpskú kombináciu.

A už v r. 1928, keď je na vrchole alpského štítu Galzig nad Sv. Antonom pri príležitosti prvého regulárneho preteku Kandahar odštartovaný prvý pretekár, doporčuje kongres FIS vo Sv. Moritzovi provízórne vyskúšať usporiadanie takýchto zjazdových pretekov a dva roky neskoršie v Oslo vynáša priaznivé rozhodnutie o medzinárodnom uznaní »alpských disciplín«.

## Něco o lyžařském mládí ve Finsku

VOLNĚ PODLE ROZHOVORU S PANEM LINDERBORGEM V LAHTI ZPRACOVAL M. DUFFEK

Úvodem musím říci to, čeho si jistě všimnete na první pohled při jízdě vlakem z Helsinek do Lahti, cestou 130 km dlouhou. Po celou cestu vidíte na obou stranách kolem tratě lyžařské stopy. A u všech osad na těchto stopách uvidíte děti všech ročníků se školními brašnami na zádech, v různých úborech a kabátech, ale všechny na běžkách s holemi v rukou. A to je jistě začátek těch lyžařských úspěchů finských závodníků. Recept je jednoduchý: mládí! Vždyť v přípravě družstevu finských skokanů na MS byl vedle zkušených závodníků i 16letý závodník, který v tréninku předčil mnoho reprezentantů a jehož jen úraz v přípravě vyřadil z účasti na MS.

Tak jsem se vypravil za zkušeným lyžařským pracovníkem v Lahti, panem Linderborgem, kterého návštěvníci mezinárodních závodů ve Spindlerově Mlýně a v Harrachově znají jako

jednoho z vedoucích finských výprav. Šel jsem k němu, abych se trochu vyzpovídal ve volné chvíli, jak pečují o lyžařskou mládež ve Finsku. Pan Linderborg byl vedoucím hospodářským pracovníkem MS a tak jen mezi množstvím telefonických a pracovních návštěv jsem mohl získat některé informace o mládeži.

V Lahti na menším můstku je každý čtvrtek pořádán trénink. Vedou ho zkušení trenéři mládeže. Trénují zde mládí hoši 14 až 15letí, i mladší. A jsou zde k dispozici i trenéři běhu. Trénink je určen pro členy Lahti-klubu, ale mohou se ho zúčastnit i nečlenové. Ti se ale brzy přihlásí do klubu, protože pro mládež jsou příspěvky stanoveny zvláště nízké, ročně 50,— FMK (tj. asi 1,50 Kčs).

Každou neděli se pořádají závody pro mládež, jichž se zúčastní vždy nejméně 100 závodníků.

I na těchto závodech jsou přítomni klubovní trenéři, kteří si všimají závodníků a nejlepší se snaží získat pro pravidelnou přípravu v klubu.

Speciální výcviková soustředění pro mládež nepořádají. Pouze na jaře 50—60 nejlepších jede na týden do soustředění do Lappla a jako vedoucí jedou trenéři, kteří nejlépe pracovali v uplynulém období s mládeží. Toto soustředění však nemá ráz výcvikový, nýbrž spíše je pořádáno jako odměna a oddech po úspěšném období.

V létě o prázdninách je pořádán také týdenní tábor, určený v první řadě pro ty členy, kteří nemají kam jet na zotavenou. Do tohoto tábora může jet každý, kdo se ze závodníků klubu přihlásí. Pobyt je velmi levný, asi 100,— FMK denně (to je asi 3,10 Kčs).

O soustavném cvičení a přípravě v tělocvičně nelze hovořit.

Mládež je rozdělena do věkových kategorií: 12—13, 14—15, 16—17 let a pak junioři 18 až 19 let.

Mezinárodní styk pro mládež



Skokanské mládí v Lahti



## SVETOZNÁMA TRÁĀ KANDAHAR

V rokoch 1928 až 1930 boli preteky Arlberg—Kandahar usporiadané na Galzigu nad Sv. Antonom, s výškovým rozdielom 860 m v dĺžke 4 km. Svedomitě usporiadanie, ako aj mimoriadna rôznorodosť terénu s výbornými snehovými podmienkami získali mestečku (rodisku a pôsobisku H. Schneidera) ako aj vlastným pretekom svetovú slávu. Víťazstvo na Kandaharu resp. čestné umiestnenie bolo snom každého špičkového pretekára.

V r. 1930 bolo medzi švajčiarskymi a rakúskymi klubmi dohodnuté, že v budúcnosti sa usporiadajú tieto preteky ročne, raz vo Sv. Antone, raz v Mürren (stredisku švajčiarskych a britských pretekárov). Toto rozhodnutie len prispelo k spopularizovaniu Kandaharu a celý rad úspešných ročníkov, až po r. 1939 — kedy hitlerovské fašistické vojská začali svoj smrtonosný pochou Európou — sa vpsal do dejín lyžiarstva zlatými písmenami.

Keď krvavá kanonáda na frontoch utíchla a fašizmus bol na celej čiare porazený, začal sa prebúdzat nový život, navázovali sa staré, prerušené športové styky a prvý povojnový ročník Kandaharu bol uskutočnený v Mürren (1947) na tradičnej švajčiarskej zjazdovke »Schiltgrat«. Po rozšírení športových stykov, a hlavne po úzasmom vzraste a obľúbenosti zjazdových disciplín v alpských krajinách a strednej Európe bolo len samozrejme, že k usporiadaniu Kandaharu hlásili sa aj ostatné alpské štáty a centrálny výbor schválil postupne ďalších členov usporiadateľstva, ako Chamonix (Francúzsko) v r. 1948, Sestriere (Taliansko) v r. 1951, a konečne Garmisch-Partenkirchen (NSR) v r. 1954.

Zaujímavá, ba dojemná bola oslava 25. výročia týchto pretekov vo Sv. Antone v r. 1953, kde došli všetci bývalí víťazi predvojnových ročníkov a nstúpili pred započatím vlastných pretekov k štartu »kandaharových veteránov«.

Moje tvrdenia, že víťazi Kandaharu boli dosiaľ pretekári svetovej špičky, podkladám aj zaujímavou listinou doterajších víťazov:

Ročník:	Muži:	Ženy:
1928 Sv. Anton	B. Leubner, Innsbruck	L. Polland, Viedeň
1929 Sv. Anton	K. Neuner, G. Partenkirchen	Sale-Barker, Kandahar
1930 Sv. Anton	W. Prager, Davos	I. Lantschner, Innsbruck
1931 Mürren	O. Furrer, Zermatt	Sale-Barker, Kandahar
1932 Sv. Anton	O. Furrer, Zermatt	H. Lantschner, Innsbruck
1933 Mürren	W. Prager, Davos	Mackinnon, Kandahar
1934 Sv. Anton	O. Furrer, Zermatt	M. Kessler, Kandahar
1935 Mürren	A. Glatthard, Scheidegg	A. Reugg, Chur
1936 Sv. Anton	F. Pfäiffer, Arlberg	G. Baumgarten, Arlberg
1937 Mürren	E. Allais, Paríž	Ch. Cranz, Freiburg
1939 Mürren	R. Rominger, Stí. Moritz	M. Steedman, Kandahar
1947 Mürren	J. Couttet, Chamonix	C. Seghi, Abetone
1948 Chamonix	J. Couttet, Chamonix	C. Seghi, Abetone
1949 Sv. Anton	Z. Colo, Abetone	J. Martell, S. Gervais
1950 Mürren	J. Couttet, Chamonix	M. Angel, Marseille
1951 Sestriere	Z. Colo, Abetone	J. Martell, S. Gervais
1952 Chamonix	F. Huber, Kitzbühel	E. Mahringer, Innsbruck
1953 Sv. Anton	A. Molterer, Kitzbühel	T. Klecker, Semmering
1954 Garmisch	A. Molterer, Kitzbühel	B. Buchner, Garmisch
1955 Mürren	W. Schuster, Lermoos	H. Hofherr, Lermoos
1956 Sestriere	A. Molterer, Kitzbühel	M. Berthod, Chat d'Oex
1957 Chamonix	K. Schranz, Arlberg	L. Blattl, Saalfelden
1958 Sv. Anton	K. Schranz, Arlberg	P. Frandl, Sv. Anton

Tato skupina si prohlédla trať běhu žen na 10 km a trať mužů na 15 km, terén náhradních tratí na Pláni, stadión ve Sv. Petru a některé hotely.

Terény a tratě byly shledány vyhovujícími. O tratích se vyjádřila paní Inge Löwdinová dobře a přirovnala je k tratím alpského charakteru (jako jsou například v Cortině).

I ostatní zařízení byla shledána zcela vyhovující. Po závodech v Harrachově navštívila paní Inge Löwdinová Prahu, kde si prohlédla spolu se švédskými závodnicemi různé pražské pamětihodnosti, Strahovský stadión (který je ohromil), IIVS, tělocvičnu Spartak Stalingrad, kde viděla cvičení žáků, které se jí velmi líbilo, loutkovou scénu a bazén.

Lyz.

## Připravuje se zpracování dějin našeho lyžařského sportu

Naše lyžařství má dlouhou a bohatou minulost. Bohužel není však plně zachycena a zpracována. Vlivem různých okolností se ztratilo a zničilo mnoho cenných a pro naši historii důležitých písemných a jiných dokumentů a památek.

Ke zpracování naší historie je dnes u příležitosti 70. výročí organizovaného lyžování v naší vlasti nejvyšší čas. Nutno k tomu přistoupit ještě nyní, dokud žijí současníci a pamětníci a spolutvůrci dějin našeho lyžařství.

Ústřední lyžařská sekce ČSTV je si vědoma důležitosti tohoto úkolu, a proto ustavila pro vypracování historie našeho sportu komisi, jejímž předsedou je s. Felix Chovanec. Komise se obrací s výzkou o spolupráci na všechny lyžařské pracovníky, kteří mohou a chtějí pomoci. Dále na všechny držitele písemných materiálů (ročenek, zápisů, bulletinů, výsledků ze závodů, fotografií atd.), nejruznějších dokumentů a památek, které mají vztah k minulosti našeho lyžařského sportu. Prosíme všechny, kteří chtějí přispět a pomoci, aby tyto materiály půjčili, věnovali je nebo o nich napsali předsedovi komise.

Materiály shromažďuje ústřední lyžařská sekce. Zásilkou tohoto druhu označte: »Pro komisi historie.«

není zvlášť zajišťován. Junioři se zúčastňují pravidelně Holmenkollenu; jinak na zahraniční zájezdy mládež není nějak soustavně vysílána.

V klubu ani ve školách nemají běžky pro žáky. Ovšem většina mládeže již od malicka má svoje vlastní běžky jako nezbytný dopravní prostředek. V klubu mají klubové skočky, které na podzim zapůjčí nejlepším závodníkům z řad mládeže a nechají jim je přes celou zimu k užívání. Lyže zůstávají stále majetkem klubu. Samozřejmě také těm, kteří během zimy se probojují na přední místa jedou za klub ven na závody, půjčí klub lyže. Skočky jsou ve Finsku také podstatně dražší v porovnání s běžkami. Stejně tak sjezdové lyže a Kandahár jsou ve Finsku nepoměrně dražší, protože se tam téměř ani nevyrábějí.

Ve většině škol jsou v učebnách osnově zahrnuté týdne čtyři hodiny cvičení — gymnastiky. Jakmile začne zima, nastupuje místo toho výjevik na lyžích, případně někdy i bruslení. Každá škola pořádá každoročně svoje mistrovství. Školy pak pořádají mezi se-



bou vzájemná utkání, v nichž startují samozřejmě nejlepší závodníci z každé školy.

Každým rokem pořádá také finský lyžařský svaz mistrovství junioři, dorostenců a žáků, a to na jiném místě a v jiném termínu, než je mistrovství dospělých.

Zdá se, že otázce raně spe-

cialisace není věnována žádná mimořádná pozornost. Podle slova pana Linderborga je snaha u dospělých skokanů získat je asi ve 13—14 letech jak ve školách, tak hlavně v klubu, i pro běh na lyžích. Trenéři se takovým chlapcům zvlášť věnují, aby si vychovali nové sruženáře. Jinak ale růstu lyžařství je spíše ponechá-

ván volný průběh a zivelný vývin. Že při tom Finsko má takovou řadu vynikajících reprezentantů, je především otázkou širokého zájmu celého národa o lyžařství. V mnohých případech dokonalá fyzická připravenost je výsledkem tvrdých životních podmínek (zejména na severu v Rovaniemi a j.). A jistě v neposlední řadě je to dobrá práce trenérů, kteří mají ujasněný směr výcviku a dokonale rozumějí své věci. Ale o tom se nechci sám zmiňovat, protože tu to stránku jistě zhodnotí naši trenéři, kteří se zúčastnili MS.

Na závěr: přírodní podmínky pro růst lyžařství ve Finsku jsou jistě příznivější než u nás. To však neznamená, že bychom museli zůstat stále v roli poražených. Soustavná péče o tělovýchovu a sport je u nás nepoměrně větší než ve Finsku. Záleží na tom umět ji správně využít, obrátit ji v prvé řadě na mládež. A vychovat si nové odvažné bojovníky, kteří dokážou, že to s naší lyžařinou přece jen půjde kupředu.

Finský klučina na běžkách



## Stavba lyžařských můstků

podle směrnic nového mezinárodního závodního řádu FIS, schváleného na XXI. kongresu v Dubrovniku v roce 1957

Arch. KAREL JAROLÍMEK, zasloužilý mistr sportu

Směrnice (normová tabulka) pro stavbu lyžařských můstků určují pro požadovanou délku skoku »L« nyní dvoji stavební možnosti úpravy odrazového stolu a celého nájezdu s ohledem na jejich délku.

Závodní řád uznává dvě návrhové tabulky.

Tabulka I. pro »střední třídu závodníků«, kteří skáčí ve starém stylu.

Tabulka II. pro »skupinu závodníků špičkových«, kteří skáčí novým stylem.

Jak se tyto styly přesně odlišují není určeno a jaké budou mít trvání nelze také určit.

Dodnes všechny nejnovější velké mezinárodní lyžařské můstky jako na Holmenkollen, ve Fallunu, v Cortíně, v Lahti, na Leninských horách u Moskvy i u nás jsou stavěny podle starých norem a ukázaly, že délka nájezdu vyhovovala i když ponechávala určitou rezervu pro případ špatné skluzného sněhu a skutečně často se použil celý.

Pro objasnění je nutno uvést příklad z nového mezinárodního závodního řádu, který je uveden jako vzor pro stavební návrh lyžařského můstku v oddíle »Stavba lyžařského můstku«.

Příklad je uveden pro návrh můstku určené délky skoku  $L = 84$  m.

Poměr  $H:N = 0.56$  a sklon nájezdu  $c = 35^\circ$  byly zvoleny.

Podle tabulky II. — pro špičkové závodníky — bude pak určeno  $V_0 = 24$  (rychlost na odrazový stůl v m/vt).

Při určeném sklonu nájezdu  $35^\circ$  bude jeho délka  $= E = 72$  m,  $R_1$  — nájezdový oblouk na stůl  $= 70$  m. (V příkladu chybně uvedeno 80 m).

$U\alpha$  = pasivní část nájezdu  $= 11$  m a délka stolu  $T\alpha = 5$  m, při sklonu  $6.5^\circ$ .

Tudíž celková délka nájezdu  $= F = E + U + T = 72 + 11 + 5 = 88$  m.

Podle tabulky I. — pro střední třídu skokanů — budou tato technická data následující:

$V_0 = 26$ ,  $E = 90$  m,  $R_1 = 80$  m,  $U = 14$  m,  $T = 5$  m.

Celkem délka nájezdu  $= F = E + U + T = 90 + 14 + 5 = 109$  m.

Z těchto uvedených příkladů je patrné, že nájezd podle tabulky I. je proti tabulce II. o 21 m kratší, což činí 20 %.

Naskytá se velká otázka. Bude lyžařský můstek postavený podle tabulky II. vyhovovat většině závodníků nebo budou někteří skákat na plošinu doskočiště?

K tomuto si dáme jeden příklad:

Pro příklad vezmeme si velký můstek »P«  $= 70$  m ve Špindlerově Mlýně.

Tento můstek má délku nájezdu »E«  $= 70$  m a když se použilo nižšího startu o 3.5 m ( $= 5\%$ ) bylo průměrně dosahováno skoků 60—68 m.

Špičkoví závodníci dosahovali skoky 70—75 m, dovolená délka je  $P + 8\%$ , což je 76 m.

Skočí tytéž délky závodníci při postaveném nájezdu 58 m?

Uvedený příklad u velkého můstku ve Špindlerově Mlýně se vyskytuje u všech dosud postavených můstků a schválených podle dosavadních norem.

Není mně známo, jak k této nové, vzorové normě došla skokanská komise FIS a s jakým koeficientem skluzu sněhu bylo počítáno, neb jaké praktické zkušenosti byly poznány.

Za předpokladu, že by stavby navržené podle II. tabulky vyhovovaly, mohl by být nájezd velkého můstku  $P = 70$  ve Špindlerově Mlýně o 13 m kratší a o 7 m nižší.

Totéž by bylo asi u nájezdu velkého můstku v Harrachově a ve Vysokém n. J.; nájezd by byl o 15 m kratší a o 9 m nižší.

Kdyby stavby velkých můstků podle tab. II. vyhovovaly, byly by značné úspory na stavbách umělých nájezdů.

U nás by mělo být rozhodnuto, než ukáže další skutečnost, že pro naše návrhy použije se jen normy, podle tab. I. s případným snížením celkové délky nájezdu o 5 %, což bylo vlastně námi již navrhováno v roce 1951.

Proč se o uvedeném oddílu »Stavby lyžařských můstků« z nového mezinárodního řádu FIS zmiňují?

Bylo by jistě nepříjemné, aby byl navržen velký můstek za předpokladu značné úspory podle tabulky II., který by vyžadoval umělý nájezd s ukončující startovní věží, postavené co nejmmoderněji, ale jejichž starty by se nedaly použít.

Výstrahou je stavba olympijského můstku ve Sv. Mořici z roku 1928, kdy krásný železobetonový nájezd musel být narychlo prodloužen dřevěnou konstrukcí, aby bylo dosaženo požadovaného kritického bodu.

Není mi také známo, proč nebyl přijat plně nebo s úpravou návrh na tabulku staveb můstků mnou vypracovaný jako návrh za Československo.

Jisté je, že do vzorových tabulek »stavby mezinárodních lyžařských můstků«, nepatřilo uvádět délku nájezdu o menším sklonu jak  $30^\circ$  neb větším jak  $37^\circ$ .

Délky pro sklon  $40^\circ$  není nutno uvádět neb je to nepoužitelný sklon, je to úhel sklonu, v němž se již neudrží sytká zemina.

Také není myslitelné, že by bylo možno připustit sklon  $20^\circ$ , aby pro skok  $L = 84$  m byla délka nájezdu  $E = 200$  m.

V tomto ohledu měl být přece jen překontrolován mezinárodní řád.

### TECHNICKÉ NOVINKY A ZAJÍMAVOSTI

#### Budeme jezdit na celokovových lyžích?

V poslední době se množí novinky ve výrobě sjezdových lyží jako houby po dešti. Výrobci zkoušejí různé druhy materiálů, aby zvýšili pevnost i pružnost lyží. Je jasné, že některé výrobky jsou pouze »výkřikem módy«, ale na mnoha výrobcích je hodně zajímavého.

Velikou novinkou tohoto roku jsou rossignolky s vrstvenou skluznicí ze dřeva a gumy. Mezipláty gumy silné 3 mm (»laminated rubber«), vrstvené od špičky k patce, jsou odděleny od základu z umělé hmoty stejně silnými pláty z hickory. Takto zkonstruovaná lyže je prakticky nezlomitelná. Při pokusech byla položena přes dvě židle a unesla váhu tří mužů, dovolí ohnutí o 90 stupňů a vrátí se zpět do původního tvaru. Ovšem tato lyže je velmi drahá.

Méně efektivní novinkou je lyže firmy Gresvig. Do tvrdého tkanivového obalu je vložena dřevěná laminovaná (vrstvená) hickory. Skluznice je z tkaniva a je ještě potažena tuhým umělou hmotou, do které je zabalena i celá špička lyže. Tato lyže má být také velmi pevná.

Podle názorů mnoha odborníků by byla mnohem výhodnější kombinace dřeva a kovu, a ne, jak to dělá firma Rossignol. Za nejlepší kombinaci je pokládána variace aluminia a hickory. Takto se pravděpodobně dostanou vlastnosti, po kterých závodníci dávno touží — pružnost hickory a pevnost kovu. Podobné lyže s hickorovým jádrem a aluminiovou špičkou a skluznicí, celé potažené plastickou hmotou, se podařilo skutečně již vyrobit firmě Paris v Maine.

Celokovové lyže již nejsou dávno snem. Vyrábějí je již různé světové firmy (snad nejznámějšími jsou »Headky« vyráběné ve Spojených státech). Jsou opravdu výhodné pro bohaté lyžařské »turisty«. Závodníkům se však zatím mnoho nelíbí a po mnoha zkouškách se vracejí k lyžím ze dřeva. Podle jejich názoru lépe vedou, jsou snadněji kontrolovatelné, lépe vyjízdí a jsou ve většině případů rychlejší.

A jak to vypadá s ostinnými lyžemi na světovém trhu? Posledním a nejlepším modelem jsou závodní sjezdové lyže Kastle s Kofikovou skluznicí a zapouštěnými hranami. Jsou prý maximálně rychlé, dobře vedou i ve velkých rychlostech a drží ve velkých obloucích.

I ve výrobě hran byl učiněn zajímavý pokus. Bylo použito tenkého potahu okysličeného aluminia (aluminium Oxide). Tento materiál je tvrdý jako diamant. Jestliže se osvědčí, dosáhlo by se standardní ostrosti hran, které by se nemusely nikdy přibrušovat. (Z časopisu SKI Magazine Hannover)

# == Rubrika rozhodčích ==

## Úvodem k nové rubrice

Rozšířilo se nám naše »Lyžařství«. Na více stránkách snadněji lze si pohovořit o problémech, jež nás tíží, sdělit si zkušenosti, přečíst si něco o novinkách, které se dozví jednotlivci. Ústřední komise rozhodčích proto se bude snažit v každém čísle přinést něco, co souvisí s lyžařským rozhodováním, co může prospět všem.

Slyšeli jsme na mnoha shromážděních rozhodčích žádosti, stesky, že není možno si odborně vyměnit názory. Dnes je tu možnost, a proto voláme všechny rozhodčí i ostatní lyžařské pracovníky, aby se o své problémy, poznatky a zkušenosti rozdělili s ostatními. Jen takovou cestou se dostaneme dál.

A ještě jedno bych chtěl všem rozhodčím připomenout, když právě skončila sezóna. Nestačí po dobře vykonané práci na sněhu ošetřit lyže (někdy ani to ne). Je třeba ještě splnit povinnost své vyšší složce. Poslat hlášení o činnosti, ukázat, že jsem nebyl papírovým kartotecním rozhodčím. Nečekat na vyzvání. A když je čas, kdy již nespěcháme z práce na závody, nebo na jejich přípravu, bylo by vhodné co nejdříve v krajích dokončit přezkoušení rozhodčích ústředních a I. třídy, aby se mohlo začít s třídami nižšími. Je hodně novinek v pravidlech a sezóna ukázala, že ne všichni jsou dostatečně s pravidly seznámeni. To bude ta nejlepší práce v přechodném období. Zdokonalit se, zamyslet se nad pravidly a případné poznámky a připomínky poslat ústřední komisi. V uplynulé sezóně se i přes značné sněhové obtíže udělalo mnoho. Tisíce závodníků se shromáždilo na startech. Vedle nich to byli obětaví pracovníci. Všem patří dík a po chvíli oddechu nezapomínejte, že na lyžařinu je nutno se již v létě připravovat. Na hřištích, v bazénech, v přírodě. A rozhodčí i v knížkách a na papíře.

PhMr. JIŘÍ MÁCHAL,  
předseda ústřední komise rozhodčích



Bez obětavých činovníků bychom nezajistili žádné závody. Díky za to všem — nejen těm, co jsou na obrázku.



Musí to být?

bo za závodníkem, ale i vedle stopy, má-li ulehčit závodníkovi výkon nebo ho povzbudit k lepšímu či dalšímu výkonu.

Článek 204 praví, že závodník bude vyloučen, přijme-li v běžeckém závodě pomoc, kterou nedovoluje čl. 213.

Smyslem této kratičké stati je především upozornit na to, že bohužel dosti často dochází k porušování obou citovaných pravidel. Ale nejen u závodníků nižší výkonnostní třídy, kde by bylo možno očekávat určitou neznalost pravidel, ale i u reprezentantů, jak ukazuje náš obrázek. Porušuje se tím sportovní hodnota soutěží, zkrlesuje objektivní změření sil a konečný výsledek, a konečně svědčí to o pramalém pochopení smyslu sportovních závodů, o špatném pojetí sportu vůbec a o nedostatku sportovní slušnosti vůči spolusoutěžícím. Nevím, zda takto dosažené vítězství může opravdu těšit. Myslím, že morálně uvědomělého sportovce nikoli.

Poukazování na to, že se tak děje tam či onde v cizině nebo že pořadatelé mohou být rádi, když jim někdo závod jede, je jen důkazem nedostatku sportovní morálky. Děje-li se něco podobného jinde, nemůže to být důvodem pro nás, abychom se dopouštěli nebo tolerovali stejné chyby. U nás platí Pravidla lyžařských závodů, a ta jsou jednoznačná. Nejsou jen předpisem pro pořádání lyžařských soutěží, nýbrž i aktivní zbraní, hájící zájmy všech poctivých a čestných sportovců, a bojující za morální hodnoty našeho lyžařství. A lyžařským rozhodčím připadá nanejvýš čestný a odpovědný úkol působit při tom jako vychovatelé.

A proto, závodníci a závodnice, pomozte jim, nepřestupujte pravidla a zabraňte jim, aby se přestupovali!

## Závodníci a závodnice, nedělejte to!

Náš obrázek ukazuje situaci, která vedla k tomu, že reprezentantka Fialová byla diskvalifikována při závodě »Přes tři kopce«. Po větší část trati jí totiž vedl nebo »tlačil« Iija Matouš, jak ukazuje náš snímek. Naše pravidla lyžařských závodů jsou v tomto směru zcela nekompromisní.

Článek 213 pravidel praví mezi jiným: Vedení závodníka na trati je zakázáno a považuje se jako pomoc druhé osoby. Vedení závodníka je nejen jízda ve stopě před nebo za závodníkem, ale i vedle stopy, má-li ulehčit závodníkovi výkon nebo ho povzbudit k lepšímu či dalšímu výkonu.

# Mezinárodní závody v Helsinkách 22.-23. II. 1958

Od mezinárodních závodů v Helsinkách, které se konaly v předvečer mistrovství světa, uplynulo již hodně času, ale přesto se k nim vracíme alespoň se stručným komentářem a s výsledky.

S účastí na těchto závodech jsme počítali v rámci přípravy i když jsme dlouho nevěděli, zda se konají a zda budeme pozváni. Po projednání ústřední sekce s Helsingim Hiiktäjät (lyžařský klub) bylo vše kladně vyřízeno a naše výprava (složeni jako na MS) odletěla 18. II. do Helsink.

Naše účast na těchto závodech měla splnit dva úkoly.

Za prvé: Rychle překonat aklimatisaci. Závody se konaly na mořském pobřeží na okraji Helsink za teploty — 17° C a značné relativní vlhkosti vzduchu. Pro naše běžce závody ve výškách na úrovni moře jsou stejně složité jako ve velkých výškách (1600 m a výše).

Druhým úkolem bylo absolvovat ještě před mistrovstvím světa těžké závody a na tomto základě vyladit formu před mistrovstvím světa.

Cesta do Helsink proběhla klidně. Poslední úsek jsme letěli v noci a mohli jsme desetky minut obdivovat krásy polární záře na severním obzoru. Z letiště nás hostitelé odvezli do samoty zvané Rastila, asi 10 km od

Helsink. Zde jsme byli ubytováni sice v pěkném prostředí, ale trochu jako olejovky v krabici. V místnosti velké asi 9x6 m bydlelo nás spolu se Švýcary a tlumočnickem 16 osob. Obdobně byli ubytováni závodníci SSSR, USA a Japonska.

Výsledky závodů napověděly to, co se potvrdilo na mistrovství v Lahti.

### VÝSLEDKY:

15 km — 92 závodníků došlo do cíle.

	min.
1. P. Kolčín (SSSR)	44,04
2. F. Těrentěv (SSSR)	44,35
3. T. Kumpulainen (Finsko)	44,39
18. L. Possa (Švýcarsko)	47,22
23. S. Johanson (USA)	48,51
27. J. Cardal (ČSR)	49,11
33. Matsuhashi (Japonsko)	49,33
38. I. Matouš (ČSR)	50,18

### SDRUŽENÝ ZÁVOD

a) 15 km — 21 závodníků dokončilo závod.

	min.
1. H. Kainulainen (Finsko)	48,44
2. R. Suppala (Finsko)	49,20
3. V. Melich (ČSR)	50,24
4. V. Lahr (ČSR)	50,35
10. J. Moškin (SSSR)	53,24
12. Y. Eto (Japonsko)	55,05

b) skok:

	body
1. Y. Eto (Japonsko)	216,3
2. H. Kainulainen (Finsko)	211,4
3. J. Moškin (SSSR)	208,6
7. V. Melich (ČSR)	195,4
8. V. Lahr (ČSR)	192,1

c) celkově:

	body
1. H. Kainulainen (Finsko)	451,4
2. Y. Eto (Japonsko)	429,1
3. J. Moškin (SSSR)	428,6
4. V. Melich (ČSR)	428,3
5. J. Lahr (ČSR)	424,2

10 KM ŽENY:

Závod dokončilo 13 závodnic.

	min.
1. R. Jerošina (SSSR)	31,19
2. A. Kolčina (SSSR)	31,31
3. N. Gusakova (SSSR)	31,38
5. I. Nieminen (Finsko)	33,57
6. A. Fialová (ČSR)	34,28
7. L. Patočková (ČSR)	34,37
8. E. Benešová (ČSR)	35,07

# NAŠE DISKUZE

Milý čtenáři,

domnívám se, že jistě by našemu měsíčníku prospěla i malá diskusní tribuna, ve které by různí naši pracovníci vysvětlovali své názory na problémy, které se zdají v našem lyžařství nejzřetelnější a které by nejen nám, pracovníkům ústřední i krajských sekcí, ale i celému lyžování, pomáhaly řešit a odstraňovat různé nedostatky.

Po mistrovství světa v Badgasteinu se vynořil nejen v našem tisku, ale i mezi lyžařskými závodníky, pesimistický názor: »Zanechme sjezdářiny, stejně zde žádného úspěchu nedosáhneme.« Uvádíme první příspěvek do diskuze na toto téma:

## JEDNA Z ÚVAH PO MS 1958 V BADGASTEINU

Posuzujeme-li relativně výsledky dosažené našimi reprezentanty na posledním mistrovství světa v Badgasteinu z hlediska možnosti a připravenosti našich reprezentantů, nejsou neúspěchem, ovšem z hlediska reprezentace čs. tělovýchovy naši sportovní a lyžařskou veřejnost neuspokojily.

Tato disproporce vzniká z několika příčin. V první řadě výkonnost světové špičky sjezdařů a sjezdařek, přestože je velmi vysoká, ještě stoupá a stále roste hlavně v mnoha souborých, ve kterých se střetávají ti nejlepší z nejlepších. V současné době nemůže zvládnout ve světové konkurenci sjezdař nebo sjezdařka, i kdyby byl v maximální tělesné a technické kondici, aniž by prošel každoročně sitem velkých mezinárodních kvalifikačních závodů, jako Kandaharu, závodů na Lauberhornu ve Wengen, Hannenkammu v Kitzbühlu, atd. To znamená, že každý stát, který se chce ucházet o prvenství ve sjezdových soutěžích alespoň v některé ze tří sjezdových disciplín, musí mít kádr velmi dobrých jezdců prošlých již zmíněnou kvalifikací.

Všem, kteří byli na posledních MS v Badgasteinu, nemohla ujít markantní skutečnost, že všichni závodníci, nevyjímaje ani těch několik nejtalentovanějších, nejzkušenějších a nespolehlivějších jezdců světové sjezdařské elity, jako každý závod na hranici svých možností psychických i fyzických, za pomoci vysoké techniky a bohatých závodních zkušeností. Ještě před čtyřmi léty na MS v Are dalo se lehce rozeznat, že tehdejší trojnásobný mistr světa Eriksen nemusel jet všechny závody s takovým vypětím a soustředěním, jako tomu bylo letos.

Po tomto ověření situace na MS 1958 a s přihlédnutím na možnosti a rezervu našich reprezentantů a jejich mladých nástupců, můžeme dnes upřesnit na dobu několika příštích let odpověď na otázku, má-li se u nás sjezdařit nebo běžat, jsou-li u nás lepší podmínky pro klasické anebo moderní lyžařské disciplíny, asi takto:

Je nesprávné stavět otázku, kteří z reprezentantů obou směrů mají větší šanci na vítězství ve vrcholných světových závodech. My si přece přejeme, aby ti i oni reprezentovali naši vlast úspěšně. Čím více úspěchů, tím více slávy pro dobré jméno Československa v lyžařském a sportovním světě. Byli jsme jedni z prvních v Evropě, kteří závodili úspěšně v klasických lyžařských disciplínách a byli jsme též jedni z prvních, kteří prosazovali sjezdové disciplíny do



Pěkná stylová jízda dorostence Šrubáře

programu závodů FIS. Měli jsme střídavé úspěchy v obou lyžařských odvětvích. Musíme navázat na naši bohatou lyžařskou tradici a učinit potřebná opatření, abychom brzy dohonili a vyrovnali tempo rozvoje hlavně sjezdařských disciplín ve světě. Byl bych rád, kdyby tento můj článek rozvířil diskuzi o tom, co je nutné v dohledné době podniknout ke zlepšení našich vyhlídek na ještě výraznější úspěchy, než jsme dosahovali dosud.

U nás máme terénní podmínky pro obě lyžařská odvětví i dobré hospodářské zajištění a dostatek zkušeností. Ale jak těchto předpokladů využijeme, to už záleží jen na iniciativě u nás ve hnutí.

Otázka výchovy vynikajícího sjezdaře-závodníka, není nikde na světě otázkou pouze jeho fyzické, psychické, morální a technické zdatnosti, ale dnes už je to nedílný souhrn všech subjektivních i objektivních příčin, které podmiňují závodní jízdu na lyžích.

Z toho vyplývá, že jsme se u nás značně opozdili v rozvoji lanovek, výtahů a ve stavbě sjezdových drah a slalomových svahů — ač jsme byli mezi prvními státy v Evropě, které se mohly pochlubit sedačkovým lyžařským výtahem na Pustevnách. Tak nelze dnes odsuzovat jenom závodníky a trenéry, že nejsme s vrcholnými výkony našich reprezentantů tak daleko, jak jsme mohli být a jak bychom si přáli, ale je nutné připomenout hospodářským pracovníkům jejich povinnosti a jejich závazky k československé lyžařině. Dnes už jsme chtěli dospět k názoru, že sjezdaři nemohou chodit do kopce pěšky. Je to škodlivé pro další rozvoj vrcholné sjezdařiny nejenom všude na světě, ale i u nás v Československu.

Víme, že se stavba lyžařských vleků a výtahů všude ve světě vyplácí nejenom ve směru růstu výkonnosti závodníků, ale i hospodářsky! Na lyžaře se nebude doplácet, když budou dobře fungovat lyžařské výtahy a budou sloužit tělovýchově!

V nejbližších letech musíme vynaložit v tomto směru co největší úsilí. A pak nám na dobrých a udržovaných svazích vyrostou celé skupiny nadějných sjezdařů a sjezdařek, kteří si vybojují předpoklady k úspěšné reprezentaci Československa v té nejsilnější mezinárodní konkurenci dříve a samozřejmě, než několik málo našich reprezentantů s malými tréninkovými možnostmi doma a ještě menšími v cizině.

MILAN ŠPAČEK

## 30 KM MUŽI:

Závod dokončilo 29 závodníků — (SSSR nestartovali).

	body
1. U. Sorjonen (Finsko)	1:33,58
2. P. Arvilommi (Finsko)	1:33,52
3. M. Hyrkkänen (Finsko)	1:34,11
7. M. Rey (Švýcarsko)	1:35,23
12. J. Cardal (ČSR)	1:37,33
15. A. Teplý (ČSR)	1:38,52
19. S. Johanson (USA)	1:41,06
24. T. Matsuhashi (Japonsko)	1:43,15

## SKOK PROSTÝ:

Závod dokončilo 72 závodníků.

	body
1. Y. Eto (Japonsko)	221,5
2. S. Kikuci (Japonsko)	221,4
3. P. Airaksinen (Finsko)	220,6
9. K. Sakadze (SSSR)	212,2

Remsa se zranil a závod nedokončil. Tréninkově skákali V. Melich (23. místo, 192,0 bodu) a V. Lahr (27. místo, 190,4 bodu).

Naši závodníci a závodnice byli v Helsinkách velmi oblíbeni. Ve středisku v Rostile byla navázána a utužena četná přátelství mezi námi a závodníky SSSR, Japonska, Švýcarska a USA. Zúčastnili jsme se také večírku Československo-finského svazu přátel. Potěšil nás zde zájem pokrokových finských mládežníků o dění v Československu.

Závody a pobyt v Helsinkách, až na některé výsledky, byl zdařilý. Naš dík patří

také pracovníkům našeho vyslanectví, kteří se o nás obětavě starali, zvláště o soudruha Remsu, když se zranil.

V. PÁČL



Mladý sovětský závodník S. Kondakov při závodech v Helsinkách. Vpravo známý sovětský skokan K. Sakadze.



Skokanský můstek v Helsinkách

# Zprávy z oddílů a sekcí

## POLOLETÍ OSTRAVSKÉ MLÁDEŽE

Zdůrazňovat, že k nejzdravějším sportům a také nejoblíbenějším mezi mládeží je lyžování, to by bylo nošení dříví do lesa.

Začalo to vlastně již před lety celkem nesměle rekreací školní mládeže na horách. Postupně však zájezdy byly zdokonalovány, až vznikly výchovně výchovkové zájezdy žactva do hor. A tak mládež II. a III. stupně se dostávala do horského prostředí na týden, kde trávil pod dozorem zkušených cvičitelů svůj volný čas. Bohužel tato akce ministerstva školství se v posledních letech omezila jen na výběrové školy III. stupně a mládež škol II. stupně ve věku od 10 do 14 let byla odkázána jen na milost agilních Sdružení rodičů přátel školy a na dobročinnost patronátních závodů s vlastními chatami.

Jen ojediněle se vyskytli obětivi učitelé, kteří svou volnou zimní neděli věnovali dětem. Ale ani tak nemohl jeden učitel sám zvládnout výcvik třeba celé třídy najednou.

Velmi dobře pochopila potřebu lyžařského výcviku mládeže Krajská stanice mladých turistů v Ostravě. Aby se dostalo většině mladých chlapců a děvčat alespoň základních vědomostí o jízdě na lyžích, pořádala o pololetních prázdninách autokarové zájezdy pro mládež z ostravských škol denně do Beskyd, Ostravice, St. Hamry, Gruň, Bumbálka, Pustevně atd. hostily celkem 900 dětí ve věku od 10 do 14 let z dvanácti ostravských škol.

Je třeba si jen přát, aby v příští zimě k této pěkné akci se přidaly patronátní závody jednotlivých škol a daly mládeži k dispozici alespoň o pololetních prázdninách své chaty (jako to na příklad udělal letos soudruzi z dolu Jeremenko). Jistě by to přispělo k dalšímu rozvoji lyžování a především k získání dobrých a správných lyžařských návyků.

BRUNO URBANČÍK

## Mladý, ale činný lyžařský oddíl v Mlynkách

Telovýchovná jednota Baník Mlynky v Košickom kraji patří medzi jednoty, v ktorých boli v minulom roku založené lyžařské oddiely. Lyžařský oddiel bol založený v auguste roku 1956, no málokto zo starších a väčších lyžařských oddielov Košického kraja sa môže pochváliť takou aktivitou a dobrou prácou. Už v januári 1957 usporiadal oddiel I. ročník pretekov v behu na 15 km o »Putovný pohár Slovenského rudohoria«. Ďalšou veľkou akciou toho istého roku bol I. ročník obrovského slalomu o putovný »Kahanec bane Mlynky«. Za vzornú organizáciu obidvoch pretekov krajská sekcia v Košiciach udelila oddielu pochvalné uznanie.

No ani v lete členovia mladého lyžařského oddielu nezaháľali. Začali s výstavbou

štandardnej bežeckej trate, dlhej 15 km. Po schválení navrhovanej trasy začalo sa s jej úpravou. Vyrúbali 7 km lesných priesekov, upravili celú trať a postavili na nej 15 mostkov cez potoky a potôčky. Súčasne vystavali na trati drevenú útluhú, ktorá počas pretekov slúži ako spojovacie stanovište. Väčšinu prác urobili členovia oddielu za výdatnej pomoci obyvateľov osady Havrania Dolina brigádnicky, takže neprekročili pridelenú čiastku 5000 korún na úpravu uvedenej trate. Okrem toho bola tiež brigádnicky prevedená čiastočná úprava trate obrovského slalomu.

Ani tohto roku neochabla činnosť lyžařského oddielu. Už v januári usporiadal druhý ročník poháru Slovenského rudohoria a okresné maj-

strovstvá okresu Spišská Nová Ves v behu na 15 km. Ďalej oddiel vzorne pripravil — za čo mu tiež predsedníctvo KV ČSTV v Košiciach udelilo čestné uznanie — majstrovstvá Košického kraja a Vysokých Tatier v behoch na rok 1958. No hlavnou náplňou práce oddielu bolo a je získavanie mládeže. Pre ňu pripravil náborové preteky v skokoch a behoch. I naďalej sa celá činnosť oddielu bude zameriavať na získavanie mládeže pre lyžiarstvo. Za to, že oddiel je tak činný v získavaní mládeže, vďačí len tomu, že pracuje nielen vedenie oddielu, ale všetci jeho členovia.

V Mlynkách sú všetky základné podmienky pre ďalší rozvoj lyžiarstva, výhodné terény, dobré snehové podmienky. Treba však dokončiť a vybudovať niektoré zariadenia, ktoré by ešte vľacje pomohli získať mládež. Tak oddiel pripravuje úpravu bežeckej trate, kde plánuje preložiť štart a previesť tiež úpravu náhradnej bežeckej trate na Geravoch. Ďalej má v pláne postaviť vlek na Gugel, ktorý by pomohol nielen samotnému oddielu v Mlynkách, ale tiež oddielu Baníka Dobšiná, ktorý je jedným z veľkých oddielov. Týmto by sa dala možnosť dobrých tréningových podmienok pre zjazdárov obidvoch oddielov.

Bolo by treba, aby tak činný a aktívny oddiel, ako je Baník Mlynky, nezostal bez povšimnutia nadriadených orgánov a tieto mu pomohli v uskutočňovaní jeho cieľov.

EMIL NOVÁK

## Ve Spartaku Stalingrad myslí na mládež

V Praze není celkem mnoho dobře pracujících lyžařských oddílů. Dnes bychom se chtěli zmínit o Spartaku Stalingrad, kde se poctivě připravují po celý rok.

Po skončení závodního období se rozjedou členové oddílů do různých sportovních oddílů a zde pokračují v přípravě na zimu. Ale přesto nezapomínají na společný život. Alespoň dvakrát měsíčně se scházejí, promítají si filmy, podle nichž se učí nové sjezdářské technice, navštěvují společně kulturní a sportovní podniky. Družstvo sjezdařů sehraje za léto také několik přátelských sportovních zápasů. Běží se většinou připravují ve vodáckém oddíle. A že práci dělají dobře, dokazuje celá řada získaných výkonnostních tříd. Ani na mládež ve Stalingradu nezapomněli. Mají dobré mladé sjezdaře i běžce a věnují jim veškerou péči.

Činnost úspěšně podporuje výbor jednoty i patronátní závod. Za jejich pomoci a odpracováním mnoha brigádnických hodin si postavili členové oddílů pro trénink sjezdařů vlastní lanovku u chaty »Klásterka«.

Do další činnosti si oddíl vytkl smělý úkol: bude získávat další členy do oddílů, přispěje k výcviku lyžařů, ale především se bude snažit získávat mladé chlapce a děvčata pro závodní výcvik jak ve sjezdových, tak i v běžecích disciplínách.

ALOIS SÍLA

## V Lokomotivě dobře pracují

Jak jsme již napsali ve druhém čísle našeho měsíčníku pracuje lyžařský oddíl Lokomotiva Česká Třebová dobře s mládeží. Krajské přebory mládeže, které organizoval, proběhly v Čenkovicích v Orlických horách 8. a 9. února 1958 velmi pěkně. Závodilo se ve slalomu, v běhu, obřím slalomu a ve skoku s kritickým bodem 15 m. Na startu jednotlivých disciplín bylo celkem 105 závodníků a závodnic.

Vítězové jednotlivých disciplín:

OBŘÍ SLALOM — dívky starší: Martinová K., Jiskra Ústí, 1:13,6 vt., chlapci st.: Tetter F., Dynamo Pardubice, 1:15,2 vt., dívky ml.: Jányšová Z., Jiskra Ústí, 1:25,4 vt., chlapci ml.: Aliger P., Lokomotiva Čes. Třebová, 1:01,0 vt.

BĚH 1 km — dívky ml.: Brusenbauchová, Lok. Čes. Třebová, 6,30 min., chlapci ml.: Příhoda B., Spartak Svratka, 5,47 min.

BĚH 2 km — dívky st.: Habrmanová D., Jiskra Parník, 11,27 min., chlapci st.: Aliger K., Lok. Čes. Třebová, 10,25 min.

SLALOM — dívky ml.: Jičínská T., Dynamo Pardubice, 1:04,9 vt., chlapci ml.: Bořil P., Jiskra Litomyšl, 1:15,8 vt., dívky st.: Martinová, Jiskra Ústí, 1:18,2 vt., chlapci st.: Janč Z., Jiskra Litomyšl, 1:37,8 vt.

SKOK PROSTÝ — chlapci ml.: Aliger P., Lok. Čes. Třebová, 10,5 m, 10,5 m, chlapci st.: Aliger K., Lok. Čes. Třebová, 12,0 m, 12,5 m.

Při skoku se hodnotila pouze délka.

Blahopřejeme krajským přeborníkům mládeže. Máme radost z toho, že se postupně rozvíjí činnost v Orlických horách, které patří ke krásným koutům naší vlasti. Zde jsou ještě velké neodkryté možnosti pro rozvoj všech disciplín. Lyž.



Krajské přebory Košického kraje — start mladších dorostenců

## V Jeseníku to dělají chytře

Z tělovýchovné jednoty Jiskry Jeseník k nám přišel velmi pěkný dopis. Spolu s ním se nejdříve omlouvají, že nám, do našeho časopisu dříve nenapsali, ale že se odvážili až teď, kdy dosáhli několika pěkných úspěchů.



Záběr ze závodu štafet

Z dopisu vyjímáme: Po dobrých výsledcích, kterých jsme dosáhli v náborových i přebornických soutěžích pro žactvo, v nichž závodilo vždy několik desítek mladých chlapců a děvčát, hledali pracovníci sekce nové formy soutěží pro žactvo. Myslím, že se jim to podařilo. Uskutečnili závod smíšených závodských štafet, v níž vždy startoval jeden mladší žák a žákyně a jeden starší žák a žákyně. Věřte, že soutěž byla opravdu zajímavá a všech 14 přihlášených družstev bojovalo na trati opravdu příkladně. Jistě jsme tím získali mládež pro další zimu pro běžecký sport. Trať měřila 4krát 1200 m a soutěž vyhrála Lokomotiva Dolní Lipová před dvěma družstvy Jiskry Jeseník.

Při Jiskře Jeseník byl v únoru letošního roku založen i sáňkařský oddíl. Nejdříve pochopitelně přišly na řadu oddílové závody a pak v neděli 30. dubna veřejné závody, jichž se zúčastnili závodníci z Dukly M. Lázně, Slavie Žabovřesky, Jiskry Jeseník i letošní přeborník republiky Urban ze Sp. Smržovka. Dráhu jsme museli pochopitelně nově upravit. Je dlouhá 1200 m, má výškový rozdíl 160 m a pět klopených zatáček. Domácí závodníci Bartoš, Macek, Uličný, Němec, Urban, přestože startovali na sportovních saních START (tedy nikoliv závodních), dosáhli velmi pěkných výsledků. Ovšem největší radost mají sáňkaři z Jeseníku z toho, že zde byly položeny zdravé základy sáňkařského sportu.

JOSEF NĚMEC

## MLÁDEŽ A CVIČITELÉ

Koncem minulého roku byla utvořena při TJ Baník Ostrava lyžařská základna mládeže. Pracovní plán i finanční rozpočet na celý rok 1958 byl společně s městskou lyžařskou sekcí vypracován a postoupen krajskému předsednictvu ke schválení.

V Baníku však nečekali na finanční podporu a základna začala pracovat. První akcí již v roce 1957 byla „Náborová lyžařská škola“ o vánocích na Velkém Polomu, která byla velmi úspěšná. Zúčastnilo se jí celkem 36 chlapců a děvčát ve věku od 9–14 let. Škola trvala šest dnů a veškeré náklady nesli rodiče přihlášených dětí. V částece 203 Kčs, která byla zaplácena za každého mladého lyžaře bylo také kalkulováno stravné na tři cvičitelé a lékaře, který měl radost ze zdravotního stavu dětí, i když některé bylo na týdenním pobytu v horách po prvé. Po návratu do Ostravy dostali všichni rodiče písemnou zprávu o lyžařských schopnostech, prospěchu a chování svých dětí.

V lednu 1958 pokračovala práce školy třemi nedělními zájezdy autobusem do Beskyd, o které byl vždy velký zájem.

Každý čtvrtek dochází 50–60 dětí do cvičení v tělocvičně. Cvičí pod dozorem zkušených cvičitelů, kterých však v Baníku máme značný nedostatek. Zájem mezi mládeží neustále roste. Základna si pozvala rodiče cvičících dětí a doufají jsme, že rozšíříme řady nejen cvičitelů, ale také organizačních pracovníků, které rovněž nutně potřebujeme. Zájem rodičů však byl o práci v základně mnohem menší než děti o cvičení, ať již v tělocvičně nebo na sněhu.

Staly se nám také případy, že rodiče poslali děti do suché přípravy v domnění, že výzbroj a výstroj bude dětem zapůjčena. Je proto nutné poznamenat, že nově utvořená základna nedostala doposud žádnou finanční podporu a také neplánuje žádnou výzbroj, nebo výstroj. Má pouze několik velmi obětavých lyžařských pracovníků v čele s předsedou krajské lyžařské sekce soudruhem Kulišťákem, kteří mají velké zkušenosti v práci s mládeží.

Jaká však bude budoucnost ostravské základny, která má takový značný počet mladých závodníků a tak málo cvičitelů. Při čemž rodiče členů základny nemají schopnosti nebo zájem pomoci při výcviku? Vždyť okresních přeborů, které základna uspořádala, se zúčastnilo 248 dětí! I když všechna přední místa obsadili členové základny, objevilo se hodně dětí, ze kterých by byli při dobrém vedení jistě zdatní lyžaři. Pomohou cvičitelé jiných jednot zvládnout tento nápor mládeže na závodní lyžování? Vždyť v pracovním programu základny je uvedeno, že výcviku se mohou zúčastnit i žáci jiných jednot, aniž by byli členy Baníku.

Je také nutné, aby byla zakoupena co nejdříve alespoň část výzbroje (jako běžecké lyže, boty a skočky), poněvadž tato s ohledem na svou cenu a neustálý růst dětí, musí být těm nejlepším zapůjčována. Bez všestranné přípravy mládeže se neobejdeme a bez výzbroje je tato příprava nemožná.

V únoru byly uskutečněny závody ve všech disciplínách o přebor základny, která chce ještě v této sezóně vyzvat základnu mládeže v Těšíně a Erenštatě k lyžařskému utkání. V těchto okresech je věnována mládeži velká péče a jistě toto utkání bude velmi dobrou akcí, která prospěje v prvé řadě mladým závodníkům.

Závěrem bych chtěl ještě poznamenat, že jsem přesvědčen, že ve spolupráci s městskou a krajskou sekcí se nám podaří zvýšit stav cvičitelů v lyžařské základně mládeže v Ostravě, poněvadž by bylo velkou škodou na ostravské mládeži, aby se nepokračovalo v této výborné akci ostravského Baníka, která se začíná tak rozrátat.

LADISLAV JAKŠÍK, Ostrava



Na trati štafetového závodu

### DALŠÍ ZÁBĚRY Z PROCHÁZEK J. MATOUŠE PO LAHTI



# Hory mají srdce v člověku

Příběh lyžaře - závodníka

## 5. pokračování

Téměř celých devadesát dní v roce tu rádíly prudké vánice nebo severní vítr rozvazoval těžké rance mraků a sypal z nich ledový déšť. Opodál Martinovy hluboko do země zapuštěné chalupy, stál smrk. Statný smrk, orvaný vichry a blesky. Stál tu jediný živý s kořeny propletenými kameny a troškou hlíny, v níž se udrželo z jara ještě něco vláhy.

To místo bylo jakousi zahrádkou a patřilo k chalupě. Jako by i onen kousek země s kořeny se utíkal pod její ochranu.

Sem chodil Martin nejraději.

Odtud bylo vidět široko daleko, zejména v zářijových dnech; jejichž modř okolní hory přibližovala. Jako by hora k hoře přišla na besedu. Tuto důvěrnost Martin dobře znal a v té době se mu málokdy zastesklo po lidech a po údolí.

Když tě přijdou hory navštívit, jako by k tobě přišli lidé, dobří lidé.

Stejně se Martin těšil na druhou polovinu zimy; hlavně v únoru a březnu tu bylo plno čistého světla. Slunce se tu připravovalo na pochod do dalekých rovin a do údolí, kde v té době bylo ještě syrovo a mlhavo.

Dnešní den je zlatý a lehce dýchá svěžím větrem. Martinovi se zdá, že zdola cítí vůni dozrávajícího ovoce, která stoupá z korun stromů až sem.

Oblékne se jen lehce a hned po časném ránu se rozběhne po hřebeni. Odbočí cestou, která vede prořídou klečí a mezi kamením, a seběhne do porostu, kde se dosud nesměle ale přece jen už zvedá les. Pozdraví se se smřůky a jedlemi. Zatím sahají k jeho ramenům, ale zanedlouho ho pohltní a rozkývají nad jeho hlavou hnízda i s ptačím povykem.

Martin běží lehkým krokem po lesní cestě, která vede rovinou na svahu a pak mírně stoupá serpentinou do porostu. Někdy běží z povinnosti jsa veden kázní závodníka, který si musí udržet svěžest. Jindy, právě jako dnes, běží z rozkoše. To se mu zdá, že tělo napřed vyběhne a nabere si z plných plic nezkaleného lesního vzduchu. Pak se k němu teprve přidá myšlenka.

Borek běží vedle Martina a ještě má čas, aby prohnal ververku nebo se zastavil u liščí nory. Na chvíli Martin zmírní cval a jde mírným krokem. Dnes je mu dobře, jak mu už dlouho nebylo. Ani stopy po nějaké únavě, i když tak pozdě usnul. Hodinu i dvě takto vydrží v lesních cestách a pak se pomalým krokem vrací na horní stezku mezi kamení a kleč.

Za Martinovou chalupou je bystřina.

To závěť z kamení postavil teprve nedávno. Škvíry mezi kameny ucpal hlínou a mechem. Sklonil se nad vodu, která dosud zrcadlila výšku a teď zachytila jeho tvář. Po dlouhé době spatřil své rysy jinak než na malém střípku zrcátka při holení, které mohlo zachytit jen část jeho tváře.

Prostor, v němž se bystřina rozlila a utichla, zrcadlil teď celou polovinu jeho těla. Jak byl tak skloněn, zdálo se mu, že nese na hřbetě celou oblohu i se sluncem.

Nikdy se ještě necítil tak silný jako tohoto rána, a když si vzpomněl na Francka, skoro ho mrzelo, že nebyl k němu laskavější.

Vrátil se do chalupy a postavil na čaj. Jím zapil černý chléb silně pomazaný medem. Vyvedl koně z mašale a znovu sestoupili i s Borkem po stráni do lesa, kde se již dřevaři zakousli pílamí a sekerami do hustého dřeva jedlí a smrků.

----

Jmenoval se Hofman.

Na faře se kdysi dohadovali, má-li se psát s jedním nebo s dvěma «n». Hofman byl pro jedno. Nikoliv z nějakých složitých a zásadních důvodů, ale proto, že jeho jméno bylo takto úspornější. Hofman byl člověk neokázalý, a už v tomto sporu, jak se psát, projevilo kus své rozvahy a založení. Většinou si tu říkali křestním jménem. Říkali-li mu Hofman, znělo to jako Jiří, Richard nebo Lojza.

Člověk s německým jménem v těchto končinách, který mluvil lépe česky než německy, nebyl nijak vzácný. Ale tento muž, který žil v chalupě jen o málo níže než Martin, se díval dolů na lidi, na jejich starosti a radosti

přece jen jinak. Ne od hvězd a přes mraky, ale životní zkušeností, kterou hory podarují toho, kdo je má opravdu rád a zůstane jim věren.

To Hofmanova lehká chalupa, sbitá ze zdánlivě málo spolehlivé a odolné kulatiny, vymazané ve spárech hlínou, byla proti Martinovu kamennému a do hloubky zabírajícímu stavení, přimysleli si k ní Hofmana a k Martinovu zase Martina s jejich srdcem a zkušenostmi, nedobytnou pevností.

Zůstala by jí i tehdy, kdyby třeba lehla popelem nebo ji pohřbila lavina a Hofman se musel uchýlit pod Martinovu střechu.

Hofman věděl mnoho o horách a o lidech.

Znal také Martina. Dobře o něm věděl, poněvadž přítomnost člověka v takových výškách se cítí mnohonásobněji než v údolí. Martina měl rád přes jeho chyby, které měly jinou podstatu a vyvěraly z jiných než obvyklých příčin. Vždyť přímo souvisely s pudem sebezáchovy, který má v těchto opuštěných končinách jinou povahu než v lidnatějších nížinách nebo předhořích. Hofman dobře věděl, že nadejde chvíle, kdy se Martin narovná.

Všechno, co je tu živé, ať je to strom nebo člověk, zraje pomaleji, neboť musí vydat mnoho síly a houževnatosti, aby se tu zachytilo a zapustilo kořeny. O to si tu lidé děle podrží nezkaženost dětí i prostotu jejich vztahu ke všemu, co je kolem.

Jen se podívejte do tváře klečí!

Nepodobá se co do vzrůstu, prostotou a přirozenou krásou stromku v dětských letech? Překypující těmito vlastnostmi nese zatím už dvě stě let na svých křehkých větvích nejprudší metelice a mrazivé vichry a z jara trpělivě čeká, kolik na ní zbude slunce.

Martin je tak trochu z jejího rodu.

Jako člověk se může vzbouřit, postavit na odpor, bojovat. Neuznával léta jako tato kleč, nevěřil ve stáří, nevěřil, že by tu mohl být vedle něho ještě někdo silnější. Vždyť tady na hřebenech byl on svrchovaným pánem. Jeho stavení se vyšpihalo ze všech nejvyšší a domníval se, že ho neomezuje ani čas.

Až přišel Francek!

(Pokračování příště.)



# Ze sekce bobů a saní

## Mistrovství ČSR v jízdě na bobech 1958

Ani letošní zima nepřála bobovým soutěžím a tak i vrcholný podnik mistrovství ČSR byl silně ovlivněn touto nepřízní počasí. Původně byla mistrovství určena podobně jako v minulých letech na bobovou dráhu do Tatranské Lomnice. Avšak již týden před zahájením závodů, během mistrovství sáňkařů, obleva dokonale znehodnotila dobře připravenou dráhu v Tatrách. Tak došlo k odvolání mistrovství z Tatranské Lomnice a jejich přeložení do Teplíc. Zde byly soutěže zahájeny večer 26. února slavnostním nástupem všech závodníků a činovníků na Stalínově náměstí.

Ale ani v Teplících se závodí neuskutečnily v plném rozsahu, neboť obě kategorie absolvovaly pouze dvě finálové jízdy. Na startu dvou a čtyřsedadlových bobů se sešlo přes 120 závodníků ze sedmi krajů. Dvousedadlových bobů startovalo celkem 20, čtyřek bylo 14. Závod dokončilo jen 8 dvojek a 10 čtyřek.

Hodně se mluví o velkém počtu havárií, hlavně v závodě dvousedadlových bobů. Domníváme se, že důvodů bylo několik. Jízdy byly uskutečнены na bobové dráze v Dubí u Teplíc. Dráha je dlouhá přibližně 1000 m a má čtyři umělé zatáčky. Dvě poslední byly v uplynulých dvou letech nově vybudovány a jsou sestaveny v podobě písmene S, s poměrně krátkou mezíprůmkou. V zimní úpravě byla dráha převážně ledová, jen mantinely v rovinných nebyly dostatečně tvrdé, ale tato bobovka není vybavena vodovodem a tak její úprava odpovídala jen místním možnostem. O dráze v Dubí víme, že má dost značný spád a při ledovém korytě je velmi rychlá. Ti ze závodníků, kteří se obávali projíždění hlavně druhé části Esa, kde výjezd ze zatáčky nebyl nejlepší, na dlouhé rovině značně brzdili. Neklidná jízda hlavně dvousedadlových bobů znásobena ještě rázy při brzdění, způsobovala narážení bobů na mantinely, ale pro jejich měkkost se některé boby nevrátily zpět do koryta a havarovaly. Pokud jde o havarie na zatáčkách, byly způsobeny převážně špatnou jezdeckou technikou závodníků. To byl druhý a myslím, že častější důvod havárií. Nebylo totiž ojedinělým případem, že bob řídil závodník, který absolvoval jen velmi málo závodů. Je to důsledek loňské sezóny, kdy se pro špatné počasí nekonal skoro žádný závod a letos také bylo velmi málo tréninkových možností. Též havarie způsobené technickými závadami na bobech nelze přehlížet.

Ukazuje se nám stále jasněji a přesvědčivěji potřeba alespoň jedné dobře vybavené dráhy, kterou by bylo možno v případě příznivých podmínek rychle upravit a tak umožnit uskutečňování tréninkových jízd před každým závodem, a ne tak, jako je tomu doposud, že mnohde na závodech s ohledem na stav dráhy se upouští i od pilotek. Také tovární či řemeslné postavení třeba i menší série závodních bobů hlavně z kvalitního materiálu by přineslo své ovoce.

Obětavou organizací mistrovství teplíckými pracovníky i příkladným zájmem veřejných činitelů a složek města Teplíc nelze přehlédnout.

Inž. VLADIMÍR HORÁK

Technické výsledky mistrovství ČSR v jízdě na bobech:

Dvousedadlové boby:

Jméno bobu	Kraj (posádka)	I.	II.	Celkem
1. Elektron	Ústí n. L. (Hejný—Mejstřík)	0,50,0	0,53,2	1,43,2
2. Blesk	Ústí n. L. (Venclíček, Malrych)	0,53,9	0,51,6	1,45,5
3. Jurko	V. Tatry (Kurnava, Lukačovič)	0,52,7	0,54,7	1,47,0
4. Superelektron	Ústí n. L. (Šimek—Moravec)	0,54,0	0,56,1	1,50,1
5. Střela	Ostrava (Nakládal, Nakládal)	0,51,8	1,00,5	1,52,3
6. Raketa	Ústí n. L. (Šusta—Tomášek)	0,55,8	0,58,7	1,54,5
7. Rekord	K. Vary (Vágner—Roh)	0,55,5	1,56,7	2,52,2
8. Dynamo	K. Vary (Kuželovský, Svršek)	0,54,4	2,12,8	3,07,4

Startovalo celkem 20 bobů, závod dokončilo 8 bobů.

Výkonnostní třídu I. získává posádka 1. až 3. bobu, II. VT získává 4. a 5. bob.

Čtyřsedadlové boby:

	Kraj — (posádka)	I.	II.	Celkem
1. Dimo	Ústí n. L. (Hejný, Merta, Moravec, Šimek)	0,49,3	0,49,6	1,38,9
2. Rudá hvězda	Liberec (V. Kaňka, Hloušek, Svatoč, Kracík)	0,50,9	0,49,6	1,40,5
	K. Vary (Vágner, Kuželovský, Roh, Kubík)	0,51,2	0,50,5	1,41,7
4. Jánošík	V. Tatry (Kurnava, Novosedlák, Kurnava, Lukačovič)	0,53,5	0,52,5	1,45,6
5. Lavina	Liberec (Skála, Mráz, Řiha, Špilar)	0,55,9	0,51,6	1,47,5
6. Tatra II.	Ostrava (Nakládal, Nakládal, Žárský, Lacina)	0,58,6	0,54,3	1,52,9
7. Exelsior	Brno (Hrubeš, Matějčík, Pokorný, Vojtíšek)	0,57,8	0,55,1	1,52,9
8. Orel	Ústí n. L. (Chytráček, Jürschik, Růžička, Pospíšil)	0,49,9	1,16,2	2,06,1
9. Slavia	Praha (Dubec, Tuhý, Kuchta, Macháček)	0,59,8	1,26,3	2,26,1
10. Kobra	Ostrava (Bakota, Lazarský, Gavalčík, Terš)	1,14,0	1,13,6	2,27,6

Startovalo 14 bobů, závod dokončilo 10 bobů. Výkonnostní třídu I. získávají posádky prvních tří bobů, II., VT boby 4 a 5.

## Výsledková část mistrovství světa v jízdě na saních 1958 v Krynicí

Sáňkařská dráha v polském lázeňském městečku Krynicí byla ve dnech 1. a 2. února dějištěm III. mistrovství světa v jízdě na saních. Na dokonale upravené celoleďové dráze se sešli nejlepší závodníci světa ze 13 zemí, aby bojovali o hrdé tituly mistrů světa. Počasí závodům výjimečně přálo a pěkný mráz koncem ledna umožnil pořadatelům pokrytí celé dráhy plynulou a hladkou ledovou plochou, která při menších nočních úpravách vydržela stejně kvalitní i pro posledního závodníka. Pro tuto velkou přednost a možnost rasantních rychlostí budou patrně v budoucnu všechny dráhy pro vrcholné závody upravovány tímto způsobem, pokud jim to ovšem poměry dovolí.

Závody se staly velkým úspěchem polských závodníků, kteří získali 2 zlaté, 3 stříbrné a 2 bronzové medaile. Vedle toho získali 2 ceny v »Poháru národů«.

Nejlépešho času dosáhl nový mistr světa Polák Jerzy Wojnar 1:16,0 min., z žen mistrýně světa Maria Semczyszaková 1:20,0 min. — dvojky vyhráli Němci z NSR, Favorité Rakušani ztratili své nejlepší šance odpadnutím většiny závodníků po havárii během tréninku a prvních jízd. Na dráze dlouhé asi 1700 m dosahovali závodníci při dobrém ledu téměř 100km rychlosti na delších příčných úsecích o větším sklonu.

### VÝSLEDKY

#### Jednosedadlové saně — muži

	I	II	III	IV	Celkem
1. Wojnar J., Polsko	1:18,7	1:16,5	1:16,0	1:16,9	5:08,1
2. Pedrak R., Polsko	1:16,7	1:17,0	1:18,2	1:17,5	5:09,4
3. Frosch R., Rakousko	1:16,6	1:17,1	1:17,3	1:18,9	5:09,9

Celkem startovalo 58 mužů, závod ukončilo 49.

#### Jednosedadlové saně — ženy

	I	II	III	IV	Celkem
1. Semczyszaková M., P.	1:21,1	1:20,8	1:20,0	1:20,2	5:22,1
2. Boetherová H., Polsko	1:21,1	1:20,2	1:21,5	1:21,0	5:23,8
3. Gorgónová B., Polsko	1:21,8	1:20,2	1:20,3	1:21,7	5:24,0

Celkem startovalo 22 žen z 23 přihlášených.

#### Dvousedadlové saně

	I	II	Celkem
1. Nachmann F.—Strillinger J., NSR	1:17,9	1:18,9	2:36,8
2. Koszla J.—Suszczywska J., Polsko	1:19,1	1:19,4	2:38,5
3. Pedrak R.—Lacheta H., Polsko	1:17,6	1:21,8	2:39,4

### POHÁR NÁRODŮ

#### Jednosedadlové saně — ženy

1. Finková Brigitte (J)	1:21,1	2. Semczyszaková Maria (P)	1:22,0
3. Aschermannová Freia (NDR)	1:23,4		

#### Jednosedadlové saně — muži

1. Pedrak R. (P)	1:18,6	2. Tiedge H. (NSR)	1:19,2	3. Lenz J. (NSR)	1:19,5
------------------	--------	--------------------	--------	------------------	--------

#### Umístění družstev v Poháru národů

1. Polsko (Pedrak, Semczyszaková)	2:40,6
2. NDR (Tiefel, Aschermannová)	2:43,0
3. Itálie (Oberbacher, Finková)	2:43,2

Ing. MILOŠ TECHNIK

### V. Mucha: DĚJINY DÉLNICKÉ

#### TĚLOVÝCHOVY, II. díl. Druhý díl

významné publikace z pera zasluhujícího pracovníka v tělovýchově a sportu vypráví o vývoji naší dělnické tělovýchovy v období před II. světovou válkou, zejména o růstu, práci a bojích Federace proletářské tělovýchovy. Kniha obsahuje četné citáty z tisku, statí z projevů významných pokrokových politických i tělovýchovných pracovníků, důležité výňatky z publikačních prací tehdejší doby, četné fotografie a ilustrace. Str. 424, cena váz. Kčs 24,—.

### SPORT 1958

První číslo obrázkového magazínu přináší zpravodajství a fotografie z vrcholných sportovních podniků závěru loňského a začátku letošního roku (mj. z mistrovství světa v Badgasteinu a z mistrovství Evropy v krasobruslení v Bratislavě), dále různé zajímavosti ze zahraničního sportu a sportovní humor. — Sborník má 100 stran velkého formátu a cena brož. Kčs 8,—.



## Trenér hovoří o mistrovství ČSR v jízdě na saních 1958

Letošního mistrovství Československé republiky v jízdě na saních v Tatranské Lomnici se zúčastnilo 50 mužů a 22 žen ze sedmi, dnes již sáňkařsky proslulých krajů republiky. Zároveň byl uspořádán dorostenecký přebor ČSR, kterého se zúčastnilo 51 dorostenců a dorostenek z osmi krajů. Na startu se objevily nové tváře — mladí závodníci a závodnice, kteří prošli sítí oddílových, okresních a krajských přeborů. S radostí jsme uvítali dorostenecké družstvo kraje České Budějovice, které startovalo na vrcholné soutěži po prvé. Jako v předešlých letech, zúčastnili se mistrovství ČSR již po čtvrté pouze závodníci — nositelé I. a II. výkonnostní třídy a dorosteneckého mistrovství nositelé výkonnostní třídy mládeže. Přehled o výkonnostních třídách účastníků udává tato tabulka:

Kraj:	I. VT	II. VT	VT ML
Brno	—	5	5
České Budějovice	—	—	3
Karlovy Vary	2	5	1
Liberec	7	16	13
Ostrava	1	4	6
Praha	6	9	7
Ústí nad Labem	2	9	11
Vysoké Tatry	3	3	5
<b>Celkem</b>	<b>21</b>	<b>51</b>	<b>51</b>

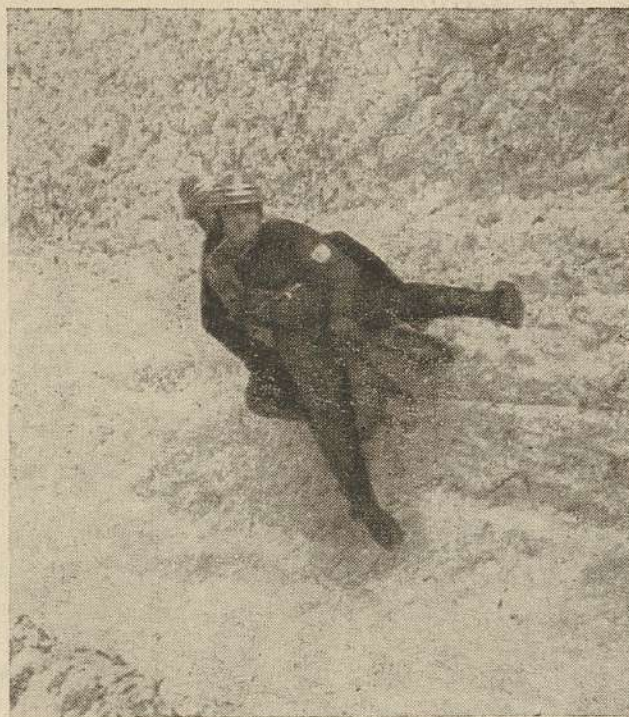
Úkolem, který mně byl svěřen trenérskou radou, je všimnout si výkonnosti předních jezdců a provést rozbor a porovnání výkonnosti krajských družstev. Nejdříve si všimneme nejpočetnější oběslané kategorie mužů. Technické výsledky mistrovství ČSR byly otištěny ve 3. čísle Lyžařství na str. 24.

V kategorii mužů vidíme v první desítku nová jména. Je to převážně mladý nadějný Šroubek z Dukly M. Lázně, který se umístil na 2. místě hned za zkušeným několikanásobným mistrem ČSR Urbanem z Prahy, na 7. místě se umístil Seiner z Dukly M. Lázně, na 8. místě Hellebrant z Liberce, na 9. místě Hrubeš z Brna. Dobrý výkon podali ostřílení závodníci Perla z Prahy (3. místo), Novotný ze Smržovky (4. místo) a Kříž z Prahy (6. místo). Na druhé straně v poli poražených skončili členové národního družstva Československa Křížovský z Vysokých Tater (12. místo), Škrabálek z Albrechtic (13. místo), Peukert ze Smržovky (19. místo), Krejčí ze Smržovky (28. místo) a Dašek z Prahy vzdal. Ke zdůvodnění relativně špatného umístění jmenovaných reprezentantů je třeba říci několik slov. Uvedení závodníci disponují brilantní technikou jízdy, i když specificky rozdílnou co do stylu, který je ovlivněn jednak individuálním návykem závodníků a jednak konstrukcí saní a způsobem jejich řízení. Také fvisicky i takticky jsou zvláště Dašek, Škrabálek a Peukert na výši. Vcelku neuspokojivý výkon závodníků — reprezentantů byl ovlivněn podle názoru ústřední trenérské rady především nevhodným kováním skluznic (ocelí), které ve spojení se špatným stavem trati působilo záporně na dopřednou rychlost saní větším třením na mokřích a rozbředlých místech dráhy. U Peukerta, myslím, že výkon byl také do jisté míry ovlivněn jeho tělesnou vahou, která působila na některých úsecích trati s nedostatečnou vrstvou ledové pokrývky jako brzdicí moment.

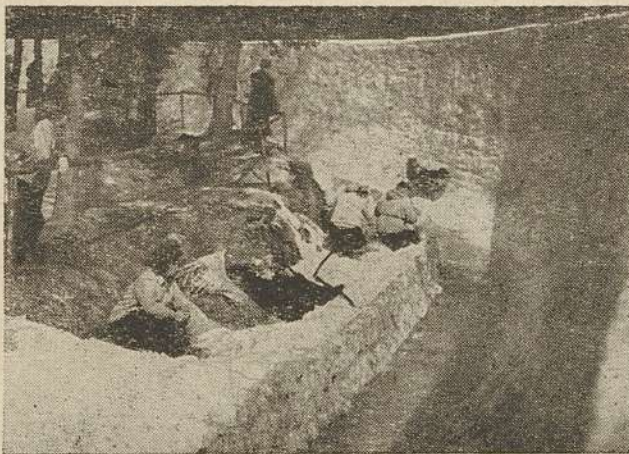
Pokud se týká závodníků Křížovského z Vysokých Tater, který dovedl před mistrovstvím ČSR zvítězit na Velké ceně města Teplic na cizí dráze v Dubí v neméně obtížné konkurenci, zatím co v Tatrách startoval v domácím prostředí, a závodníka Krejčího z Libereckého kraje, bylo konstatováno na zasedání ÚTR, že je třeba ještě zvážit, do jaké míry nepříznivě ovlivnila jejich poměrně špatný výkon (12. a 28. místo!) také životospráva během pobytu v Tatranské Lomnici. Nad touto otázkou by se měli jmenovaní závodníci zamyslet sami.

Zbývá si ještě všimnout výsledku inž. Daška z Prahy, který ve třetí jízdě závod vzdal. Stalo se tak pro poruchu řídicího vodítka, které nebylo možno na místě opravit.

Inž. BRONISLAV HANÁK, trenér národního družstva.



Mistrovství ČSR v jízdě na saních 1958 — jezdcí Dašek — Perla



Mistrovství ČSR v jízdě na saních — Tatranská Lomnice — 10. zatáčka

Tiskopisy a různé pomůcky pro tělovýchovné hnutí obdržíte v prodejně Sportovního a turistického nakladatelství, nebo vám je zašle poštou na dobírku STN — expedice Praha 3 — Kliment-ská 3.

V současné době jsou na skladě:

### Základní tiskopisy:

Evidenční list sportovce	Kčs 0,07
Evidenční lístek sportovce	Kčs 0,05
Průkaz odznaku zdatnosti PPOV	Kčs 0,10
Příhláška tělovýchovného zájezdu	Kčs 0,05
Záznam o sehraňích utkáních v přeborech družstva	Kčs 0,35

Soupiska družstva	Kčs 0,06
Výkaz nákupu a spotřeby	Kčs 0,20
Záznam o cvičební docházce v družstvu	Kčs 0,15
Žádost o povolení pořádat závody	Kčs 0,30
Plakáty bílino: Odbíjená	Kčs 1,50

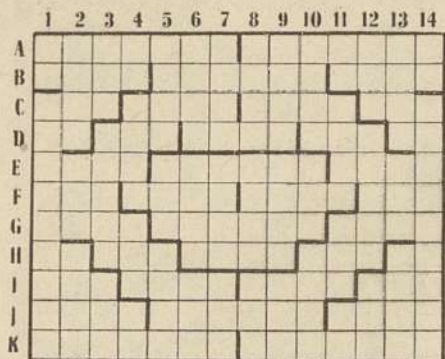
### Dípomy:

Dorostenecký přeborník kraje (družstva)	Kčs 0,40
---	----------

### Různé:

Organizační řád ČSTV	Kčs 0,25
Kukušín: Sovětská tělesná kultura	Kčs 3,98
Katalog tělovýchovných a sportovních filmů	Kčs 1,40

## KŘÍŽOVKA



Vodorovně: A: Sbor statistů; čs. reprezentant v lyžování. B: Spíčka; africká poušť; Ibsenovo drama. C: Topeniště; žeraské jméno v 5. pádě; německy »sever«; slovenská řeka. D: Chem. značka hliníku; titul muže; Jiráskův román; tímto způsobem; předložka. E: Forma; druh lyžařského závodu; čs. atlet-trojskokan. F: Anglicky »olej«; prvek chem. značky Br; stát v USA; německy »nový«. G: Příslušník organizace; přední čs. lyžař-běžec; býv. čs. reprezentant v cyklistice. H: Písmeno »k« foneticky; vládce carství; spár; dvojnásobný olympijský vítěz 1956 v lehké atletice (5000 a 10.000 m); řecké písmeno. I: Mužské jméno; přední čs. lyžařka-sjezdářka; polární zvíře; čs. atlet-dálekář. J: Jednotka napětí el. proudu; mnohonásobný přeborník ČSR v lyžování v běžeckých disciplínách; cizí mužské jméno. K: Jeden z pěti světadílů; přední sovětský lyžař-běžec (se zkratkou křest. jména na začátku).

Svisle: 1: Chem. značka draslíku a vodíku; čs. reprezentantka v lyžování (běžkyně). 2: Král ptactva; chem. značky vanadu a iřina; částice hmoty. 3: Čs. rekordman v chůzi; jeden z pěti prstů; spojka. 4: Adresní zkratka; tvar slovesa bráti (obr.); osobní zájmeno v 3. pádě; zkratka »toho roku«. 5: Řeka tvořící část hranice mezi NDR a Polskem (obr.); žencová potřeba; zpátečník. 6: Rumunské mužské jméno; anglický šlechtický titul; nář. 7: Sběh; bůžek lásky; papoušek. 8: Ženské jméno; čs. fotbalový trenér; zkratka městských dopravních podniků. 9: Bůh lásky; svazek roští; zpátečník. 10: Část nohy; vlastní; jednoduchý dopravní prostředek. 11: Zkratka neznámého; pocit nenasyčenosti (obr.); kuchyňský nástroj; RL. 12: Hrob; divoký vepř; sečná zbraň. 13: Asijský stát; vidina (obr.); titul vdané ženy. 14: Slabika smíchu; vynikající finský lyžař-běžec.

## SPORTOVEC,

KTERÝ ZE SEBE VYDÁVÁ ENERGIÍ, MUSÍ JI UMĚT TAKÉ VHDNĚ A ÚČELNĚ NAČERPAT



SPOLEHLIVÝ ZDROJ ENERGIE  
VE SPRÁVNÉ ŽIVOTOPRAVĚ  
VÝKONNÝCH SPORTOVČŮ



## Krátký oblouk ve vlásence

Naše dnešní fotografická montáž zachycuje 19 závodníků různých států při projíždění stejné brankové figury v prvním kole slalomu speciál na mistrovství světa v Badgasteinu.

Šlo zde, jak vysvítá z obr. č. 1, o jedenáctou branku — tupodíhlou vlásenku — postavenou šikmo svahem téměř kolmo a na vzdálenost 4 m od předchozí vlásenky, stojící na spádnicí. Za ní následovala ve vzdálenosti dalších 4 metrů na spádnicí otevřená dvanáctá branka.

Terén byl hladký, udusaný. Sníh nebyl příliš tvrdý (zledovatělý), ani měkký, který by se u vyšších čísel vyjížděl v přílišná koryta. Sklon svahu nájezdové vlásenky asi 30 %, sklon tupodíhlé vlásenky asi 10 %.

Postoje závodníků zachycené uprostřed vlásenky při ukončování jednoho krátkého oblouku těsně před začátkem druhého nejsou a nemohou být stejné nejen proto, že jsou individuální pro toho kterého závodníka, ale i proto, že nebyly fotografovány ve zcela stejném místě. Protože zachycují pouze jedinou fázi jízdy (zatáčení), nelze z nich tvořit závěry pro celkovou jízdu závodníků. Ale i tak jsou pro nás v mnohém poučné.

Už pouhý pohled na fotografie potvrzuje známou skutečnost, že závodní technika jízdy všech předních světových sjezdářů je přibližně stejná. Její shodnost je dána tím, že vychází ze stejných fyzikálních základů, které v nejvyšší míře ovlivňují konečnou jednotnou formu prováděných cviků. Ani osobitý styl jízdy podmíněný tělesnými a duševními vlastnostmi a předpoklady, stupněm trénovanosti, taktiky, rychlosti, vybavení atd., na této věci nic podstatného nemění. Jestliže toto tvrzení lze generalisovat na sjezdovou techniku vcelku, platí, jak vidíme z fotografií, zejména pro krátké a dlouhé oblouky. Včasné nadjíždění umožňuje závodníkům projíždět branky těsně u vnitřní tyče. Tomu napomáhá i protinatčení trupu a jeho předklon spojený s odklonem vně oblouku. Tento postoj umožňuje snažit uhybní tyčím a pohyb vnější paže před zapichnutím při nasazování dalšího oblouku. Je přirozené, že se tím dostává vnější rameno výš, než je vnitřní (na rozdíl od oblouků prováděných bez branek, např. v základním lyžařském vycviku). Tento předklon, zvyšující ještě předklonění (z kotníků) umožňuje závodníkovi větší a energičtější vytažení šikmo vzhůru vpřed, které působí jako pumpování mezi jednotlivými oblouky. Závodník se snaží udržet i v oblouku co nejužší stopu. Smyk v oblouku zkracuje na nejpotřebnější změnu směru. Nikde nevidíme stopy po základnu (úmyslné zatěžování pat), ani po přehnaném »vyseďávání« do stran.

Stará zásada, že nejstylovější jízda (v moderním pojetí závodní sjezdové techniky), je současně i nejrychlejší, obrází se v dynamickém a krajně účelném postoji a technice zatáčení vítěze slalomu Riedra (obr. 2). Stačila mu ve slalomu nahradit i jeho poměrně malou váhu (ne však už v obřím slalomu). Za povšimnutí stojí jeho účelná a jed-

noduchá práce paží, poměrně nižší postoj v brance, úzké vedení lyží, velký předklon celého těla spojený s předklonem a odklonem trupu, Z jízdy Sailerovy (obr. 2) vyznačuje bojovnost, která se projevuje mimo jiné snahou najíždět co nejtěsněji u brankových tyčí. Jeho postoj v brance není tak vyvážený jako Riedrův. Na 3. místo v prvním kole jej zřejmě odsunulo až dvojitě zakolísání na trati. Spolu s Riedrem a Obermüllerem (obr. 10) jedou nejužší stopou. Werner (obr. 4) spolu s Behrem (6) a Wagnerbergerem (7) jedou v nízkém postoji. Werner využívá, jak je i z obrázku zřejmé, výhody ideálního povrchu trati a jede rovněž krajně úspornou stopou. To už se v té míře nemohlo podařit např. Henrychovi (č. 18) a Bogdálkovi (12), kteří měli trať už značně vyježděnou. Na fotografiích Bogdálkově vidíme kromě širší stopy i poměrně malý celkový předklon. Zakolísání Lützendorfa (11) a Gogolského (13) je zřejmě stejného původu — základ. Z obrázku č. 19 je vidět, že nebyť nešťastného druhého kola, byl by Bozon ve slalomu vážným soupeřem vítězům.

Obr. č. 1 — Horní úsek prvního kola slalomu mužů (branky č. 3—12). Celá trať měla 68 branek. Délka 562 m, výškový rozdíl 202 m. Autor Ital Menardi.

Obr. č. 2 — Rieder — Rak. — Celkově 1, I. kolo 2 (57,7).

Obr. č. 3 — Sailer — Rak. — Celkově 2, I. kolo 3 (58,3).

Obr. č. 4 — Werner — USA — Celkově 4, I. kolo 5 (59,6).

Obr. č. 5 — Mathis — Švýc. — Celkově 6, I. kolo 8 (61,2).

Obr. č. 6 — Behr — NSR — Celkově 10, I. kolo 12 (64,7).

Obr. č. 7 — Wagnerberger — NSR — Celkově 11, I. kolo 10 (66,1).

Obr. č. 8 — Thorstensen — Nor. — Celkově 12, I. kolo 21 (66,2).

Obr. č. 9 — Schneider — Švéd. — Celkově 14, I. kolo 16 (65,6).

Obr. č. 10 — Obermüller — NSR — Celkově 15, I. kolo 14 (70,7).

Obr. č. 11 — Lützendorf — NDR — Celkově 16, I. kolo 17 (66,0).

Obr. č. 12 — Bogdálk — ČSR — Celkově 20, I. kolo 15 (65,6).

Obr. č. 13 — Gogolski — Pol. — Celkově 25, I. kolo 11 (63,6).

Obr. č. 14 — Vuarnet — Fran. — Celkově 26, I. kolo 15 (65,5).

Obr. č. 15 — Süs — NSR — Celkově 28, I. kolo 33 (75,1).

Obr. č. 16 — Slopaes — Itálie — Celkově 31, I. kolo 39 (82,2).

Obr. č. 17 — Dimitrov — Bul. — Celkově 32, I. kolo 36 (72,3).

Obr. č. 18 — Henrych — ČSR — diskvalifikován, I. kolo 41 (88,6).

Obr. č. 19 — Bozon — Fran. — diskvalifikován, I. kolo 4 (58,9).

Dr. ČTVRTEČKA, Ing. NOVOTNÝ



Záběry z jedenácté branky slalomu mužů na mistrovství světa v Badgasteinu. Vlevo nahoře skupina branek, ve které závodník projíždí uvedenou branku.



Hurd... zdramíme sluníčko, lyže, sněh, hory a naše rodiče, kteří nám umožňují tyto krásné zážitky. Tak nějak to zni z ust a srdci těchto dětí. My se připojujeme a děkujeme všem cvičitelům a trenérům, kteří se starají o mládež.

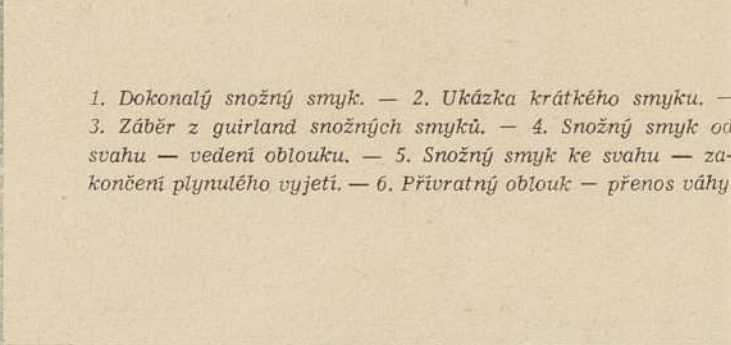
*Model 7*

# Lýžarství

ROČNÍK 44

ČERVEN 1958





1. Dokonalý snožný smyk. — 2. Ukázka krátkého smyku. — 3. Záběr z guirland snožných smyků. — 4. Snožný smyk od svahu — vedení oblouku. — 5. Snožný smyk ke svahu — zakončení plynulého vyjetí. — 6. Přivratný oblouk — přenos váhy.

— Přivratné smyky. — 7. I. fáze — nasazení přivratu. — 8. II. fáze — vedení oblouku. — 9. III. fáze — zakončení oblouku.

## OBSAH

Čekají nás vážné úkoly — Jmenování dobrovolných trenérů lyžování — str. 2.

Něco o průběhu letošního mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách o Velkou cenu Slovenska — str. 3—5.

K výcviku mládeže v oddílech — str. 5.

Přebory čs. armády v lyžování — str. 6—7.

Čtvrthodinky z učební osnovy — str. 8.

Okolo filmu »Z lyžařské abecedy« — str. 9—10.

Jak trénoval Pavel Kolčín na mistrovství světa — str. 11.

Posluchači ITVS v Polsku a NDR — Mosaika z Velké ceny Slovenska — str. 14.

Skokani a sruženáři v přípravném období — V bačkorách vyhrál závod — str. 15.

V Badgasteinu nic nového — str. 16—17.

Nová jednotná sportovní klasifikace — str. 16—17.

Hospitoval jsem při každé hodině tělesné výchovy — Několik lékařských připomínek k lyžařským závodům — str. 18.

Celoštátní seminář lyžařských pracovníků s mládeží — str. 19.

Ze života oddílů — str. 20.

Hory mají srdce v člověku (povídka) — str. 21—22.

Ze sekce bobů a saní — str. 22—23—24.

Kinogram skoku — str. 24.

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: Dr. Jiří Götz, Vl. Mirka, Dr. J. Čtvrtečka, inž. Mir. Vodička, J. Pilmann, L. Pelcová, F. Váša, M. Roučka.

Na titulní straně: Naši lyžaři využívají i posledního sněhu k tréninku.

**V.** LYŽARSTVÍ — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Václav Trykar. Redakce Praha I, Národní tř. 33. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha. Praha červen 1958.

A-19483

# Telovýchovné slávnosti na Slovensku v roku 1958 a činnost lyžiarov

Celá telovýchova na Slovensku žije teraz v znamení príprav na Telo- výchovné slávnosti, ktoré vyvrcholia začiatkom júla v Bratislave. Tieto slávnosti nadväzujú na slávnú I. celoštátnu spartakiádu v Prahe. Je známe, že masové vystúpenia na Slovensku nemajú z minulosti veľkú tradíciu, ale už prípravy na I. celoštátnu spartakiádu rozprúdili prácu v oddieloch základnej telesnej výchovy a tá našla svoj výraz vo veľkej účasti takmer 54 tisíc cvičencov zo Slovenska v Prahe.

Telovýchovné slávnosti na Slovensku majú byť pokračovaním dobre začatej tradície a súčasne generálnou skúškou na II. celoštátnu spartakiádu, ešte mohutnejšiu prehliadku sily nášho telovýchovného hnutia, ako bola I. celoštátna spartakiáda.

Telovýchovné slávnosti sú ale aj pre nás lyžiarov na Slovensku významnou udalosťou. Významný podiel v ich zimnej časti mali práve lyžiarske súťaže, ktoré všetky prebiehali tohto roku na Slovensku v rámci Telo- výchovných slávností. Už príprave sme venovali značnú starostlivosť, a to najmä propagačnej stránke. Naším hlavným cieľom bolo využiť Telo- výchovných slávností k ďalšiemu rozšíreniu lyžiarstva najmä medzi našu mládež. Preto sme sa zamerali práve na tieto súťaže a k našim pravidel- ným náborovým pretekom a pretekom o Cenu Pionierskych novín pristú- pili svojim masovým charakterom celoslovenské súťaže škôl a z iniciatívy ČSM poriadané masové súťaže pod názvom Beh februárového víťazstva.

Impulzom k nástupu do Telo- výchovných slávností na Slovensku bolo práve slávnostné zahájenie zimnej časti 8. februára — teda v mesiaci sláv- nych udalostí z roku 1948 — v povstaleckej Banskej Bystrici. V rámci tejto významnej slávnosti prebiehali aj majstrovstvá Slovenska v klasic- kých disciplínach.

Týmto spojením lyžiarstva a základnej telesnej výchovy dokumentu- jeme dôležitosť základnej telesnej výchovy aj pre nás lyžiarov-pretekárov najmä v prípravnom a prechodnom období. Z tohto hľadiska správne po- chopilo veľa lyžiarov, že nácvik prostných na Telo- výchovné slávnosti zna- mená pre nich aj dôležitú súčasť zvyšovania ich kondičnej pripravenosti na dôležité hlavné obdobie 1959. Je potešiteľným faktom, že viaceré oddiely pochopili túto dôležitosť, no na druhej strane ešte veľa lyžiarov stojí bokom, čo koniec koncov je len im na škodu. Dúfajme, že ak nie teraz, tak v pripravách na II. celoštátnu spartakiádu ich istotne nájdeme medzi cvičencami základnej telesnej výchovy.

Telovýchovné slávnosti na Slovensku majú veľmi významný a vznešený cieľ: upevňovanie družby medzi českými a slovenskými športovcami. Uza- tváranie družieb medzi krajinami a okresmi z Čiech a Slovenska nadobudlo masový charakter a niet takmer okresu a kraja na Slovensku, ktorý by v lete neočakával milú návštevu cvičencov z Čiech a Moravy.

Aj pre nás lyžiarov je potrebné neustále prehlibovať družbu medzi na- šimi národmi. Nič nám nebráni v ceste k užším stykom, najmä keď sme si vlni otvorene súdružsky pohovorili o nedostatkoch lyžiarskej práce v minulosti a uzavreli za nimi dvere. Verím, že družba libereckých a ban- skobystrických lyžiarov je len začiatkom ďalšieho, ešte tesnejšieho zblí- zovania a poznávania sa športovcov z celej republiky. Budeme pritom dbať, aby nikto túto pekne sa rozvíjajúcu družbu našich národov nenarúšal. Preto voláme:

»Za zdar Telo- výchovných slávností na Slovensku!  
Za ďalšiu družbu našich národov!«



# Čekají nás vážné úkoly

Výsledky letošních mezinárodních závodů byly pro naši veřejnost rozčarováním. Mistrovství světa v Badgasteinu a Lahti potvrdilo, že jsme v závodním lyžování ustrnuli a že tudíž není v naší práci na tomto úseku všechno v pořádku. Vážné diskuse, které situace zcela pochopitelně vyvolala, vyjadřovaly ponejvíce starost o naši lyžařskou závodní budoucnost, ale mnohdy též končily neuváženými závěry, ve kterých se likvidovaly disciplíny, připravovala drastická opatření a předpovídal úpadek našeho závodního lyžování na mnoho let. Byly a jsou to informace falešné, které jen šíří poraženectví a nemálo naší věci škodí. Naše neúspěchy nesmějí být a také nebudou začátkem soumraku, ale poznáním skutečností, probuzením z blahého sebeuspokojení po úspěších na olympijských hrách 1956 a mobilizací k usilovné práci za dohnutí promarněného.

Bylo třeba rozhodných opatření organizačního, technického a hospodářského rázu, opatření uvážených, která jsou odrazem našich hospodářských možností, klimatických podmínek a která vycházejí z příčin dnešní neutěšené situace. Tyto příčiny lze shrnout v krátkosti takto: Nedostatečné vedení státních družstev po správce politicko-výchovné, metodické a technické práce, náročnosti na kázeň, fyzickou práci, morálně volní vlastnosti závodníků a z toho všeho vyplývající nedostatek autority trenérů. V organizační práci nedůsledná kontrola úkolů reprezentantů a trenérů a v důsledku toho snížení jejich aktivity. Na úseku hospodářském nezajištění základních podmínek, které postihlo citelně sjezdové disciplíny, jako malá možnost používání výtahů, neupravenost sjezdových drah v tréninku a omezení přípravy v zahraničí. K tomu přistupuje snížení tréninkových možností v důsledku opakujících se nepříznivých sněhových podmínek, zvláště na počátku hlavního období.

Nejsou to nedostatky malé a nezávažné, jejichž odstranění by bylo lehkou záležitostí. K trvalému a zdravému zlepšení je třeba nejen času, ale i trpělivosti, plánovitosti a důslednosti. S tímto vědomím a ve smyslu hořejších zásad zpracovala ústřední sekce následující plán okamžitých opatření a perspektivního vývoje našeho závodního lyžování:

1. Vzhledem k okamžitému stavu ve výkonnosti našich předních závodníků i trenérské práci nejsou předpoklady k dosažení uspokojivých výsledků již na olympijských hrách 1960. Příprava bude proto zaměřena dlouhodobě k mistrovství světa 1962, při čemž rok 1960 bude jen jedním z postupných cílů. K tomuto účelu bude vypracován dlouhodobý plán přípravy na mistrovství světa 1962. Podají-li se usilovnou prací v příštím období připravit jednotlivce natolik, aby mohli náš stát již na olympijských hrách čestně reprezentovat, bude této možnosti využito.

## JMENOVÁNÍ DOBROVOLNÝCH TRENÉRŮ LYŽOVÁNÍ

Ústřední lyžařská sekce ÚV ČSTV jmenovala na doporučení trenérské rady dnem 1. V. 1958 následující dobrovolné trenéry lyžování:

### I. třídy:

Čtvrtečka Jaroslav dr. (kraj Praha MV),

### II. třídy:

Jirsa Miloslav, Soukup Jiří, Žůrek Michal (všichni kraj Praha MV), Skřivánek Ivo (Praha KV), Císlar Jaroslav, Šonský Eman, Zajíc Jaroslav (všichni kraj Plzeň), Stehlík Leoš (Jihlava), Klečka Dalibor MUDr., Novosad Jiří (oba kraj Olomouc), Hrňa Jiří, Šrubař Břetislav (oba kraj Ostrava).

Přejeme jim hodně úspěchů v jejich další trenérské činnosti.

2. Bude prověřena práce dosavadních trenérů družstev a další přípravou budou pověřeni trenéři, kteří svými praktickými, teoretickými a pokrokovými předpoklady dávají záruku odborného a správného výchovného vedení družstva.

3. Bude proveden nový výběr závodníků, jejichž mládí, technické předpoklady, charakter a obětavý poměr ke sportu dávají předpoklady vysokého růstu.

4. Podstatně bude zlepšena politická a výchovná práce v družstvech.

5. Budou přezkoušeny a opraveny metody a systém přípravy jednotlivých disciplín.

6. Ve spolupráci s oddíly a krajskými sekcemi budou všem závodníkům přiděleni osobní odpovědní trenéři a zajištěna kontrola splnění všech úkolů.

7. Budou prověřeny metody práce v ústřední trenérské radě, případně provedeny změny v jejím složení a zajištěno tak zlepšení její práce. Budou odstraněny administrativní metody při kontrole přípravy státních družstev.

8. Bude věnována zvýšená péče rozvoji klasických disciplín.

9. Otázky dalšího rozvoje závodního lyžování, především z hlediska podstatného zlepšení práce lyžařských oddílů, budou projednány na plénu lyžařské sekce ve dnech 14.—15. června 1958.

10. Zkušenosti z mistrovství světa budou předány v nejširší míře trenérům a cvičitelům, aby se zlepšila vý-

chovná, metodická a technická práce v lyžařských oddílech.

Tento plán schválilo také předsednictvo ÚV ČSTV.

Zvýšená péče o rozvoj klasických disciplín neznamená potlačování disciplín sjezdových ani jejich likvidaci, jak bylo s oblibou používáno, ale jejich rozvoj v daných podmínkách hospodářských a přírodních, a usměrňování neuváženého jejich prosazování v místech s tenrými vyloženě klasického charakteru.

Věřím, že k dalším bodům o plánu není třeba vysvětlení. Říkají krátce, ale srozumitelně dobře uvážené úkoly, při jejichž plnění musí být dosaženo cíle. Tak jako vina za dnešní stav našeho závodního lyžování spočívá nepopíratelně z větší části na nás — trenérech, je také především v naší moci náprava. Musí se podařit. Jeden nezdár nás nemůže zlomit, naopak musí nás zakalit a vést k novému náporu. Vyhlašují-li lyžaři NDR pro rok 1959 závazky k získání prvenství v běžích ve střední Evropě, povzbuzují nás tím jen k zvýšení úsilí. K tomuto cíli nemáme o mnoho dále a jestliže nás bolí porážky, musí být naším jediným přáním odvěta. Jsme tím povinni naší vlasti. Není to přání nespílitelné. Je jen třeba vysoké náročnosti k sobě i závodníkům, důsledně, tvrdě a trpělivě práce, protože jen ta vede k cíli. Věřím, že naši trenéři tyto úkoly splní.

B. TVRZŇÍK,  
ústřední trenér



# NĚCO O PRŮBĚHU letošního mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách O VELKOU CENU SLOVENSKA

Letošní IV. ročník mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách o Velkou cenu Slovenska navazoval svým poměrně hodně pozdním termínem na tradiční mezinárodní závody, Memorials Bronislava Czecha, které byly pořádány opět v Zakopaném, a to ve dnech 17.—23. března. Když bylo po dohodě s Poláky na podzim m. r. rozhodnuto, že přijmeme pro VCS termín 22.—26. března 1958, abychom také nekolidovali se žádným významným mezinárodním závodem FIS v zahraničí, zdálo se nám to přece jen značně riskantní s ohledem na obvyklé sněhové podmínky v Tatranské Lomnici, kde se i letos VCS měla jet. Měli jsme zkrátka obavy, bude-li koncem března na sjezdových tratích ještě dostatek sněhu. Ale vrtochy letošní zimy byly zcela nevyzpytatelné, a to zvláště v oblasti Vysokých Tater, kde se letos prakticky celou zimu pro naprostý nedostatek sněhu nedalo vůbec pořádně sjezdařit, a tak místo obav z pozdního termínu nastoupily ještě vážnější, že už snůh vůbec nenapadne a bude nutno letošní IV. ročník VCS úplně odřeknout. A tak probíhalo konečně období příprav ještě začátkem března ve značně nervozitě a nejistotě, ale nakonec se přece jen v druhém týdnu března protrhla sněhová peřina i nad Vysokými Tatrami, pomalu, ale jistě sněhu přibývalo, až už byla situace skoro úplně zachráněna — jen sjezdová trať mužů zůstala dále nesjízdná. Všichni jsme si oddechli, neboť by jistě tradici VCS nepřispělo, kdyby se byl musel letošní ročník odřeknout. Vždyť tato naše jediná mezinárodní soutěž ve sjezdových disciplínách získala si i u zahraničních závodníků a funkcionářů po dosavadních třech ročnících velmi dobré jméno a velké obliby, a je nejen uváděna v mezinárodním kalendáři FIS, ale i označena jako jeden z mezinárodních kvalifikačních závodů pro pořadník závodníků, tj. pro jejich zařazování do skupin při losování.

Jaká byla letošní zahraniční konkurence? Posuďte sami! Z pozvaných zahraničních závodníků přijeli: z Francie 3 muži (Adrien Duvillard, Jean Vuarnet a Albert Gacon) a 3 ženy (Anne Marie Dussonchet, Arlette Grosso a Daniele Tellinge), z Rakouska 3 muži (Christian Prawda, Harald Baumschlager a Karl Lammer) a 2 ženy (Käthe Hörl a Helga Herdl), z Polska 4 muži (Robert Kurkowiak, Josef Maruszarz, Andrzej Roj a Jan Zarycki) a 2 ženy (Barbara Grocholská-Kurkowiak a Anna Gogolská-Kubic), a konečně z Maďarska 2 muži (János Gangli a Miklós Bartus) a 1 žena (Ildiko Kövari). Škoda, že se omluvili závodníci ze Švýcarska, odkud bychom byli rádi přivítali mladého nadějněho slalomistu Adolfa Mathise, šestého na MS v Bad Gasteinu, jakož i závodníci z NSR, z nichž bychom byli rádi opět viděli Beni Obermüllera a sympatickou Sonju Sperl, společně s extratřídním Ludwigem Leitnerem a Hannelore Baslerovou. Vážný zájem o start na letošní VCS projevovalo ještě několik jiných států, mezi nimi i závodníci Ameriky a Kanady, jejich oficiální přihlášky ale bohužel přišly tak pozdě, že se letošního ročníku již nemohli zúčastnit. Celkem tedy startovalo letos na VCS pouze 12 zahraničních závodníků a 8 závodnic, což je myslím již počtem poměrně velmi omezená konkurence, neodpovídající významu našeho jediného mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách, a bude proto nutno zajistit účast všech pozvaných národností pro příští ročník řádnými a včasnými dohodami. Vždyť v Zakopaném na Memorialsu Br. Czecha startovalo ve sjezdových disciplínách dvakrát tolik zahraničních závodníků než u nás na VCS, a pro srovnání uvádím i zahraniční účast na Gornegradberby v Zermattu — 30 mužů a 22 žen, celkem ze 7 států.

A nyní něco o vlastním průběhu soutěží.

Zahajovacím dnem byla sobota 22. března 1958, kdy si odpoledne prohlédly ženy obě tratě svých slalomů, a večer pak ve 20 hodin bylo před zotavovnou Morava slavnostní zahájení IV. ročníku VCS, jehož se zúčastnili společným nástupem všichni naši i zahraniční závodníci a činovníci.

## SLALOM ŽEN

V neděli dopoledne pak už začaly boje našich reprezentantek, z nichž chyběly na startu jen nemocná Justa Šolcová a zraněná Jana Švantnerová, s nepočtenou, ale zato silnou zahraniční konkurencí, kde zvláště Francouzky Tellingeová (5. na MS v Bad Gasteinu) a Grosso (vítězka v Zakopaném a 2. v Zermattu), patřily k největším favoritkám, vedle mladé naděje Rakušanky Hörlové.

První kolo, postavené na poměrně jednotvárném svahu pod Lomnickým sedlem, vtyčil autor Otta Krajňák 52 brankami na trati dlouhé asi 470 m, s výškovým rozdílem 125 m. Autorem druhého kola byl Jozef Kišša, který ve Francouzské muldě postavil 51 branek na trati dlouhé 430 m s výškovým rozdílem 140 m. Oba slalomy byly pěkné a dostatečně náročné; Krajňákovy více technické a poměrně těžké k zapamatování, Kiššovo plynulejší, ale také rychlejší. Mimořádně velkou námahu a starost si opět vyžádaly úpravy všech tratí, což se při VCS v Tatranské Lomnici stává již téměř pravidlem. Ovšem letos to bylo o to obtížnější, že sice nebylo tolik

ANTONÍN HUSÁK,  
odpovědný trenér IV. ročníku VCS

sněhu, aby se nedal upravit, ale zato byl ten čerstvý snůh velmi spýtký, a tak ani při namáhavém šlapání botami nebylo možno utvořit tvrdé pisty, na jakých se převážně jezdí závody v cizině, hlavně pak slalomy.

Z našich žen překvapila svým velmi dobrým výkonem Eva Malá, která v obou kolech zajela velmi bojovně a spolehlivě, a dosáhla druhý a třetí nejlepší čas dne, čímž se umístila celkově na druhém místě pouze 8 des. vteřiny za vítěznou Tellingeovou. A to ještě měla ve druhém kole smůlu, když po nejrychlejším mezcíse zachytila holí o slalomovou tyč, silně zakolísala, a než se dostala znovu do tempa, ztratila několik drahocenných desetinek. Arlette Grosso zajela sice ve druhém kole krásnou a odvážnou jízdu nejlepší čas, ale svou malou ztrátu z prvního kola již nevyrovнала, a tak skončila na třetím místě za Evou Malou. Třetí Francouzka, plavovlasá Anne-Marie Dussonchet, měla v prvním kole v nebezpečné »vlásence«, utvořené 21. a 22. brankou, těžký pád, musela se vracet, čímž ztratila téměř 10 vt., kterouto ztrátu ani dobrou jízdu ve druhém kole již nemohla podstatně snížit. Další favoritka, mladá Rakušanka Käthe Hörl, také v téže vlásence havarovala, vynesla 22. branku a byla diskvalifikována, zatím co druhá Rakušanka Helga Herdl pro onemocnění nestartovala. Také naše mistryně Milka Richválská nezajela tak, jak jsme doufali, a nakonec skončila až na 6. místě za oběma Polkami, 4. Kubicovou a 5. Grocholskou. Nutno ovšem přiznat, že jela až se startovním číslem 10, takže se jí na poměrně měkké trati nejelo tak dobře jako závodnicím s nižšími startovními čísly (Hörl 2, Malá 3, Tellinge 4, Kubic 5 a Grosso 7). Maďarská reprezentantka, která zde na téže trati před osmi lety vyhrála závod o Tatranský pohár, zajela jen svůj průměr a skončila na 9. místě za naší dorosteneckou přebornicí Annou Slavickovou, která i v tomto svém prvním mezinárodním debutu potvrdila, že patří k našim největším nadějím. Velmi bojovně jela Květa Merendová, která je letos skutečně ve velmi dobré formě. Bohužel i ona přišla rychlou jízdu neuvzládla těžkou vlásenku 21. a 22. branky, ztratila tam mnoho času, a tak ani v celkové klasifikaci se už nemohla dobře umístit. Magda Slavicková se umístila celkově 7. Podala velmi spolehlivý výkon v obou kolech, ovšem zdálo se nám, že je schopna jeti bojovněji. Snad se jí tentokrát se startovním číslem 1 nejelo právě nejlépe, neboť vysokotřídní jízdy předjetců (v 1. kole Rakušana Baumschlagera a ve II. kole našeho Bogdáalka) jí zdaleka nemohly odhalit všechny zálučnosti tratě, kdežto podle její jízdy mohly další závodnice již snáze odhadnout své možnosti. Celkem startovalo jen 28 žen, a to pouze 7 cizích závodnic a ostatní většinou členky našeho st. družstva a družstva mladých.

## SLALOM MUŽŮ

Tratě slalomu mužů, který se jel příští den v pondělí 24. března 1958, byly vtyčeny opět na stejných trasách jako tratě slalomu žen. Autorem I. kola dlouhého 750 m, s výškovým rozdílem 200 m a 68 brankami byl s. Odložilík, který by v členitějším terénu jistě dokázal postavit dokonalejší a zajímavější trať, mající více prvků moderního plynulého slalomu. Takto zdálo se nám být jeho trať, zvláště ve své střední části, technicky přexponovanou, a to na úkor plynulé jízdy, což zvláště při poměrně měkkém terénu znamenalo pro mnohé závodníky nejen ztrátu rytmu, ale i vyjetí z tratě. Druhé kolo Brchelovo bylo mnohem zajímavější, neboť volil opět koncepci rychlého slalomu, což také všem 53 startujícím závodníkům lépe vyhovovalo. Na trati 520 m dlouhé s výškovým rozdílem 190 m postavil Luboš Brchel v tak zvané Francouzské muldě 60 branek ve velmi plynulém sledu, které téměř všichni závodníci projížděli v poměrně značných rychlostech. Nevýhodou druhého kola byla ovšem měkká trať, což pochopitelně přinášelo značnou nevýhodu závodníkům s vyššími startovními čísly.

Vítězem slalomu mužů se stal naprosto jistě a přesvědčivě Rakušan Christian Prawda, bývalý mistr světa (v r. 1954), který také v obou kolech zajel nejlepší čas! Jeho precizní vybraná technika vynikla zvláště ve druhém kole, které jel skutečně naplno, a dokázal znovu, že ještě dlouho bude patřit mezi sjezdařskou elitu. Druhý Rakušan, Karl Lammer, startující s výhodným číslem 3, zajel zvláště ve druhém kole velmi pěkně a dosáhl společně s naším Henrichem třetího nejlepšího času. Harald Baumschlager, další mladý rakouský závodník, nezajel závod ve slalomu tak, jak jsme čekali. Již v prvním kole měl dva pády a také ve druhém kole přebíral rychlost, padl a vynesla branku, takže musel být diskvalifikován. Škoda, že ani jeden z francouzských závodníků nezajel v tomto závodě tak, jak skutečně uměl. Měl smůlu již při losování, neboť všichni tři byli vylosováni až na konci první skupiny (Vuarnet 10., Duvillard 12. a Gacon 14.), což při poměrně měkkých tratích přece jen znamenalo určitou nevýhodu. Největším konkurentem Prawdovi měl být jistě Adrien Duvillard, ale ten měl již v prvním

kole po příliš riskantní jízdě pád, ve druhém kole pak, chtěje zřejmě zajetí aspoň nejlepší čas tohoto kola, vynechal branku č. 46 a byl diskvalifikován. Jean Vuarnet nebyl letos pro slalom v nejlepší formě, což se potvrdilo na MS v Bad Gasteinu, kde skončil až na 26. místě, a ani na VCS nepodal výkon, kterým by mohl Prawdou ohrozit. Třetí francouzský mušketýr, Albert Gacon, vyjel v obou kolech z tratě, a tak skončil až na 14. místě. Oba poští reprezentanti, Zarycki i Maruszarz, zajeli sice spolehlivě v obou kolech, ovšem dosažené časy stačily jen na 8., resp. 9. místo, zatím co čtyři naši reprezentanti (Richvalský, Krajňák, Hennrich a Bogdálék) byli před nimi. Skutečnou smůlu měl tentokrát Andrzej Roj, který celou trať prvého kola projel skutečně velmi dobře a rychle, ale v poslední brance před cílem zachytil o slalomovou tyč a měl těžký pád, který ho vyřadil z celého závodu. Na obou reprezentantech Maďarska bylo až příliš patrné, že tratě jsou letos pro ně příliš těžké, vždyť prakticky celou zimu neměli vůbec možnost trénovat, a tak skončili daleko až v druhé polovině závodníků. Z našich byl tentokrát nejspěšnější Laco Richvalský, který svou obdivuhodně bojovnou, ale spolehlivou jízdou dosáhl v obou kolech druhých nejlepších časů, a tak se i v celkovém pořadí umístil naprosto bezpečně na druhém místě za vítězem Prawdou! Je to první významný mezinárodní úspěch tohoto našeho nadějněho závodníka, ale jsme po jeho doběšném, vesměs vynikajících, výkonech ve slalomu přesvědčeni, že zdaleka ne poslední! Také Vlado Krajňák znovu potvrdil, že svůj letošní mistrovský titul ve slalomu získal zcela zaslouženě, neboť obě kola zajel tak dobře, že se celkově umístil na 3. místě! Příjemně nás tentokrát překvapil Kurt Hennrich, který svým 4. místem v těžké konkurenci zahraniční i domácí prokázal, že při větším slalomovém tréninku nemusel být slalom — ve srovnání se sjezdem — jeho »slabší« disciplínou! Jaryn Bogdálék zajel první, těžké a méně plynulé kolo podstatně úspěšněji, neboť v něm mohl plně uplatnit svou velkou rutinu, zatím co ve druhém kole měl jakoby pomalé lyže, ale i tak dosáhl celkově dobré umístění jako 7. Zmínky ještě zaslouží velký výkon budoucího trenéra z povolání Otty Krajňáka, zvláště v I. kole, který se vzdor svému vysokému startovnímu číslu (28) umístil celkově na 11. místě, společně s mladým a nadějným Vokatým. Z našich mladých závodníků zajel tentokrát nejlépe Bruna, kterému zřejmě start v Zermattu dobře posloužil. Škoda, že Zbyňkovi Mohrovi to prvé kolo tak nějak »nesedělo«, až teprve ve druhém kole zajel tak, jak jsme u něho ve slalomu zvyklí.

## OBŘÍ SLALOM

V úterý 24. března se jely oba obří slalomy, pro jejichž tratě muselo být použito opět svahu ze sedla Lomnického štítu, neboť tam bylo přece jen nejvíce sněhu. Úprava obou tratí si sice tentokrát vyžádala mimořádné námahy všech techniků, činovníků i závodníků, ale vzdor tomu nebyla zdaleka dokonalá, neboť čerstvý sníh nebylo možno ani za příznivého slunečního počasí upéčovat šlapáním botami tak, aby se utvořila tvrdá písta. Mužská trasa měla aspoň tu výhodu, že vedla středem svahu, kudy se nejvíce jezdilo a kde v předchozích dnech byla jeta i prvá kola obou slalomů. Zato ale trasa obřího slalomu pro ženy a hlavně její první polovina, vysunutá na pravou stranu do šikmého svahu, nebyla prakticky vůbec preparována, a tak se stalo, že již po několika závodnicích utvořily se velmi nebezpečné vlny a díry téměř v celé první půlce tratě. S tím pochopitelně autor tratě inž. Laco Harvan vůbec nepočítal. Postavil na trati dlouhé 1200 m, s výškovým rozdílem 260 m, celkem 41 branek, které dovoľovaly vyvinout jízdou o velké rychlosti. Nedostatečnou úpravou stala se ale tato trať velmi těžkou, ba až nebezpečnou, neboť závodnice v nerovném terénu rychlost nezvládly a tak mnohé buď vyzkoušely při těžkém pádu funkci pojistného vázání MARKER a závod vzdaly, nebo byly diskvalifikovány pro vynechání některé branky. Tím byl pochopitelně celý průběh tohoto závodu silně znehodnocen, neboť když z 12 závodnic prvé skupiny jich do cíle dojelo pouze 6, musel být závod přerušen, aby mohla být provedena úprava tratě a nedošlo k zbytečným úrazům zbývajících 15 závodnic.

V obřím slalomu žen zvítězila opět Danielle Tellingová, ale tentokrát pouze o 8 des. vt. před Květou Merendovou, když obě dovedly vytěžit z velké výhody dobrého vylosování (Merendová startovala jako první a Tellingová jako třetí!) a odvážnou jízdou získaly náskok téměř 2 vt. před dalšími Francouzkami, třetí Dusonchetovou a čtvrtou Grossovou. Škoda, že to nevyšlo naší Milce Richvalské. Jela velmi odvážně, jak říkáme »ostře na výhru«, chtějíc zřejmě odčinit všechny své letošní neúspěchy. Ve spodní části měla však pád a skončila až na 7. místě. I tentokrát mohl jsme opět pochválit obě sestry Slavičkovy, zejména výkon dorostenky Anny překvapil, když s téměř posledním startovním číslem (23) dosáhla krásného času a umístila se celkově na 6. místě (!) za svou starší sestrou Magdou. Celý závod, ne právě s nejdělejší průběhem, dokončilo nakonec pouze 16 žen, když 8 jich závod muselo vzdát a 2 byly diskvalifikovány.

Obří slalom mužů přinesl velký souboj Rakušanů s Francouzi, kteří tentokrát vyhráli, i když vítěz Vuarnet byl lepší jen o jednu desetinu vteřiny než druhý Christian Prawda. Další dvě místa

patřila opět Francouzům, Gaconovi a Duvillardovi, zatím co Rakušan Lammer byl 5. a Baumschlager až 9. Trať byla poměrně velmi těžká, neboť ve své délce 2050 m, s výškovým rozdílem 390 m, měla 67 branek, z nichž některé — zvláště v dolní části — ztrácely téměř charakter obřího slalomu, přibližující se figurami spíše slalomu speciálu. Jinak ovšem autor tratě, zkušený Karol Bruk, měl zřejmě snahu vytěžit z poměrně nevhodného jednotvárného terénu, co se dalo. V cizině se dnes již ovšem stavějí převážně obřáky rychlostní a hlavně plynulé, bez komplikovaných slalomových figur. V průběhu odstartování 54 závodníků byl závod několikrát plánovitě přerušen, aby mohly být provedeny úpravy tratě, která se zvláště v horní části hodně vyvíjela. Jako téměř vždy, potvrdilo se i tentokrát, že obří slalom je zatím stále ještě naší nejslabší disciplínou, i když výkony Bogdálka (celkově šestého) i Hennricha (celkově osmého) byly poměrně velmi dobré. Oba jeli velmi spolehlivě, kontrolovali stále svou možnost rychlosti, k čemuž je snad také přimělo to, že před nimi startující Richvalský, jakož i jeden z našich nejlepších Michal Šoltýs, a pak i Vlado Krajňák rychlost přehnali a nakonec museli závod vzdát. Z našich mladých zajel opět dobře Bruna (celkem 10.), Vokatý pro zranění vzdal a Zbyňk Mohr měl pád, který ho odsunul až na 16. místo. Z družstva mladých se umístil nejlépe Jindra Novotný (na 15. místě) a Radim Škubal (22.), zatím co pro ostatní byl tento závod zřejmě velmi těžký a mnozí ani nedojeli.

## SJEZD

O poslední disciplíně sjezdového trojboje o VCS — závodu ve sjezdu — bylo dlouho mnoho nejistoty a hodně diskusí. Jasně bylo, že se sjezdovka mužů letos nedá vůbec jet a že ani standardní sjezdovka žen nemá tak ideální sněhové podmínky, aby bez řádné úpravy snesla závod žen i mužů na jedné trati. A tak nakonec byla určena komise, jejímž členem byl také vedoucí rakouských závodníků pan Franz Schöny a trenér Poláků, bývalý závodník Dziedzic, která jak před závodem žen, tak i před závodem mužů tratě odpovědně prohlédne a rozhodne o způsoblosti pro konání závodu. Vše dopadlo dobře, ovšem byl to téměř nad lidský výkon všech techniků a činovníků v čele s veliteli obou tratí, jimž se podařilo upravit tratě tak, že nemohlo být námitek proti jejich regulérnosti, resp. bezpečnosti. Bylo to mnoho hodin úmorného nošení a šlapání sněhu, polévání některých exponovaných míst vodou a jiných obětavých výkonů, za které patří dík všem, kteří pomohli při této úpravě!

Ženy jely svou standardní trať ze Skalnatého Plesa do cíle »Pod čučoriedkami«, dlouhou 2750 m, s výškovým rozdílem 600 m a 11 kontrolními brankami. Mužská trať měla start pod Lomnickým sedlem a pak se dvěma táhlými oblouky napojila na standardní trať žen. Byla dlouhá 3150 m, s výškovým rozdílem 840 m a měla celkem 19 kontrolních branek.

V ženách zvítězila překvapivě sympatická Barbara Grocholská-Kurkowiak v dobrém čase 2:16,3 min. V čase o 2,3 vt. horším dojela jako druhá naše Richvalská, jen o 3 des. vteřiny před všestranně výbornou Telingovou, která tím jasně zvítězila v trojkombinaci. Jako čtvrtá se umístila další Francouzka Grossová, a Dusonchetová byla společně s Rakuškou Hörlovou 5.—6. Další naše závodnice měly kupodivu velké časové rozdíly, pouze 7. Slavičková Magda, 8. Eva Mrklasová a 9. dorostenka Novotná měly ještě poměrně dobré a stejné časy, zatím co ostatní svým výkonem zklamaly, neboť už 10. Charvátová měla čas o plných 8 vt. horší než 9. Novotná!

Závod mužů byl vzdor poměrně lehké trati velmi zajímavý. Nejdříve se zdálo, že výborný čas Prawdy 2:36,5 min. (startující jako 7.) nebude již dnes asi nikým překonán. Pak ale přijel Bruna, startující jako 9., a tu jsme s velkou radostí přivítali hlášení časoměřičů, že jeho čas je o 9 desetin vteřiny lepší než Prawdův. Dlouho jsme se ale ani my tentokrát neradovali, neboť už další jezdec, Francouz Vuarnet, prolétl cílem v nádherném čase 2:33,6 min. a pak ještě i druný Francouz Duvillard překonal čas našeho Bruna o 7 desetin vteřiny. A tak se oba Francouzi (jistě i zásluhou výborně namazaných lyží) umístili na prvních dvou místech. Bruna byl celkově třetí, Prawda čtvrtý a Bogdálék 5. Škoda, že po vynikajících mezičasech padli na poslední vlně těsně před cílem Vlado Krajňák a po něm i Kurt Hennrich. Možná, že i oni by byli bývali zasáhli do pořadí prvních pěti.

A tak skončil IV. ročník Velké ceny Slovenska, vzdor všem obtížím a nepříznivým sněhovým podmínkám, opět zcela úspěšně. Vítězem sjezdového trojboje mužů se stal naprosto zasloužený Christian Prawda, který měl z vítězství skutečně radost. Jako druhý skončil Francouz Jean Vuarnet a jako třetí Rakušan Karl Lammer. Z našich byl opět nejspěšnější Bogdálék, celkově 4., a také Brúnovo 6. místo je jistě jeho pěkným úspěchem. Dokonaly úspěch měly francouzské reprezentantky, které se umístily na třech prvních místech, před Richvalskou.

## Výsledky mezinárodních závodů o »Velkou cenu Slovenska«

### MUŽI:

#### SLALOM:

1. Prawda (Rak.) 115,5 vt., 2. Richvalský 116,4, 3. Krajňák Vl. 117,9, 4. Hennrich 118,3, 5. Lammer (Rak.) 119,2, 6. Vuarner (Fr.) 119,8, 7. Bogdálék 121,3, 8. Zarycki (Pol.) 122,9, 9. Maruszarz (Pol.) 123,0, 10. Brúna 123,5, 11. Krajňák O. 125,0, 12. Vokatý 125,0, 13. Mohr Zb. 125,2, 14. Cacon (Fr.) 126,1, 15. Krasula 126,7, 16. Šincl 128,6, 17. Čermák 129,2, 18. Mravec 129,9, 19. Slaviček 130,5, 20. Šoltys 130,8, 21. Scheib 132,3, 22. Kurkowiak (Pol.) 133,8, 23. Šoltys 134,8, 24. Mohr I. 140,0, 25. Novotný 141,1, 26. Hajniš 141,7, 27. Gangl (Maď.) 142,6, 28. Lučka 148,7, 29. Obal 150,4, 30. Haring 152,5, 31. Wintz 154,4, 32. Bartus (Maď.), 155,3, 33. Šrubař 155,4, 34. Trajtl 158,5, 35. Telgarský 158,8, 36. Midriak 162,3, 37. Škubal 162,8, 38. Kožnárek 163,1, 39. Uhlíř 165,1, 40. Kont 169,4, 41. Drápal 175,7, 42. Špringl 178,1, 43. Benko 197,2, 44. Surový 204,9, 45. Koloušek 225,3.

#### OBŘÍ SLALOM:

1. Vuarner (Fr.) 1:22,8 min., 2. Prawda (Rak.) 1:22,9, 3. Cacon (Fr.) 1:23,2, 4. Duvillard (Fr.) 1:24,5, 5. Lammer (Rak.) 1:25,0, 6. Bogdálék 1:25,1, 7. Maruszarz (Pol.) 1:25,3, 8. Hennrich 1:26,1, 9. Baumschlager (Rak.) 1:29,2, 10. Brúna 1:30,0, 11. Bartsch 1:31,4, 12. Krasula 1:31,9, 13. Čermák 1:32,5, 14. Mohr I. 1:32,7, 15. Novotný 1:33,8, 16. Mohr Zb. 1:33,9, 17. Kurkowiak (Pol.) 1:34,3, 18. Krajňák O. 1:35,1, 19. Slaviček H. 1:35,3, 20. Scheib 1:36,6, 21. Šincl 1:36,8, 22. Škubal 1:37,5, 23. Obal 1:38,2, 24. Richvalský 1:38,5, 25. Wintz 1:38,7, 26. Uhlíř 1:39,5, 27. Lučka 1:39,8, 28. Kout 1:41,1, 29. Hendrych 1:42,5, 30. Furin 1:43,8, 31. Drápal 1:45,3, 32. Martinec 1:46,0, 33. Šrubař 1:46,5, 34. Mravec 1:47,1, 35. Bartus (Maď.) 1:51,5, 36. Telgarský 1:52,3, 37. Kožnárek 1:57,6, 38. Lukáš 1:59,3, 39. Banko 2:04,3.

#### SJEZD:

1. Vuarner (Fr.) 2:33,6 min., 2. Duvillard (Fr.) 2:34,9, 3. Brúna 2:35,6, 4. Prawda (Rak.) 2:36,5, 5. Bogdálék 2:38,0, 6. Lammer (Rak.) 2:38,3, 7. Šoltys M. 2:38,7, 8. Maruszarz (Pol.) 2:40,7, 9. Krajňák Vl. 2:41,7, 10. Bartsch 2:42,7, 11. Baumschlager (Rak.) 2:43,0, 12. Krasula 2:43,2, 13. Čermák 2:44,7, 14. Mohr I. 2:44,8, 15. Slaviček H. 2:46,8, 16. Richvalský 2:47,3, 17. Haring 2:48,1, 18. Šoltys A. 2:48,4, 19. Obal 2:49,1, 20. Scheib 2:49,3, 21. Telgarský 2:50,7, 22. Mravec 2:51,0, 23. Drápal 2:53,3, 24. Škubal 2:53,8, 25. Martinec 2:54,5, 5. Cotiofán 2:54,5, 27. Krajňák O. 2:55,4, 28. Hajniš 2:57,3, 29. Hennrich 2:58,0, 30. Mohr Zb. 2:59,5, 31. Uhlíř 3:00,3, 32. Koloušek 3:09,7, 33. Kožnárek 3:01,4, 35. Banko 3:09,1, 36. Bartus (Maď.) 3:28,7, 37. Šrubař 3:43,0.

### TROJBOJ:

1. Prawda (Rak.) 1.88 bodu, 2. Vuarner (Fr.) 3,37, 3. Lammer (Rak.) 7,57, 4. Bogdálék 8,53, 5. Maruszarz (Pol.) 11,32, 6. Brúna 11,81, 7. Krasula 19,64, 8. Hennrich 20,14, 9. Čermák 22,34, 10. Slaviček 26,37, 11. Mohr I. 28,32, 12. Krajňák O. 28,66, 15. Scheib 29,85, 14. Mohr Zb. 30,44, 15. Mravec 37,19, 16. Kurkowiak (Pol.) 37,51, 17. Obal 40,46, 18. Škubal 49,63, 19. Telgarský 58,22, 20. Uhlíř 56,49, 21. Drápal 61,87, 22. Kožnárek 69,06, 23. Bartus 77,50, 24. Šrubař 82,85, 25. Banko 96,96.

### ŽENY:

#### SLALOM:

1. Tellingová (Fr.) 111,9 vt., 2. Malá Eva 112,7, 3. Grossová (Fr.) 112,8, 4. Gogolská-Kubic (Pol.) 113,1, 5. Grocholská-Kurkowiak (Pol.) 116,2, 6. Richvalská 117,4, 7. Slavičková M. 117,8, 8. Slavičková A. 125,2, 9. Kővारीová (Maď.) 127,6, 10. Charvátová 131,1, 11. Valčíková 132,2, 12. Dusonchetová (Fr.) 133,0, 15. Morávková 134,2, 14. Merendová 134,3, 15. Cermanová 134,7, 16. Zaccpálková 135,1, 17. Mrklasová 137,5, 18. Vančurová 143,7, 19. Novotná 148,3, 20. Algerová 157,6, 21. Živcová 157,7, 22. Krnová 169,7, 23. Ljubojacká 190,0, 24. Trajtllová 193,8.

#### OBŘÍ SLALOM:

1. Tellingová (Fr.) 1:10,0 min., 2. Merendová 1:10,8, 3. Dusonchetová (Fr.) 1:12,6, 4. Grossová (Fr.) 1:12,8, 5. Slavičková M. 1:18,9, 6. Slavičková A. 1:22,4, 7. Richvalská 1:24,2, 8. Charvátová 1:26,1, 9. Krnová 1:26,7, 10. Mrklasová 1:29,5, 11. Živcová 1:31,1, 12. Cermanová 1:34,6, 13. Zaccpálková 1:35,2, 14. Trajtllová 1:45,4, 15. Ljubojacká 1:52,4, 16. Hörlová (Rak.) 2:24,4.

#### SJEZD:

1. Kurkowiak (Pol.) 2:16,3 min., 2. Richvalská 2:18,6, 3. Tellingová (Fr.) 2:18,9, 4. Grossová (Fr.) 2:20,5, 5. Dusonchetová 2:24,6, 5. Hörlová (Rak.) 2:24,6, 7. Slavičková 2:29,5, 8. Mrklasová 2:29,8, 9. Novotná 2:30,4, 10. Charvátová 2:38,3, 11. Slavičková A. 2:40,0, 12. Cermanová 2:40,8, 13. Algerová 2:44,2, 14. Kővारीová 2:49,2, 15. Valčíková 2:55,0, 16. Živcová J., 2:55,4, 17. Krnová 3:16,4, 18. Trajtllová 3:18,3.

### TROJBOJ:

1. Tellingová (Fr.) 4,21 bodu, 2. Grossová (Fr.) 5,11, 3. Dusonchetová (Fr.) 18,53, 4. Richvalská 17,81, 5. Slavičková M. 21,27, 6. Slavičková A. 36,69, 7. Charvátová 43,06, 8. Mrklasová 44,58, 9. Cermanová 56,74, 10. Živcová J. 75,10, 11. Krnová 90,93, 12. Trajtllová 127,21.

## K výcviku mládeže v oddílech

K tomu, abychom řádně plnili úkoly dané ustavujícím sjezdem ČSTV a plenárním zasedáním ÚV ČSTV z října minulého roku při výcviku a výchově naší mládeže, je třeba řešit několik problémů, které nám brání, abychom mohli úspěšně dosáhnout cíle. Tyto problémy se mění také podle toho, jaká je situace v jednotě, a tím přechází i na oddíl. Účast mládeže na oblastních pražských přeborech je toho dokladem. Zde obeslala pouze Slavia Žižkov dostatečný počet účastníků, na kterých je vidět soustavná výcviková i výchovná činnost jejich dobrovolných trenérů — Žáka u sjezdů, a Effenbergra u běžců. Oddíl přikročil též k výcviku skokanů. Dále má ve svém plánu několik akcí, od kterých možno očekávat jednak utužení kolektivu a jednak zlepšení ve výchově i výcviku. Jedním z problémů při výchově a výcviku je okolnost, že stáří členů — chlapců i děvčat — se pohybuje od 12 do 20 let. Zde je velmi nutné, a zvláště u 14—18letých, postupovat ve výcviku i výchově opatrně. Dospívající mládež v dnešní době má dostatek možností svůj volný čas věnovat ke vzdělání v jakémkoliv oboru činnosti. Ovšem ne vždy si počíná správně ke svým možnostem jak po stránce fyzické, tak časové a hmotné. Máme-li postupovat odpovědně a výchovně, je nutné, abychom si všiměli všech těchto okolností a zájem mládeže o jednotlivé druhy sportu usměrňovali nejdříve na širší základně, tj. účastí ve cvičení ZTV, kde můžeme snadněji kontrolovat pohybové

vlastnosti potřebné ke specializaci. O tom, kdy přistoupit ke specializaci, bylo napsáno mnoho a zkušenosti potvrzují, že je nutné provádět pohybové návyky spolu s rychlostí, vytrvalostí a obratností. Tady je opět třeba rozlišit talent od snahy a podle toho stanovit plán výcviku a sledovat vývoj.

V lyžařském oddíle se musíme zvláště věnovat přípravě během období, ve kterém není ještě snížena možnost prakticky provádět přípravu. Poněvadž lyžařská sezóna i činnost oddílů závisí na sněhových podmínkách, je nutné, aby členové závodních družstev byli v tělesné i duševní přípravě na závody stále v pohotovosti. Myslím, že není naprosto na závod, když provádějí další závodní činnost takového druhu sportu, která je udržuje ve výkonnosti po celý rok, anebo oddíl sám provádí a vypisuje soutěže v rámci oddílu nebo jednoty. Takové závody můžeme vypsat v různých disciplínách jednak v terénu, jednak na hřišti anebo v tělocvičně.

Trenéři i cvičitelé by si měli osvojit vlastnost měřit a posuzovat výsledky své práce ke celému kolektivu družstva a oprostít se od větší pozornosti a péče jen těm zdatnějším. Je to rozhodně prostředek výchovnější, který bude k prospěchu oběma stranám. Vážnost trenéra a cvičitele stoupne u svěřenců a tito mají zase větší snahu po výkonu. Projeví-li trenér nebo cvičitel větší pozornost některému jednotlivci, dochází velmi často k tomu, že to na ostatní velmi

citlivě působí. Je nutné si uvědomit, že má-li již trenér nebo cvičitel družstvo ve specializaci, mají předpoklad výkonu a výsledku všichni přibližně stejný a výsledek může ovlivnit pouze věková a tělesná vyspělost. Vyspělost se projeví při závodech v přeborech oddílů, oblastí, kraje a různých soutěžích, kde je vlastní výchova kolektivu velmi důležitá. A právě zde v oddílech je hlavní těžší výchovy charakteru, která má pokračovat dále ve vyšších složkách.

Chybuje se také v tom, že nejsou ve vyšších složkách dosud tyto zásady dodržovány. Dochází k tomu, že se pro lepší výkonnost omlouvají přestupky různého charakteru. Tím se přispívá k tomu, že dochází právě v tělovýchově ke špatným charakterovým vlastnostem u některých výkonných sportovců a přispíváme k sobectví jednotlivců, které se odrazí i na ostatní účastníky. O tom, že je nutné všimnout si jejich prospěchu ve škole, pracovišti, být ve styku s rodiči, případně i se školou a pracovištěm, netřeba se zmiňovat. Tímto získáme mnoho podkladů pro usměrnění vývoje jak ve výcviku, tak ve výchově. Především tak nedorozumění v mnohých případech, známe-li příčiny výkyvů ve výchově, výcviku apod. V ideové výchově postupujeme tak, abychom našli vhodnou a poutavou formu výkladu, chceme-li dosáhnout žádoucího výsledku.

Je na místě, aby se našla chvíle na schůzku všech pracovníků pracujících s mládeží v jednotě, aby své zkušenosti si vzájemně sdělili a v případech, kde se jedná o stejnou svěřence, postupovali po vzájemné dohodě.

VLASTIMIL JIŘÍK

*Lyžařství 5*

## Přebory čs. armády v lyžování



Vítězná hlídka Dukla Liberec v závodě na 25 km se střelbou. Odleva: Weber, Žák, Balatka, Fencel.

Letošní přebory čs. armády v lyžování se konaly od 2. do 7. března 1958 ve Špindlerově Mlýně. Vzhledem k přeložení přeboru ČSR ve sjezdových disciplínách pro nedostatek sněhu ze Slovenska do Špindlerova Mlýna, byly závody přeboru čs. armády ve slalomu a sjezdu uspořádány současně s přeborem ČSR.

Všechny tratě byly velmi dobře upraveny i když hlavně při běhu na 15 km napadlo množství sněhu a úprava si vyžádala značného fyzického vypětí od příslušníků organizačního sboru. Na úpravě slalomového svahu ve Svatém Petru pomáhali také žáci Vojenské Žižkovy školy z Bratislavy, kteří se zúčastnili lyžařského výcviku. Při závěrečném hodnocení bylo zdůrazněno a vyzvednuto, že spolupráce a vzájemné porozumění pracovníků ČSTV a organizátorů přeboru čs. armády přineslo četné klady a bude jistě předpokladem pro další úspěšnou spolupráci. Civilní závodníci byli s úpravou tratí dokonce tak spokojeni, že zaslali sekretariátu armádních přeborů děkovný dopis.

Výsledky jednotlivých závodů prokázaly stoupající úroveň lyžařského sportu v armádě hlavně ve sjezdových disciplínách. Tak ve slalomu mužů (startovalo 84 závodníků) zvítězil Antonín Šoltýs z DUKLY Liberec časem 142,4 vt., který celkově v přeboru ČSR se umístil na 4. místě a v druhém kole slalomu přeboru ČSR zajel dokonce nejlepší čas vůbec 75,1 vt. Druhé místo v armádním přeboru obsadil Alex Telgarský z DUKLY Liberec časem 153,6 vt. (v přeboru ČSR celkem třináctý). Na třetím místě Jaroslav Pastierik z VL PVOS časem 155,8 vt. (v přeboru ČSR patnáctý).

Pro mnohé vojáky-závodníky, kteří se probojovali do přeborů čs. armády bylo významnou událostí, jestliže mohli startovat s nejlepšími čs. reprezentanty v jednom závodě a mohli s nimi měřit své síly. Ovšem při zvětšeném počtu startujících vysoká startovní čísla armádních závodníků zabránila tomu, aby dosažené hodnotné výsledky byly ještě lepší. Tak například celkem neznámý Ladislav Šuga z V2VO se startovním číslem 81 se umístil ve slalomu mužů bojovním výkonem na 26. místě časem 170,7 vt. a splnil limit II. výkonnostní třídy.

V závodě ve sjezdu startovalo celkem 122 závodníků. V armádním přeboru zvítězil Alex Telgarský z DUKLY Liberec časem 1:52,3 min. (v přeboru ČSR celkově 16.). Druhé místo překvapivě získal nadějný závodník Jindřich Novotný z VL PVOS časem 1:54,3 min. (celkově 21.). Třetí byl

Jan Mravec, DUKLA Liberec, časem 1:54,8 min. (Celkově 22.). Favoritovi závodu Šoltýsovi po těžkém pádu na Katynu sice zachránilo pojistné vázání MARKER obě nohy před zraněním, ale silně otřesen musel závod vzdát. Je to jistě škoda, protože Šoltýs měl naději i na velmi dobré umístění v trojkombinaci v přeboru ČSR.

V jediném sjezdovém závodě, který se jel pouze jako přebor čs. armády, v obřím slalomu startovalo 45 armádních závodníků. Závod vyhrál přesvědčivě Jindřich Novotný z VL PVOS časem 1:52,8 min. před Josefem Poddaným z VL PVOS, čas 1:54,7 min. Na třetím místě skončil Otakar Veger z V2VO časem 1:55,1 min. Teprve čtvrtý skončil Antonín Šoltýs, DUKLA Liberec, ve stejném čase se svým oddílovým soudruhem Rostislavem Obalem za 1:55,3 minuty.

Velmi dobré výkony závodníků VL PVOS z Prešova a Lipt. Mikuláše ve sjezdových disciplínách, zvláště v obřím slalomu přinutily závodníky z armádního reprezentačního družstva k nejvyššímu vypětí, aby pro družstvo obhájili přebornické tituly. Ovšem v obřím slalomu se jim to zcela nepodařilo a museli se spokojit pouze se čtvrtým až pátým místem. Rozdíly ve výkonnosti závodníků byly však vyrovnanější, než tomu bylo za existence oddílu reprezentantů ŮDA.

Závod v běhu na 15 km se jel za neustálého sněžení, vánice a silného větru. Na startu se shromáždilo 72 závodníků, kteří v boji o titul přeborníka armády podali velmi dobré výkony.

Přeborník z roku 1956 Vladimír Jeřábek z V2VO dokázal i letos svoji převahu a přesvědčivě vyhrál v čase 1:03,09 hod., před Holubcem z DUKLY Liberec 1:04,05 hod. a Žákem z DUKLY Liberec za 1:04,19 hod.

Závod ve skoku prostém se měl původně konat v neděli 2. března, ale pro vánici a silný nárazový vítr byl přeložen na úterý 4. března. Konal se za jasného, klidného počasí a dosažené výkony byly sledovány 2000 diváky z řad rekreatantů a školní mládeže. Závod se konal na velmi dobře upraveném středním můstku s kritickým bodem 53 m. Z 19 startujících zvítězil Václav Vašut, DUKLA Liberec se 113,3 bodu, (50 a 53 m). Vašut měl nejen nejdelší skok v soutěži, 53 m, ale při exhibičním vystoupení po závodě překonal rekord středního můstku (dosud 57 m) výkonem 59 m z plného nájezdu. Na druhém místě se umístil čistě a stylově skákající Karel Farský z DUKLY Liberec s 112,4 bodu (49 a 49,5 m). Třetí místo obsadil Miroslav Martiňák, DUKLA Liberec, s 211,7 bodu (51 a 51,5 m).

Ve štafetovém běhu na 4X10 km startovalo 9 štafet. Jako první se umístila favorizovaná štafeta DUKLY Liberec v sestavě: Balatka, Pešl, Holubec, Žák, časem



Šoltýs Ant. — pádem ve sjezdu pohřbil své naděje na velmi dobré umístění v trojkombinaci.

2:49,49 hod. Nejrychlejší úsek zaběhl Jaroslav Balatka, v celém závodě vůbec za 41,51 min. Na druhém místě se umístila překvapivě štafeta VIVO v sestavě: Černý, Kopřiva, Honců, Mejzlík, za 2:57,48 hod. před štafetou V2VO v sestavě: Bažant, Duchnický, Pekárek, Jeřábek za 2:58,19 hod.

Vrcholný závěr přeboru — závod hlídek na 25 km se střelbou byl nejobtížnější a ukázal nejlepší kvality hlídek v přípravě pro boj v zasněženém terénu. V závodě zvítězila vyrovnaná hlídka DUKLY Liberec v sestavě: Webr, Žák, Balatka a Fencel v čase 2:10,05 hod. před první hlídkou VIVO (Mejzlík, Kopřiva, Černý, Honců) čas 2:14,00 hod. a první hlídkou V2VO (Kosprt, Duchnický, Pekárek, Jeřábek) čas 2:15,23 hod.

Přebory čs. armády byly úspěšně zakončeny. A nyní zbývá již jen několik připomínek k organizaci přeborů příštích.

1. Zařadit přebor čs. armády do celostátní termínové listiny.
2. Příští organizaci přeborů čs. armády provést tak, aby předcházely mistrovství ČSR v lyžování a přebor čs. armády aby byl pro mistrovství nominačním závodem.
3. Rozsah závodů rozšířit o závod sdružený (běh a skok), zařadit běh na 30 km a započítat i sjezdovou trojkombinaci (slalom, obří slalom, sjezd).

**VLADIMÍR MIRKA,**  
sekretář přeborů čs. armády v lyžování

### PŘEBORNÍCI ČS. LIDOVÉ ARMÁDY V LYŽOVÁNÍ NA ROK 1957

Slalom: Šoltýs Antonín (Dukla Liberec) 142,4 vt. — Obří slalom: Novotný Jindřich (VL PVOS) 1:52,8 min. — Sjezd: Telgarský Alex (Dukla Liberec) 1:52,5 min. — Běh na 15 km: Jeřábek Vladimír (V2VO) 1:03,09 hod. — Skok prostý: Vašut Václav (Dukla Liberec) 113,5 bodu. — Štafeta 4X10 km: DUKLA Liberec (Balatka, Pešl, Holubec, Žák) 2:49,49 hod. — Závod hlídek na 25 km se střelbou: DUKLA Liberec (Webr, Žák, Balatka, Fencel) 2:10:05 hod.

## LITERATURA

Současný mimořádně rychlý rozvoj lyžování závodního i nezávodního přináší řadu problémů. Toto se také projevuje v literatuře. Rozsah našeho časopisu nyní dovozuje, abychom pravidelně přinášeli krátké informace o lyžařských knihách a důležitých zprávách z některých časopisů. Dnes uveřejňujeme informace o dvou knihách, které vyšly v roce 1956.

Zasloužilý mistr sportu V. A. Andrejev a G. R. Nirenberg vydali v Moskvě knihu — Skoky na lyžích. Tato publikace je cenným přínosem ve světové literatuře o skoku na lyžích. Je zde probírána velmi obsáhle mechanika skoku na lyžích (škoda, že STN neumožnilo podobnou kapitolu zařadit do čs. knihy Bělovožník a spol. — Skok na lyžích). Dále je podrobně rozebrán celoroční trénink skokana a vybavení závodníků. Ve zvláštní kapitole jsou probírány typy lyžařských můstků a jejich úprava. Na závěr je několik poznámek k organizaci závodů a pravidlům.

Kniha byla zpracována v letech 1952—1954 a vzhledem k novým poznatkům v letech 1954—1956 byla k původnímu textu přidána kapitola o nových poznatcích v technice skoku, především ve fázi letu. Kniha je k dostání v prodejních »Sovětskaja kniga«.

V Bulharsku vyšla kniha »Lyžařský sport«, autoři P. Nikolov, L. Vrintov, M. Dojčinov. V knize jsou zpracovány tyto kapitoly: Základní lyžařská technika je zpracována na základě rotační techniky. Obsahuje — chůzi, obraty na místě, výstupy, sjezdy, sesouvání, změnu směru jízdy od oblouku v pluhu k čisté kristianii.

V další kapitole je zpracována všeobecná metodika závodního lyžování.

Kapitola — Běh na lyžích — obsahuje nejprve popis vybavení běžce, vlastní techniku běhu, kde se vychází ze sovětských pramenů. Dále jsou popisovány metody tréninku a dávkování. Z tohoto vyjmám za zajímavé limity pro jednotlivé výkonnostní třídy (běh v mírně zvládném terénu v přípravném období): III. tř. muži 5 km za 20 min., ženy 1 km za 3:40 min., II. tř. muži 5 km za 18:20 min., ženy 1,5 km za 6 min., I. tř. muži 10 km za 36:40 min., ženy 2 km za 7:40 min., mistři sportu 10 km za 35 min., ženy 2 km za 7:20 min.

V další části jsou popsány sjezdové disciplíny podobným způsobem jako běh. Ve zvláštní části je popsána bezrotační technika, která odpovídá současné závodní technice (viz obr. na str. 209, 210). Závěrečná kapitola pojednává o skoku na lyžích.



Pastierik Jaroslav při sjezdu



Novotný Jindřich se umístil na 2. místě armádního přeboru ve sjezdu a jako první v obřím slalomu



Telgarský Alex — Dukla Liberec. Vítěz závodu ve sjezdu v AP, 2. ve slalomu.

# Čtvrthodinky z učební osnovy

Zkušenosti letošní hlavní sezóny nám ukázaly, jakým nedostatkem pro školení správné techniky lyžování bylo, že cvičitelům v důsledku zdlouhavého výrobního postupu se nedostalo včas tištěné předlohy. Krátká doba výcvikových kurzů nepostačila k tomu, aby si dostatečně zautomatizovali nové pohybové návyky a tak došlo k tomu, že i mezi přeškolenými, nebo nově vyškolеныmi cvičiteli došlo k formálnímu chápání správné techniky jen z hlediska vnějšího zjevu a nikoliv vlastních zásad. Tím spíše většina lyžařské veřejnosti bloudila ve snaze nalézt správnou cestu. Abychom usnadnili snazší pochopení, budeme postupně uveřejňovat ve zkratce hlavní zásady jednotlivých cviků s doprovodnými obrázky.

Protože základním výchozím bodem k pochopení správné techniky jest sjezd šikmo svahem, zařazujeme jej jako první příspěvek k zlepšení práce cvičitelů i k informaci širší veřejnosti.

## SJEZD ŠIKMO SVAHEM

Především jest nutno si uvědomit, že nejde o jediný neměnný postoj, ale že tento cvik jest podmíněn řadou okolností, zejména sklonem a druhem svahu a šikmostí sjezdu. Nesmíme se nutit tvrdému postoji, ale musíme dbát, abychom vždy byli uvolnění a cítili se přirozeně. Tím budou pochopitelně dány i určité individuální odchylky, avšak musíme dodržovat nikoliv pouhou zjevovou podobnost se vzorem, který napodobujeme, ale musíme vycházet ze zásad, které tento cvik sleduje. Co jest u sjezdu šikmo svahem nejdůležitější? Samozřejmě, že zajištění vyššími hranami, které nám zaručuje bezpečnou jízdu. Ale pozor! Musíme mít váhu na nižší lyži, neboť váha na vyšší lyži při přílišném přehnaní sklonu zasazených vyšších hran znamená riziko podklouznutí a pádu ke svahu. Předsunutí vyšší lyže jest samozřejmým požadavkem, jehož nutnost poznáme nejlépe v hlubším sněhu, stejně tak jako nutnost úzké stopy. Co však musíme učinit, chceme-li dosáhnout správného zajištění hran? Nezbytně musíme přiklonit kolena a bok ke svahu. Aby ovšem nedošlo k porušení bočné rovnováhy a zatížení vyšší lyže, vyvážíme celý postoj odklonem trupu od svahu.

### TEDY: ZATÍŽENÍ NIŽŠÍ LYŽE VYŽADUJE ODKLON TRUPU OD SVAHU

Tento odklon trupu nám z anatomických důvodů usnadňuje postavení vyšší nohy a vyššího boku vpřed. Tím jest dáno i postavení vyššího ramene vpřed a dán tak zásadní rozdíl proti dřívějšímu postoji, kdy byla spojnice boků a spojnice ramen kolmo na lyže. Důvody jsou několikteré. Jednak jest nutné předsunutí vyšší lyže, která ohledává terén a vykrajuje stopu v hlubokém sněhu. Toto předsunutí vyšší lyže však má za následek (při úzké stopě a stejnoměrně pokrčených kolenou, které dávají celému postoji charakter předklonu) shora zmíněné pootočení vyššího boku a ramene vpřed. Současně je nutné říci, že tímto přikloněním kolen a boku ke svahu s pootočením vyššího boku vpřed docílíme zasazení vyšších hran lyží, a to zejména patek lyží. Jakmile totiž by došlo k postavení v němž spojnice boků a ramen by byla kolmo na lyže, dostaneme se do postoje, kdy stojíme nad lyžemi a zasazení vyšších hran lyží, kterým se zajišťujeme proti podklouznutí, ztrácí svoji bezpečnost. Přitlačná síla kolen směrem ke svahu pak ztrácí svoji účinnost a nemůžeme se o hrany dobře opřít. Přitlačení patek lyží do sněhu jest při sjezdu šikmo svahem nejdůležitější, protože špice v důsledku předklonu nám se svahu nesklouznou. Předsunutí ramene vznikající v důsledku předsunutí vyššího boku jest přirozené. Celý postoj má tu výhodu, že odklon trupu v tomto postavení lze docílit při rovné, vzpřímené páteři. Zkuste sami, jak špatně se provádí odklon od svahu, když spojnice ramen a boků jest namáhavý k lyžím. Odklon trupu přes žebra jest namáhavý, a lze jej provést jen ohnutím páteře do strany. Jest to postoj neekonomický, anatomicky nepřirozený. Ježto postoj pro sjezd šikmo svahem jest základem všech postojů vyskytujících se při jízdě v obloucích, pochopíme, že jedině odklon trupu se zachovááním vzpřímené, do strany neohnuté páteře jest akceschopný a nutný. Vzpřímený trup zabraňuje v nerovném terénu vyhazování »po hlavě«, jak jste se jistě sami na boulich přesvědčili. Dává nám při projíždění nerovností oporu, proti které spodní částí těla jako pružinou chytáme veškeré nárazy terénních bouli. Při mírném sklonu svahu se ovšem důsledek chybného provádění neprojeví. Vyhledávejte proto ke zdokonalení větší, respektive prudší svah.

### CHYBY, KTERÉ SE NEJČASTĚJI VYSKYTUJÍ:

1. Neuvolněný, křečovitý postoj — stažené svalstvo trupu a paží.
2. Nedostatečné vytlačení kolen a pánve ke svahu a nevýrazný pasgangový postoj.
3. Nedostatečný odklon trupu — váha těla nespočívá přiměřeně na vnější lyži.
4. Příliš velké předsunutí vyšší lyže.
5. Přehnaný nebo příliš velký předklon vytlačení kolen vněd).

Dr. JIŘÍ GÖTZ, UMK LS ČSTV

Na mírném svahu stačí lehce pokrčená kolena, malé pootočení vyššího boku a ramene vpřed, přiklonění kolenou a boku ke svahu je mírné, tedy i odklon trupu je nepatrný, postoj vzpřímený (obr. nahore). — Na svahu s větším sklonem je třeba všechny potřebné prvky zdůraznit. Tendence předklonu je dána pokrčením nohou. Předsunutí vyšší lyže je vždy co nejmenší, aby nevznikalo tzv. »okno« (obr. nahore). — Pohled ze strany zepředu ukazuje markantně provedení odklonu, bez ohnutí páteře do strany. Všimněte si držení rukou — je individuální. Zásada zní: uvolněně, při těle. Diváme se směrem vpřed, hlavu držíme zpřímá (obr. dole).



# OKOLO FILMU

## „Z lyžařské abecedy“

Na podzim má být odevzdán naší veřejnosti lyžařský film, který jak již jeho název ukazuje, má nám něco ukázat z techniky lyžování nezávodního základního výcviku. Proto bychom vás rádi seznámili s některými okolnostmi, které jeho vznik provázely a tím mu vtiskly jeho konečný charakter. Každý film má velký výchovný význam a přestože sleduje cū instrukční, působí i po stránce propagace lyžařského sportu, takže závisí mnoho na účelu, který má sledovat, a mnoho na tom, jak bude chápán a k svému poslání používán. Záleželo proto také značně, do jaké míry se podaří skloubit zásady dobré filmové tvorby s instrukčním rázům filmu. Námět a komentář po schválení sekcí se opíral o tyto zásady:

- film bude sledovat hledisko instrukční;
- bude obsahovat ukázky nejdůležitějších částí výcvikového postupu;
- bude především sledovat cíl dát široké veřejnosti základ, který by jí umožnil pohybovat se na lyžích v terénu.

V praxi námětu a komentáře to znamenalo, že půjde především o zachycení změn proti dřívější technice v soulase s novou učební osnovou. Tedy o zdůraznění nových věcí — nerotační techniku, s tím, že začátky, jako jsou obraty, výstupy a podobně, jsou všeobecně známy. Není tím řečeno, že není naléhavá potřeba mít i takový film, kde se začíná od výstroje a nástroje, připínáním a nošením lyží a podobně — tedy skutečně ty první kroky naprostého začátečníka. Avšak, protože při dané metrži instrukčního filmu 350—400 m není možno obsáhnout všechna hlediska, bylo nutno se rozhodnout pouze pro určitou část. Film o samotných nejprimitivnějších začátcích by si vyžádal tuto metrži v plné míře. Vyšlo se proto z předpokladu, že nelze-li natočit vše o nezávodním výcviku, jak jest v učební osnově obsaženo, je třeba počítat s tím, že budou vytvořeny postupně souvisící části tj. několik krátkých filmů, které by tuto látku obsáhly. Zbývalo proto rozhodnout, které části budou zpracovány nejdříve.

V přítomné době je nejnaléhavější potřeba podat ukázku správné techniky, jak se uplatňuje v základním výcviku, neboť, jak první hlavní sezóna ukázala, docházelo vzhledem k nedostatku vyškolených cvičitelů a dychtivé touze lyžařů seznámit se se současným vývojem k tomu, že byly opomíjeny hlavní zásady na úkor přehánění stránky zjevné, a to ještě chybně. Cesta byla dvojitá: buď srovná nebo přivrátá technika. První cesta je pro nadané, zejména mladé, druhá pro velkou většinu našich ly-

žařů, kteří nedosahují takového průměru a musí jít cestou pomalejší, kteří však rovněž touží umět se pohybovat v terénu a postupně dosáhnout i umění srovnávacích smyků. Pozn.: Dříve se říkalo základní výcvik celé metodické řadě, včetně srovnávacích technik. Dnes používáme spíše termín výcvik nezávodní, který má dvě části základního výcviku a jednu část pro pokročilé.

Toto hledisko rozhodlo zabývat se cestou přivrátou, která jako celek dobře podává ucelený obraz o správném pojetí souborů technik a je schůdná pro všechny. Postupně její vyříbení vede i k technice srovnávací, která by opět byla, jak také počítáme, samostatnou částí další náplně, věnované zejména výcviku mládeže, kde ovšem jde o rychlý přechod od prvních začátků až po techniku pro pokročilé. Aby obraz o možnostech správné techniky byl úplný, jak na začátku tak na konci tohoto filmu byla zařazena ukázka srovnávací techniky a její praktická ukázka v terénu. Zde jen tak mimochodem jednu poznámku. V nezávodní technice slouží v terénní jízdě krátké srovnávací smyky zejména k brzdění a udržování rychlosti potřebné pro jízdu v hlubším sněhu. I když rámec filmu odpovídá v zásadě druhé části učební osnovy, tj. základnímu diferencovanému výcviku skupiny sjíždění, nebylo možné se držet pouze tohoto vymezení.

Nová učební osnova zdůrazňuje všestrannost a hledí v samotném rytmu základním výcviku — části první — k rovnoměrnému vyvíjení předpokladů pro jakékoliv budoucí zaměření nezávodního lyžaře. Bylo proto nutné vsunout do tematiky skupiny sjíždění v druhé části základního diferencovaného výcviku chůzi skluzem z části první, která tvoří základ ekonomického pohybu v rovinných úsecích lyžařského terénu. Zde jsme chtěli nejen ukázat výhody vrchního tahu (proto jsme pro názornější předvedení volili běžky), ale i nevýhodu spodního tahu



Přimo zepředu vidíme nejlépe míru odklonu. Jezdec přejíždí z mírného sklonu svahu do prudšího a prvky zajišťující rovnováhu do stran nabývají markantnosti. Kolena jsou vždy přimknuta pevně k sobě (koleno nižší nohy je přiloženo k lýtku nohy vyšší).

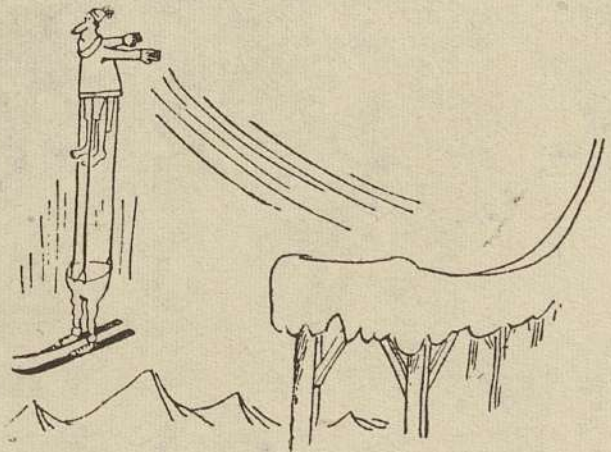


Vzorné předvedení sjezdu šikmo svahem

### SPORT 1958

První číslo obrázkového magazínu přináší zpravodajství a fotografie z vrcholných sportovních podniků závěru loňského a začátku letošního roku (mj. z mistrovství světa z Badgasteinu a z mistrovství Evropy v krasobruslení v Bratislavě), dále různé zajímavosti ze zahraničního sportu a sportovní humor. — Sborník má 100 stran velkého formátu a cena je brož. 8 Kčs.

OBRÁZEK  
BEZE SLOV





Na cestě z Dámenové s „Jasna plánem“ na Chopok

při vzájemném srovnání. I když tím tato ukázka dostala charakter do jisté míry propagační, domníváme se, že v tomto pojetí je určitým osvěžením pro oči diváka a hlavně nám pomáhá ukazovat význam lehké výzbroje a vrchního tahu pro delší pohyb v rovinatém terénu. Získání smyslu pro rovnováhu, jemnost, koordinovanost a sladění pohybů přináší klady pro kterékoliv budoucí zaměření. Nešlo nám v žádném případě o ukázkou běhu, k němuž bychom ani neměli dostatečné technické předpoklady a kde ostatně máme již zpracovaný dobrý instruktážní film, nehledě ani k tomu, že učební osnova obsahuje pouze základní formu, tj. vlastně zdokonalenou chůzi. Spokojili jsme se proto zařazením této ukázky s tím, že ostatní části učební osnovy nám bude umožněno postupně zpracovat v budoucnu.

Když jsme pak 26. února t. r. vyjeli do krásných slovenských hor, měli jsme již za sebou nejen hodně práce s přípravou komentáře a námětu, ale i s vybavením. Ono se řekne — to každý má, jen se „spakuje“ a jede se. Ale není to tak snadná záležitost, cítíte-li tíhu odpovědnosti za výsledek provedení. Dobré předvádění vyžaduje dobrou výzbroj, a to je palčivá otázka, kterou raději dále nerozvádět. Nemluvě o tom, že náklady na dobré vybavení jsou pořád ještě

velmi značné, bylo mnoho ještě horších starostí a strastí. Film byl schválen uprostřed sezóny. Teprve po schválení mohlo být zadáno ubytování. Sehnat je v tu dobu, to byla skutečně obtížná práce. Tam, kde bylo volno, nebyl sníh — koncem února byla tato otázka velmi svízelná. Nakonec jsme — sice jen na 14 dní, ale přece — ubytování zajistili. Říkáme výslovně jen. Kdo pracoval při lyžařském filmu, pochopí zdánlivý paradox tohoto slova. Tehdy jsme netušili, jak dovede počasí vytrvale zvrátit všechny plány.

Pracovníci krátkého filmu s tím již měli své zkušenosti, a proto, když se druhý den objevilo slunce, vyhnali nás nemilosrdně před kameru, i když při tom foukalo tak, že nakonec jsme museli natáčení přerušit. Vítr měl při mnohastupňovém mrazu takové nárazy, že demonstrátoři pod jejich vlivem sotva udrželi rovnováhu, a pomalu nám to odneslo i kameru. To jsme ale ještě byli veselí. Horší nálada přišla s odchodem sluníčka. Půl dne — to bylo věru málo. Za několik dní jsme pomalu na sebe ani nemluvili, a pořád vítr 120, zamračeno a spousta nového padajícího sněhu. Jenom několik málo půldnů během tohoto zoufalého počasí nám umožnilo natáčení. Znamenalo to pro nás nejen obtížnou úpravu terénu před vlastním záběrem, ale i nesnadnou dopravu kamer do terénu, a nezdídka

jsme si připadali jak Hillaryho výprava. Ani dramatických okamžiků nechybělo. Ještě před tím, než začal padat sníh, prováděli jsme obhlídku na zledovatělém terénu nad muldou Děřešava, a jeden z členů filmového štábu vděčí hodně svému narození na šťastné planetě, že jeho pád po zledovatělém terénu (jen tak mimo — přes upozornění — zkoušel otočit místo sjezdu šikmo svahem) skončil jenom potlučením a oděněními po 400 m „sjezdu“ s cílem v koso-dřevině. Poslední týden jsme změnili stanoviště, ale ani to, vyjma lepšího ubytování a stravování, nám, až na jeden a půl dne sluníčka, mnoho nepřineslo. Po čtyřech nedělích, kdy většina z nás prošla stará dovolená, kterou jsme si na film ponechali, jsme neměli téměř ani polovinu — celkem šest půldnů — takového počasí, že se dalo něco udělat. Nešťastný úraz jednoho z našich spolupracovníků — zlomení berce snad hodinu před odjezdem — dovršilo naše nesnáze.

Museli jsme se vrátit, již také z pracovních důvodů v zaměstnání, a 10. dubna jsme vyrazili do terénu znovu. Počasí se naštěstí udobřilo, alespoň v minimální míře. Při skutečném vypětí všech sil za dva dny jsme dokončili alespoň to nejnужnější. Je proto nutné při hodnocení si uvědomit, že celý film vlastně musel být zvládnut v šesti dnech natáčení, a že tudíž nemohl být zcela bez výhrady splněn náš pracovní plán. Přesto odsunutí do další sezóny se nám zdálo takovou ztrátou, že se domníváme, že i takto naše práce poslouží k lepší orientaci a usnadnění výcviku, zejména z hlediska: kdo rychle dává, dvakrát dává.

Doufáme proto, že naše lyžařská veřejnost využije plně této výhody a nejlépe tak ocení obětavou práci všech, kteří za těchto svízelných podmínek se o uskutečnění tohoto filmu přičinili.

Dr. JIŘÍ GÖTZ, předseda LS ČSTV



Cesta do terénu byla svízelná — připadali jsme si jako na cestě k jižnímu pólu

Kameraman Jindra se připravuje

Návítek chůze skluzem



# JAK TRÉNOVAL PAVEL KOLČIN NA MISTROVSTVÍ SVĚTA

V útulném prostředí tělovýchovného střediska TUL v Pajulahti jsme prožili několik dnů společně se sovětskou výpravou. Při jednom pohovoru s nejúspěšnějším závodníkem sovětské výpravy Pavlem Kolčinem a jeho ženou jsme se dověděli mnoho z jejich způsobu přípravy letní i zimní.



Kolčín, který v loňském roce vyhrál mezinárodní závody Salpausselkä v Lahti, byl považován za favorita pro závody na mistrovství světa a opravdu neklamal. Ke zlatým medailím mu chybělo vždy jen několik málo vteřin, všichni mu srdečně přáli, aby věčně druhý Kolčín vyhrál alespoň jednu zlatou. Co se nepovedlo jemu,



podařilo se jeho manželce, která si z Lahti odvezla 2 zlaté.

Jak trénuje Pavel Kolčín na suchu:  
Po skončení zimní sezóny

pokračuje v tréninku obden. Chodí plavat, hraje odbíjenou, basket, i jiné kolektivní hry a toto spojuje s během v terénu. Velký důraz klade na cviky, ve kterých napodobuje pohyby na lyžích. Odraz pro běh střídavý cvičí podle obrázku č. 1 – energický zášvih dozadu, střídá obě nohy. Na obrázku 2 a 3 je přednožování a zanožování levé, pravé, cvik na udržení rovnováhy. Na obrázku č. 4 je cvičení pro odpích soupaž,

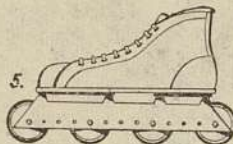


paže jdou obloukem, tělo vsunuje dopředu. Při těchto napodobivých cvicích se namáhají stejné partie svalů, jako při běhu na lyžích. Tyto cviky cvičí 20 až 30 minut jako ranní rozvíčku, a po tréninku na uvolnění. Cvičí je stále při letní i zimní pří-



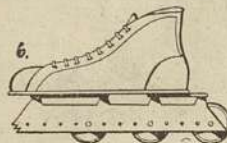
pravě. V podzimních měsících ještě zvyšuje intenzitu těchto cviků i délku jejich

procvičování. Kolčín říká, že těmito cviky získává potřebnou vytrvalost a nemusí se tak dlouho rozjíždět na prvním sněhu. Může tak přejít hned k nácviku rychlosti, to je intervalovému tréninku. Pro posílení paží cvičí různé posilovací cviky u nás známé – natahování per nebo gumy. V letním období jezdí na kolečkových bruslích podle vzoru rychlobruslařů (po určitém přizpůsobení (obr.



č. 5 – normální brusle pro rychlobruslaře). Na obrázku č. 6 vidíte, jak po odstranění předního kolečka a záměrným posunutím boty dopředu se dostane odraziště, ze kterého můžeme procvičovat stejný odraz jako při běhu na lyžích, zobec na přední části je vyplňován. Upevnění koleček je na osičce s kuličkovým ložiskem (obr. č. 7). K odpichu používá lyžařských holí s dobře zakalenými bodci. Domnívám se, že pro cvičení odrazu vyhovují lépe tyto brusle než lyže na kolečkách.

A nyní něco o tréninku Kolčina na sněhu.



Doma při zaměstnání trénuje 1krát denně. Z počátku rovnoměrně v terénu 3 hod., později vystřídá vždy obden tréninkem střídavým trávícím 2 až 2 a půl hodiny. Stří-

dvý trénink má toto rozvržení: na kolečku 1 až 2 km dlouhém si najde 2 výstupy 150 až 200 m dlouhé, které vždy vyběhá maximální rychlostí. Po vyběhnutí pokračuje v jízdě střední rychlostí. Tímto intervalovým způsobem jezdí tak 2 hodiny. Kolčín říká, že je to velmi namáhavý trénink, po kterém je hodně vyčerpaný. Provádí si automasáž.

Na soustředění, kde má více času, trénuje 3krát denně a jeho den vypadá asi takto:

7,30 místo rozvíčky jízda v terénu na lyžích 6 až 10 kilometrů.

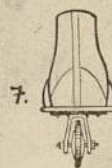
9 hod. snídaně.

10,30 intervalový trénink, který jsem již popsal.

14,00 oběd, odpočinek.

15,30 nácvik techniky při jízdě v terénu 1 hod.

Tento namáhavý trénink třídá s dlouhodobou jízdou v terénu. Po třířizovém tréninku, který je velmi namáhavý, je nutná masáž; v sou-



středních mají sověští závodníci s sebou maséra, jinak si provádí masáž sám.

V závěru besedy jsme se Kolčina zeptali, zda by nechtěl přijet se svou ženou mezi naše lyžaře na letní přípravu, kde by nám prakticky předvedl a poradil v přípravě na suchu. Pozvání by přijal velmi rád.

Myslím, že by návštěva manželů Kolčinových přispěla nejen našim závodníkům, ale i vzbudila větší pozornost a zájem mládeže.

VÁCLAV WEISSHÄUTEL,  
mistr sportu

Tiskopisy a různé pomůcky pro tělovýchovné hnutí obdržíte v prodejně Sportovního a turistického nakladatelství, nebo vám je zašle poštou na dobírku STN – expedice Praha 3 – Klimentská 3.

V současné době jsou na skladě:

Evidenční list sportovce	Kčs 0,07
Evidenční lístek sportovce	Kčs 0,05
Průkaz odznaku zdatnosti PPOV	Kčs 0,10
Přihláška tělovýchovného zájezdu	Kčs 0,05
Záznam o sehraných utkáních v přeborech družstva	Kčs 0,35
Soupiska družstva	Kčs 0,06

Výkaz nákupu a spotřeby	Kčs 0,20
Záznam o cvičební docházce v družstvu	Kčs 0,15
Žádost o povolení pořádat závody	Kčs 0,30
Plakáty blanco: Odbíjená	Kčs 1,30

## Diplomy:

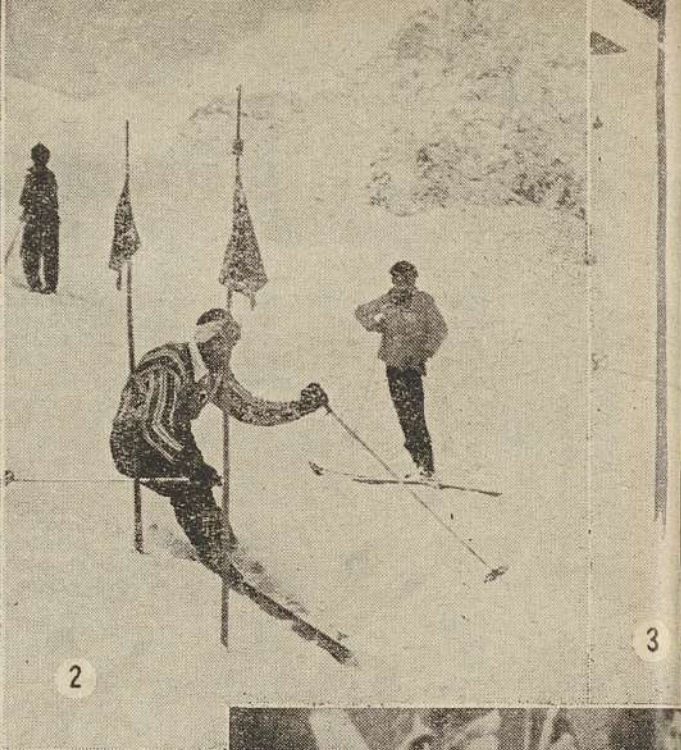
Dorostenecký přeborník kraje (družstva)	Kčs 0,40
---	----------

## Různé:

Organizační řád ČSTV	Kčs 0,25
Kukušín: Sovětská tělesná kultura	Kčs 3,98
Katalog tělovýchovných a sportovních filmů	Kčs 1,40



1



2



5



6



8

## Z VELKÉ

1. Start slalomu žen. Přípravena je Francouzka Dusancheťtová.
2. Desetitisíce kilometrů naježděných na sněžných sádkách snad po celém světě se zračí v technice Christiana Prawdya.
3. Francouzka Tellingeová zvítězila ve Velké slalomové závěsnice více než přesvědčivě. Na snímku profíkem obřího slalomu.
4. Kurt Hennrich těsně před cílem speciálního slalomu na Skalnatém plese.
5. Sympatický Francouz Vuarnet svými výbornými výkony obsadil druhé místo v trojbohu.



## CENY SLOVENSKA

6. Silná trojka Francouzek. Z levé strany: Dusonchetto-  
vá, Grossová a Tellingová.
7. Dvě sestry — dvě soupeřky, ale jen při lyžařských  
závodech. Mladší Hana Slavičková (na obrázku vpravo)  
zle proháněla při Velké ceně Slovenska starší Magdu.
8. Uhlířovo druhé místo v obřím slalomu na mistrovství  
republiky bylo v lyžařských kruzích dlouho předmětem  
různých řečí. Mladý junior však během doby ukázal, že  
jeho umístění nebylo náhodné.
9. Cíl slalomových tratí na stráni Skalnatého plesa. Na  
snímku projíždí cílem vítěz slalomu mužů, Rakušan  
Christian Prawdá.



# Posluchači ITVS v Polsku a NDR

V rámci spolupráce a výměny zkušeností mezi vysokými školami tělesné výchovy v Polsku, NDR a ČR se uskutečňují vzájemně reciproční studijní zájezdy učitelů a posluchačů těchto škol.

V březnu 1958 zúčastnila se skupina čtyř posluchačů ITVS s vedoucím katedry lyžařství dr. J. Čtvrtečkou lyžařského kursu vysoké školy tělesné výchovy ve Varšavě (AWF) v Zielenci.

Druhá skupina dvou posluchačů a učitele katedry F. Chovanec navštívila lyžařský kurs vysoké školy tělesné výchovy v Lipsku (DHfK), který se konal v Oberwiesenthalu.

Zielenc (dříve Grünwald) leží 12 km od lázni Dušníky ve výšce 900 m na východních svazích Orlických hor nedaleko Masarykovy chaty v Šerlichu. Má ideální terénní a sněhové podmínky: přírodní 40m můstek, běžecký i sjezdový terén na rozsáhlých nezalesněných pláních. AWF zde vybuduje v příštích letech především pro své lyžařské kursy výtah, můstek atd.

V Oberwiesenthalu, jednom z nejlepších lyžařských středisek v NDR, se v letošním zimním období konaly dvojce mezinárodní závody. Nebude proto na škodu, zmíníme-li se trochu širěji o tomto nejvýše položeném městě NDR (900 m). Oberwiesenthal má asi 2000 obyvatel, leží jen několik km od našich hranic blízko našeho Klinovce. Je to území okresního města Annabergu, kde v r. 1898 vítězně startoval na mezinárodních závodech náš vynikající závodník B. Hanč.

Pestrý členitý terén v okolí Oberwiesenthalu je spíše předurčen pro klasické disciplíny. Vyznačení standardních běžeckých tratí je velmi dobré a mohlo by sloužit např. i našim autorům běžeckých tratí. Označení je provedeno barvou na stromech ve vzdálenosti po 10 až 15 m na způsob turistických značek, jednotlivé kilometry byly označeny stabilními tabulemi s uvedením směru, počtu kilometrů a s udáním, o jakou trať se jedná (viz obrázek). Sjezdová trať je nenáročná (dlouhá 1800 m, výškový rozdíl asi 500 m), je vedena s vrcholku Fichtelbergu 1214 m k dolní stanici kabinové lanovky. Slalomový svah je umístěn přímo pod spodní částí lanové dráhy (délka asi 400 m s výškovým rozdílem asi 100 m).

Oberwiesenthal má velmi dobré podmínky pro závody a trénink ve skoku. Jsou zde postaveny tři skokanské můstky s kritickými body 73 m, 57 m a nejmenší můstek má kritický bod 50 m. Dojezdové plochy jsou do protisvahu.

Účelem studijních zájezdů čs. studentů bylo kromě navázání styků seznámení s prací na lyžařských kursech AWP a DHfK (s jejich náplní, organizací, metodikou atd.) a vzájemná výměna zkušeností.

Organizace lyžařských kursů AWF je obdobná jako na ITVS. Posluchači jsou rozděleni do družstev přibližně do 10, muži a ženy zvlášť. Vývěvik (i běžecký) je prováděn na turistických a sjezdových lyžích podle osnovy AWF, která je shodná s osnovou polského lyžařského svazu.

Na rozdíl od naší lyžařské osnovy rozděluje se lyžařský výcvik na »nižinný«, tj. běžecký, a »horský«, tj. sjezdový a skokanský. Při vyučování je využíván maximálně terén. Lyžařské kursy jsou třítydenní. Kromě obvyklé náplně — základního výcviku, teorie a zkoušek — je do programu kursu zařazen na jeho ukončení třídenní turistický pochod po skupinách podle výkonnosti až na vzdálenost 100 km. Přenocování a stravování studentů na túře je obstaráváno v chatách. Vyučuje se v jednoduché frekvenci od 9—14 hod. Odpoledne a večer mají posluchači volno.

Lyžařské kursy DHfK Lipsko se vyznačují vysokou aktivitou v politicko-výchovné práci, využitím volného času pro přípravu a provedení kulturních programů apod. Zahájení kursu rektorem školy, přítomnost v kurse tajemníků školní organizace



Značení standardních běžeckých tratí



Posluchači ITVS s vedoucím katedry lyžařství AWF mgr Bielczykem (uprostřed)

mládeže (FDJ) a strany (SED) svědčí o tom, jak velkou váhu kladou němečtí pracovníci na maximální využití příznivých podmínek kursovního života k prohloubení a k zintenzívnění politicko-výchovné práce.

Německý kurs byl dále pro nás poučný vzhledem k jednotnosti působení instruktorů při výcviku na sněhu. Jednotná metodika, jednotný postup i výběr prvků u stejné vyspělých družstev je kladem jejich práce. Před nácvikem techniky jednotlivých prvků kladou velký důraz na tak zvaná průpravná cvičení (elementární cvičení nejruznějšího druhu k získání »pocitu lyží a sněhu« a základů rovnováhy při jízdě na lyžích).

Oba zájezdy přispěly k utužení přátelství mezi posluchači a učiteli polskými, německými a našimi a znamenají cenný přínos ke zlepšení jejich další práce.

Dr. J. ČTVRTEČKA  
A. F. CHOVANEC, ITVS

## Mosaika z Velké ceny Slovenska

Předmětem zvláštního zájmu a obdivu byla rakouská delegace hlavně proto, poněvadž jejím nejpobornějším členem byl Christian Pravda. Tento temperamentní, ba téměř nezkrtný člověk však v jednom jediném okamžiku zkroutil jako beránek: tímto jediným okamžikem bylo ošetření a mazání lyží před závodem. Snad obětní obřady pohanů lze jedině přirovnat k výsostně kvalifikované obřadnosti, se kterou se tento závodník věnoval nejen svým lyžím, ale i pomůckám pro mazání. A stojí to za zmínku jako vzor pro naše závodníky: je třeba zvláště vyzdvihnout Pravdovu péči o to, aby kelímek s voskem byl co nejčistší a aby i štěteček by zbaven před použitím veškerých nečistot z minulého mazání. A způsob nanášení vosku na skluznici, to byl upřadě výkon!

Třežba rakouské závodníci patří již k tradičním návštěvnickým VCS a v Tatrách se cítí jako doma, přece bylo i na první pohled patrné, že Poláci a Maďari se u nás cítí doma v pravém slova smyslu. Dlouholeté bratrské sportovní styky, podepřené častými vzájemnými návštěvami, zde nesou dobré ovoce.

Přátele upřímně a nadšeně jsme však získali i v závodnicích francouzských. Vedoucí francouzské výpravy p. Béro se netajil svým obdivem k Tatrám, k dobrému průběhu i organizaci VCS. Ač sám starý horal z Pyrenej, dokonale znalý všech koutů Alp, stěží utajil

své radostně rozechvění nad velebností našich velehor. Přirovnával krásu Lomnického štítu k Jungfrau v Alpách, obdivoval nesmírné lesní bohatství, úpravnost cest, zkrátka — Československo přý bude cílem jeho příští dovolené. Pan Béro se generálním tajemníkem Francouzské lyžařské federace, předsedou horolezecké sekce Klubu franc. turistů a předsedou dalších četných sportovních organizací, se velmi živě zajímal o naši sportovní organizaci, o konkrétní otázky lyžařské výuky, o československou lyžařskou tradici a slíbil dodatí zajímavé materiály z Francie a i podporu případných našich požadavků ve FIS. A — jak se dovidáme — první záležitosti od p. Bérose již došly. Budou dány k dispozici komisím ústřední sekce.

Velkému zájmu a obdivu se těšily jak francouzští sjezdaři, tak i sjezdařky. Zvědavě byly prohlíženy dresy sjezdařek, když se tyto objevily na stupních vítězů. Ale ze strany hostů lze zaznamenat stejný obdiv, ba zcela nelicencovanou radost nad dary a cenami. Nádherné krystalové poháry, nejnovější to div českého sklárství, umělecky vypracovaná valaška, to vše bylo dlouho a nadšeně obdivováno. Vskak se i zalekla francouzská sjezdařka Tellingová, když jí bylo vysvětleno, že tyto poháry budou reprezentovat Československo na Světové výstavě v Bruselu. Ona totiž se zalekla, že »tyto«, totiž ty je jí ceny, je jí poháry, budou v Bruselu. Jaké nedorozumění může vzejít z toho, zamění-li se význam slova »tyto« za »takové«!

Ing. LADISLAV STUPKA

## Skokani a sdruženáři v přípravném období

I pro skokany a sdruženáře začíná příprava na zimu již v červnu. A právě na ní závisí úspěch či neúspěch v závodním období. Až dosud jsme byli zvyklí dělit přípravné období na dvě části. V červnu až srpnu byla příprava zaměřena na povšečný rozvoj organismu a teprve v září až listopadu byl trénink zaměřen speciálně a postupně také byla stupňována intenzita.

Nyní, kdy pro trénink skoku máme i u nás výbornou pomůcku — můstky s umělou hmotou v Harrachově a Rožnově, musíme pozměnit i náplň přípravného období. Především první část přípravného období dostává změny. Již od června začneme se speciálně zaměřeným tréninkem i s používáním napodobovacích cviků.

V první části přípravného období je tréninková náplň skokanů i sdruženářů stejná. Je to především cvičení obratnosti — akrobacie, cvičení na nářadí, různé skoky a přeskoky a hry. Další důležitou složkou tréninku je nácvik rychlosti — sprinty, běh v lese mezi stromy, vyhledání protisvahů, pohotovostní cvičení, pohybové hry, štafetové hry apod. Důležité je i zvykání si na rychlost. Děje se tak jízdou na kole s kopce, nebo jízdou na motocyklu. Ani na sílu se nesmí zapomínat. Zvlášť důležité je posilování svalů dolních končetin a břišních svalů. Kromě různých cviků, zaměřených k posílení těchto svalových partií, které podle individuální potřeby skokana posílí potřebují, se velmi dobře osvědčují švihadla, jako jednoduché náčiní. Vytrvalost je navcívána opakovanými sprinty, opakovaním cviků síly, případně chůzí do kopců. Speciální napodobovací cvičení jsou velmi rozmanitá a každý skokan si vybírá především takové cviky, které mu pomáhají k odstranění jeho nedostatků v technice. Cviky jsou zaměřeny k napodobení nej důležitějších částí nebo fází skoku a tím napomáhají k získání správných pohybových návyků. Musí se dbát na velmi přesné provádění, aby nebyly vytvářeny chybné pohybové návyky. Výsledky napodobovacích cvičení je nutno prověřovat skoky na umělé hmotě již v přípravném období a na můstku také oživovat a udržovat správné pohybové návyky. Pokud jsme měli jen malý můstek v Harrachově, nebylo možno dát tuto možnost předním skokanům, protože podmínky letu na malém můstku jsou jiné, než na velkém. Proto skokani a sdruženáři, kteří celou zimu trénují i závodí na velkých můstcích, se pro skoky na malém můstku s umělou hmotou museli přizpůsobit asi tak jako když v zimě změní velikost můstku. Na rožnovském můstku však je možno bez jakékoliv změny posilovat správné pohybové návyky pro skoky na velkém můstku. V první části přípravného období používáme můstku s umělou hmotou pouze k udržování pohybových návyků a ne k tréninku.

V druhé části přípravného období pokračujeme stejným způsobem v přípravě, zvyšujeme však tréninkové dávky a intenzitu tréninku. Sdruženářský trénink se od skokanského liší většími dávkami běhu, charakteru střídavého nebo intervalového. Na můstku s umělou hmotou je pak potřebný již pravidelný trénink.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK



Jana byla třetí

Co vy velcí tušíte o bezvýznamných školních závodech? Zdá se vám snad podivné, že Luďa Hanuš z třetí třídy dva dny před nimi ne a ne usnout? A Helenka? Důkladně promazala nově lyžáky olejem, vyprala si ve vložkách čepičku s bambulí a pečlivě vybírá vosky, aby jí to šlo. Pepík, Jirka, Pavlínka i Hanička, Danuška s Jirkou, zkrátka celá škola nemluví od večerejška o ničím jiném, než o lyžařském mistrovství na stráni pod Zálým, které pořádá tradičně národní škola ve Vrchlabí II. Věk dětí od prvního sněhu pilně trénují se svými učiteli v hodinách tělocviku i mimo ně a právě teď, kdy sluníčko probouzí dole v údolí kolem klikatého potůčku první bledulky, prověřují si základy lyžařské metodiky v praxi.

Co na tom, že přestávka zdaleka nestačí na různá udůvěrná sdělení, čím mazat, co na tom, že při hodině matematiky překvapí Vláda nálehavou otázkou: »Soudruhu učitelé, bude lepší medium nebo parafin?« Co je nám dnes po srnečku, který denně chodí až na školní dvorek ujídat seno školníkovým králičkům a pranic se nestydí, že na něj z oken třídy zvidavě kouká dvačtyřicet párů očí od těch nejmodřejších až po nejčernější? Braču, dnes máme jiné starosti, ale nakrmit tě nezapomeneme, to nám věř.

Nepozornost žáků v učebni hodině náležitě vyvolá hořečnaté nadšení a zápal mladých srdcí pro minuty bojů od startu k cíli, v nichž vítězí ten, kdo měl vůli vytrvat, nevzdát se ani silnějšímu.

Soudruh inspektor nám jistě promine, že dnes nejsme doma. Dokonce ani školník, který má na startu nejmladšího syna, a všechny jeho děti jsou po čertech šikovné. Kuchařinka, která ve spěchu připravuje kotel

## V bačkorách VYHRÁL ZÁVOD

vroucího čaje s citronem a dosmažuje zlátnoucí koblížky, utírá pot s čela a kolem hlavy ovazuje šál. Aspoň ty nejmladší chce vidět — a potom honem zpátky do kuchyně. Ředitel školy, pedagogický sbor, vychovatelky z družiny mládeže — maminky za okny továrny naproti svahu — všechno žije dnešními závody. Bělostně svahy brázdí stopy stovek párů lyží, oživují dětskými hláskami a sluníčko musí vyjit, aby zhlédlo hemžení lidíček, ztělesněných do zdraví, krásy a radosti.

Konečně jsou všichni u startu, zmáčknou stopek a teď! Vyjíždí čisto jedna — Luděk, čisto dvě — Mitka. Kdybyste hledali jejich jména ve třídnicích výkazech, ne najdete je. Ale zapsáni do školy už jsou od pololetí. Ještě jim není šest, avšak jejich časy se právě rovnají vítězům 8–9letých. Kluci předjeli všechny prvňáčky, všechny druháčky, třebaže jen o několik vteřin. Věk se denně něco natrénují na svahu za domem, i skákat už umějí a ode dneška se oba vášnivě těší na školu. Ve škole je tělocvik a soudruh učitel výborně lyžuje. A potom — závody!

Jaruška dnes prvně připlála lyže a rovnou na závody. Jak jinak mohla dopadnout? Poslední ze všech byla, ale blaženě se usmívá, že zvířezila sama nad sebou. Dobojovala až k cíli přes všechny mazáky, vykoulená jako sně-

huláček. Za rok bude už možná mezi prvními, nevěříte? Pepík Štaflů přišel v tato-vých lyžařských botách. Měl v nich nazuty kostičkované bačkory, aby trochu vyplnil mezeru. Je to marné, lyžáky jsou lyžáky. Víte, že vyhrál?

Olinka Konvalinková byla zase první z děvčátek, měla nejlepší čas dne vůbec. Jezdí jako drak, však nemůže dělat ostudu tátovi, který je rozhodčím I. třídy.

Alence jde všechno. Má stále samé jedničky, hraje velmi pěkně na harmoniku. Dnes vyhrála lyžařské závody. Vítězem je i Luděk, Helenka, Jarka. Ale i ti, kteří se právě neumístili mezi nejlepšími, jsou spokojeni a neskonalé šťastní. Dnes ty — zítra já, pravý sportovec nesmí být závistivý.

Patronátní závod zakoupil pro vítěze hodnotné ceny, soudruh učitel zhotovil velmi pěkné diplomy s fotografiemi vítězů. Rozdíl cen bude slavnostní, za účasti zástupců závodního výboru n. p. Tesla.

Věřme, že mnozí z těch malých se stanou v budoucnu skutečnými mistry sportu. Ale i kdyby z nich nevyrostli právě závodníci, jistě budou odvážnými, statečnými a fyzicky zdatnými syny a dcerami našich hor. K tomu musí směřovat naše výchova. A že k tomu také skutečně směřuje, dokázal dnešní slavný den.

LUDMILA PELCOVÁ



Pavlínka z I. třídy těsně po startu

# V Badgasteinu nic nového

startující závodník vychýlil závoru vrátek a tím zapojil v cíli dva registrační přístroje (Omega-Time-Recorder). V cílové bráně byly těsně nad sebou umístěny dva reflektory na jedné straně a dvě fotorelé na opačné straně. Průjezd závodníka cílem byl nezávisle na sobě zaregistrován dvěma přístroji. Na papírovém záznamovém pásku se objevil jako vytištěný čistý čas s přesností 0,01 vteřiny. Údaje jednoho přístroje byly hned hlášeny zapisovateli. Druhý přístroj byl záložní a jeho údaj byl použit v případě selhání (pravděpodobnost selhání obou přístrojů u jednoho závodníka je malá).

U sjezdových závodů s pevným startovním časem bylo zařízení v cíli stejné jako u slalomu. Rovněž startovní vrátka byla stejně upravena. Pro startovní povel a odečítání sportovních intervalů bylo používáno speciálního zařízení, skládajícího se ze startovních hodin a semaforu. Semafor dával optické povely přípravy ke startu a optický a akustický startovní povel. Startovní hodiny byly mechanické stopky, uložené v malé skřínce, upevněné na stativu tak, aby hodiny mohl pozorovat startér i závodník. V hodinách byly vestavěny dva kontakty elektrického okruhu, které se spojily 5 vteřin před startem a rozsvítily červené světlo na semaforu. Žluté světlo se rozsvítilo 2,5 vteřiny před startem a konečně v okamžiku startu se rozsvítilo zelené světlo a zazněl gong. Závodník odstartující závodník vychýlil závoru vrátek zastavil ratrapánovou ručičku startovních hodin. Tím byl zjištěn jeho přesný závodní čas a odchylka od času ve startovní listině byla telefonicky sdělena do cíle.

Nejzajímavějším problémem tohoto způsobu měření je synchronizace mechanických hodin startovních a velmi přesného hodinového stroje v registračním, cílovém zařízení. Omega-Time-Recorder je poháněn elektrickým motorkem, který je velmi přesně řízen krystalem. Poháněcí mechanismy obou hodin jsou tedy na sobě naprosto nezávislé. Podle sdělení zástupce firmy Omega je však jejich diference za dvě hodiny pouze 0,2 vteřiny.

Všechna kabelová spojení, telefonní i pro elektrické měření a rozhlas byla samozřejmě položena v zemi. Na sněhu byly vidět pouze kabely pro televizní kamery. Diváci používali na slalomovém svahu kabely jako pomocné lano a působili tím televizním technikům nemalou starost.

Přístroje elektrického měření a technici byli v cíli ve vlastních kabinách, chráněni před počasím i před zvědavci, o které nebyla nouze. V cílové kabině časoměřičů byly například při slalomu pouze čtyři osoby. Dva technici, obsluhující registrační přístroje, jeden zapisovatel a jeden další činovník, který diktoval zapisovateli časové údaje a obsluhoval telefon.

Další zajímavostí bylo používání dokumentačního filmového záznamu u slalomu. Na všech obtížných místech slalomu byla stanoviště filmových techniků firmy Eumig. Z těchto stanovišť byli na šestnáctimetrový film natáčeni všichni závodníci, a to v celém, ze stanoviště viditelném úseku trati. Filmový záznam byl pak důležitým svědectvím o správné projeté brance. Filmovému teamu Eumig vděčí za diskvalifikaci ve slalomu např. Bozon, o je-

Stanoviště „filmových strážců branek“ byla rozestavena podél celé slalomové tratě.

Mistrovství světa ve sjezdových disciplínách 1958 v Badgasteinu nepřineslo celkem žádné zásadní novinky pro sportovně technické pracovníky a rozhodčí. Přesto zhlédnutí těchto závodů bylo velmi poučné.

Měření času na všech závodech bylo samozřejmě prováděno elektrickými přístroji. Zařízení bylo výrobkem švýcarské firmy Omega a při závodech bylo obsluhováno jejími odborníky. Startovní branka byla upravena stejně jako u nás ve formě známých startovních vrátek, uzavřených lehkou závorou. Při závodech ve slalomu

## Nová jednotná sportovní klasifikace

Dnem 1. dubna 1958 vstoupila v platnost nová jednotná sportovní klasifikace, která nám přinesla několik změn. Aby všichni závodníci, pořadatelé soutěží a pracovníci lyžařských sekcí byli s ní seznámeni, uveřejňujeme výťah z řádu jednotné sportovní klasifikace a technické podmínky pro udělování výkonnostních tříd.

### Poslání jednotné sportovní klasifikace

Jednotná sportovní klasifikace je jedním z metodických článků socialistického systému tělesné výchovy. Soustava výkonnostních tříd je zároveň soustavou postupných cílů dlouhodobého učené výchovného procesu a má sloužit cvičitelům a trenérům jako podklad k sestavování programů a plánů pro jednotlivé etapy výchovné a výcvikové činnosti. Jednotná sportovní klasifikace staví před sportovce konkrétní úkoly, které je vedou k systematickému a intenzivnímu tréninku a významně tím přispívá k růstu sportovního mistrovství. Evidence výkonnostních tříd umožňuje hodnotit úroveň výkonnosti a kvalitu učené výchovné práce jak celkově, tak i v jednotlivých krajích. Úpravou podmínek a norem jednotlivých výkonnostních tříd lze také podle potřeby ovlivňovat růst výkonnosti a působit na kvalitu tréninku a činnosti trenérů.

V rámci jednotné sportovní klasifikace jsou sportovci rozděleni podle výkonnosti takto:

- mistr sportu
- I. výkonnostní třída dospělých
- II. výkonnostní třída dospělých
- III. výkonnostní třída dospělých
- I. výkonnostní třída mládeže
- II. výkonnostní třída mládeže

Technické podmínky pro udělení, nebo obnovení výkonnostní třídy:

#### I. výkonnostní třída dospělých

Závodník, který v mistrovství ČSR nebo na veřejných klasifikačních závodech, určených sekcí lyžování ÚV ČSTV za účasti nejméně 5 závodníků I. třídy — u žen tří závodnic I. třídy, kteří závod dokončili dosáhl výkonu:

- běh (ženy 5, 10, muži 15, 30 a — nejvýše o 10 % horšího času 50 km)
- skok a závod sdružený — nejméně 85 % bodů vítěze
- sjezd, slalom, obří slalom — nejvýše o 10 % horšího času než vítěz
- sjezdový trojboj — takového počtu bodů, který odpovídá časům nejvýše o 5 procent horší, než jsou časy vítězů jednotlivých částí sjezdového trojboje.

#### II. výkonnostní třída dospělých

- Závodník, který v přebornických soutěžích (mimo přebor jednoty) nebo na veřejných závodech za účasti nejméně tří závodníků I. třídy, nebo pěti závodníků II. třídy, kteří závod dokončili, dosáhl výkonu:
- běh (ženy 5, 10, muži 15, 30 a — nejvýše o 15 % horšího času 50 km)
- skok a závod sdružený — nejvýše o 20 % horšího času než vítěz
- sjezd, slalom, obří slalom — nejméně 80 % bodů vítěze
- sjezdový trojboj — takového počtu bodů, který odpovídá časům nejvýše o 10 procent horším, než jsou časy vítězů jednotlivých částí sjezdového trojboje.

#### III. výkonnostní třída dospělých

- Závodník, který zvítězil v okresním přeboru, nebo který v přebornických soutěžích nebo v jakémkoliv veřejném závodě dosáhl výkonu:
- běh (ženy 5, 10, muži 15, 30 a — nejvýše o 30 % horšího času než vítěz za účasti alespoň 3 závodníků I. třídy nebo 5 závodníků II. třídy, kteří závod dokončili, nebo nejvýše o 15 % horšího času než vítěz, za účasti 3 závodníků III. třídy

hož neprojetí brankou byl podán důkaz na filmovém pásku za 4 hodiny po skončení závodu.

Pro pozorovatele, zvyklého na poměry při velkých závodech v ČSR, byl poněkud překvapující postoj a chování činovníků při závodech. Benevolentně bylo přihlíženo, že během závodu projíždějí v ohraničené trase trati klidně nejen závodníci, kteří vůbec nestartovali, ale i trenéři, vedoucí družstev a spousta jiných lidí, z nichž někteří byli případně označeni nějakou páskou. U slalomu nebyly všude záložní slalomové tyče. Závodník, který několik branek »vykácel« a vrátil se větší kus zpět, jel pak často jen kolem jedné tyčky. Závodníkovi, který se vrátil do špatně projeté branky, bylo všemi možnými jazyky a posunky podrobně vysvětleno, kam až se musí vrátit. Startér slalomu žen si držel závodnici pěkně za rameno a pustil ji, až když se mu zřejmě zdálo, že neuteče. To jen několik maličkostí. Je těžké prohlásit je za zásadní nedostatky, protože celkově působilo mistrovství světa dojmem velmi dobrých závodů.

Diváci byli během závodů velmi dobře informováni, i když k obsahu a formě některých hlášení bychom měli výhrady. Reproduktoři rozhlasového zařízení byly rozmístěny po celé trase trati. Jejich vzájemné ovlivňování bylo skutečně minimální. Kvalita přenosu byla tak vysoká, že hlášení snad rozuměl i ten, kdo neznal ani jednu ze čtyř řečí hlasatele. Výsledné časy závodníka i mezičasy byly okamžitě hlášeny německy, francouzsky, italsky a anglicky.

Průběh některých závodů byl přenášán televizí. V popředí hlavní tribuny byla řada otevřených kabinek pro televizní reportéry. V jedné takové kabině pracoval i československý reportér bratislavské televize. Televizní kamery byly jak v cíli, tak i podél trati. Z přenosového vozu, postaveného

v blízkosti stadiónu, byl program vyslán do vlastního vysílače, postaveného neda-leko horní stanice výtahu na Stubnenkogel. Odtud byl program vyslán přes Salzburg a Vídeň do sítě Eurovize a do ČSR.

Celková návštěva obecnostva zřejmě ne-splnila očekávání pořadatelů. Většina divá-ků přijížděla na neatraktivnější závody — slalom a sjezd mužů, které byly pochopi-telně v neděli, vlakem. Delší pobyt v krás-ném lázeňském středisku zřejmě není pro široké vrstvy Rakušanů, kteří to vše da-leko levněji pořídí dojížděním z okolí. Po-měrně malé nádraží v Badgasteinu zvládlo v první den závodu příjezd a odjezd 35.000 cestujících. Nebyla zdaleka využita parko-viště pro plánovanou návštěvu 10.0000 vo-zidel. První den závodu parkovalo asi 1000 automobilů, poslední den asi 95 autokarů a 1450 vozů.

Pohotiví byli filmaři. První díl filmu o mistrovství světa běžel v místním kinu již ve čtvrtek, tj. čtvrtý den závodů.

Na závěr několik slov o novinkách na příštích zimních olympijských hrách ve Squaw Valley podle informací, získaných v Badgasteinu od Američanů. Zdá se, že při těchto soutěžích využijí Američané zcela svého smyslu pro reklamu. Průběh všech závodů má být přenášán televizí nejen po severoamerickém kontinentu, ale i do Evropy. K tomu účelu má být vybu-dována retranslační linka Severní Ameri-ka—Evropa pomocí řady stanic, umístěných na lodích na Atlantickém oceánu.

Zcela revoluční novinkou bude pláno-vané použití radaru na lyžařských závodech. Systémem radarových stanic, umístěných zřejmě buď podél trati nebo nad ní, budou na obrazovkách radaru a snad i na obra-zovkách televizních diváků zobrazeny po-lohy kontrolních bran a slalomových bra-nek. Tím bude zobrazena trasa trati a pro-jíždějího závodníka bude vidět jako svě-tlý bod pohybující se touto trasou. Je třeba



Takto byla upravena startovní branka na sjezdové trati mužů.

si však uvědomit, že radarem snímaný obraz má pouze schematickou formu. Závodníky i branky reprezentují světlé body na tmavém pozadí, obraz se tedy nepodobá obvyklému televiznímu obrázku. I tak však může mít význam, protože přehledně uká-že, co se děje na velké části závodní trati. Pokud jde o detailní záběry, pořizované pro zjištění stylu nebo správného projetí branky, nebude asi tento způsob schopen nahradit filmový záznam.

Mistrovství světa 1958 v Badgasteinu nám potvrdilo okolnosti, že jsme schopni i v ČSR po stránce organizačně technické uspořádat závody světového významu.

skok a závod sdružený

— nejméně 70 % z bodů vítěze za účasti alespoň 3 závodníků I. třídy, nebo 5 závodníků II. třídy, nebo 10 závodníků III. třídy, kteří závod dokončili

sjezd, slalom, obří slalom

— nejvýše o 30 % horšího času než vítěz za účasti alespoň 3 závodníků I. třídy, nebo 5 závodníků II. třídy, nebo 10 závodníků III. třídy, kteří závod dokončili

sjezdový trojboj

— takového počtu bodů, který odpovídá časům nejvýše o 25 procent horším, než jsou časy vítězů jednotlivých částí sjezdového trojboje.

#### I. výkonnostní třída mládeže

Závodník, který v dorosteneckém přeboru, nebo na klasifikačních závodech určených sekcí lyžování ÚV ČSTV dosáhl výkonu:

běh — nejvýše o 10 % horšího času než vítěz

skok a závod sdružený

— nejméně 80 % z dosažitelných bodů

sjezd, slalom, obří slalom

— nejvýše o 10 % horšího času než vítěz

sjezdový trojboj

— takový počet bodů, který odpovídá časům nejvýše o 10 % horším, než jsou časy vítězů jednotlivých částí sjezdového trojboje.

#### II. výkonnostní třída mládeže

Závodník, který zvítězil v krajském nebo okresním přeboru, nebo závodník, který se kvalifikoval pro účast v dorosteneckém přeboru ČSR, nebo závodník, který v krajském přeboru, nebo na klasifikačních závodech určených sekcí lyžování dosáhl výkonu:

běh — nejvýše o 15 % horšího času než vítěz

skok

— nejméně 70 % z dosažitelných bodů

závod sdružený

sjezd, slalom, obří slalom

sjezdový trojboj

— nejméně 75 % z dosažitelných bodů

— nejvýše o 20 % horšího času než vítěz

— takový počet bodů, který odpovídá časům nejvýše o 20 % horším, než jsou časy vítězů jednotlivých částí sjezdového trojboje.

Výkonnostní třída platí pouze v té disciplíně, ve které závodník příslušnou výkonnostní třídu získal.

#### Udělování výkonnostních tříd, doba jejich platnosti a obnova

I. výkonnostní třídu dospělých uděluje ÚV ČSTV (na Slovensku SÚV ČSTV) prostřednictvím své sportovní sekce. Ústřední sekce projedná návrh na žádost tělovýchovné jednoty.

I. výkonnostní třídu mládeže, II. výkonnostní třídu mládeže a II. výkonnostní třídu dospělých, udělují krajské výbory, v Praze a v Bratislavě městské výbory, ČSTV prostřednictvím své sportovní sekce.

III. výkonnostní třídu dospělých udělují okresní, případně obvodní výbory ČSTV prostřednictvím své sportovní sekce.

Zařazení do výkonnostní třídy a závodění v příslušné třídě u dospělých sportovců platí dva kalendářní roky (počítáno od konce roku, ve kterém sportovec skutečně splnil technickou podmínku stanovenou pro získání výkonnostní třídy).

O obnově žádá sportovec vždy poslední rok platnosti své výkonnostní třídy. Platnost výkonnostní třídy se prodlužuje vždy o další dva kalendářní roky, a to od data splnění technické podmínky pro obnovu výkonnostní třídy. Výkonnostní třídy mládeže se neobnovují.

Každý sportovec, který se uchází o získání výkonnostní třídy, zašle prostřednictvím své jednoty řádně vyplněný a potvrzený evidenční list sportovce na příslušný výbor ČSTV spolu s registračním průkazem. Mládež mladší 18 let připojí ještě průkaz o získání odznaku PPOV, nebo BPPOV. O udělení výkonnostní třídy musí sportovec zažádat nejpozději do 6 měsíců po splnění technických podmínek.

Neobnoví-li sportovec svou výkonnostní třídu, nebo nezašle-li sportovní sekcí evidenční list se záznamem o splnění technické podmínky k přeřazení do nižší výkonnostní třídy do dvou let po udělení nebo obnově své výkonnostní třídy, vyřadí jej sportovní sekce ze své evidence.

J. PITIN

# Hospitoval jsem při hodině tělesné výchovy

Byl jsem přítomen hodině tělesné výchovy u učitele Romana Odvárky ve Špindlerově Mlýně. Tělesnou výchovu měla 3. třída národní školy. Normálně bývá zvykem, že hospitant se představí a ohlásí předem, a potom je svědkem průběhu celé hodiny nebo její části. Má hospitace byla trochu jiná. Šel jsem kolem školy a mým cílem byl Svatý Petr. Ve škole právě zvonilo. Vzápětí se vyhrnula drobotina, všichni nastoupili na lyže a pod vedením svého učitele stoupali na svah přímo vedle školy. Zajímalo mne, jak mládenci s nadšením mezi sebou hovořili, a když jsem si všiml napichaného slalomu, jehož pruty byly zdobeny krepovým papírem, poznal jsem, že se asi chystá velký závod. Nemýlil jsem se. Vyučující zavelil pozor, chlápci se vyřídili a poslouchali učitele, který udělal poslední rady. Vysvětlil trať a poradil během stoupání, jak jet do branek. Potom vyzval soudruh Odvárko pomocníky, aby šli na svá místa. Ke každé brance si sedl rozhodčí, startér a časoměřiči byli také na místech. Čas měřil soudruh učitel sám. Chlápci mrkli ještě na výzbroj a závod začal. Bojovný duch a elán žáků byl nevidaný. Ti zdatnější v boji s časem mezi brankami bruslili a všichni se snažili jet nejtěšněji kolem tyček. Touha zvítězit vyzářovala z očí všech jezdců. Mocně povzbuzován svými kamarády zvítězil Bašta, když v obou kolech závodu dosáhl nejlepšího času. Potom jeli Balcar, Buchar, Příbyl, Bílek, Stoklasa, Buriánková a celá třída. Vítěz jel opravdu krásně. Za takovou jízdu by se nemusel nikdo stydět.

Jsem učitel tělesné výchovy na průmyslové škole v Praze a byl jsem se svou školou na lyžařském zájezdu. Přestože jsou moji svěřenci o 10 let starší, opravdu by se všichni nemohli s těmito »třetáky« měřit. Uvědomil jsem si, co dělá cvičení a prosteří. Pro letošní výcvikové výchovné zájezdy škol byla stanovena nová metodická řada. Pro samotné učitele tělesné výchovy byla opravdu tvrdým oříškem, natož pro žáky. Diskutovalo se o problémech a stylu, ovšem myslím, že theoretická lyžařská technika se formuluje většinou až po praxi. Při pohledu na lyžařskou drobotinu a jízdu Bašty jsem si uvědomil, že veškeré tajemství úspěchu není v Rakouské škole, ale v tom, že se prostě jezdí. Jezdí se do školy, ze školy, na nákup, v teráci a na sjezdovkách. Čím víc, tím lépe. Žáci napodobují výborné jezdce s obvyklou lehkostí pro mládež kolem 10 let, sní o úspěších, a mají-li dobré vedení, získají zakrátko jistotu, sílu a vy-



Na startu

trvalost. Když potom divák sleduje jízdu takto připraveného jezdce, je to požitek. Prostředí, svahy a dobré vedení vybureují u všech chuť jezdit a soutěže potom touhou vyhrát. Hodně závodů a soutěží! Ze to děti baví, je vidět na obrázku. Neznám jméno dívky, která uprostřed slalomu upadla a plakala. Je to tragédie nebo smůla? Snad ano, ale srdce bojovníka jí zůstane a právě tak Baštovi a mnohým jiným, kterých je na škole dost. Spojili se bojovnost

s uměním, které vzroste, je záruka, že o úspěchy našeho lyžařství se bát nemusíme.

Dobře to dělají soudruzi učitelé ve Špindlerově Mlýně a kromě uznání zaslouží i všechnu podporu.

Závěrem se omlouvám soudruhu učiteli, že jsem se nepředstavil. Z hodiny jsem si odnesl mnoho cenného pro svoji práci.

F. VÁŠA, učitel PŠJT Praha

## Několik lékařských připomínek k lyžařským závodům

V poslední době byla řada velkých lyžařských běžeckých závodů jako Olympijské hry a mistrovství světa pořádány ve výškách nad 1000 m. Vyskytuje se zde otázka, zda v takovém případě o pořadí závodníků nerozhoduje spíše dostatečná adaptace na výšku, než předcházející trénink a momentální forma závodníka.

Zopakujeme si ve stručnosti, jakým změnám zevních podmínek je organismus v těchto výškách vydán. Je to především pokles barometrického tlaku a tím i pokles napětí kyslíku, které klesají s postupující výškou. To se pochopitelně projevuje především při tělesné námaze v těchto výškách.

Srovnáme si dva příklady. Ke krytí kyslíkové spotřeby při velmi těžké práci ve výškách kolem hladiny moře je zapotřebí za minutu 4,5 l kyslíku. Množství vzduchu, který je třeba k získání tohoto množství kyslíku, je 120 litrů a tepovou frekvenci, kterou v tomto případě naměříme, se pohybuje kolem 170 za minutu. Ve výšce 1000 m potřebuje tentýž člověk k vykonání téhož pracovního výkonu 5 litrů kyslíku za minutu, objem vydechovaného vzduchu stoupne na 170 l za minutu a frekvence tepová stoupne na 190. Stoupne nám tedy objem plicního dýchání o 50 l a frekvence pulsová o 20. To obojí znamená, že práci, kterou vykonával systém dýchací a oběhový ke krytí téhož tělesného výkonu, je značně vyšší. To znamená, že tentýž tělesný výkon byl proveden méně ekonomicky ve výši než při hladině moře. To se však děje pouze tehdy, jestliže nedošlo k dostatečné adaptaci na výšku. Při delším pobytu v uvedených výškách však dochází k aklimatizaci na snížený barometrický tlak i jiné faktory jako teplota, záření atp. Při krátkodobém, tj. několikadenním pobytu ve výškách, dochází k aklimatizaci částečně,

která u různých lidí probíhá různě rychle. V prvních několika dnech či týdnech dochází k řadě charakteristických změn (např. v rovnováze kyselosti a zásadovosti krve), jejichž vliv na tělesný výkon není dopodrobna prozkoumán.

Tyto uvedené problémy budou výstě rozdílně důležité u sportů s poměrně krátkodobě trvajícím námahou (sjezd, slalom) a u disciplin, kde námaha je dlouhodobá a při tom se neustále pohybuje blízko maximální hranice, jako je tomu u běhů. Zde je včasné krytí spotřeby kyslíku otázkou nejdůležitější, protože práce na kyslíkový dluh zde nehraje tak významnou roli jako u námahy krátkodobé.

U sprintérských výkonů může být změna reakce krve, jak k ní dochází během částečné aklimatizace, určitou nevýhodou při práci na kyslíkový dluh.

Z uvedeného je vidět, že řada uvedených problémů není ještě dostatečně probádána. I když je výzkumu adaptace na výšku věnována velká pozornost, je poměrně málo pozornosti věnováno adaptaci ve středních výškách, tj. mezi 1000 až 2000 m za maxim. pracovního zatížení.

Závěrem možno říci, že naše dosavadní znalosti napovídají, že běžecké závody ve výškách nad 1000 m nemusí být zcela regulérní, poněvadž zde mohou hrát roli při umístění závodníků také jiné faktory než předcházející trénink a momentální sportovní forma.

Konečné stanovení nadmořské výšky a případně jiných podmínek, kdy již závody přestávají být zcela regulérní, si však vyžaduje dalšího podrobnějšího výzkumu.

Dr. B. KORECKÝ

\*

Poznámka redakce: Otázky závodů ve velkých výškách jsou dnes znovu předmětem diskusí vzhledem k OH 1960 ve Squaw-Valley, kde běžecké tratě budou ve výškách 1800–2000 m.



Bašta na trati





Inž. M. Chlouba v terénu s kursisty

## Celostátní seminář lyžařských pracovníků s mládeží

Komise mládeže ústřední lyžařské sekce ÚV ČSTV uspořádala v dubnu 1958 na Lučňaně v Krkonoších třídní seminář pro pracovníky s mládeží všech krajů ČSR.

Úkolem semináře bylo předání zkušeností jednotlivých krajských komisí mládeže z uplynulé zimy a dohoda o prohloubení spolupráce, školení v teoretické i praktické práci pedagogicko-metodické a stanovení základních úkolů pro letní období jakožto přípravu nové lyžařské sezóny.

Program byl sestaven z referátů — o rané specializaci v lyžování promluvil MUDr. Jaroslav Tintěra, poznatky z práce krajských komisí mládeže přednesla K. Pittlová a o zkušenostech s novou učební metodou lyžování seznámil zástupce krajů inž. M. Chlouba — dále z diskuse v plénu i v kroužcích a z praxe na sněhu.

V přednášce dr. Tintěry seznámili se účastníci s anatomicko-fyziologickými zvláštnostmi dětí i mladistvých při jejich tělesném i duševním rozvoji, s metodickými zvláštnostmi všestranné sportovní přípravy z hlediska lékaře i sportovního pedagoga a konečně s problematikou rané specializace, se kterou se v poslední době zabývá více pracovníků různých zemí, jako např. konference v Neapoli, Lipsku, Berlíně aj. Zejména bylo hovořeno o těchto otázkách: vliv tréninku na tvar a držení těla, jednostranné a kompenzační sporty a věkové kategorie. Z rané specializace v lyžo-

vání u nás není dostatek vědecky ověřených zkušeností. Opíráme se o výzkumy v SSSR a v NDR, i to jsou však výsledky dílčí a nekomplexní. Dr. Tintěra nastínil základní pedagogická a fyziologická hlediska pro správný způsob přístupu k rané specializaci v lyžování u naší mládeže.

V diskusi hovořili krajští pracovníci o zkušenostech z pracovišť, jako je vliv režimu a životosprávy v celoročním průběhu přípravy i závodního období, o účelu a prospěchu dobře vedené celoroční práce v oddílech, o zajištění vhodného vybavení pro mládež, o metodickém působení na základnách a střediscích, o výhodách vedení osobních deníků u mladých sportovců. Dosavadní síť lyžařských základů a středisek zdaleka ještě nenahradila účinnost práce bývalých sportovních škol dorostu.

Inž. M. Chlouba pojednal o zkušenostech při přeškolení cvičitelských kádřů na novou techniku lyžování. Celá akce trpěla především tím, že učební text nebyl včas a v dostatečném množství publikován, aby podle něho krajští pracovníci mohli provádět přeškolení. Také decentralizací školení cvičitelů se celý proces přeškolení značně opozdil, takže těžiště úsilí bude nutno přesunout na příští sezónu. UMK počítá, že přeškolení bude trvat 3—4 roky. Na pomoc textům bude připraven i instrukční film, jehož autory jsou i autoři nové učební osnovy.

Vcelku je třeba pochválit snaživot a zájem jak cvičitelů, tak i široké základny lyžařských sportovců o novou techniku jízdy.

Při průběhu semináře byla zařazena denně dvakrát praxe na sněhu, při níž se účastníci prakticky seznámili s novými prvky a způsobem jízdy na lyžích, a to v pedagogických i metodických formách, vhodných především pro práci s mládeží. Výborným školitelem byl opět s. inž. Chlouba. Cvičilo se jak na sjezdovkách, tak i na běžkách.

Po stránce organizační vyměnili si krajští pracovníci řadu zkušeností a dohodli se v intencích zásadního referátu na opatření, která budou prospěšně rozvíjet další práci v oddílech, základnách, okresech a krajích.

Výhodou celého semináře bylo, že teorie byla organicky spojena s praxí a že diskuse, otázky a připomínky mohly být často bezprostředně dokumentovány přímo na sněhu na lyžích. Je to nutné, protože pracovníci s mládeží nemohou být jen pracovníky organizačními, ale především vychovateli a správně orientovanými cvičiteli. Přáním účastníků bylo, aby tento moment byl ještě zdůrazněn tím, že by v příštích seminářích byla zařazena i problematika práce trenéra.

Účastníci se shodli na metodách spolupráce pracovníků v dobrovolné i školní tělesné výchově, a to na úrovni vyšších i nižších složek — ve smyslu usnesení únorového plenárního zasedání ÚV ČSTV a konference tělovýchovných pracovníků v Olomouci.

V přátelském, ale kritickém ovzduší prodjednali klady i nedostatky letošních soutěží žactva i dorostu a doporučili, aby termín celostátních výběrových závodů žactva byl posunut na počátek března, aby délky běžec- kých tratí pro jednotlivé kategorie byly revidovány a aby byla věnována větší péče propagaci lyžování mládeže. Je třeba zvýšit spolupráci s ostatními složkami, které vychovávají mládež, zejména lepším organickým spětím s ČSM a pionýrskou organizací.

Na aktiv byli pozváni zástupci ministerstva školství a kultury a ústředního výboru ČSM. Ani nepřijeli, ani se neomluvíli. Nepřijeli (až na zástupce Vysokých Tater) ani zástupci slovenských krajů. Bylo to na škodu linií, která se začala úspěšně rozvíjet na podzimním aktivu pracovníků s mládeží v Brně. V důsledku toho navrhli účastníci semináře, aby místem příští společné schůzky byla Bratislava.

Aktiv dal směrnicí i mnoho podnětů pracovníkům krajů. Spojení teorie a praxe, plánů a zkušeností pracovníků a především vzájemné osobní poznání a také poznání společných metod práce, dává plně předpoklady, že jednání na aktivu se kladně projeví při denní práci v hnutí. «Mládež především» má se stát základním heslem nejen pracovníků komisí mládeže, ale všech pracovníků v ČSTV.

VLADIMÍR DOHNAL,  
člen ústřední komise mládeže

Novinka Sportovního a turistického nakladatelství

V. Mucha: DĚJINY DÉLNICKÉ TĚLOVÝCHOVY (II. díl). Druhý díl významné publikace z pera zasluhujícího pracovníka v tělovýchově a sportu vypráví o vývoji naší dělnické tělovýchovy v údobí před II. světovou válkou, zejména o růstu, práci a bojích Federace proletářské tělovýchovy. Kniha obsahuje četné citáty z tisku, stati, z projevů významných pokrokových politických i tělovýchovných pracovníků, důležité výňatky z publikačních prací tehdejší doby, četné fotografie a ilustrace. —

Str. 424, cena váz. 24 Kčs.



Z celostátního aktivu předsedů komisí mládeže

# ZE ŽIVOTA ODDÍLŮ

## NAPLÁNOVALI A SPLNILI

DOBŘÁ PRÁCE ODDÍLU DYNAMO PRAHA 7-DOPRAVA

To ležel na naší chatě v Sedmídolí první sněh, když jsme se tam sešli — cvičitelé a členové výboru lyžařského oddílu Dynamo Praha 7-Doprava, abychom si pohovořili o činnosti v nastávajícím zimním období. Vytklí jsme si úkoly, které jistě nebyly skromné:

1. Seznámit cvičitele s novou metodikou a technikou rakouské školy, tak, aby si ji osvojili.
2. Zajistit výcvikový kurs pro členy a mládež o vánocích.
3. Uspořádat týdenní školu pro začátečníky i pokročilé členy našeho oddílu v lednu.
4. Zorganizovat kurs pro školní mládež o pololetních prázdninách.
5. Uspořádat týdenní zájezd a lyžařský výcvik v únoru na Chlebu.
6. Zajistit dva týdenní zájezdy spojené s lyžařským výcvikem do Jasně na Chopku.
7. Vysílat cvičitele k instruktáži na rekreační akci ROH.
8. Splnit závazky našich cvičitelů jako vedoucích týdenních kursů školní mládeže všech škol ONV Praha 13.
9. Uspořádat přebor jednoty.
10. Organizovat a zajistit vedení nedělních zájezdů po celou zimu na Mísečky a do Špindlerova Mlýna.

Zima se vydařila, bylo dostatek příležitostí užít si zdravého pohybu v krásném horském prostředí. A o tom, že se na svou činnost můžeme hrdě pochlubit, hovoří skutečnost. Plán jsme splnili!

Dva cvičitelé vedli o vánocích lyžařský výcvik mládeže i dospělých v chatách na Sedmídolí. — Pět soudruhů vedlo v lednu lyžařský týdenní kurs začátečníků, pokročilých i vyspělých lyžařů, jehož se zúčastnilo 57 členů. — Šest cvičitelů vedlo o pololetních prázdninách výcvik 80 dětí zaměstnanců ministerstva dopravy v Sedmídolí. — Tři cvičitelé vedli týdenní výcvik 55 členů v únoru na Chlebu. — Dva soudruzi učili nové technice 30 členů naší jednoty v březnu na Chopku. — Další cvičitel vedl školu 15 členů koncem března na Chopku. — 14 cvičitelů se střídalo (vždy po dvou) na vedení sedmi týdenních lyžařských kursů mládeže ze škol ONV Praha 13 na chatách v Sedmídolí. — Naši cvičitelé spolu s učiteli vedli lyžařské kursy školní mládeže ONV Praha 13 v Dolním Polubném, jichž se zúčastnilo celkem 1150 dětí. Tuto akci organizoval náš oddíl spolu se školami a SRPŠ v ONV Praha 13 letos poprvé a přinesla krásné výsledky. O lyžařský sport je u mládeže velký zájem. — Oddíloví cvičitelé se zúčastnili jako instruktóři sedmi týdenních rekreačních turnusů ROH. — Všichni cvičitelé oddílu se vystřídali při vedení nedělních zájezdů do Špindlerova Mlýna a na Mísečky, jichž se pravidelně zúčastňovalo 90 lyžařů.

Po celou zimu jsme se navíc scházeli každý čtvrtek na besedách, kde jsme organizovali přednášky a promítali lyžařské filmy.

Společná práce se podařila, výsledky těší. Dosáhli jsme jich díky obětavosti našich cvičitelů, kteří potřebný čas věnovali ze své řádné dovolené. Také vzácné pochopení a spolupráce SRPŠ škol v Praze 13, ČNV Praha 13 a ZV ministerstva dopravy nám umožnila splnit tyto rozsáhlé akce. Odměnou je nám uspokojení, že jsme získali pro lyžařský sport další zájemce, zejména mezi mládeží. A proto jsme se s letošním zimním obdobím loučili s přáním — dosáhnout příště ještě více!

MIREK ROUČKA,  
cvičitel mládeže lyžařského oddílu  
Dynamo Praha 7-Doprava

## Lyžaři v Dýšině pracují dobře

Celoroční dobrá práce lyžařského oddílu Spartaku Dýšina v přípravě závodníků a hlavně ve vedení mládeže se pochopitelně příznivě projevila v úspěšných oddílu, získaných v okresním a v krajském přeboru. Po řadě úspěchů v přípravných přespolních bězích a později i v náborových lyžařských závodech získali závodníci a závodnice Spartaku Dýšina pět titulů okresních přeborníků, i když pro nemoc či zaneprázdnění se některé z nejlepších závodnic (Šonská, Tomášková, Žikešová) nezúčastnily. Dále členové oddílu získali čtyři druhá a čtyři třetí místa. Na krajském přeboru si vybojovali dýšínští lyžaři pět titulů přeborníků kraje Plzeň a dále získali devět druhých a sedm třetích míst! Soudruh Šonský a soudružky Šonská, Tomášková a Nová se kvalifikovali pro účast na přeboru ČSR.

Pro zárnou činnost oddílu bylo v této zimě doškoleny pět rozhodčích, čtyři cvičitelé a jeden trenér. Škoda, že nepříznivé sněhové poměry znemožnily uspořádání závodů ve skoku na lyžích na obnoveném můstku v Nové Huti, na jehož úpravě odpracovali členové oddílu a další dobrovolníci celkem 2620 brigádnických hodin. Přes letošní oddíl vytkli za úkol vybudovat můstek pro položení umělé hmoty, věže pro rozhodčí, pomocného výtahu a dřevěného schodiště. Vyžádá si to přibližně odpracování 3500 brigádnických hodin, které jsou však již vyhlášenými závazky členstva i mládeže oddílu ze dvou třetin kryty.

Hlavním úkolem však pro nás je ještě zvýšit péči o mládež a dosáhnout znovu takových výsledků, aby náš oddíl byl stejně jako v roce 1957 vyhodnocen jako nejlepší v kraji.

Lyžařský oddíl Spartak Dýšina

## Chtějí závodit o Přebor vysokých škol

Z ČINNOSTI LYŽAŘŮ VTA ANTONÍNA ZÁPOTOCKÉHO

Lyžařský oddíl vojenské tělovýchovné jednoty Vojenské technické akademie Antonína Zápotockého v Brně se může za dobu čtyřleté činnosti pochlubit pěknými výsledky. Jeho členy jsou posluchači VTA AZ, kteří i při značném studijním zaneprázdnění nezapomínají na soustavnou sportovní přípravu. To se také projevuje v dosažených výsledcích. V letošní zimě získali nebo obnovili čtyři členové lyžařského oddílu I. výkonnostní třídu, osm II. a deset III. Oddíl má 32 členů a všichni nositelé výkonnostních tříd se závodním lyžováním začali až v oddíle!

Dokonce s. Srnková-Leischnerová byla zařazena do reprezentačního družstva mladých, kde také patřila k nejdůležitějším. Je to obdivuhodné proto, že s. Srnková v letošním školním roce dokončuje svoje inženýrská studia a i ve škole patří mezi nejlepší posluchače.

Je škoda, že dosavadní směrnice Přeboru

vysokých škol neumožňují příslušníkům vojenských vysokých škol účast na těchto závodech. Jistě i tam by příslušníci našeho oddílu dosáhli úspěchů. Hlavně by se však tyto přebory staly skutečným akademickým přeborem ČSR! U závodníků by takový přebor získal jen na oblibě a uspořádání stojí jistě za úvahou.

Ve své činnosti se náš oddíl neomezuje jen na závodní výcvik. Spoluzúčastňujeme se aktivně i základního lyžařského výcviku, jímž letos prošlo více než 300 příslušníků VTA AZ. Organizujeme pravidelně tradiční závody: přespolní běh »Pisareckými sady«, velmi oblíbený u brněnských lyžařů, a na sněhu pak veřejné závody VTA AZ. Nyní se zaměříme na rozšíření členské základny, zvláště z řad nových posluchačů našeho ústavu. Chceme dobře plnit základní úkol naší tělovýchovy — zvyšovat tělesnou i brannou připravenost svých členů!

ZDENĚK KAŠPER

ZE STARTU MLÁDEŽE DYNAMO PRAHA 7-DOPRAVA



# Hory mají srdce v člověku!

Příběh lyžaře-závodníka

(6. pokračování)

Francek, který vyrostl z výhonku toho kořene, jímž Martin ve své velikosti a pýše drtil kamení a hlínu a prorůstal skálu. Cítil, že v něm mu je Francek blízky. Udělem všedního dne, pevnou vůlí překonat sám sebe a přemoci hory. Ani Martin, ani Francek si tohle všechno hlouběji neuvědomovali. Nastřádaly to v nich zkušenosti jejich předků a oni si z nich brali více pudem než uvědoměle.

Přemoci hory.

Vymanit se z jejich područí, z odvěké bázně, z pověr a přemoci výšky, v nichž leckde ještě sídlili zlí duchové. Projet co nejrychleji vánicemi a přemoci futeř! V tom není jen odvaha a síla lyžaře, závodníka, v tom je také kus velkého vítězství nad starým strachem a záludnostmi hor.

Ti dva, Martin a Francek, si tohle uvědomovali spíše pudově než rozumem. Neuvědomovali si, že jejich boj o prvenství má vyšší smysl.

Hofman znal Martinův neklid.

I on se ve své málem už padesátce rád zaposlouchal do praskotu padající jedle, která vyvrátila nejen kus země, ale i oblohy. Vždyť v tom bylo i kus jeho síly. Ale už věděl, že život přišel až do těchto zapomenutých končin ve své kráse a drsnosti, ve svých rozporech, s nimiž je třeba se vyrovnat.

Dobře věděl, že hory nejsou romantickou samotou, do níž je možno se uzavřít. Až do nejvyšších vrcholů vstupuje člověk, aby sem zanesl život.

Teď jsou ti dva vedle sebe.

Martin vede koně a Hofman se kolbá na tenkých nohou, sekuru přes ramena. Vyšší z porostu mezi křeh a odbočili na kamenitou cestu.

— Možná, že bys měl trochu čaje, sedl bych si u tebe na chvíli, řekne jen tak Hofman.

— Byl jsem minulý týden dole, můžete zůstat na večeri, odpoví Martin potěšen.

— Když jdu touhle cestou, vždycky musím myslet na ty dva, nadlehčí si Hofman sekuru na rameni.

— Na jaké dva?

— Tenkrát jsi byl ještě chlapec, nemůžeš to pamatovat. Já jsem se od té doby změnil, strašně změnil, Martine. Každého v životě něco potká, co ho změní a udělá pevnějším. Všechno to zbytečné, co je na tobě, jak odhodiš a teprve potom se z tebe stane člověk. A to je víc než chlap, Martine. podíval se Hofman zkoumavě do jeho tváře.

— Co se tenkrát stalo?

— Povím ti to, i co se stalo se mnou. Obojí je důležité. Bylo to prvního února, tak mezi pátou odpoledne a sedmou večer. V té době přišlo na hřebenech o život šest lidí. Ráno toho dne

trochu přšelo, bylo tak dva stupně nad nulou. Však víš, jak to bývá, silná obleva. K večeru se najednou vítr stočil a na hřebenech klesla teplota na čtrnáct stupňů mrazu. Terén u Jitřní boudy je k západu a k jihu otevřený. Ten nejprudší vítr se sem ze všech stran slezl a řádil tu jako smečka vztekklých psů. Abych nezapomněl: ten první únor připadl zrovna na sobotu. To přijíždí do hor na neděli nejvíce lidí. A zrovna v té nejhorší chvíli jich bylo mnoho právě na cestě k chatám. Začalo to najednou a těžko bylo někoho varovat. Sníh, který na povrchu přes den roztál, ztvrdl na ledovou kůru. To by nebylo ještě nejhorší, ale po páté se spustila vánice. Nebylo vidět na krok. Vichřice byla čím dál silnější. Dovedeš si představit, tolik lidí na cestě! Čerstvý sníh na ledové ploše! Když se utrhne lavina, to je nejtišší pohřeb. Tolik nebezpečí ve dvou hodinách! Však si o tom můžeš přečíst v novinách. V Jitřní boudě si je uschovali. To ale byla všechno přehra. Dva lidi tenkrát udusila lavina, dva zmrzli ve vichřici necelých dvě stě metrů od boudy, kde je marně očekávali. Jiné dva našli až po týdnu. Ale to nejsmutnější jsem prožil já, třeba jsem toho osudného večera seděl v teple ve své chalupě. Druhého dne ráno se hory típyly ve slunci tiché a mírné jako beránek. Jako by se nic nestalo, jako by měly to nejčistší svědomí. Hned po ránu někdo zatloukl na okno. Vyskočil jsem z postele a otevřel okenici.

Poznal jsem lidi z Dubenky a Jitřní boudy. Abych prý jel s nimi hledat pohřešované. Věděl jsem, jak je najdeme. Nejhorší je, když víš, že už nemůžeš pomoci, že tu cestu a námahu podstupuješ jen tak z povinnosti, že jdeš těm lidem vlastně na funus. Byla to moc smutná cesta, Martine, tím smutnější, že jsme dostali za úkol najít dva mladé lidi. Někteří říkali, že to byli novomanželé, jiní tvrdili, že se měli teprve brát.

Ale na tom tak nezáleželo; zkrátka k sobě patřili. S hledáním jsme začali brzy ráno. Vyšli jsme po předpokládané stopě, prohledali jsme kdejakou křeh i všechna závětří. Jako by se do země propadli.

Zatím došel Hofman s Martinem k stavení.

— Běžte dovnitř, zavedu koně do stáje, otvírá Martin dveře.

Za chvíli postavil na čaj, v kamnech to zapraskalo a po jizbě se rozlilo tep-

lo. Hofman už seděl za stolem a Martin na špaluku na kameni.

— Hledali jsme je až do noci, — pokračoval Hofman v přerušném vyprávění, — a musil jsem poslat pro svítilny. Bylo po desáté, když někdo narazil holí na modrou rukavici. Drobněk čouhala ze sněhu. Pak už to dlouho netrvalo. Našli jsme je kousek od sebe — bez života. Chlapce i děvče jsme naložili na sáně. Ale kam je přes noc uložit? Do márnice v údolí bychom se po navátých cestách nedostali. V žádné boudě nemohli zůstat. Do mé chaty bylo nejbliže.

— Nebál by ses? zeptal se mně někdo.

Byla to prosba a zároveň výzva mé odvaze.

Noc s mrtvými. Nikdy na ni nezapomenu.

Uložil jsem je do přístřešku vedle sebe, jak chtěli být zaživa. Bylo to jediné jejich přání, které jsem mohl splnit. Vždyť ještě teď byla v obou tvářích úzkost o druhého. Na horách se přísně dodržuje pohostinství. Takové hosty jsem ještě nikdy nevítal. Celou noc jsem probděl. Bez vína, bez kořalky. Nikdy jsem nevedl tak vážný hovor jako tenkrát. Víš, Martine, kolik lidí přijíždí do hor, aby se potěšilo krásou dalekých výhledů. Ty to víš už dnes stejně jako já, že nejde jen o krajinu. Ti lidé nikdy nejdou odtud s prázdnu. Ta hloubka někončí někde v modři za dalekým obzorem, ale až v srdci člověka. S tím hlubokým pohledem se vracejí domů a chtějí pak vidět nějak i do sebe, chtějí lépe vidět i ty druhé. Tihle dva mrtví, kteří byli mými hosty a s nimiž jsem rozmlouval, chtěli toho vědět více než živí. Celou noc se mě vypyávali, Martine, a já nestačil odpovídat. Dnes bych jim povídal i o tobě, Martine.



— O mně? potězkával Martin kus dřeva, který chtěl přiložit do kameni.

— Jo, i o tobě, přikývl Hofman. I v tobě je kus tajemství, které chtěli znát. Nejen živí by se rádi zeptali mrtvých, ale i mrtví se ptají živých. Té noci jsem se o tom přesvědčil. Ne, dodnes nepochopím, proč tihle dva mladí lidé musili zemřít. Vždyť si sem přišli pro trochu krásy, tak nějak mi to té noci povíдали.

(Pokračování příště)

## MLADOBOLESLAVŠTÍ SE PRÁCE NEBOJÍ

Celoroční plán činnosti je něco, co v lyžařském oddíle Spartaku Mladá Boleslav prakticky provádějí již řadu let. Od června se schází dvacet až třicet členů v sadech »Štěpánka« za městem a zde se koničním během i speciálními cviky připravují na ještě vzdálenou zimní sezónu. Nejpoctivější z nich — Jeřábková, Hlůžková, Křováčková, Kubánek, sourozenci Jenkovi dosáhli také v uplynulé lyžařské sezóně pěkných úspěchů.

### DÍKY ZKUŠENÝM VEDOUCÍM

Celý lyžařský oddíl, který má dobrou tradici i výkonnost přesto, že za sněhem musí členové jezdit, se opírá o zkušenost a obětavost cvičitelů, před lety vynikajících závodníků, Josefa Jenky a Ferdý Adlera, kteří všechny své volné chvíle věnují své zamilované lyžařině. Jejich neúnavné práci vděčí oddíl za to, že se dokázal prokousat všemi překážkami, a není jich málo, a zaujmout přední místo nejen mezi oddíly pražského kraje, ale zařadit se po bok lyžařům z podhůří Krkonoš, kde podmínky pro trénink jsou pochopitelně lepší.

### DĚVČATA VEDOU

Výkonnostní oporu mladoboleslavské lyžařiny jsou dnes bezesporu děvčata — běžkyně H. Jeřábková, Hlůžková, Křováčková a mladší dorostenka Jenková. Příprava těchto děvčát je příkladná. Trénují po celý rok a když v listopadu a prosinci napadla v Boleslav; troška sněhu, nametly si jej do úzkého pásu a trénovaly na něm. Trenér Josef Jenka zkonstruoval pro Jeřábkovou i ostatní kolečkové lyže, které se osvědčily, což ostatně potvrdilo výrazně zlepšení zejména Jeřábkové v uplynulé sezóně.

### ZA VLASTNÍ PENÍZE NA HORY

Tak jako v mnohých jiných oddílech i zde je zvykem, hradit si zájezdy na tréninky do hor, neboť oddíl nemá finanční prostředky a dokonce musí i drazé platit autobus, nebo použít k zájezdům vlaku. Zní to paradoxně, když mateřským závodem jednoty je automobilka, ale je tomu tak. Oddíl si vybudoval vlastní chatu na Dvoračkách v Krkonoších, členové brigádnicky zavedli elektriku a letos dali do provozu i lanovku na Lysou horu, kterou rovněž brigádnicky vybudovali.

### MLÁDEŽ PŘEDEVŠÍM

To je zásadou všech pracovníků oddílů a proto každým rokem se objevují mezi mladoboleslavskými lyžaři mladé tváře nových

příslušníků. A co je zvláště potěšitelné, nejde jen o děti, jejichž rodiče sami lyžování provozují (tak je tomu v mnoha jiných oddílech), ale nábor je prováděn na široké základně. Velká pozornost je věnována především běžecy disciplinám a v těchto soutěžích zactva i dorostu je oddíl v pražském kraji nejlepší. Zřízením lanovky si oddíl slíbují i zvýšení úrovně sjezdařů, kteří nejsou tak dobré výkonnosti.

### TRÉNINK JE ZÁKLADEM

pro růst každého závodníka a účast na závodech tento růst urychluje. Proto oba trenéři, Jenka i Adler kladou důraz na pravidelnost tréninku a časté závody pro zkušenější závodníky a závodnice. Společné zájezdy do hor utužují také kolektiv a vychovávají mladé lyžaře ke správnému názoru na život, životosprávu a smyslu pro odpovědnost, neboť lajdáky v oddíle netrpí. A my věříme, že po Heleně Jeřábkové i další členky a členové oddílu se proboují až k nejvyšší metě — do reprezentačního družstva ČSR.

MIR. TUČEK



## Obří slalom v Kotli

Tradiční závod v obřím slalomu na Kotli v Krkonoších, jehož pořadatelem je lyžařský oddíl Jiskry Železný Brod, bývá pronásledován tradiční nepřízní počasí. Také letos neudělala příroda výjimku; den před závodem i den po něm krásná sluneční pohoda, zatím co při samém závodě v sobotu 10. května 1958 zápasilo 30 startujících nejen s časem, ale i s hustou mlhou a deštěm. Ze přes tyto potíže měl obří slalom hladký průběh, za to patří dík houževnatým pořadatelům, jejich obětavým pomocníkům z řad členů Horské služby v Rokytnici n. J. a v neposlední míře i ukázněným závodníkům.

Trať byla 750 m dlouhá s 32 brankami a výškovým rozdílem 300 metrů. Na poměrně rychlém jarním firmu zvítězil a putovní pohár získal Anton Šoltys z Dukly Liberec v čase 60,6 vt. před Martinem (63,6 vt.) ze Spartaku Rokytnice a Koldovským (65,8 vt.) z téže jednoty, když obhajovatel poháru Patočka nestartoval a další favorit Evžen Čermák byl pro neprojetí branky diskvalifikován. V kategorii žen byla první Krumlová za 94,8 vt. před dorostenkou Mahrovou (obě Spartak Praha Stalingrad).

LINKA

## Ze sekce bobů a saní

### Mistrovství světa v jízdě na saních

(2. pokračování z čísla 4.)

V úterý dne 28. ledna 1958 od 9—12 hodin byl první trénink účastníků — prozatím bez měření časů. Závodníci jezdili opatrně, aby neriskovali zranění. Pouze západoněmečtí závodníci Schaller (mistr světa 1957) a Mayer jeli hned na poprvé plnou rychlostí, nezvládli »Vysokou zatáčku« a havarovali. Schaller si způsobil těžší otřes mozku, Mayer zlomení nohy, takže oba byli vyřazeni ze závěrečných bojů o titul mistra světa. U většiny závodníků (vyjma Poláků a východních Němců) byla znát nervozita, neznalost dráhy a někdy i nedostatek odvahy. Večer od 17—19 hodin se jel trénink při umělém osvětlení. Dráha skutečně vzorně upravena i dostatečně osvětlena (každých 25 m jedna lampa o výkonu 500 W), takže nedošlo k žádným haváriím. Na závodnicích byla patrna již částečná znalost dráhy.

Trénink pokračoval také ve středu 29. ledna 1958 opět dopoledne a večer za umělého osvětlení.

Konečně ve čtvrtek došlo k tréninkovým jízdám s měřeným časem, takže bylo možno si udělat určitou představu o výkonu jednotlivých jezdců. Dopoledne jel každý závodník jednu jízdu. Nejlepšího času dosáhl polský závodník Pedrak 1:17,8 min. Ve druhé jízdě při umělém osvětlení byl nejlepší Frosch z Rakouska časem 1:17,8 min., když Pedrak se druhé tréninkové jízdy nezúčastnil.

Nejlepšího času v první tréninkové jízdě žen dosáhla Semczyszaková časem 1:21,3 min. a v druhé (večerní) jízdě Bethelrová 1:21,6 min. (obě Polsko). Dosažené časy svědčí o velmi dobrých jízdách žen.

Celkově možno říci, že ženy, hlavně polské závodnice, jely skutečně odvážně. Podprůměrný výkon podaly pouze závodnice Jugoslávie, které měly nevýhodu v tom, že do Krynice přijely až ve čtvrtek ráno, a ihned nastoupily k tréninkovým jízdám.

V pátek měli závodníci volno, kterého využili k prohlídce Krynice a k posledním úpravám saní.



Cílová zatáčka sáňkařské dráhy v Krynici — MS 1958

Od 10 hodin se jela I. finálová jízda žen. Již v této jždě se ukázala převaha polských závodnic, když nejlepšího času dosáhly hned 2 závodnice z Polska Semczyszaková a Betherová 1:21,1 min. Na třetím místě se překvapivě umístila Aschermannová z NDR časem 1:21,4 min.

Druhá finálová jízda mužů začala v 11 hodin. Z favoritů se podstatně zlepšil Wojnar, který měl čas 1:16,5 min. a vytvořil nový rekord tratě. To však nebylo poslední časem. Startovní číslo 48 Lenz z NSR zajel tuto jízdu za 1:16,4 min., Pedrak měl 1:17,0 a Frosch 1:17,1. Po dvou finálových jízdách se dělili o první místo dva závodníci Pedrak (Polsko) a Frosch (Rakousko) stejným časem 2:33,7 min. Třetí byl Lenz (NSR) časem 2:34,2 min., Wojnar byl 4. časem 2:35,2 min. a byl za Pedrakem a Froschem o 1,5 vteřiny. Po této jždě bylo jasné, že o titul mistra světa se bude urputně bojovat a že rozhodne III. finálová jízda, která se jela ve večerních hodinách, za osvětlení. Znalost krynické dráhy za umělého osvětlení mluvila ve prospěch polských závodníků.

Druhá finálová jízda žen, zahájená ve 13 hodin, ještě více upevnila pozici polských závodnic. Také u žen došlo k dalšímu zlepšení časů. Vyhrála Betherová H. společně s Gorgonovou B., které dosáhly času 1:20,2 min. Tím se dostala na 1. místo po dvou finálových jízdách Betherová, následována Semczyszakovou a B. Gorgonovou, která předstihla Aschermannovou z NDR. O této jždě žen bylo celkem jasné, že o mistryni světa se rozhodne mezi polskými závodnicemi.

Třetí finálová jízda mužů, jetá za umělého osvětlení, přinesla vlastně dvě překvapení. První v tom, že Frosch z Rakouska se svým časem 1:17,3 min. ujal vedení o 9 desetin vteřiny před Pedrakem, který dosáhl ve třetí jždě času 1:18,2 min. Druhé překvapení připravil Wojnar, který dosáhl skutečně senzačního času 1:16,0 min. a postavil definitivní tratový rekord, který již nebyl překonán. Tím se Wojnar umístil po třech jízdách na 2. místě a přiblížil se Froschovi na 2 desetiny vteřiny. Pedrak klesl na 3. místo. Standardně jel Lenz a Teifel z NDR, kteří si udrželi 4. a 5. místo. Podstatně vpřed se posunul polský závodník Pawelkiewicz, který ve třetí jždě dosáhl krásného času 1:17,0 min.

V ženách to byly opět polské závodnice, které dosáhly nej-

lepších časů III. finálové jízdy. Semczyszaková zajela za 1:20,0 min., Gorganová za 1:20,2 a Betherová za 1:21,5. V této jždě si polepšila své umístění mladičká italská závodnice Pinková, která dosáhla času 1:21,3 min. Vcelku však bylo jasné, že titul mistryně světa zůstane v roce 1956 v Polsku. Otázkou bylo pouze, která závodnice to bude, zda Semczyszaková či Betherová, nebo stále se lepší Gorgonová.

V neděli dopoledne od 10 hodin se jely obě finálové jízdy dvousedadlových saní. Již I. finálová jízda ukázala, že polská dvojice Pedrak-Lacheta bude patřit mezi nejlepší, když dosáhla času 1:17,6 min., zatím co mistrí světa 1957 Nachman-Strlinger (NSR) pouze 1:17,9 min. Stěštěna byla však více nakloněna západoněmecké dvojici. Pedrak s Lachetou pádem v zatáčce Luna se připravili o titul mistrů světa ve dvousedadlových saních. Přes tuto havárii měli čas 1:21,3 min. Nachman se Strlingem potom již opatrnou jždou si snadno obhájili titul mistrů světa. A jak se ukázalo, byl to jediný titul, který se nepodařilo vyhrát polským závodníkům.

V neděli večer v 17 hod. byl odstartován první závodník IV. finálové jízdy jednosedadlových saní. Pochopitelně největší zájem se soustředil na trojici závodníků, Frosch, Wojnar, Pedrak. Jako prvý z těchto tří závodníků jel se startovním číslem 38 Frosch. Jeho čas 1:18,9 min. Tím stouply naděje Poláků. Ihned za Froschem jel Wojnar, který krásnou jždou dosáhl času 1:16,9 min. S napětím čekalo se na závodníka Pedraka se startovním číslem 2. Pedrak sice dosáhl druhý nejlepší čas ve 4. jždě 1:17,5 min., ten mu však nestačil k získání titulu mistra světa v jždě na jednosedadlových saních. Místrem světa pro rok 1958 se stal Jiří Wojnar — Polsko.

20.000 přítomných diváků přijalo bouřlivě tuto zprávu, která znamenala, že poprvé v historii sánkařského sportu se stal polský závodník mistrem světa!

Polsko získalo ještě další triumf, když v soutěži žen získala titul mistryně světa Marie Semczyszaková.

Dokonalá znalost tratě a speciální saně pro ledovou dráhu, to byly hlavní znitelé triumfu polského sánkařského sportu.

Příště pokračování: Výsledky mistrovství světa a závěr.

MILOSLAV BELDA, delegát ČSR

## Rozšiřujeme sánkařství mezi mládež

(Ze zkušeností ústřední komise mládeže.)

Jedním, bezesporu nejdůležitějším úkolem v práci celého našeho hnutí je získat masovou základnu pro náš sánkařský sport, což znamená prakticky získat mládež. Zejména v tomto roce, po úspěšném celostátním přeboru dorostu v jždě na saních, kterého se poprvé v historii sánkařství zúčastnilo 52 mlad. a st. dorostenců a dorostenek, je důležitost tohoto úkonu prvořadá, a to ze tří důvodů:

I. V našem reprezentačním sánkařství se objevil generační problém, kdy po mistrovství světa v Davosu výkonnost starých reprezentantů dosáhla kulminačního bodu a nastoupilo několik mladých jedinců (zejména z Liberecka a potom zasluhou úspěšně se rozvíjejícího sánkařského oddílu v armádě Dukla M. Lázňe).

II. Jedině mládež může rozšířit sánkařský sport na patřičnou základnu v celostátním měřítku, jak je tomu v tradičních krajích Liberec a Ústí n. L.

III. S rozvojem sánkařství mezi mládeží bude se postupně odstraňovat nymbus slávy a nenahraditelnosti starých závodníků, rozšíří se péče o technické a inventární vybavení našimi vlastními silami, zvýší se zájem o úpravu a stavbu drah v menších městech a bude se řešit otázka sánkařského školního výcviku, jak to máme dnes pozorovat v Polsku, NDR, Rakousku.

Odpovědnost a naléhavost práce s mládeží vedla ústřední komisi mládeže k provedení následujících opatření, jejichž realizováním si slibujeme dosáhnout podstatného úspěchu v práci s mládeží:

1. Podpořit a vzbudit iniciativu k práci u pracovníků s mládeží při krajských sekcích. Tento úkol považujeme za prvořadý, neboť nám získá žactvo a dorost, tím zajistí možnost pořádání vlastních propagačních závodů a závodů pro mládež a vychová tak kádr pro přebory ČSR. Letošní zima již ukázala, že dobře začínají tento úkol plnit kraje Liberec, Ústí a Brno, zatím co Karlovy Vary a Praha teprve začínají. Důkazem je značné zastoupení dorostu krajů Liberec, Ústí, Brno a Ostrava na letošním celostátním přeboru, kde se objevil též nový nadějný kraj České Budějovice. Dobrá organizace a průběh celostátního přeboru dorostu dokázaly, že je oprávněn náš požadavek celostátního přeboru mladšího dorostu v jždě na saních. Naše sánkařská mládež získává totiž na tomto vrcholném závodě cenné zkušenosti a přijde již na mistrovské soutěže dospělých plně připravena a vyzbrojena dobrou technikou. Skutečnost, která se projevila zejména na olympiádě v Melbourne, že totiž se stále snižuje věková hranice, při níž je dosahováno vrcholných výkonů, plně hovoří pro celostátní přebor mladšího dorostu a ve svém důsledku znamená též rozšířit počátek nácviku speciálních pohybových návyků u mládeže i v našem odvětví.

Dobře se osvědčil celostátní vedoucí mládeže na přeborech, který stmeloval celý kolektiv mladých závodníků ze všech krajů. Na základě letošního úspěšného celostátního přeboru dorostu bude se jistě uvažovat o tom, zdali by v příštích letech nebylo výhodnější uspořádat celostátní přebor samostatně od dospělých, neboť práce jen mládež má určité speciální požadavky ať již technického nebo organizačního charakteru, které se liší od požadavků dospělých. Zkušenosti z letošního přeboru oznámila písemně ústřední komise mládeže všem krajským sekcím s tím, aby celá tato otázka byla důkladně prodiskutována v celém našem hnutí a hovořeno o ní nejen v rámci komise mládeže, ale i na plénu sekce.

2. Pro rozšíření sánkařství v rámci tělesné výchovy škol bylo dosaženo toho, že v přípravných osnovách pro školy osmileté a střední druhého stupně bylo toto zařazeno na 45 výběrových školách jako součást tělesné výchovy. Žádost o zařazení sánkařského výcviku do definitivních osnov škol, které nabudou platnosti od roku 1960, byla předložena ministerstvu školství a Výzkumnému ústavu pedagogickému k posouzení. Všechny krajské sekce byly upozorněny na to, že v jejich krajích výběrové školy mají v tělovýchově zařazeno též sánkařství, a vybidnuty ke spolupráci. Pro účely zařazení sánkařství do škol vypracovala komise mládeže sánkařské osnovy podle návrhu Dr. Dalibora Zdeňka, který se významnou měrou podílí na tomto úseku práce komise mládeže. Tuto metodickou řadu výuky sánkařství na osmiletkách a středních školách druhého stupně zaslala komise mládeže na všechny patřičné instituce včetně pionýrských domů a Vysokých a a Vyšších pedagogických škol. Tento úkol byl hlavním článkem v řetězu opatření komise mládeže, kterým se zásadní měrou rozšíří sánkařství mezi školní mládež.

3. Aby se sánkařstvím mohla být seznámena školní mládež, bylo třeba seznámit s ním nejdříve učitele. Bylo dosaženo toho, že budoucí učitelé tělesné výchovy, studenti vysokých a vyšších pedagogických škol, stejně jako škol pedagogických, jsou seznámeni v rámci lyžařských kursů se sánkováním. Ti učitelé, kteří již studium skončili, jsou seznámeni se sánkařským výcvikem v zimních soustředěních v rámci všeobecného soustavného studia ústavu pro další vzdělávání učitelů. Asistenti kateder tělesné výchovy zúčastnili se přímo trenérského kursu naší sekce na Cínovci loňského roku na podzim, a přenesli své zkušenosti na svém soustředění všem ostatním asistentům.

4. Bylo dosaženo dobré spolupráce s pionýrským oddělením ÚV ČSM, které má snahu prosadit sánkařské kroužky v pionýrských

domech. (Např. v brněnském pionýrském domě se utvořil turisticko-sáňkařský kroužek.)

5. Po stránce propagační byly napsány články do časopisů Tělovýchovný pracovník, Komenský, Tělesná výchova mládeže a Práce mladých. Byly též vyhotoveny propagační letáčky »Sáňkařství mládeži« a vypracovány téže pro besedy s mládeží.

6. U vědomí důležitosti rozšíření sáňkařství mezi mládež, přihlásila naše komise na mezinárodní Vědecký kongres o mládeži, který se sejde v Praze v září, téma: Raná specializace sáňkařských návyků u mládeže od 11 do 14 let a zařazení sáňkařského výcviku jako fakultativní činnosti v tělesné výchově škol národních a středních druhého stupně.

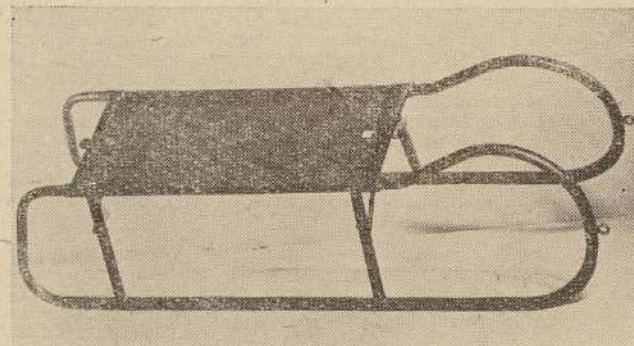
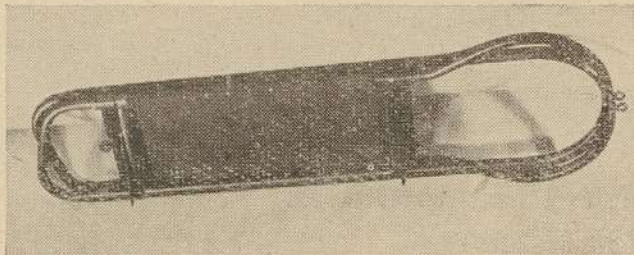
7. S rozšířením sáňkařství mezi mládeží úzce souvisí otázka saní, která byla velmi dobře vyřešena výrobou sportovně závodních saní za poměrně nízkou cenu. Výhoda těchto saní spočívá v tom, že svou konstrukcí jsou téměř shodné se saněmi závodními, čímž napomáhají správné technice jízdy již od raného dětství.

Těmito opatřeními snažíme se dosáhnout toho, aby úroveň našeho sáňkařství byla opět na té výši, kdy naši závodníci byli často mistry Evropy a na předních místech ve světovém měřítku. Rádi uvítáme připomínky ode všech, kteří mají zájem o rozvoj našeho sportu mezi mládeží.

Inž. LUBOMÍR PÁSEK,  
předseda ústřední komise mládeže



## Skládací trubkové sáně



Pro malé sáňkaře, kteří se chtějí věnovat později závodnímu sáňkařství, vyrábějí naše národní podniky mimo běžných typů roháček i sportovně-závodní sáně, které se v mnohém podobají již skutečným saním závodním. Pro účely rekreační a zejména pro rodiče, kteří společně chtějí strávit zimní nedělní odpoledne se svou ratolestí někde na sáňkařské dráze za městem, vyhotovilo brněnské družstvo Konekta zajímavý typ trubkových saní. Jsou to sáně skládací, o váze kolem dvou kg, které se dají velmi dobře použít zejména ve městech a blízkém okolí, kde se musí za sněhem jet tramvají, trolejbusem nebo autobusem. Dají se prakticky složit, takže nezabírají mnoho místa. Jejich rozložení je velmi jednoduché a dá se provést v několika vteřinách. Sedačko je opatřeno popruhem a sanice mají velmi tenké kování. Ještě poměrně nedořešena je konstrukce skluznic, které jsou značně úzké, takže v měkkém sněhu při větší váze jezdce se sáně budou bořit. Jsou pohodlné i pro dva jezdce, horní podélné příčnice jsou poměrně vysoko položeny od rovin skluznic, takže jezdci zde mají dostatečně volný prostor pro posazení nohou. Jak již bylo řečeno, slouží tyto kovové sáně, jejichž cena je 198,— Kčs, výlučně účelům rekreačním, neboť technika jízdy na nich se podstatně liší od techniky jízdy na saních závodních a sportovně závodních. Svůj účel však dobře splňují a jistě najdou uplatnění.

Inž. L. PÁSEK, Brno

## Noví cvičitelé sáňkařského a bobistického sportu v Brněnském kraji

Na základě celoročního plánu ústřední trenérské rady zbvail se v podstatné míře náš sport sezónního charakteru a pravidelné týdenní tréninkové hodiny všech závodníků prováděné na hřišti Rosnička TJ Slávia Žabovřesky napomáhaly k udržování a zvyšování fyzického fondu, a tak k zvyšování celkové výkonnosti. Cvičný pětiboj, který zahrnoval speciální výcvik potřebný pro sáňkaře a bobisty, podporoval jak postřeh, tak odvalu, obratnost a nácvik rychlosti. Tohoto tréninku zúčastňovali se nejen reprezentanti Brněnského kraje, ale vůbec všichni závodníci.

Z výsledků a zkušeností tohoto celoročního tréninkového plánu vzešla nutnost vyškolení cvičitelé bobového a sáňkařského sportu.

Školení proběhlo ve dnech 30. 11. a 1. 12. 1957 v krajském tělovýchovném středisku Lomnice u Tišnova a zúčastnilo se ho celkem 16 frekventantů. Mezi frekventanty byla též tělovýchovná vedoucí Pionýrského domu v Brně soudr. Tančevová, která ve spolupráci s členkou naší sekce z komise mládeže soudr. Neugebauerovou provede sáňkařský kroužek v Pionýrském domě. Školení zahrnovalo nejen teorii, ale také praxi v terénu. V krásném okolí Lomnice byly prohlédnuty příhodné terény pro sáňkování a pro sáňkařskou dráhu a shledáno, že i když místy lesní úvoz je příliš prudkým pro sáňkařské závody, je možno po drobných zimních úpravách vhodně využít vytyčené trasy pro tréninkové jízdy.

Kurs byl zakončen písemnými zkouškami, které absolvovali všichni účastníci, většinou rozhodčí III. třídy, velmi dobře. Vyučovacími předměty byly: pravidla bobistického a sáňkařského sportu, metodika jízdy na saních a na bobech, historie sáňkařství, jednotná sportovní klasifikace, zásady práce cvičitele a ideová část. Velmi se osvědčila příručka inž. Hanáka »Sáňkařský sport«. Při příštím kursu bude třeba doplnit vyučování instruktážním filmem a snímky.

Bylo vyškoleno 15 nových cvičitelů III. třídy, kteří budou mít možnost uplatnit své zkušenosti v zimní sezóně, zejména v kroužcích mládeže ve školách, ZTV TJ Slávie a Pionýrském domě. Z kursu vyšli tito cvičitelé: soudr. Kohout, Pujman, Košůtek, Vojtišek, Pokorný, Nehyba, Králová, Pujmanová, Tančevová, Dornesová, Košutková, Kučera, Pavelka, Pásková a Havelka L. Budou působit nejen v našem kraji, ale pomohou také v zakládajícím se oddělu Nedvědice, Jeseníku a Gottwaldově.

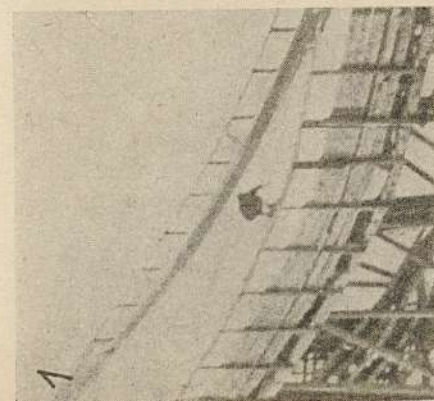
L. Pásek, Brno



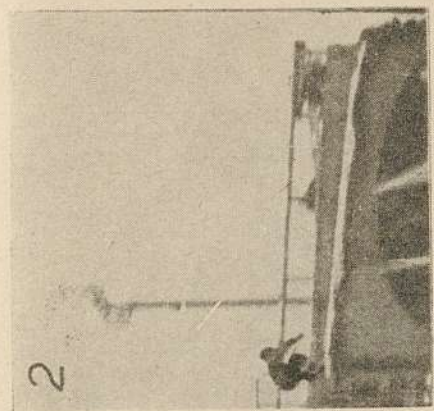
## Kinogram skoku

Na kinogramu, který zobrazuje jeden z tréninkových skoků mistra světa ve skoku prostém, Juhani Kärkinena (Finsko), na můstku v Lahti, můžeme dobře sledovat současnou techniku skoku na lyžích. Na obrázku č. 1 si povšimnete maximálně nízkého nájezdového postavení, v němž skokan zůstává až k vlastnímu odrazu. Poloha je tak nízká, že při zášvihů pažemi v přípravě na odraz by se skokan musel dotknout rukama sněhu, kdyby je nepokrčil v loktech. Na 2. až 5. snímku je rozložen pohyb při vlastním odrazu. Skokan stojí na plných chodidlech a aby měl těžiště správně umístěno, má na lyžích připevněn pod nohou klín, jak je dobře vidět na osmém snímku i na některých dalších. Současně s napřimováním nohou v kolenou je zvedán i trup z polohy rovnoběžné s lyžemi do správné polohy asi 30° úhlu ke křivce letu. Jen na velmi krátkou dobu je trup zvednut víc, a to při dokončení odrazu (obr. 5 a 6), aby se opět vrátil do správné polohy. Paže přitom provádějí pohyb ze zadu dopředu a protočení bočním obloukem, který je dokončen již velmi brzo za hranou asi 7 m, jak vidíme na obr. č. 7. Klidná poloha těla při letu vzduchem se stálým zvětšováním předklonu je dobře vidět na obr. 8 až 10. Hluboký předklon je dodržen až těsně před doskok, jak je vidět na obr. č. 11. Zde si povšimnete nepatrného oddálení paží od těla a natočení dlaní proti směru letu. Tím začíná odbrzdování a pozvolné napřimování trupu, nohy však jsou stále ještě napjaty, i když paže už přešly do polohy vpředu (obr. 12). Obr. 13 až 15 velmi dobře zachycují klasicky dobře provedený doskok, jak to právě Finové mistrně dovedou.

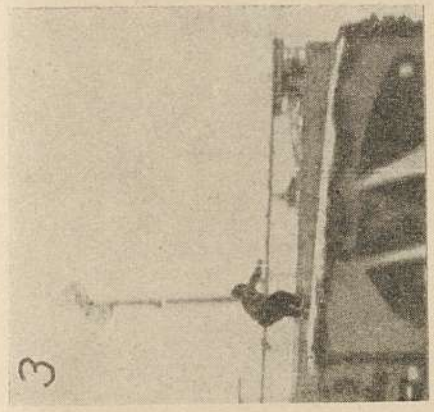
MILOSLAV BĚLONOŽNÍK



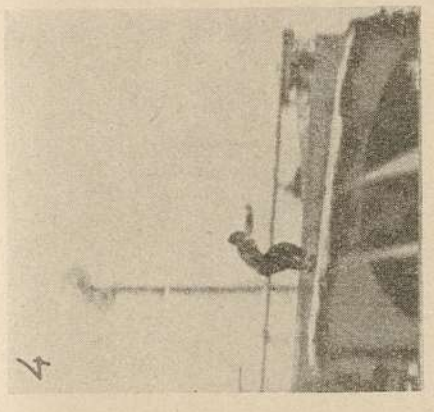
1



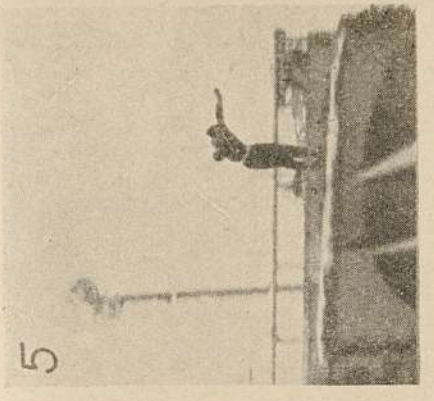
2



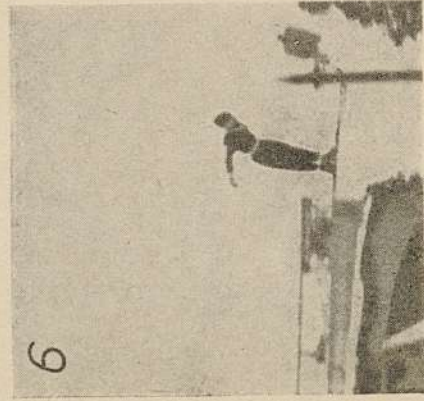
3



4



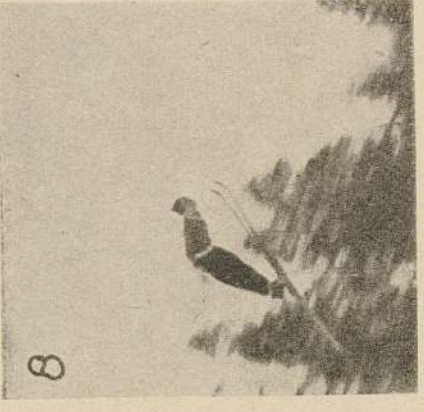
5



6



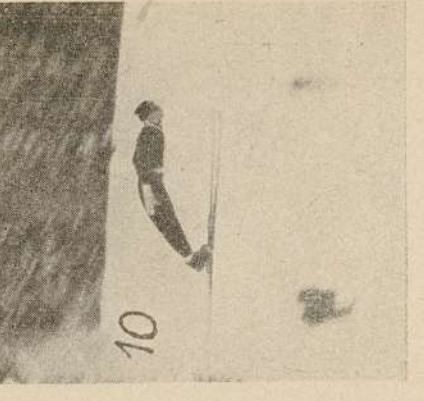
7



8



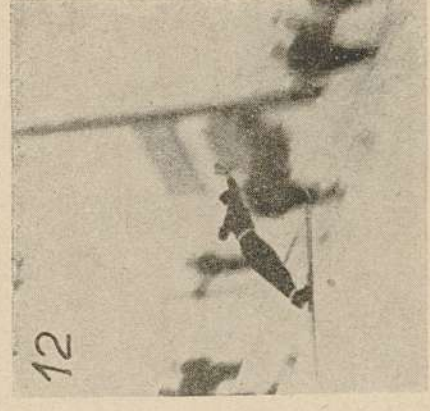
9



10



11



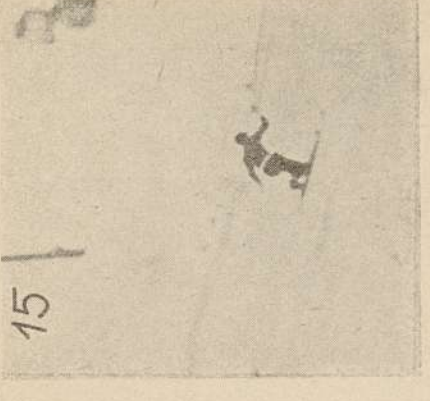
12



13



14



15



Foto: Dr. Jiří Götz

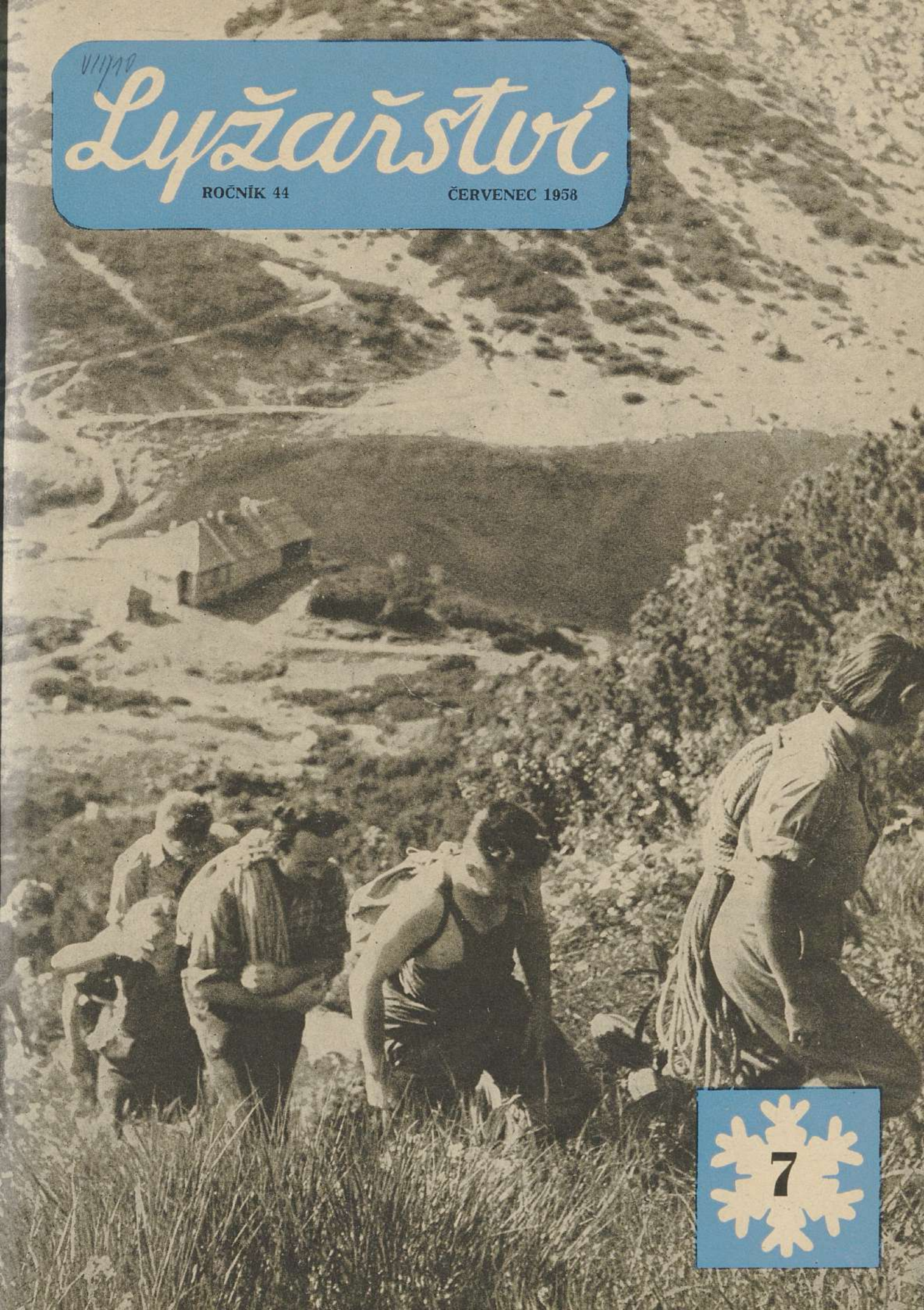


VII 1958

# Lýžařství

ROČNÍK 44

ČERVENEC 1958

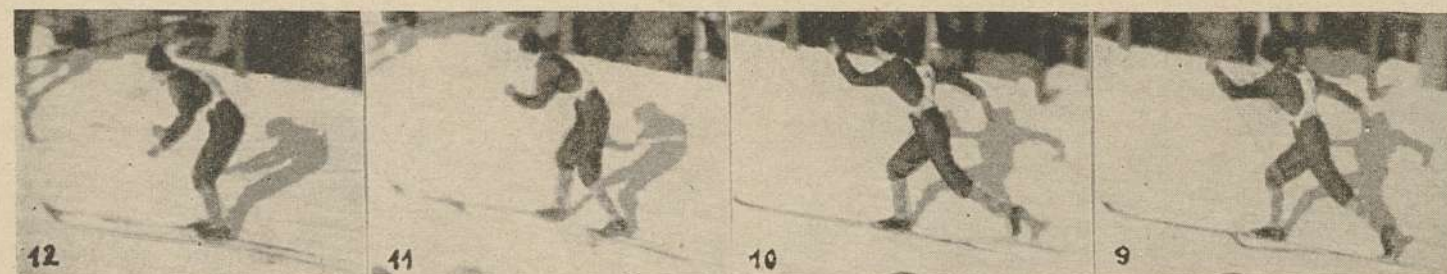
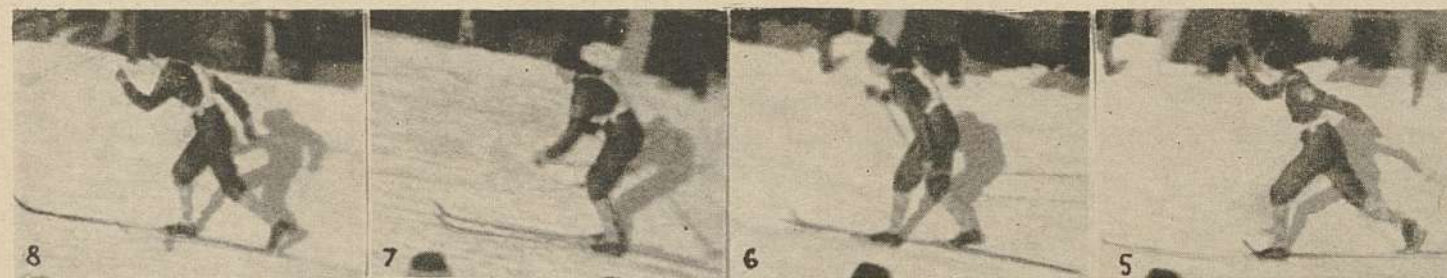
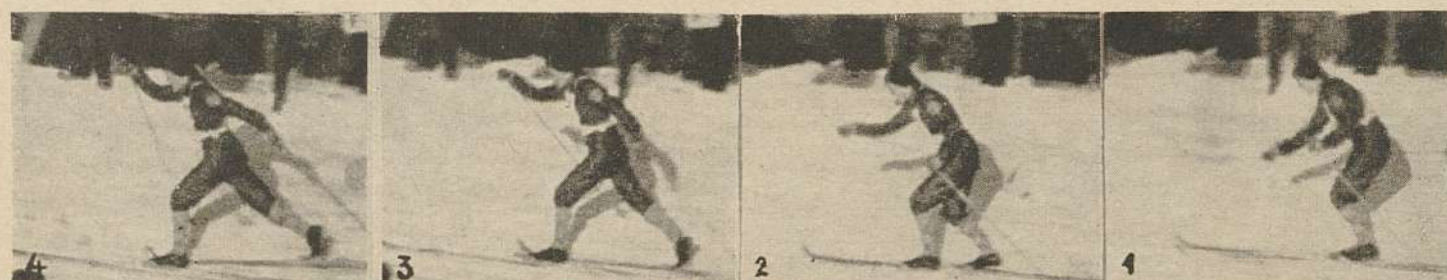
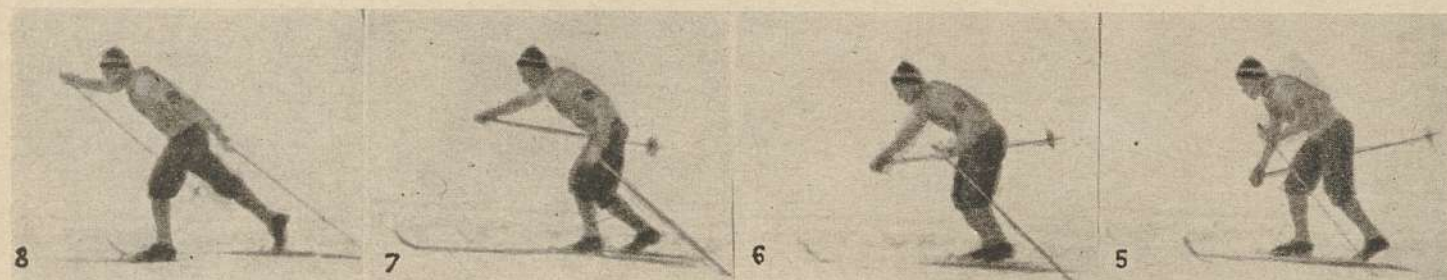
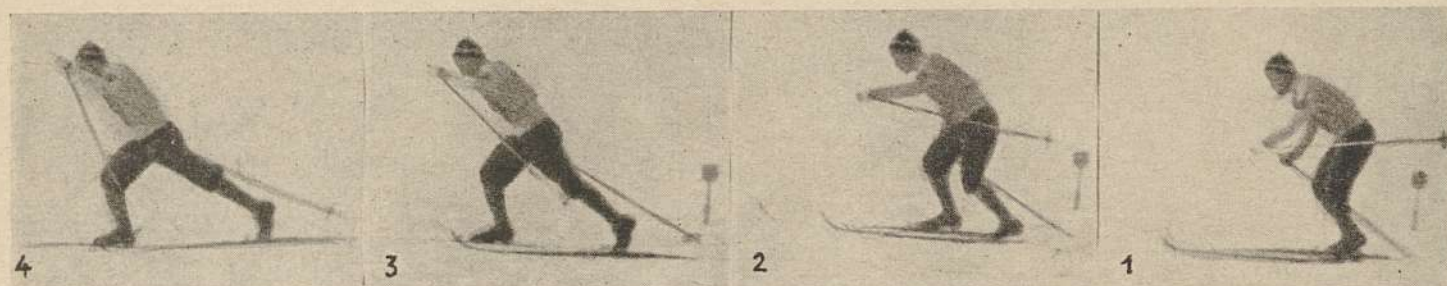


7

## P. Kolčín a A. Kolčinová

Nejúspěšnější rodina na mistrovství světa 1958. Dvě zlaté medaile a 3 stříbrné to je pěkný přínos do »domácnosti«. Oba závodníci patřili na mistrovství světa k nejlepším a také nejskromnějším sportovcům. Vystupování, kázeň, náročnost v tréninku atd., tak jak jsme je poznali ze společného pobytu v Pajulahti vloni i letos, z nich vytváří vzory pro naše závodníky. P. Kolčín i A. Kolčinová velmi přátelsky a soudružsky nám sdělovali svoje zkušenosti z tréninku a navázali četná přátelství s našimi závodníky i trenéry. Měli jsme upřímnou radost z jejich velkých úspěchů.

Text kinogramů na str. 24.



# Lyžařství

ROČNÍK 44

ČERVENEC 1958

## OBSAH

- Duch úprinného bratrstva na okresných telovýchovných slavnostiach — str. 2
- Plenární zasedání ústřední sekce — str. 3—4
- O našej lyžiarskej mládeži...  
Všem skokanům na lyžích  
Jednotná sportovní registrace — str. 5
- Z X. celostátní konference trenérů — str. 6—7
- »Malinký Pavlík«  
Keď sa ňa opýta zima — str. 7
- Čtvrthodinky z učební osnovy — str. 8
- Jak je to s výkonností lyžařských závodníků — str. 9
- Vodní lyže — vhodný doplněk lyžaře v létě — str. 10
- Práce s mládeží je velmi vřadná  
Bude uznávána jen práce, která přináší dobré výsledky — str. 11
- Mladí československé reprezentanti startovali v Zakopanem — str. 14
- IV. ročník slalomu o Oštiepok Malej Fatry  
Aktivní lyžaři na přeboru ČSR v SZBZ — str. 15
- Veřejné výcvikové školy  
Vypřavování o malých pro velké — str. 16—17
- Výkonnostní žebříčky závodníků — str. 18
- Hory mají srdce v člověku — str. 19—20
- Ze zasedání běžecké komise FIS  
Domluví se ČSTV a ministerstvo školství — str. 21
- Sekce saní a bobů — str. 22—23
- Texty kinogramů — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: Archiv, Banko, P. Ferenčík, J. Janovský, M. Jirsa, dr. J. Götz, V. Heckel, E. Lauer-mannova, V. Pácl, F. Pilnay, J. Weiner.

Na titulní straně: Vzhůru za sněhem — výstup u Zeleného Plesa.

**V.** LYŽAŘSTVÍ — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Milan Špaček. Redakce Praha I, Národní tř. 33. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha.

Praha červenec 1958.

A-02500

# K vítěznému zítřku

Čtyři dny plné plodných a závažných jednání, prožívané s velikou intesitou a naplněné tvrdí pracovní energií vedoucích zástupců pracujícího lidu Československa, byly hrdou přehlídkou a manifestací výsledků budování v naší zemi.

V pražském Sjezdovém paláci před tváří naší i celé světové veřejnosti byl složen účet z nedávno uplynulé etapy života Čechů a Slováků. Byly proneseny nové myšlenky, přijata závažná rozhodnutí a odvážné úkoly. Všechny se rozlétly po celé naší drahé vlasti jako jiskry rozněčující v myslech a srdcích lidu oheň tvořivého úsilí a odhodlání, z něhož si připravujeme šťastnou budoucnost.

Abychom v plné míře promysleli a pochopili závažnost jednání XI. sjezdu Komunistické strany Československa, budeme muset nejen prostudovat uveřejněné materiály, ale bude i zapotřebí v duchu XI. sjezdu prověřit dosavadní naše jednání a myšlení. Bude nutno vniknout do podstaty sjezdu, poznat jeho nejvlastnější smysl a pak jeho ideou žít.

Již nyní můžeme poukázat na některé jeho závažné rysy. Na jasně, veliké a dalekosáhlé vítězství dělnické třídy — uskutečnovatelky nového společenského řádu podle učení marxismu-leninismu. Na růst a upevňování ekonomické síly naší země a v souvislosti s ní na stále se zvyšující životní úroveň jejího lidu. Československo jako druhá země na světě za pomoci Sovětského svazu dovrší v krátké době výstavbu socialismu. V naší zemi se změnilo třídní složení obyvatelstva a v podstatě bylo odstraněno vykořisťování člověka člověkem. V mysli a srdcích našeho pracujícího lidu vítězí myšlenky socialismu.

Stejně jako statistické údaje o růstu československého průmyslu, stavebnictví, dopravy, zemědělství nebo zjištěná fakta v oblasti ideologie a kultury podávají svědectví o historických změnách u nás, tak i prohlášení padesáti čtyř delegací bratrských komunistických a dělnických stran z celého světa jsou dokladem správnosti generalní linie Komunistické strany Československa.

Sjezdem byla vysoce vyzvednuta nutnost akční jednoty celého mezinárodního revolučního dělnického hnutí, idea solidarity a podpory všech sil usilujících o rozhodné vítězství socialismu a svobodné práce k prospěchu celého lidstva.

Na existenci a životaschopnost těchto dělnickou třídou v celém světě uskutečňovaných ideí a sil poukázal soudruh Novotný, když řekl: »Ve srovnání s třemi sty tisíci leninských revolucionářů, kteří před čtyřiceti lety přivedli k vítězství první proletářskou diktaturu v Sovětském svazu, ve srovnání se čtyřmi milióny komunistů v předvečer druhé světové války sdružuje dnes naše hnutí více než sedmdesát bratrských stran s triatřiceti milióny revolučních bojovníků.«

— \* —

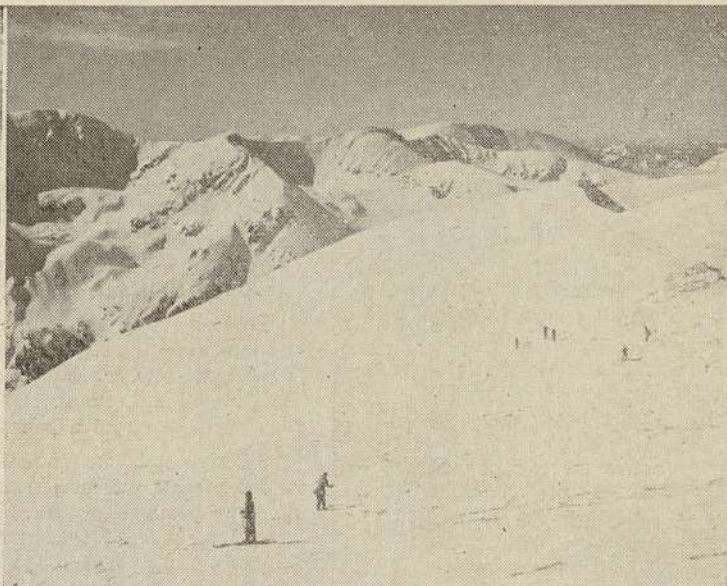
V popředí našeho zájmu a práce budou nyní úkoly, které XI. sjezd projednal a vytyčil k dovršení výstavby socialismu.

Přestože všechno naše úsilí musí být zaměřeno na splnění úkolů v oblasti národního hospodářství, připadá významné poslání i ideologické práci, řešení otázek kulturní revoluce a s tím související práci i tělovýchovnému hnutí.

Jakým směrem máme zaměřit naši činnost v jednotách a oddílech vysvítá z těchto slov soudruha Novotného: »V souvislosti s problémy mládeže chceme říci několik slov k naší tělovýchově a sportu. Vidíme v ní součást výchovy, která vede ke smyslu pro kolektiv, poskytuje našemu lidu radost a osvěžení, upevňuje jeho zdraví i brannou připravenost. Činnost na tomto úseku musí být daleko těsněji spjata se všemi velikými socialistickými přeměnami naší společnosti. Aby naše tělovýchova byla zbavena všech buržoasních přežitků a nešvarů, musí být posílen její masový charakter. Zvláště půjde o získání naší mládeže pro masovou účast v tělovýchově. Přestože naše tělovýchovná organizace má více než milión členů, z mládeže do 18 let je v ní jen necelá pětina. Je nepřipustné, aby četná naše sportovní zařízení byla uzavřena našim dětem a mládeži. Jen ze široké masové základny mohou růst vrcholné výkony, jen ona určuje celkovou úroveň naší tělesné výchovy a sportu. To je třeba mít na zřeteli v přípravách druhé celostátní spartakiády v roce 1960.«

— \* —

V duchu XI. sjezdu Komunistické strany Československa přistoupíme i my pracovníci v lyžařském sportu k řešení všech úkolů vyplývajících z nedávného usnesení pléna lyžařské sekce ústředního výboru ČSTV, které hodnotilo činnost uplynulého zimního období a vytyčilo směrnice pro další rozvoj lyžování v Československu.



## DUCH ÚPRIMNÉHO BRATSTVA na okresných telovýchovných slávnostiach!

Od Dunaja k Tatrám, ba ešte aj ďalej, zaznieval radostný ruch na štadiónoch a ihriskách. Ťažko sa bolo veru rozhodnúť, kde sa ísť pozrieť, kde pomôcť. Pre zrak bolo síce »pastvy« nadostač, ale pomoci oduševnelí a zápalistí pracovníci veru nepotrebovali. Nuž a tak som sa dostal do kraja, ktorý chlap do chlapa stál na stráži i v prvých bojových líniách Slovenského národného povstania. V ňom okres Brezno pritiahne lyžiara i v horúci júnový deň, keď južnou stranou Chabenca vinie sa už len dlhočizný pásik bielučkého snehu. Jesto tam čo obdivovať. Nemusíš chodiť ani príliš ďaleko. Stačí ti pár krokov od zastávky Chvatimech a už si pri diele hodnom mena piesockých strojárov-lyžiarov. Ním je sedačkový výťah — dielo obetavých a nadšených horehronských športovcov.

Zostaneš — obdivuješ. Nielen prekrásnu prírodu, ale i podujatia, ktoré dnes pripravili športovci i telocvikári svojmu priemyselnému kútiku.

Vir-var nástupišta, nad ktorým vlaje pestrofarebnosť zástav, ukludnilo diváka až v hľadisku štadióna. Je to štadión piesockého Spartaka, ktorý akoby bol postavený v objati komínov podbrezovských pecí i piesockých strojární. Ba, dym z celkom blízkej pily i závan čerstvo narezaného dreva sťa dých tejto doliny ovanie návštevníka. Stovky párov rúk — a jednotná poloha pri cvikoch. Obrazec za obrazcom uteká pred očami. Jeden krajší ako druhý. Nevieš pomaly, na čo sa skôr pozrieť, čo obdivovať. Všetko ťa tu púta. Množstvo zástav i transparentov, veličizné hory i šum okolo plaziaceho sa riečišťa Hrona, proti prúdu ktorého z času na čas si pobafká z komína lokomotíva, a pravidelný hluk či klepot vozňov na kolajniciach. Veru len sirény z fabrík prebúdzajú zvedavca z letargie nadšenia, oznamujúc poludnie. Tak tomu bolo pri nácvikoch.

Oveľa rušnejšie tu však bolo v nedeľu — v deň hlavných vystúpení okresných telovýchovných slávností Breznianskeho okresu. Do päťsto cvičencov z okresov družby — Rychno-

va nad Kněžnou, Tábora i Dobrušky, a ďalších vyše tisíc-päťsto domácich — už veru veľa vedelo za tých pár hodín pobytu v náručí podhoria Nizkých Tatier. Sú zvedaví na ďalšie prekvapenia. Iste ústredným motívom je — skončiť úspešne vystúpenie! Tisícny párov očí z hľadiska netrpezlivo čakajú — sú vo vytržení! Konečne nástup a defilé. A už sú tu prvé vystúpenia! Chlapci-vojaci to predviedli na jedničku. Za nimi ďalší — atléti, dorastenci, dorastenky, muži i ženy! Aplaus uznania zaznieva nad priestranným ihriskom. Patrí všetkým. Bolo to krásne! Ešte slová vďaky z úst náčelníka, zamestnanca Švermových železiarní, a potom hromový súhlas s textom rezolúcie!

Po večeri, ktorú pripravili v blízkosti odborníci — vojenský kuchári, družba pokračuje. Tentoraz v hľadisku spoločenskej záhrady piesockých strojární. I tam jeden z patrónov — breznianska posádka — ukázal sa byť dobrým organizátorom i hosťiteľom!

Slnko už dávno zapadlo. Horské obry uspávajú unavené telá cvičencov. Poznatkov bolo veľa — s nimi sa rozídu po celej vlasti. Prv však si ešte obrúť okres zhora i jeho okolie zdola. Veď mali v pláne i Ďumbier, Chopok, ba i krásy neďalekej Demänovej na liptovskej strane Nizkých Tatier. Veľa, veľa je toho naraz. No krás je toľko, že stále jesto čo obdivovať!

Prostredie, v akom prebiehali tieto okresné telovýchovné slávnosti, okúzliť nielen náhodilého diváka či chodca, ale i stovky hostí z okresov družby — ba zanechalo slzy prekvapenia i radosti nad dobre robenou prácou v očiach starého veterána — cvičenca prvej spartakiády v Hornej Lehote, ktorú v tomto okolí organizovali ešte za vedenia súdruha Gottwalda. Áno, súdruh Valigura si v dojemnom rozpolžení zaslzil. Boli to však slzy radosti i spokojnosti nad tým, že prácu, ktorú tu začínali priekopnícky robiť — nerobili nadarmo!

-vs-

*Národnostní otázka se řeší v duchu velikých leninských zásad. Za bratrské pomoci českého lidu dosáhli velikých úspěchů v rozvoji hospodářství a kultury pracující Slovenska.*

Na XI. sjezdu KSČ vedoucí delegace KSSS soudruh A. I. Kiričenko.

2 *Lyžarství*



Celkový pohled na zasedání pléna LS ÚV ČSTV v Klánovicích

## Plenární zasedání ÚSTŘEDNÍ SEKCE

Ve dnech 14. a 15. června probíhalo ve Státním tělovýchovném středisku v Klánovicích plenární zasedání ústřední sekce lyžování ÚV ČSTV, na které se jako každoročně sešli přední lyžařští pracovníci kraj-

ských a městských výborů spolu s členy ústřední sekce, aby zhodnotili společně dosavadní práci a vytyčili další perspektivu do budoucna. Z pozvaných krajů chyběl pouze předseda sekce KV ČSTV v Ústí n. L.

Hlavní referát o činnosti v uplynulém období přednesl předseda ústřední sekce Karel Smola. Připomenul úvodem plénu jeho odpovědnost za rozvoj lyžařství, jakožto vrcholnému řídicímu orgánu a zdůraznil zvýšenou odpovědnost v nynější době vzhledem k současnému stavu masové základny a úrovni výkonů našich reprezentantů, a to nejen vůči lyžařské veřejnosti, ale hlavně celému našemu lidu, jehož tvořivé práci můžeme děkovat za možnosti, které se dostávají celé tělovýchově. Zdůraznil význam XI. sjezdu strany pro všechny úseky našeho hospodářství a společenského života a vyzval všechny účastníky pléna, aby bedlivě sledovali průběh sjezdových jednání.

Celá zpráva vycházela z plánu práce a rozvoje na letošní rok a z úkolů uložených posledním plenárním zasedáním sekce z listopadu minulého roku v souvislosti s III. plenárním zasedáním ÚV ČSTV, na kterém byl proveden rozbor současného stavu v ideové politické výchově členstva a vytyčeny hlavní úkoly ideové politické výchovy v orgánech ČSTV. Přednášející podal zprávu o rozpracování úkolů na úseku masového lyžování a jak se tyto obražejí v práci jednotlivých komisí. Hodnocení bylo provedeno v kritice práce ústředních komisí a krajů a bylo zakončeno výzvou k zlepšení spolupráce, neboť bez podpory krajů není možné důsledně přenášet a plnit stanovené úkoly. Zejména se to však týká úseku nezávodního lyžování a správného výkladu nové učební osnovy. Chybou bylo, že některé krajské sekce viděly hlavní cíl své práce v uplynulém období jen v zajišťování soutěží a nedostatečně se zabývaly otázkou jak nejvíce přispět ke zlepšení práce na úseku masového lyžování a jak pomoci lyžařským oddílům. Další závadou je, že doposud nedošly zprávy o počtu závodníků a startujících na náborových soutěžích. Podle dosavadních zpráv zúčastnilo se náborových závodů 82.575 startujících. Největší účast oznámil kraj Li-



Soudruh Bělonožník navrhuje »jak na to« u skokanů na lyžích.

berec — 15.000 startujících. Neznáme však vůbec, kolik mládeže a nových členů jsme takto získali do lyžařských oddílů. Jedinou zprávu o tom zaslal KV Praha.

Časopis »Lyžařství« projevuje vzestupnou tendenci, ale s využíváním ostatního tisku, stejně tak jako s postojem, který vůči lyžování projevuje, nemůžeme být spokojeni.

Soudruh Smola se stručně zmínil o výsledcích rozboru předsednictva ústřední sekce při zhodnocení výkonů našich reprezentantů na mezinárodních závodech a o chybách, které se na úseku závodního lyžování objevily.

Těmito závěry, provedenými na celostátním aktivu předsedů trenérských rad, chybami v práci s reprezentanty, jakož i výhledovým zaměřením, jak vzniklou situaci po neúspěších našich reprezentantů odstranit, zabýval se referát předsedy ÚTR s. V. Pácla. Diskuse k tomuto referátu však nespĺnila očekávání, a to zejména tím, že se zaměřilo málo diskusních příspěvků k hlavním problémům a ještě méně jich obsahovalo návrhy ke konkrétnímu řešení. V tomto směru vynikaly nad průměr příspěvky kraje Gottwaldov R. Vyvíala a kraje Ostrava Kulišťáka. Ne snad pro svoji bojovnost, zejména pokud jde o druhého — i když tato je patrnou a dobrou známkou opravdové lásky a náklonnosti k tělovýchově —, ale tím, že, jak se říká, uhodily hřebík na hlavličku. Nelze snižovat hodnotu i jiných diskusních příspěvků, ať již šlo o soudruhy Kučeru,



ÚV ČSM zastupovala soudružka Lauermanová — při projevu.

Wolfa, Vojtěcha a jiné, avšak v přehledu a celkovém pojetí jediné příspěvek s. Bělonožníka se přiřadil k prvním dvěma jmenovaným.

Po provedené diskusi byl večer věnován tradičnímu utkání v kopané, v němž mimo-  
pražské kraje po zásluze zvítězily. Večer pak byl věnován promítání filmů, z mistrovství světa sjezdových i klasických disciplín. Diváků zaujal film soudruha Korčeka z Bratislavy, účastníka zájezdu do Bad-Gasteinu.

Druhý den pokračovalo jednání referátem předneseným soudruhem Slehoférem, členem ústřední sekce o úkolech na úseku propagačně výchovné práce v lyžařském sportu. Zpráva byla vypracována velmi pečlivě a obsahovala řadu podnětných nápadů a bude záležet na práci všech lyžařských pracovníků, jak budou spolupracovat s propagačně výchovnými pracovníky na jejich uskutečnění. Jasně ovšem jest, že zlepšení na tomto úseku se musí projevit přímo v práci všech lyžařských pracovníků, protože jinak by se slova ve skutek nikdy neproměnila. Nejenom dobrá náplň výchovné práce, ale především její důsledné využití nám zajistí zlepšení, které zejména u mládeže jest velmi naléhavým problémem.

Souhrn hlavních úkolů, jakož i kalendář ústředních soutěží byl zpracován druhým místopředsedou sekce Milošem Duffkem a k oběma referátům se pak rozvinula diskuse, která vyplnila zbytek dopoledního času a tím také celého programu. Počet diskusních příspěvků byl značný jak z kraje českých, tak moravských nebo ze Slovenska. V neděli zaujal zejména projev soudruha Bělonožníka, dobře promyšlené příspěvky opět podal Vyvial a Kulišták a řada dalších jako soudruh Kocún, Korman, Gryc, Dr. Mann, E. Lauermannová a jiní. Správně byla diskutujícími kritizována nepřítomnost zástupců ministerstva školství, MNO a Svazarmu.

Veelku diskuse ukázala, že celé naše lyžařství stojí před velmi vážnými problémy, jejichž řešení bude vyžadovat nejvyššího úsilí a plné obětavosti všech lyžařských pracovníků na úseku závodním a nezávodním ve vzájemné spolupráci na zajištění budoucnosti našeho lyžařského sportu.

Na závěr bylo všemi účastníky porady přijato usnesení, které otiskujeme.

I. Plénum lyžařské sekce schvaluje s připomínkami referáty soudruhů K. Smoly, V. Pácla, M. Slehofera a M. Duffka. — Referát »Výsledky závodního lyžování a perspektivy dalšího rozvoje« doplněný diskusními příspěvky se stává podkladem pro další práci při rozvoji závodního lyžování. Rozvoj závodního lyžování se může uskutečnit jediné při plnění všech úkolů, které byly vytyčeny na podzimním zasedání pléna lyžařské sekce v roce 1957.

II. Plénum lyžařské sekce vyzývá všechny lyžařské pracovníky, cvičitele, trenéry, rozhodčí, všechny závodníky, příslušníky lyžařských oddílů a všechny příznivce lyžování, aby se aktivně zapojili především na svých pracovištích do plnění usnesení vytyčených na XI. sjezdu Komunistické strany Československa.

Na počest sjezdu se zavazujeme:  
1. získat nejméně 5 % účastníků závodů o spartakiádní vložku do lyžařských oddílů,  
2. zvýšenou pozornost věnovat politickovýchovné práci ve všech lyžařských složkách a mezi všemi lyžaři,  
3. vyhlašujeme soutěž o nejlepší kraj a nejlepší oddíl,  
4. zaměříme se ve své práci především na oddíly tak, aby pracovaly celoročně a rozšiřovaly masovou základnu hlavně mezi mládeží.

III. Na úseku masového rozvoje je třeba důsledně plnit všechny úkoly podzimního pléna vytyčené za účelem zlepšení činnosti lyžařských oddílů a dále se zaměřit především:

1. na důsledné uplatňování závěrů 3. pléna ÚV ČSTV a 4. pléna SÚV ČSTV o zvýšení ideové výchovné práce v tělovýchově,  
2. cvičitele více zapojit do celoroční práce oddílů,  
3. zlepšit úroveň lyžařského výcviku na školách v hodnách vyučovacích i při výchově na výcvikových zájezdech,  
4. prosazovat zlevnění lyžařských potřeb především pro mládež a prověřit dosavadní způsob výroby, kvality a distribuce,  
5. v neššířší míře uskutečňovat i nadále náborové závody a soutěže o spartakiádní vložku,  
6. urychleně projednat spolupráci s odbory turistiky a vyjasnit působnost obou složek,  
7. projednat na ÚV ČSTV, aby práce dobrovolných pracovníků byla hodnocena jako práce masově politická,  
8. projednat otázky slev na lanovkách ČSD a jejich zvýhodnění pro organizované lyžaře,

IV. Na úseku závodního lyžování:

1. neustále zlepšovat práci trenérů a do roku 1962 vyškolit 120 nových trenérů I. a II. třídy (ústřední sekce) a 500 trenérů III. třídy (krajské sekce) a zajistit nejméně 15 dalších trenérů z povolání (ústřední sekce),

2. důsledněji prosazovat náročný celoroční trénink a správně zařazovat plnění odznaku BPPOV a PPOV,

3. jako základ pro zvyšování výkonnosti zlepšit práci lyžařských oddílů,  
4. souhlasí se s navrhaným systémem práce reprezentačních celků,  
5. u závodníků je třeba důsledně vyžadovat plnění všech úkolů a daleko více uplatňovat zásadu socialistické morálky,

6. celostátní soutěž žactva organizovat po oblastech,  
7. pokračovat v přezkoušení rozhodčích, ale přihlížet především k tomu, aby pomohlo ke zkvalitnění práce a neodradilo obětavé pracovníky,  
8. krajské sekce projednají kalendář soutěží a zašlou do 30. června t. r. ústřední sekci své připomínky,

9. zajistit vhodnější ceny pro všechny mistrovské a přebornické soutěže,  
10. krajské sekce zajistí, aby oddíly podaly urychleně přihlášky závodníků k registraci,

11. kraje projednají navrhovaná opatření na úseku závodního lyžování a podají doplňky, připomínky a náměty do 30. září 1958.

V. Podstatně zlepšit úsek propagace (tisk, skřínky, popularisace vzorných pracovníků — členů lyžařských oddílů atd.).

Využit zkušebnosti z tělovýchovných slavností na Slovensku k upevnění a prohloubení družby Čechů a Slováků.

VI. Předsednictvo ústřední sekce zajistí zaslání referátů soudr. Smoly, soudr. Pácla se zápisem z pléna na kraje do konce června t. r.

Zasedání pléna končí. Účastníci se rozcházejí. — Poslední zůstávají soudruzi Turzník a Bělonožník. Nedivte se: trenéři mají nejvíce starostí.



## O našej lyžiarskej mládeži . . .

»... Zameriť celé úsilie a pozornosť telovýchovného hnutia na získavanie mládeže pre praktické vykonávanie telesnej výchovy. V úzkej spolupráci s rezortnými orgánmi vytvárať podmienky pre skvalitnenie povinnej telesnej výchovy na školách všetkých stupňov a odvetví, na odborných učilištiach ŠPZ a závodných učňovských školách a vzbudiť trvalý záujem o výkon telesnej výchovy na vysokých školách. Na hodinách povinnej telesnej výchovy na školách, ktoré treba dobre viesť a v dostatočnom počte uskutočňovať, vidíme záruku všestranného a zdravého telesného rastu mládeže, ako aj nevyčerpatelný zdroj pre budovanie dobrovoľnej telesnej výchovy so súčasným uspokojovaním záujmov a snáh mládeže.

Pri plnení tejto úlohy úzko spolupracovať s ČSM a vytvárať najmä pre žiactvo všetky podmienky pre jeho ďalší rast. Zabezpečiť širokú základňu športujúcej mládeže a intenzívnou starostlivosťou vychovávať z nich budúcich majstrov športu, politicky uvedomelých a vyspelých reprezentantov, nadšených budovateľov socializmu a schopných obrancov našej vlasti . . . « Takto to čítame v rezolúcii Slovenského sjazdu ČSTV na tom mieste, ktoré sjazd venoval našej mládeži.

Slová, nad ktorými sa hodno zamyslieť i v našom krásnom lyžiarskom športe. Veď podhorské i vrchárske dedinky sú nevyčerpatelnými zdrojmi pohybove nadaných chlapcov i dievčat. Všetko to rastie živelné. Tam na dážke zo súdočka, inde na drievkach z polienka a len naozaj zriedkavejšie na akých-takých lyžiach, o kvalitnejších ani nehovorím, preháňa sa mladý po briežkoch i grúnikoch. Má ráda pohyb — bárs i samorostlý. Vo veku svojho rastu naozaj len zriedkakede pocíti usmerňujúcu ruku trénerovu. Tých je málo, nuž a ak sú — radšej sa venujú usmerňovaniu a »výchove« už objavených talentov. Úžasné hodnoty nám prichodia takto nazmar. Dá sa očakávať, že tí dvaja tréneri z povolania, ktorých naše lyžiarske bežectvo t. č. má k dispozícii, budú si vedieť nájsť chvíľočku času a pozrú sa i do tých vzdialenejších dedínok, ktoré si čupia v objatí horských veľkánov. Veď tam, hoci i pár kilometrov od centra, rodia sa talenty! Sú to zdraví a chytiví šuhajkovia i devy! A je isté, že pri trocha pozornosti — nielen zo strany trénerov, ale i učiteľov — budeme mať viac objavov typu Harvana, Olekšáka, Ilavskovcov atď. Teda i našej lyžiarskej mládeži svitá krajšie ráno! -vs-



## Všem skokanům na lyžích

Po důkladném uvážení všech okolností a výsledků dosažených v uplynulých letech našimi skokany, a to jak v domácích, tak i mezinárodních soutěžích, konstatovala skokanská komise ústřední trenérské rady, že pouze jediní dosáhli dobrých výsledků. Potěšitelné je, že ve výběrových soutěžích žáků jsme viděli velmi talentované skokany s dobrými technickými základy. Rovněž i v dorosteneckém přeboru republiky byla v letošním roce patrna lepší úroveň, i když byla účast zatím malá a některé kraje nebyly vůbec zastoupeny.

K podstatně lepším výkonům chybí ještě lepší fyzická připravenost a hlavně pevná vůle a snaha po dosažení lepšího výkonu. K zlepšení výkonů v mezinárodním měřítku chybí větší počet skokanů dobré výkonnosti.

Jednou z příčin tohoto stavu bylo pevné stanovení poměrně úzkých státních družstev, čímž u všech ostatních poklesl zájem o celoroční přípravu. Aby byla dána možnost všem, bude v letošním roce sestaveno 8- až 12členné družstvo teprve v prosinci, a to podle výsledků dvou závodů ve dnech 7. a 14. prosince. Do družstva budou zařazeni skokani bez ohledu na stáří a bez ohledu na to, zda byli či nebyli mezi kandidáty pro družstvo.

Vyzýváme proto všechny skokany a trenéry ke zvýšené činnosti již nyní na začátku přípravného období. Společným cílem nám bude snaha povznést náš skokanský sport na světovou úroveň. Věříme, že značnou měrou k tomu přispějí i naši přední skokani předáváním svých zkušeností při každé příležitosti. Základy jsou položeny tím, že nyní už máme dobře propracovanou teorii skoku a rovněž i cenné názorné pomůcky, jako jsou instrukční filmy, kinogramy nejlepších skokanů a podobně. I tréninkové možnosti jsou u nás dobré především tím, že máme můstky s umělou hmotou v Harrachově a Rožnově a několik můstků s dobrým profilem. Těchto všech možností je nyní jen nutno správně využívat. Všechn svůj volný čas obětovat našemu oblíbenému sportu a dalšímu sebezdeleávání, to je jediný recept k úspěchu.

Skokani — máte před sebou krásné perspektivy — reprezentovat naši lidově demokratickou vlast na zimních olympijských hrách ve Squaw Valley v Kalifornii, na mistrovství světa i jiných mezinárodních závodech v cizině i doma. Záleží pouze na vaší pílí, obětavosti a vyspělosti. V případě jakýchkoliv pochyb o správnosti tréninku obraťte se na trenérské rady svých krajů, případně jejich prostřednictvím na skokanskou komisi ústřední trenérské rady.

Do usilovné práce vám přejeme hodně zdaru!

### LYŽAŘI! ROZŠÍRUJTE NÁŠ ČASOPIS »LYŽAŘSTVÍ«

Získejte každý nejméně jednoho nového odběratele účinnou osobní agitací.

»Lyžařství« objednejte u vašeho poštovního doručovatele nebo u Poštovní novinové služby na každém poštovním úřadě nebo přímo v prodejní oddělení Sportovního a turistického nakladatelství Praha 3, Klimentská 3, tel. 625-74, které zařídí předplatné u PNS nebo vyřídí případné reklamace.

## Jednotná sportovní registrace

V letošním 2. čísle »Lyžařství« uveřejnila klasifikační komise LS ÚV ČSTV článek o zavedení jednotné sportovní registrace závodníků v lyžování.

Článek měl stručně seznámit naši lyžařskou veřejnost a příslušné orgány o zajištění této důležité akce pro upevnění pořádku a získání evidence všech závodníků.

Vedení komise upozorňuje, že tato akce přes svou důležitost neprobíhá uspokojivě.

Od 1. ledna 1959 bude bezpodmínečně vyžadováno předkládání registračních průkazů na všech závodech vyššího typu. Výjimku tvoří závody náborové, propagační, oddílové a spartakiádní.

Je proto v zájmu všech závodníků a oddílů, kterých se toto nařízení týká, provést registraci urychleně. Registrační tiskopisy jsou k dispozici v dostatečném množství ve všech hospodářských odděleních KV ČSTV.

Klasifikační komise LS ÚV ČSTV upozorňuje, aby byly při odeslání registračních tiskopisů na ústřední sekci v Praze přiloženy trojmo vyhotovené záznamy závodníků spolu s klasifikačními průkazy těch, kteří jsou nositeli některé výkonnostní třídy v lyžování. Tak umožníte pracovníkům klasifikační komise rychleji zpracovat registraci.

Věříme, že tato výzva nezůstane ve vašem vlastním zájmu bez povšimnutí.

OLDŘICH KAŠPAR,

předseda klasifikační komise LS ÚV ČSTV

Zdá se mi být neuvěřitelné např. to, že ještě nedávno jsme měli celé okresy, ze kterých na vysokých školách nestudoval ani jeden člověk, že na jednoho lékaře připadalo 14.000—15.000 obyvatel, že v jedné místnosti bydlelo 10—15 lidí, že se chodilo desítky km pěšky, protože nebylo žádného dopravního spojení apod. Jen ten, kdo zná, jak u nás v Prešovském kraji žili lidé za předmnichovské republiky, za tak zvaného Slovenského státu i těsně po osvobození, a má možnost vidět náš kraj dnes, může posoudit, jaký mohutný přerod nastal v životě našeho kraje i každého jednotlivce.

Na XI. sjezdu KŠČ, soudruh Vasil Bilák

Ústřední postavou v tělesné výchově je cvičitel a trenér. I v ideově výchovné práci je hlavním činitelem cvičitel či trenér. On je také plně odpovědný voleným orgánům za její správné provádění. Důležité je, aby cvičitel byl dobře k této práci veden a v jejím provádění mu bylo pomáháno, aby uměl volit vhodné formy ideově výchovy, které jsou jiné u žactva, jiné u dorostu a u dospělých.

Z referátu soudruha Fr. Vodsloně na plénu ÚV ČSTV v únoru 1958.

## Z X. celostátní konference trenérů

Po desáté sešli se ve dnech 23. až 25. května v Klánovicích trenéři lyžování, aby zhodnotili uplynulý rok a vytyčili další cestu našemu závodnímu lyžování. Celkem 51 trenérů z osmnácti krajů diskutovalo, radilo se jak zlepšit trenérskou práci a pomocí naší mládeži. Milá byla účast zaslužilého mistra sportu arch. Karla Jarolímka. Již jen jeho samotná přítomnost je povzbuzením. Nebyly zastoupeny kraje Praha-venkov, Pardubice, Nitra a Prešov. Vesměs kraje, ve kterých není lyžařský sport přece popelkou a jejichž trenéři a závodníci by byli jistě rádi o průběhu konference informováni. Snad by mezi nimi našli předsedové zmíněných KTR za sebe i zástupce, kteří by rádi hájili na konferenci zájmy svého kraje. Těžko je nalézt pro nepřítomné omluvu.

Otázky, které X. konference řešila, byly výjimečně závažné. Vyplývaly ponejvíce z kritického hodnocení práce a mezinárodních výsledků v minulém roce, především na mistrovství světa. Široká diskuse k situaci v jednotlivých disciplínách probíhala především v komisích, které také navrhly řešení. Ze byla rozhodná, dokazuje zásadní změna v organizaci trenérské práce s reprezentantů, kde dochází k jmenování oblastních trenérů a k začlenění závodníků do přípravy v oddílu, v úzkém kontaktu s osobními trenéry a dokazuje to i výrazné omlazení družstev, kterým má být překonána několikaletá stagnace ve výkonnosti i výchovné práci. Předse- da sjezdové komise soudr. Husák řekl ve svém referátě při zdůvodňování nových opatření: »V příštím roce ne-

stojí před námi žádná povinnost reprezentace. Chceme jej proto věnovat širokému výběru a výcviku mladých nadějných závodníků s delší perspektivou.«

Mimo řešení otázky reprezentace, zabývala se konference ještě řadou dalších úseků. Výchovnou a politickou prací, jejíž význam nejen pro všestranný rozvoj člověka, ale i vysokou výkonnost závodníka zůstává trenéři stále nedocenen, otázkou lyžování v povinných hodinách školní tělovýchovy, otázkou výstroje a výstroje, výběrovými závody atd. V diskusi o nové osnově základního výcviku – správném či nesprávném směru našeho lyžování, velmi hezkým příspěvkem přispěl Leoš Stehlik. Ve vážné a bojové náladě nebylo však zle i o jiskřičky humoru. Tak předseda KTR Ostrava dovedl do široka rozesmát zamračené tváře, když ve slovní tísní obohatil naše lyžařské názvosloví o nový výraz »tahle Krukenhouse- rova zatáčka«.

Dvoudenní jednání konference bylo shrnuto v následujícím usnesení:

### I.

Referáty soudruhů V. Pácla, dr. D. Ferenciho, A. Husáka, B. Sýkory, M. Bělohožníka a B. Tvrzніка se schvalují s připomínkami.

### II.

1. Věnovat zvýšenou pozornost otázkám politickovýchovné trenérské práce. Důrazněji prosazovat zásady správného života v kolektivu a zvyšovat náročnost na plnění všech úkolů, předně z hlediska kvality;

- v průběhu výchovné výcvikové práce nepodceňovat a nezlehčovat politickou výchovu;
- převážnou část práce věnovat mládeži již od žactva;
- pracovat promyšleně a plánovat činnost s perspektivou na více roků dopředu;
- nespokojovat se s trenérskou činností jen při výcviku na sněhu, ale pracovat celoročně v oddílech;
- vyžadovat na všech našich akcích a v běžném tréninku správné oslovení, nástupy a hlášení (1. a–e KTR prostřednictvím oddílů a trenérů).

2. Dbát na přípravu a plnění disciplín BPOV, PPOV (KTR prostřednictvím oddílů a trenérů).

3. Doplnit a opravit systém tréninku a metodiku nácviku techniky v jednotlivých disciplínách (ÚTR).

4. Zpracovat filmy o mistrovství světa a dát možnost zakoupení krajům a jednotám (do 30. srpna – soudr. Čtvrtečka, soudr. Pácl).

5. Projednat možnost obeslání některých mezinárodních závodů v zahraničí prostřednictvím Čedoku (ÚTR).

6. Na úseku péče o špičkové závodníky (a–e ÚTR):

- základ přípravy bude v lyžařských oddílech pod vedením osobních trenérů, kteří zodpovídají za všestrannou přípravu hlavnímu trenérovi a ústřední trenérské radě;
- soustředění závodníků, kteří jsou pod ústřední péčí, zůstávají i nadále jako je-



Předseda LS ÚV ČSTV soudruh Karel Smola a zastoužilý mistr sportu arch. Karel Jarolímek zdůraznili svou přítomností význam X. konference.



Soudruzi dr. Ferenci, Brchel a Beaufort během jednání ve sjezdové komisi.

den z hlavních prostředků tréninku na začátku zimy;

- vyjasnit odpovědnost a pravomoc trenérů vůči družstvu a na druhé straně vůči ústřední trenérské radě. Při závažných případech zvát na porady ÚTR trenéry družstev;
  - zajistit postupně přesun péče o špičkové závodníky na kraje a jednoty;
  - připomínky k přípravě na OH 1960 zahrnout do navržených pokynů.
7. Dodržovat pravidla lyžařských závodů (výkonnostní třídy, lékařské prohlídky, zaplacení příspěvkových známek atd. – KTR).
8. Letní trénink závodníků organizovat ve formě brigád (KTR).
9. Ústřední trenérská rada sestaví komisi pro zhodnocení textů čs. učební osnovy (ÚTR).

10. Zaslát dopisy jednotám a krajům se seznamy závodníků, kteří jsou členy druž-



Trochu pohybu po dlouhém schůzování.





Pavel Kolčín po vítězném běhu na 15 km v Helsinkách.

## „Malinký Pavlík“

V Sovětském svazu je dobře známo Pavla Kolčina, zasloužilého mistra sportu, jednoho z nejlepších lyžařů na světě. Kolčín je znám jako mistr, který ovládá vybroušenou a krajně ekonomickou techniku v běhu na lyžích. Vyniká záviděníhodnou stálostí ve svých výsledcích v průběhu posledních pěti let. Proč však tato stálost, řekl bychom, má výběrový charakter: na méně důležitých závodech mávává Kolčín i neúspěchy, avšak v rozhodujících momentech je vždycky mezi nejlepšími. Tak to bylo v Itálii v roce 1956, kde získal dvě bronzové medaile a měl nejlepší čas při štafetách 4X10 km. Stejně tomu bylo v roce 1957 ve Finsku, kde na mezinárodních závodech v Lahti, jako první ze zahraničních účastníků, zvítězil nad Finy v běhu na 15 km. Rovněž v letošním roce na mistrovství světa v Lahti získal tři bronzové medaile.

Naskýtá se otázka, jak se podařilo P. Kolčínovi dosáhnout takových úspěchů v běhu na lyžích, když jeho tělesné vlastnosti jsou charakterizovány dvěma údaji: výška 162 cm, váha 58–59 kg?

Pavlova životní cesta začala ve více Norskej v Jaroslavské oblasti, kde se narodil v roce 1930. Měl dva bratry. Pavel byl nejmladší a nejslabší. Lásku ke sportu se nerodil sama od sebe. Obvykle vzniká z nějakého příkladu. Takovým příkladem byl Pavlovi jeho nejstarší bratr Gennadij, lyžař a lehký atlet, který ještě dnes pěstuje sport dále a zúčastňuje se maratónských běhů. Ve vesnici běhal Pavel na lyžích se svým druhým bratrem Vladou. Lyže si sami udělali ze starých Gennadinových lyží. Bratři rádi skákali z mástků, které si sami zhotovili, a kromě toho jezdili na lyžích několik kilometrů do školy. Jejich učitel tělesné výchovy E. A. Skrobin se seznámil se základní lyžařskou technikou. V roce 1943 padl bratr Vladimír na frontě a zanedlouho zemřel i otec. Pro Pavla Kolčina nastala léta těžkého života. Ve svých 13 letech nastoupil místo svého otce do továrny. Pracoval jako soustružník a večer docházel do závodní učňovské školy. Po skončení večerní závodní školy, když Pavel přijel do Moskvy se přihlásit na Malachovskou střední tělovýchovnou školu, hleděl na něho ředitel školy s podivem. Jakou specializaci si vybereš, mlaďku! — ptal se Pavla, ironicky se usmívaje. Všechno ale dopadlo dobře. Byl přijat a zapsán do lyžařského oddělení. V prvním roce studia skončil Pavel na přeboru středních tělovýchovných škol na 43. místě. V druhém roce se probojoval na 23. místo a v posledním roce byl již pátý.

Malé úspěchy obvykle vedou k velkým vítězstvím. Pavel však dlouho neměl ani těch malých. Měl však rád svůj sport a přál si získat druhou výkonnostní třídu. Také ji získal v roce 1946. A za tři roky byl již nositelem první třídy. V roce 1951 jako člen »Dynamo« poprvé startuje na přeborech SSSR. V běhu na 18 km skončil na 102. místě! Byl to úspěch, ale Pavel se jím nedal strhnout. A od té chvíle přechází Kolčín na celoroční trénink. V následujícím roce na přeborech SSSR je Kolčínovo jméno a jeho startovní číslo středem zájmů všech trenérů. Na trati mu oznamují čas, radí mu. Kolčín skončil na těchto přeborech jako třetí a získává titul mistra sportu.

Od té doby od závodu k závodu se Kolčín v průběhu pěti let neustále zlepšuje. Jak toho dosahuje?

Někteří naši sportovci jsou toho názoru, že každý závodník »najde kořen svého tréninku«, musí se ho pevně držet a svůj výkonnostní růst zvyšovat hromaděním zkušeností. Pavel Kolčín je však jiného názoru. Říká o tom: »Při dnešním masovém lyžování u nás i v ostatních státech je potřeba rok od roku zvyšovat tréninkové dávky a hledat stále nové cesty. Potom se výsledky rychleji dostaví.«

Při sportovním zdokonalování se Pavel Kolčín přidržuje několika zásad. První z nich je celoroční trénink bez jakýchkoli přestávek. Pavel totiž nemá ve svém plánu přechodné období. V létě trénuje dva dny za sebou a třetí den odpočívá. Jeho druhou zásadou je: každým rokem postupně zvyšovat tréninkové dávky. Třetí zásadou je, že neustále hledá nové formy tréninku zvláště v letním období. Například v prvních letech Kolčín v létě mnoho jezdil na kole a dosáhl pěkných výsledků. V příštím roce však přešel na »ježdění po pilinách«. V létě 1957 Kolčín trénoval na kolečkových bruslích, sestavených trenérem Neumovem, které si Kolčín ještě zdokonalil. Na těchto bruslích s obyčejnými lyžařskými holemi trénoval na silnici pod Moskvou. Při tréninku vystřídá celý zásobník běžecích způsobů. Současně si trénuje dopřívá přespolními běhy, speciální gymnastikou a košíkovou.

Je třeba mít velkou vůli, aby byl tréninkový plán dodržen. Na dotaz, zda někdy nepoleví ze svého plánu, Kolčín odpovídá: »Kdybych nespínil to, co mám v plánu, cítil bych se nesvůj.«

Z časopisu Fizkultura i sport č. 4, 1958  
z článku V. Bělocerkovského  
volně přeložil V. PÁČL

stev nebo přicházejí v úvahu pro kvalifikaci do družstva (u skokanů). Odeslat děkované dopisy reprezentantům, kteří nejsou dále v družstvu (soudr. Tvrzník, do 30. června 1958).

### III.

1. Na úseku běhu zvýšit péči o přípravu a závodů na 30 a 50 km (KTR).

2. Na úseku sjezdových disciplín projednat, aby tratě pro mladší a starší dorostence byly stejné. Připustit nejlepší mladší a starší dorostence na výběrové závody (ÚTR).

### IV.

V krajských trenérských radách zajistit: 1. Rozpracování úkolů vyplývajících z X. konference trenérů (KTR).

2. Zajistit kontrolu práce trenérů, kteří pracují se závodníky pod ústřední péčí (KTR).

3. Uskutečnit školení trenérů III. třídy a doškolovací seminář trenérů v krajích (KTR).

4. Zapojit se do zajišťování pravidelné celoroční práce lyžařských oddílů (KTR).

5. Zajistit urychlené podávání registrace závodníků (KTR).

6. Zajistit v trenérských radách podle podmínek v kraji péči o jednotlivé disciplíny (KTR).



Ústřední trenérská rada hodnotila na své schůzi 10. června 1958 průběh konference a shodla se v názoru, že příště musí být připraveny návrhy daleko lépe předem a získaný čas využit k metodickým a praktickým cvičením. Nebyla hodnocena práce krajů a nejlepších trenérů, chybělo usměrnění pro další práci v krajích, které nesmí být příště opomenuto.

Přes to X. konference splnila svůj úkol. Učinná opatření a usnesení jsou beze sporu významná a poněvadž se na nich podíleli nejlepší pracovníci trenérského úseku, jsou jistě i správná. Bude však záležet jen na nás, na všech trenérech, na naší svědomitosti a důsledné práci, mají-li být uvedena v život a má-li naše XI. konference potvrdit správnost letošních rozhodnutí.

BOHUMIL TVRZŇÍK,  
ústřední trenér

## Keď sa ťa opýta zima . . .

Konečne došli túžobne očakávané ozajstné letné dni. Veľa ľudí snaží sa zabudnúť na úpornú uplynulú zimu. Sú medzi nimi i mnohí naši pretekári. Hoci si tu i tam spomenú na slasti i strasti z potuliek za snehom, ako i na eventuálne získané vavriny z tých pretekov, ktorých bolo niekedy veľmi málo — nebolo snehu — a naraz zase až priveľa.

Nuž ale nenačím zaháľat! Hor sa do práce! Raz — dva je tu jeseň a za ňou zima. Mnoho pretekárov si to uvedomuje. Nájdu sa však aj takí (a nie je ich najmenej), čo kývnu plecóm, ak sa hovorí o potrebnej práci v niektorom z doplnkových športov.

Tu vám chceme sprítomniť úsilie bratislavských vodákov. Tí — spomedzi nich najmä majster športu Laco Čepčiansky a majster športu Ján Matocha — pravdu povediac, nepoznajú oddychu. Sústavne pracujú. Obidvaja sú nositeľmi prvých bežeckých lyžiarskych výkonnostných tried. V zime čerpajú takto pre leto a — leto využívajú pre nabitie sil na zimu! Tých veru nič neprekvapí! Veď i v období, kedy nie je možné ísť ani na vodu, ani na lyže — vynájdu sa v telocvični!

V tejto tvrdej práci nie sú sami. V Bratislave majú desiatky nasledníkov. Veď v ich šľapajách kráčajú i ich spoločenovia z oddielu — Michalčiek, Lang, Boča a ďalší. I tí sú poprednými lyžiarmi Bratislavského kraja a stoja na čestných miestach vodáckeho športu. Toto dokumentovali i posledné klasifikačné preteky v Prahe.

Hodno o tom pouvažovať teraz, keď sa rozmnožili hladiny nových vód formou veľkých vodných priehrad! Dostalo sa takto tejto možnosti i lyžiarom z horských a podhorských oblastí! Hor sa do tohto krásneho športu v lete, aby si, keď sa ťa opýta zima, čo si robil v lete, hrdo a smelo odpovedal: nezaháľal som, hľa, tu som pripravený podávať výkony i na lyžiach!

-VS-

# Čtvrthodinky z učebních osnovy

## NÁCVIK SESOUVÁNÍ

### Základní výcvik

Navazujeme na článek o sjezdu šikmo svahem uveřejněném v minulém čísle Lyžařství.

Než přistoupíme k vlastnímu popisu nácviku sesouvání v základním výcviku, je třeba si nejprve uvědomit několik zásad, jimiž se budeme řídit.

1. Dokonale provedené sesouvání v terénu na neupraveném sněhu je cvik obtížný a vyžaduje kromě technického zvládnutí hodně zkušenosti.

2. V základním výcviku je cílem cvičení sesouvání základní pochopení pohybu v jeho principu.

3. Sesouvání je cvik, při kterém se učíme udržování bočné rovnováhy, příčnému pohybu po svahu a hlavně poznáváme rozdíl mezi jízdou po hranách a po plochách. Tím se učíme jednomu z nejdůležitějších prvků lyžování.

4. Cílem je naučit se sesouvání stranou vpřed.

5. Pokud se týká pohybového provedení, je účelné pro další výcvik provádět sesouvání v postojí obdobně jako při sjezdu šikmo svahem, začínat sesouvání vysunutím paterk lyží při současném snížení postoje a ukončovat vztýčením do postoje pro další sjezd šikmo svahem.

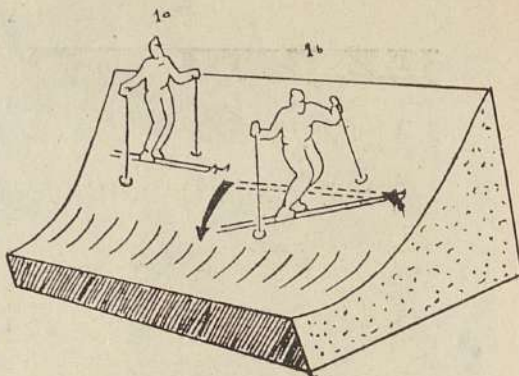
Vzhledem k malému rozsahu tohoto metodického okénka nemůžeme se zabývat dalším podrobnějším osvětlením těchto zásad, protože bychom tak překročili daleko jeho rámec.

Podmínkou snadného a rychlého pochopení principu sesouvání je především bez-

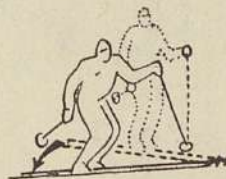
o vyšší hůl, nižší držíme ve vzduchu (obr. 2). Při snížení zároveň zvětšíme odklon trupu od svahu, čímž podpoříme vysunutí paterk lyží. Další pokusy sesouvání provedeme již z mírného sjezdu šikmo svahem. Začneme sesouvat blízko nad dnem muldy. Můžeme použít pro začátek i píchnutí vyšší hole při stejném pohybu nohou a trupu. Později pak místo píchnutí hole vysuneme vyšší rameno více vpřed.

Velmi vhodným cvikem pro základní pochopení pohybu napříč po plochách lyží je sesouvání po spádnicí z postavení lyží na vrstevnici podporované odražením se holemi vedle těla (obr. 5), později pak pouze vyšší hole. K tomuto cvičení můžeme přidat sesouvání ze sjezdu šikmo svahem, kdy z postoje pro sjezd šikmo svahem (celkově uvolněný a vzpřímený) se jednoduše snížíme, aniž přitlačím kolena ke svahu. Kolena se dostanou nad lyže, lyže se položí na plochy a po dopadu váhy těla na lyže se počnou tyto po celé délce najednou sesouvat. Podmínkou je, že nesmíme při snížení zaujmout předklon. Po pochopení příčného pohybu po plochách můžeme snadno přejít k dříve popsanému provádění sesunutí pomocí vysunutí paterk lyží. Lyžař-záčičník sám pozná, že účinnější začátek sesouvání a celková větší stabilita je v postojí první uvedené pro sesouvání na základě vysouvání paterk lyží.

Dalším vhodným pomocným cvikem pro pochopení sesunutí v klidu je sesnutí dosažené aktivním přisunutím vyšší lyže, kte-



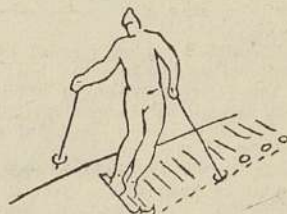
Obr. 1a, 1b



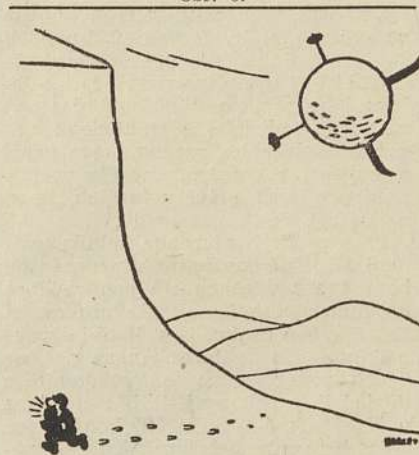
Obr. 2.

Závěrem pak uvádíme, že by bylo nesprávné považovat za chybu to, provádějí-li cvičenci místo sesouvání, které by mělo být vlastně přímočaré, základní formu smyku ke svahu. Mezi sesouváním a smykem ke svahu je pouze malý rozdíl spočívající v jiné míře hranění a v předklonu. Tím cvičenci samovolně přicházejí ke smyku ke svahu při zachování stejných pohybových principů.

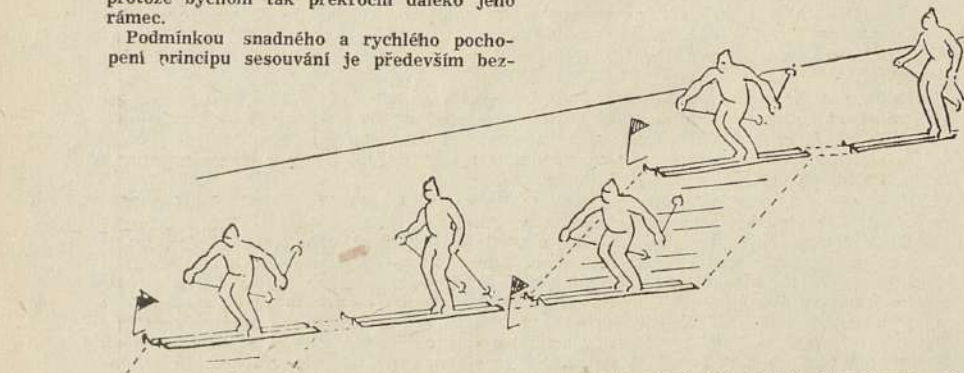
Zpracoval: Inž. CHLOUBA MIROSLAV  
Kreslil: FALTYS TOMÁŠ



Obr. 3.



BEZE SLOV



Obr. 4.

rou jsme před tím položili do přívratu. Je potřebné zároveň s aktivním přisunutím vyšší lyže (při přisunutí odlehčení) se celkově snížit a tím podpořit počáteční impuls sesouvání vzniklý při aktivním přisunutí vyšší lyže. Kolena stlačujeme dopředu dolů ke svahu, patky lyží od svahu. Pro začátek se můžeme opřít o hole (podle obr. 1), později zvětšíme odklon trupu od svahu. Nakonec přejdeme k srovnání započatému sesunutí a cvičíme podle prvně uvedeného.

Dále můžeme cvičit již na rovných svazích, kde velmi pomohou pro začátek sesouvání malé příčné hřebety.

Dále začínáme sesouvat kdekoli podle své vůle. Velmi účelným cvičením je opakované sesouvání při jízdě napříč svahem, kdy si toto neustále opakujeme a jízdu rytmisujeme (obr. 4). Sesouvání přerušujeme vztýčením do postoje pro sjezd šikmo svahem.

Sesouvání provedeme tedy těmito současnými pohyby:

1. kolena vytlačíme vpřed dolů ke svahu a patky od svahu,
2. zvětšíme odklon trupu,
3. vysuneme vpřed více vyšší rameno,
4. celkově se snížíme (bez předklonu.)

Tím dosáhneme sesouvání pomocí vysunutí paterk lyží a zabezpečení celkové stability ve sníženém postojí.

vadně upravený sníh pro výcvik (tvrdý, ne však ledový) a vhodný terén, kterým je svah nad dnem muldy nebo úpatí středně strmého svahu.

Pro první pokus sesunutí vyjdeme z postoje v klidu, kdy lyže jsou na vrstevnici nedaleko nad dnem muldy (obr. 1a). Jak vidíme, je vyšší lyže předsunuta asi o půl stopy, kolena mírně vytlačena vpřed. Zahranění je dosaženo mírným příklonem kolena a vyššího boku ke svahu. Trup je pootočen vyšším bokem a ramenem vpřed a odklonem od svahu vyrovnává příklonění kolena a boku ke svahu. Nižší lyže je vždy více zatížena. Hole při cviku zapícháme do sněhu tak, aby nižší byla za botami a dostatečně vzdálena pod nižší lyží, vyšší před botami nad vyšší lyží. O hole se opíráme.

Sesunutí paterk lyží provedeme tak, že vytlačíme kolena vpřed a ke svahu. Tento pohyb, kdy tlačíme patky lyží se svahu (obr. 1b), zajistíme vydatným opřením se o zapíchnuté hole. Celkově postojí snížíme. Později zkusíme sesunutí s opřením se pouze

# JAK JE TO

## s výkonností

### lyžařských závodníků

Stejným způsobem jako v minulých letech sestavila klasifikační komise i letos statistiku výkonnosti lyžařských závodníků a závodnic z mistrovství republiky v roce 1958. Průměrná výkonnost v tomto roce v jednotlivých disciplínách dává další hodnotu do časové řady od roku 1952.

Ve statistické tabulce jsou uvedeny počty závodníků a závodnic, kteří jednotlivé závody dokončili a zpozdili se o pět, deset až padesát procent proti vítězi.

V druhé uvedené tabulce jsou vážené průměry časového zpoždění nebo bodového zhoršení těch, kteří závod v jednotlivých disciplínách dokončili.

Diagram opticky ukazuje ve spodní křivce procento průměrného zpoždění a v horní křivce opačnou hodnotu, tedy průměrnou výkonnost.

Letos naše lyžařství bylo předmětem častých kritik skepticky naladěných, bylo charakterizováno, jako by znamenávalo sestupnou linii, a to nějak jen na základě pozorování výkonů špičkových závodníků na mezinárodních závodech. Takový postup nebude jistě zcela správný, neboť psychologicky věc poškozuje a není docela pravdivý. Na mezinárodních závodech se nesrovnává normální výkonnost celku, nýbrž pouze několika jednotlivců a ještě bez zvažování té mocné složky, která se objevuje jako mimořádně příznivá u jednotlivců zvláště vynikajících. V poměru k takovým jedincům je samozřejmě vykázan pokles druhých relativně, i když absolutně k němu vůbec nedošlo.

Nebudeme zde omlouvat neúspěchy některých reprezentantů, ale nevzdáme se jen tak lehce skutečnosti, kterou vykazuje statistika a diagram přesto, že toto srovnání není dokonalé a ani takovým být nemůže vzhledem k četnosti vlivů v platných lyžařských závodech.

Diagram i statistika ukazují, že situace v závodní lyžařině u nás není nijak kritická a že výkonnost celku se vyvíjí dobře. Určité výkyvy jsou jistě přípustné, zvláště když mnohdy tkví v jiných příčinách, než v kvalitách závodníků.

Lyžařství nestagnuje, závodní lyžařství vykazuje velké počty startujících a průměrné výkonnosti neupadají. To jsou znaky, které svědčí o normálním vývoji. Je samozřejmě, že věc je třeba objektivně sledovat a všemi prostředky pomáhat stále lepším ukazatelům ve výkonnosti všech, a to i těch nejlepších.

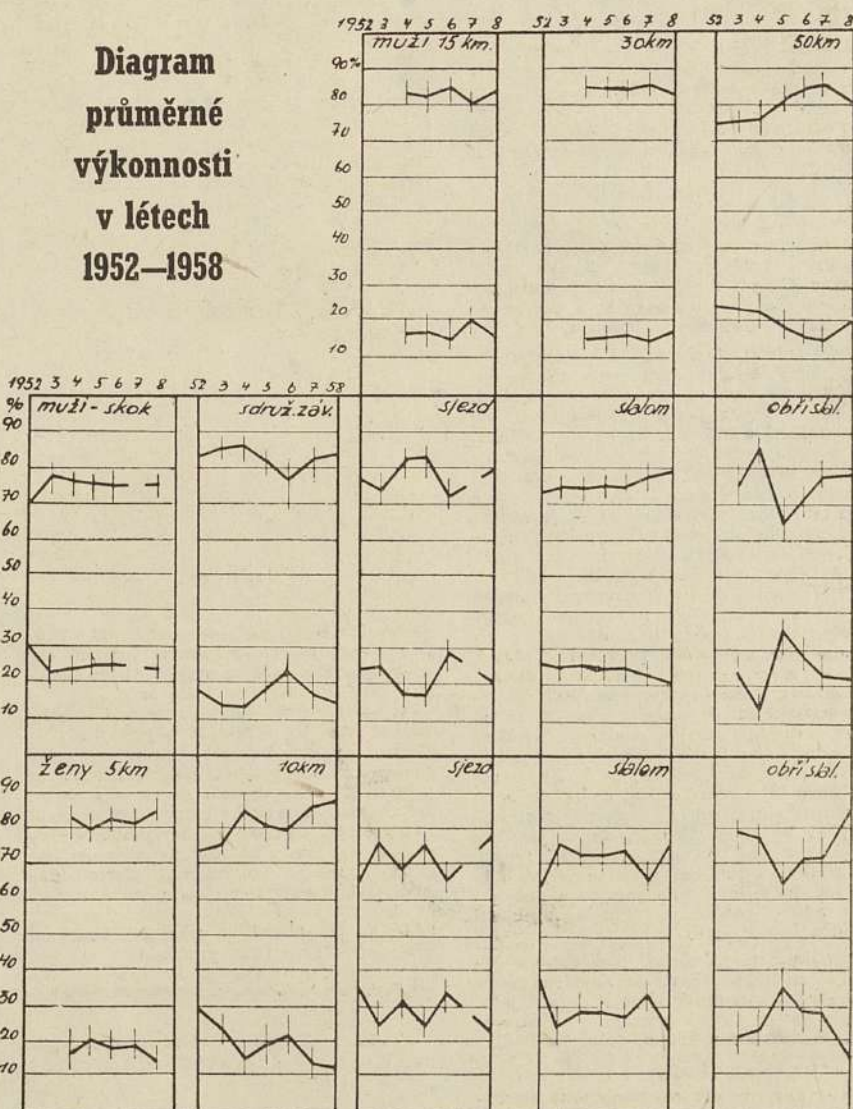
## I. TABULKA ZPOZDĚNÍ A BODOVÉHO ZHORŠENÍ LYŽAŘSKÝCH ZÁVODNÍKŮ NA MISTROVSTVÍ ČSR V ROCE 1958

%	M u ž i							Ž e n y					
	15 km	30 km	50 km	skok	sdrůž. záv.	sjezd	slalom	obří slalom	5 km	10 km	sjezd	slalom	obří slalom
5	11	4	3	1	3	12	8	6	5	5	2	2	8
10	20	12	5	7	5	11	6	14	3	4	4	4	6
15	36	11	7	3	3	32	6	15	8	8	6	3	2
20	20	11	10	6	6	17	4	23	5	2	1	4	4
25	14	6	4	4	3	12	6	13	2	—	1	1	3
30	5	1	3	4	—	10	1	8	—	—	3	1	3
35	2	1	4	2	1	4	2	5	—	—	2	1	1
40	2	1	1	1	—	6	1	2	—	—	—	2	—
45	1	—	—	—	—	3	3	3	—	—	3	—	1
50	—	1	—	—	—	3	2	4	—	—	1	3	—
Počet	111	48	37	28	21	110	39	93	23	19	23	21	28

## II. PRŮMĚRNÁ ZPOZDĚNÍ A ZHORŠENÍ V LETECH 1952—1958

1952	—	—	23,5	30,0	17,9	23,0	26,5	—	—	28,8	35,4	37,6	—
1953	—	—	22,4	22,5	14,4	24,6	25,0	23,1	—	23,7	25,2	23,9	20,2
1954	17,2	15,2	22,1	23,6	14,1	18,0	26,0	13,9	16,8	15,8	30,9	28,8	22,2
1955	17,9	15,3	18,7	24,2	18,7	17,8	24,5	35,7	20,1	19,3	24,8	28,7	35,0
1956	15,9	16,1	15,9	24,1	22,4	28,9	25,1	28,2	18,3	20,1	34,2	27,6	29,5
1957	20,0	14,9	15,4	—	17,5	—	22,2	21,7	19,4	13,1	—	33,6	29,6
1958	16,9	17,3	20,0	23,5	16,6	20,5	20,3	21,6	14,2	11,8	23,0	23,5	16,1

### Diagram průměrné výkonnosti v letech 1952—1958



-JR-

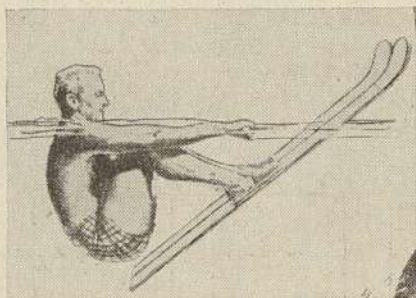
# VODNÍ LYŽE -

## vhodný doplněk lyžaře v létě

Nutným doplňkem lyžařské přípravy je příprava v přechodném období. V tomto čase se má sjezdař připravovat radostně a hromadit potřebnou energii. Nervová uvolněnost, radost z pohybu ve zdravém prostředí, pohyb sám, to vše je shromažďování kapitálu, jehož zúročení se dočká sjezdař na sněhu.

Formy přípravy sjezdaře v létě, které se dosud prováděly jsou dostatečně pestré. Přesto bych chtěl v tomto článku upozornit na jeden další způsob, který se v zahraničí velmi rozšířil a je oblíben sportovním odvětvím pro lyžaře — jízda na vodních lyžích.

Změněná tvář našich řek dává přímo předpoklady pro to, aby se tento sportovní hodnotný a velmi napínavý způsob jízdy u nás v krátkém čase rozšířil.



Obr. 3.

V minulém létě vyzkoušeli lyžaři Slávie VŠ Praha prototyp, který zhotovil n. p. Start a účelem tohoto článku je informovat veřejnost o zkušenostech a doplnit je potřebnými údaji na vysvětlenou.

Vybavení: motorový člun, nebo nějaký lehčí člun s motorem o výkonnosti asi 25 HP, aby dosáhl 45—55 km/hod. Lyže — jejich délka a šířka závisí od váhy lyžaře a také ale od rychlosti člunu. Při výkonu člunu 25 HP má být lyže asi 16,5 cm široká a 195,5 cm dlouhá. Čím těžší lyžař a čím pomalejší člun, tím delší a širší musí být lyže. Vázání — je zhotoveno z kovových součástí a jakéhosi »pantoflíčku« s gumovým opatkem — (viz obrázek 1). Opatkem je posuvný a dá se po dorážení k patě zajistit šroubkem. Gumový pantoflíček (možno použít i gumy z automobilové pneumatiky) zajišťuje lyžaři při eventuálním pádu lehké vypadnutí z vázání. Tažné lano — má být asi 27 m dlouhé. Nesmí být příliš krátké, protože lyžař by pak musel jet ve zvirené vodě a to je velmi obtížné. Mimo to nemůže lyžař dost dobře provádět různé lyžařské pohyby. Lana se držíme za latku. Typ lyží — zatím jsme se v praxi setkali se dvěma typy. S kanadským typem — poměrně dosti široký až ke špičce, lepený, dlouhý asi 195 cm a široký asi 20 cm. S rakouským typem, špičatejším a poněkud užším o stejné délce. Jak již bylo řečeno rozměr a dimenze jsou odvislé od dvou činitelů: rychlosti člunu a váhy lyžaře.

Pro jízdu na jedné lyži používáme zhruba lyži o stejné délce, ale aby lépe vedla a neuklouzávala, opatřujeme ji vespod ještě malým kýlem. Druhá noha je v malém vázání za vázáním hlavním. (obr. 2).

Technika jízdy:

Start: při našich pokusech jsme startovali z vody za pomoci plovací vesty (jezdili

jsme na přehradě). Lyžař se skrčí ve vodě (obr. 3). Tažné lano je nataženo mezi lyžemi. Lyže svírají s hladinou vody zhruba 45 stupňový úhel. Doporučujeme pro začátek používat i na mělčí vodě plovací vestu, protože se lyžař dostává takto velmi lehce do správné startovací polohy, aniž by si musel pomáhat nějak rukama. Na dané znamení řidič člunu se pomalu rozjíždí, aby napnul lano. Lyžař stále zůstává v přesné startovní poloze. Je-li vše v pořádku, člun najednou zvýší rychlost. To se projeví na lyžaři tím, že je tažen z vody při zachování stejné polohy. (Paže napjaté, kolena přitážená k hrudi). Jakmile se lyžař vynoří z vody, přitáhne se k provazu, natáhne nohy a tím se dostane do stejné na hladinu. (Obr. 4—5.)

### CHYBY

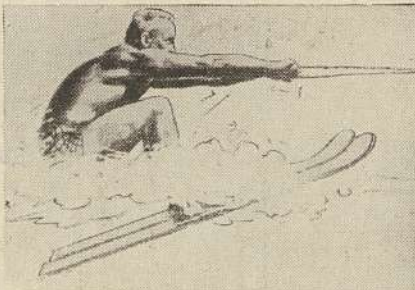
1. Zlomení v pase, kdy se dostáváme do polohy, ve které netlačíme lyže před sebou. Důsledek je zakopnutí a vypadnutí z vázání.

2. Přílišné zaklonění těla, kdy upadneme nazad.

3. Nesprávné vedení lyží — lyže nejsou vedle sebe.

4. Snaha dostat se na hladinu přitážením a nečekat až rychlost člunu vynese lyžaře nad hladinu.

Při vlastní technice jízdy jsme se zatím spokojili po nesmělých začátcích s přejížděním příčných vln, zatačením a skákáním s vln, které tvořil člun. Při křížování člunem je možno vytvořit spoustu příčných vln, které lyžař v rychlosti přeskakuje. Jízdy připomínají jízdu přes terénní ne-



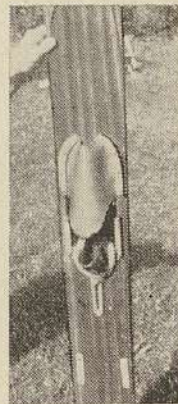
Obr. 4.

rovnosti. Kristianie na lyžích na vodě v hrubých rysech připomíná kristianie na sněhu. Dají se tam uplatnit i stejné pohybové prvky (vyklánění boků apod.).

Nejhezčí zážitky jsme zatím měli z provádění švihů za člunem a z příčného přejíždění za člunem, při kterém se velmi značně zvětší rychlost lyžaře. Při tomto přejíždění je nutno dbát na to, aby se lyžař nedostal do vnitřku zátáčky, do »mrtvého« prostoru, kde by byl bez působení tažné síly. V tomto případě by se začal potápět, jakmile by setrvačnost přestala působit. Trhnutí člunu při opětném záběru by mohlo lyžaře uvést do nepříjemné situace. Pady na lyžích nejsou nijak bolestné, ani nebezpečné i ve větší rychlosti.

Proto celý systém tělesné výchovy se musí energičtěji a důsledněji zbavovat všech nezdravých a škodlivých přežitků buržoazní minulosti. Je nutno nejen slovy, ale celým obsahem práce zavádět socialistický systém tělesné výchovy.

Z referátu soudruha Fr. Vodsloně na plénu ÚV ČSTV v únoru 1958.



Obr. 1.



Obr. 2.

Přistávání: Při sehranosti řidiče člunu a lyžaře je možno přistávat dojetím k molu, nebo ke břehu vlastní rychlostí. Člun najede k přistavišti plnou rychlostí, v okamžiku kdy ho míjí, lyžař se pustí a vlastní rychlostí dojede. Jinak je možno přistát do vody při zmirnění rychlosti.

Vedle těchto popsanych způsobu existuje ještě několik způsobů jízdy, které jsme nezkoušeli. Například je možno se nechat táhnout v podkolení. Jet na jedné noze, jet pozadu, startovat pozadu, otáčet se za jízdy kolem vlastní osy, skákat z plovoucího můstku, jet na jedné lyži. Tento poslední způsob je myslím pro nás (začátečníky) nejdostupnější. Lyžař stojí na jedné lyži, nohy za sebou. Přední noha je ve vázání a zadní noha je přidržována páskem přes nárt. Držení je upraveno pro každou ruku zvlášť. Na jedné lyži se dá projíždět slalom mezi bójemi.

Věřím, že se i u nás naučíme v příští sezóně jezdit tak, abychom mohli co nejvíce využít možnosti vodního lyžárení. Rádi bychom, aby se na vodních plochách vyskytlo více lyžařů, kteří by společně užili napínavým a radostným způsobem slunečné dny a společně se připravovali na zimu. A že je to příprava poctivá a všestranná, potvrdí každý kdo jel 50 km rychlostí 5—10 minut za člunem.

MÍLA JIRSA



Obr. 5.

Posledné dva roky sme zaznamenali v Žilinskom kraji veľký príliv mládeže hlavne do radov lyžiarov. Je však zaujímavé, že mládež nejavi záujem len o vlastné turistické lyžovanie, ale hlavne o závodné. Po viacerých uzneseniach ÚV a SÚV ČSTV vzali si lyžiarski pracovníci k srdcu ich rezolúcie, ktoré sa vzťahovali k zmasoveniu telovýchovy a športu medzi našou mládežou vo vidieckych oddieloch a jednotách. Muselo sa tu s prácou začať od začiatku, vzbudiť záujem, chodiť medzi mládež, hovoriť s ňou, poukazovať na príkladných športovcov atď. V prípravnom období nesmeli chýbať ani besedy s premietaním filmov, kedy boli školské miestnosti a kultúrne domy priamo nabité mládežou.

Po takýchto akciách a predpríprave mládež dychtivo a netrepežlivo očakávala prvý sneh, ktorého hlavne v začiatkoch bolo ozaj málo. Organizovanie náborových pretekov, preteky O cenu Pionierskych novín a o štít februárového víťazstva dokázali, že práca s našou mládežou nastúpila správnu cestu, lebo množstvá a počty štartujúcich priamo prekvapili. Tento úspech pokračoval a rástol. Náborové preteky prebehli vo všetkých okresoch a vo väčšom percente jednôt a oddielov, takže konečný počet štartujúcich vysoko prekročil sedemtisíc účastníkov.

Okresné výbory ČSM v spolupráci s lyžiarskymi sekciami zaistili taktiež hladký priebeh pretekov a najmä krajské preteky. Ako sme uviedli, tieto preteky nám zaistili masovú účasť, ktorá by ale nestačila vtedy, keby mládež nemohla rásť vyššie. Na základe náborových pretekov boli objavené talenty, ktoré však ostali nepovšimnuté. O tieto by sa mal v prvom rade starať oddiel. Oddiely, až na malé výnimky, sa nezhostujú tejto úlohy, čo je zatiaľ najväčším nedostatkom. Preto dôsledne musíme trvať na zlepšení práce a starostlivosti v samotných lyžiarskych oddieloch. Čiastočne nám túto prácu zatiaľ nahradzujú ŠSM, čo však nie je správne, lebo v ŠSM majú byť tí najlepší z jednotlivých lyžiarskych oddielov. I keď pri rozložení a charaktere nášho kraja — zamerať sa na výchovu lyžiarskych pretekárov — sú len tri športové školy mládeže v Žiline, Ružomberku a Liptovskom Mikuláši, musíme priznať, že svoje úlohy až na malé výnimky plnia veľmi dobre. Tieto školy sústreďujú mládež v rokoch 11—14

## Práca s mládežou je veľmi vďačná

i mladších, nielen z vlastných sídlisk, ale aj zo širšieho okolia, a na ich čele sú osvedčení tréneri a cvičitelia z radov bývalých pretekárov, ako Benko, Kišša, Milec, Kresák a ďalší.

V športových školách sa mládeži dávajú základné technické prvky závodného lyžovania a správna ideovo-politická výchova po väčšiu časť roku.

Ak listujeme dva roky dozadu vo výsledkoch či už bežec-kých alebo zjazdových disciplín, vidíme, že na predných miestach sa umiestňujú pretekári, ktorí navštevujú športové školy mládeže v Liptovskom Mikuláši, Žiline, a až za nimi ojedinele členovia ŠSM z Ružomberka. Príčinou toho, že žiaci ŠSM z Ružomberka nevykázali doteraz žiaduce výsledky, sú lyžiarski pracovníci v TJ Ružomberok, lebo nestačí len vychovávať, ale umožniť mladým pretekárom účasť v čím väčšom počte verejných pretekov.

Že niektoré TJ a v nich oddiely začínajú dobre pracovať, vidíme na výsledkoch tohoročnej sezóny už aj v tom, že jednoty vysielali na verejné preteky žiakov, i keď rozpisujú preteku túto kategóriu neobsahovali. To svedčí o tom, že v niektorých oddieloch sa s plnou vážnosťou venujú mládeži.

Na tomto základe bolo by žiaduce, aby pri poriadaní verejných pretekov nezabúdalo sa na zaradenie kategórie pre žiakov, prípadne pre nich poriadat samostatné preteky.

V práci príkladom nám môžu slúžiť jednoty Lokomotíva Važec, z ktorej niekoľko žiakov navštevuje ŠSM v Lipt. Mikuláši, Lokomotíva Vrútky, Spartak Martin, Slovan Trenč. Teplice, Dynamo Žilina, Spartak Pov. Bystrica, ČH Dolný Kubín, Slovan Čadca a Dynamo Nízke Tatry. Tieto jednoty už s prácou aktívne započali, i keď táto nie je ešte na žiaducej výške.

Vychádzame z toho, že máme dobré základy už dnes v širokej báze našej mládeže a v nej dobrý predpoklad vychovať pre naše lyžiarstvo káder vzorných reprezentantov. Toto dosiahnuť znamená ešte väčšou mierou venovať sa započatej práci medzi našou mládežou, dať jej správny smer vo výchove i výcviku v oddieloch, za čo sú plne zodpovední dobrovoľní tréneri a cvičitelia.

Mládeži musíme slúžiť za vzor, lebo ona a práca s ňou je vďačná a prináša najradostnejšie výsledky.

MILAN HÚSKA, tréner lyžovania

### Bude uznávaná jen práce, která přináší dobré výsledky

Často se ozývají hlasy zdola i shora — především z řad našich funkcionářů, trenérů a cvičitelů — že jejich práce v tělesné výchově, která není o nic méně společensky důležitá než kterákoliv jiná funkce v organizaci Národní fronty, není některými funkcionáři i orgány politických a odborových organizací i národními výbory náležitě uznávána jako politická práce. Tito soudruzi mají za to, že tento stav by se měl změnit nějakými směrnicemi shora. Právě tak si stěžují i učitelé ze škol — kteří plní funkce cvičitelů v naší organizaci nebo v zájmových tělovýchovných kroužcích na školách — že jejich práce není ministerstvem školství a kultury hodnocena a započítávána jako jiná práce v zájmových kroužcích — například v biologickém, mičurinském, přírodovědeckém a podobně.

Zde je třeba zjednat nápravu, nemá-li to vést k vážné újmě na nadšené a obětavé práci v tělesné výchově. Tato náprava se ovšem nestane vydáním nových směrnic a nařízení. Směrnice jsou sice důležité a nutné, ale ty zde už máme. Proto myslím, že není třeba vydávat nové, ale bude třeba všude prosadit jejich respektování. Neboť takovýto postoj mnohých pracovníků a orgánů k práci v tělesné výchově není v souladu s usnesením strany a vlády z roku 1952, ani se zákonem o tělesné výchově a se stanoviskem ministerstva školství a kultury k této otázce.

Tělovýchovná organizace je jednou z nejmasovějších organizací Národní fronty. Komunistická strana Československa a vláda Národní fronty plně docenují její společensko-politický význam. Dokazují to svými směrnicemi i zákonem, hlavně však stálou péčí a všestrannou podporou. Proto si také váží všech poctivých a obětavých pracovníků v tělesné výchově, kteří s nadšením plní tyto společensky důležité úkoly.

Je nutné, aby se orgány tělesné výchovy — opírající se o tato stanoviska strany a vlády i o směrnice a zákony — samy iniciativně a důsledně dožadovaly, za pomoci Národní fronty, zjednáni nápravy.

Z referátu soudruha Fr. Vodsloně na plénu ÚV ČSTV v únoru 1958.

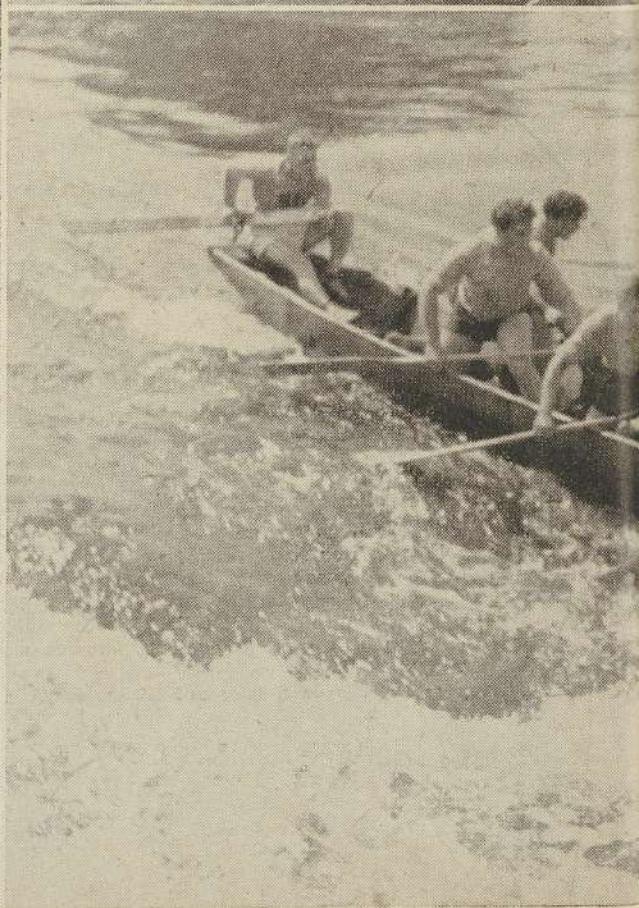
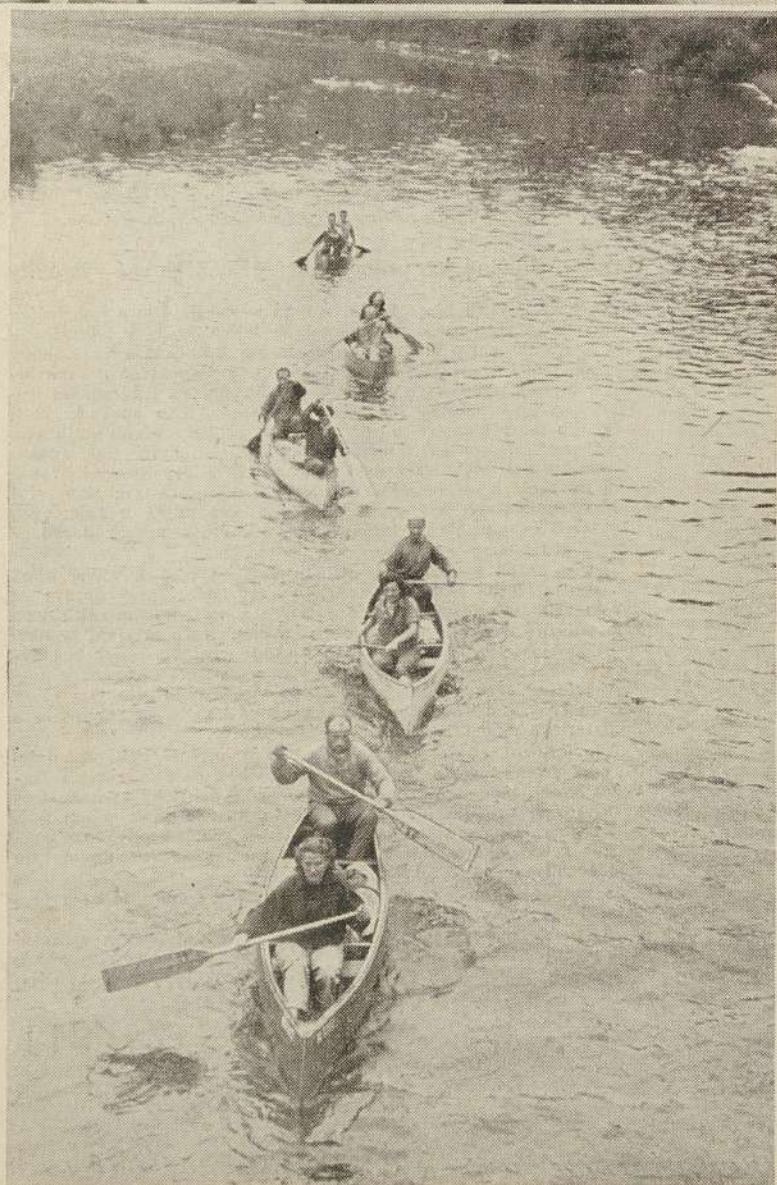
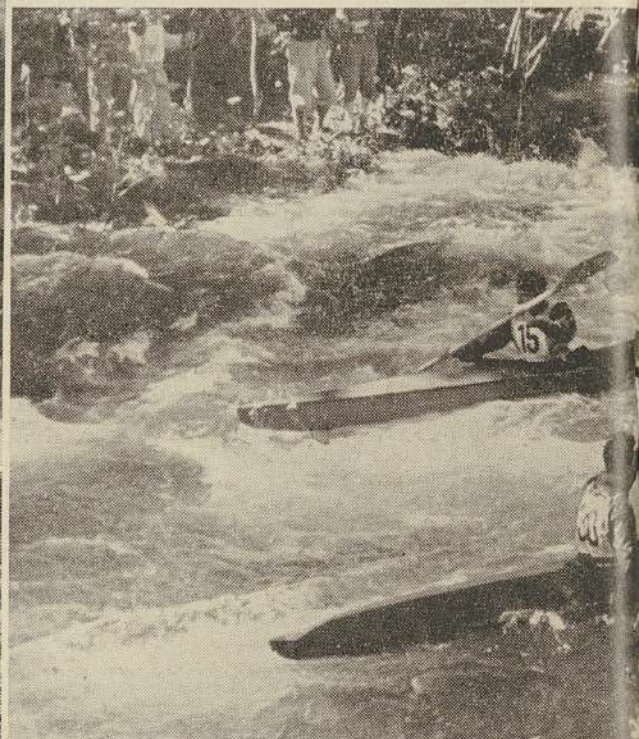
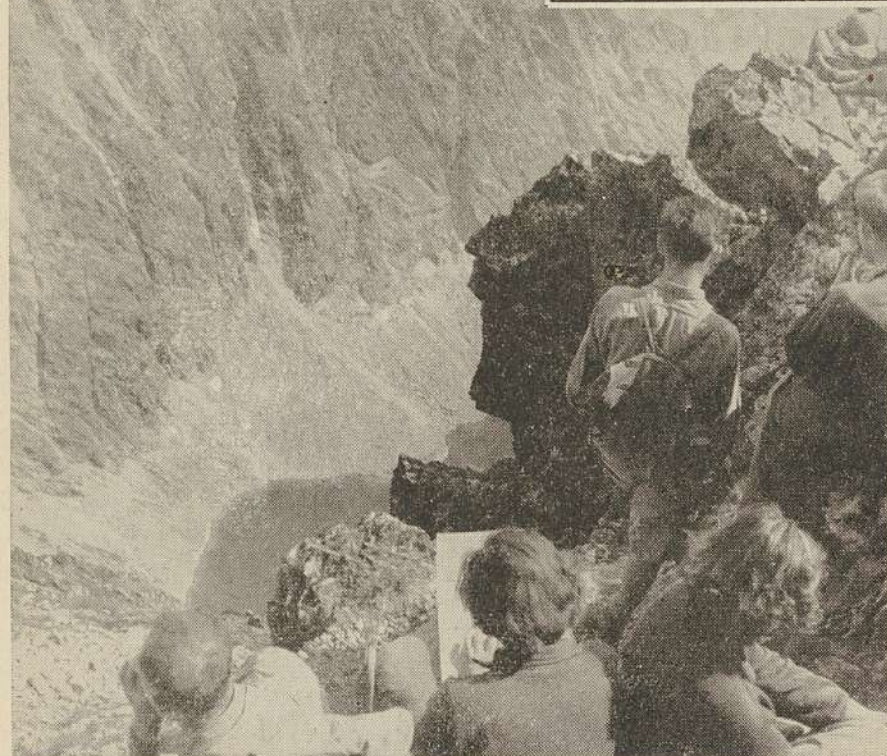


Čs. výprava v Zakopaném. Zleva: Pešl, Kamlerová, Čilič, Lubina, Hrubý, Srnková, Hrnčiar, Holan, Klamár. (K článku na str. 14.)

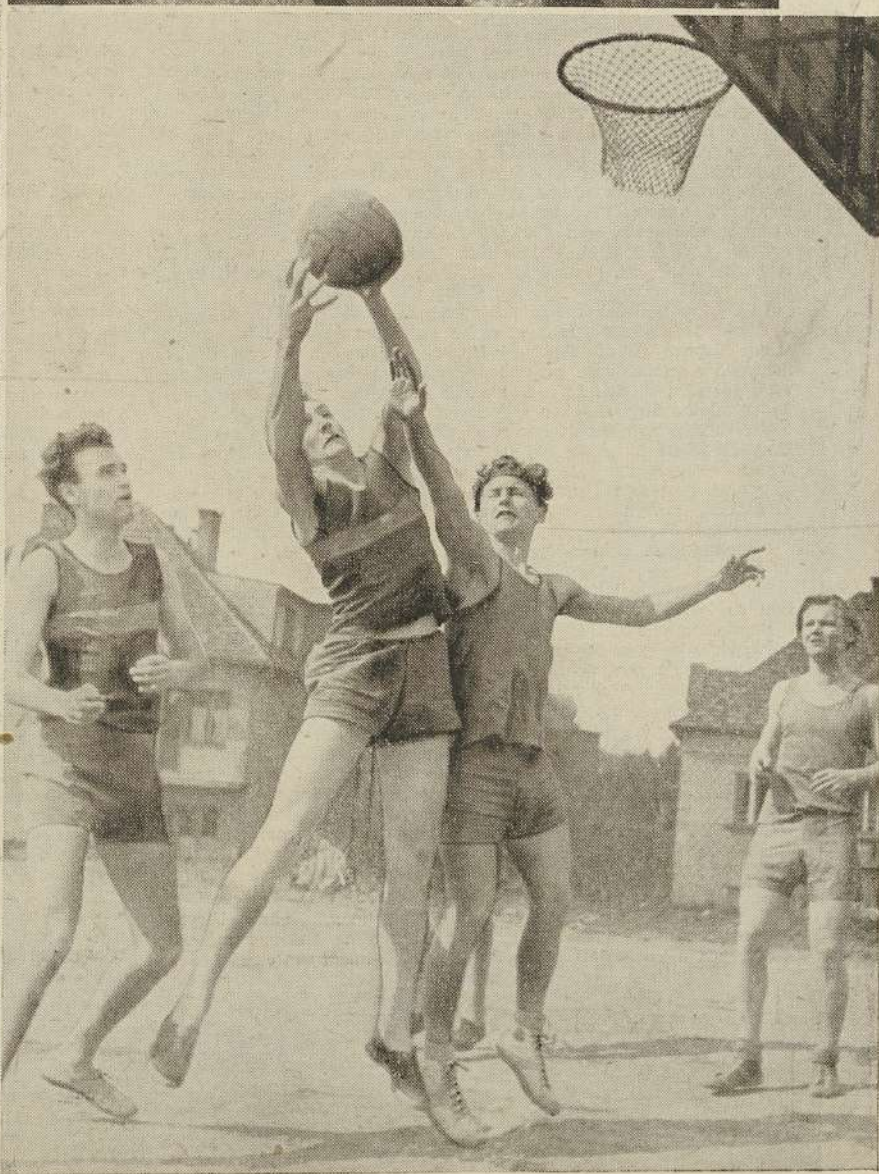
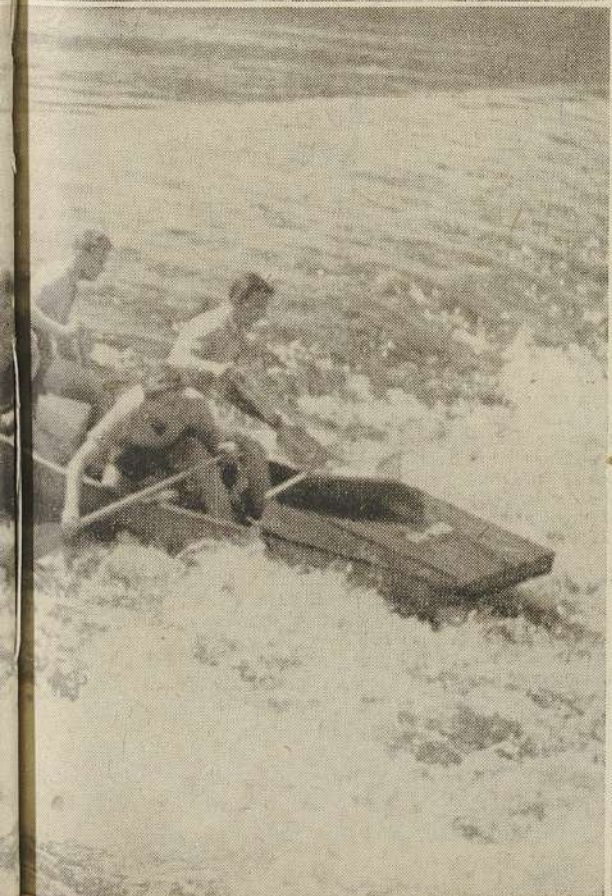
Příklad Československa názorně ukazuje, že v průmyslově vyspělých zemích se tempo průmyslového rozvoje po vítězství socialistické revoluce nesmírně zvyšuje a že tyto země mají zvlášť příznivé možnosti k tomu, aby v krátké době s menšími obtížemi, než měl například Sovětský svaz, dosáhly rozkvětu výrobních sil a hojnosti duchovních a hmotných hodnot.

Na XI. sjezdu KSČ, vedoucí delegace KSSS soudruh A. I. Kiričenko

# HORY · VODA · HŘIŠTÍ



**Slunce, voda, zdravý vzduch, to jsou mocní činitelé, kterých lyžař plně využije během letní přípravy k upevnění zdraví, zvýšení celkové tělesné i duševní zdatnosti, k získání síly, obratnosti, rychlosti a vytrvalosti.**



# JEŠTĚ O ZÁVODNÍM OBDOBÍ

## Mladí československí reprezentanti startovali v Zakopanem

Predsedníctvo lyžiarskej sekcie ÚV ČSTV prijalo pred týmto hlavným obdobím jedno progresívne uznesenie: »Umožniť mladším nádejným pretekárom štart na niektorých zahraničných pretekoch.«

Tohto rozhodnutie umožnilo mladším pretekárom absolvovať skúšku v medzinárodnom meradle. V dňoch 18.—25. marca 1958 zúčastnili sa členovia družstva mladých na veľkých medzinárodných lyžiarskych pretekoch, na Memoriáli Bronislawa Czecha a Heleny Marusarzówny v Zakopanem. V početnej výprave boli zastúpené len klasické disciplíny v tomto zložení:

**Bežkyne:** Jeřábková Helena, Srnková-Leischnerová Vlasta, Stehlíková Nina a Kamlerová Vlasta. Trénerka: majsterka športu Leľková Květa.

**Bežci:** Hrubý Ladislav, Pospíšil Josef, Klamár Jozef, Pešl František. Tréner: Terezčák Ján.

**Združení:** Farský Karel, Jindra Josef, Martiňák Miroslav.

**Skokani:** Motejlek. Tréner: Inž. Šablatura Luděk.

**Vedúci výpravy:** člen predsedníctva LS súdruh Lubina.

### Vyhodnotenie disciplín

Obsadenie pretekov v bežeckých disciplínach bolo: Francúzsko, ČSR, NDR, Rakúsko, Maďarsko a Poľsko. Naši pretekári sa zúčastnili preteku štafiet na 4X10 km a behu na 15 a 30 km.

Štart štafiet ako aj odovzdávajúce územie a cieľ boli postavené na lyžiarskom štadióne pod Krokov. Trať viedla členitým, vhodne voleným terénom. Bola dobre upravená. Pretek prebiehal na striedavom snehu, nakoľko po pomerne teplom ráne (+4°C) začalo sa ochladzovať. Naša štafeta v zložení: Pešl, Klamár, Pospíšil a Hrubý obsadila 4. miesto. Pretekári podali svoje obvyklé výkony a ich umiestnenie zodpovedá plne ich výkonnosti.

Štvrté miesto v štafetách je pre nás úspešné, keď uvážime, že pred rokom, kedy na tých istých pretekoch, kde štartovali naši najlepší bežci, obsadili za štafetu Poľska I, Poľska II a Švajčiarskom tak isto IV. miesto.

Tohto roku prvé miesto obsadila štafeta Poľska v zložení Rubis, Mateja, Furtak a Kwapien. Na druhom mieste skončila štafeta Poľska II v zložení: Bukowski, Zjeba, Sopezak a Figura, na tretom mieste skončila štafeta Francúzska v zložení: Lutleubacher F., Biroux Charlie, Madrillon René a Mermet Jean.

Trať behu na 15 km bola stavaná na naše pomery nezvyčajne ťažká. Prvých 6 km hneď od štartu bolo neustále stúpanie, ktoré končilo prudkým dlhým výstupom. Toto vyšínilo našich pretekárov, ktorí v priebehu ďalších kilometrov nevedeli podať svoje obvyklé výkony. Pretekári došli do cieľa mimoriadne vyčerpaní. Pretek v behu na 15 km nebol pre nás úspešný, až na umiestnenie Čilíka (štartoval v rámci pohraničného styku), ktorý obsadil v ťažkej konkurencii IV. miesto. Prvé miesto tu obsadil najlepší Stredoeurópan Francúz Mermet časom 1:00,34, 2. Kwapien 1:01,03, 3. Sopezak 1:01,35, 4. Čilík 1:01,41, 18. Blažiček 1:04,24, 21. Hrubý 1:04,39, 22. Pospíšil 1:04,41, 39. Klamár 1:07,00. Pretek nedokončil súdruh Pešl, ktorý zlomil lyžu.

Trať behu na 30 km bola postavená na troch 10-kilometrových úsekoch. Bežalo sa na dobrom snehu za mrazu na dobre upravenej stope. Úspech tu dosiahol náš Hrubý Ladislav, ktorý mal dobrý nástup a v priebehu 20. km mal druhý čas za Kwapienom. V závere však povolil a skončil na 5. mieste, čo je preňho veľkým úspechom. Je to talentovaný pretekár s dobrými osobnými vlastnosťami. Pretekár Čilík štartoval so štartovným číslom 1 vo svojej skupine. Umiestil sa na 2. miesto. Je to obrovský úspech, keď uvážime, že minútu za ním štartoval najlepší poľský pretekár Kwapien, ktorý sa mohol v priebehu preteku dobre orientovať a toto mu prinieslo aj úspech. Ďalší náš reprezentant Pospíšil nastúpil na štart trochu nachladený. Pretek dokončil s námahou, umiestil sa na 23. miesto. Pretekárky sa zúčastnili preteku štafiet na 3X5 km a behu na 10 km.

Štafety prebiehali na dobre upravených tratiach so štartom a cieľom na lyžiarskom štadióne. Štafeta v zložení Srnková, Jeřábková a Kamlerová obsadila 4. miesto.

Pretek v behu na 10 km absolvovali naše pretekárky len v priemernom čase a pozornosť si zaslúži jedine Kamlerová Vlasta, ktorá obsadila v ťažkej konkurencii 7. miesto.

Pretek združení: Zúčastnili sa ho pretekári Jindra, Farský a Martiňák. V tejto disciplíne sme očakávali lepšie umiestnenie. Po behu na 15 km bolo poradie: Farský 4. miesto a Jindra s Martiňákom skončili medzi poslednými. Treba však priznať fakt, že pomerne ťažká trať úplne vyčerpa našich mladých pretekárov a skoro všetci dokončili prvú disciplínu s vypätím síl. Na druhý deň po preteku v skoku sa situácia trochu zmenila. Farský mal v I. kole pád a nedarilo sa mu ani ostatné skoky. Tým sa pripravil o lepšie umiestnenie. Jindra a Martiňák skákali pekne, no na stratu z behu nestačili. Vo výsledkoch skončili Jindra 8., Martiňák 9. a Farský 14.

V skoku prostom pretekali: Farský, Martiňák, Jindra, Ulrych a Motejlek. Skákalo sa za ideálneho počasia na známom mostíku na Krokvi s kritickým bodom P 78 m. Naši mladí pretekári podali

priemerné výkony. Jindra mal vyrovnané skoky a v druhom kole mal najdlhší skok 76 metrov.

Keď uvážime, že naši mladí pretekári mali možnosť prvýkrát pomerat si sily vonku v medzinárodnej konkurencii, a keď berieme v úvahu minuloročné výsledky z toho istého preteku, kde štartovali naši najlepší bežci, musíme vyhodnotiť tento štart mladých ako úspešný. Potešiteľné je zvlášť to, že pretekári pristupovali ku každému preteku veľmi zodpovedne a pri každom ich počínaní bolo vidieť, že sú si plne vedomí zodpovednosti za vzornú reprezentáciu a že sú hrdí na to, že môžu v cudzine hájiť farby našej vlasti. Mám dojem, že taketo nadšenie chýba našim starším pretekárom-reprezentantom.

## Medzinárodné lyžiarske preteky »Memoriál Bronislawa Czecha a Heleny Marusarzówny«

Už po trinásty raz usporiadali poľskí lyžiarski pracovníci svoje najväčšie lyžiarske preteky. História tohto preteku iste bude zaujímavá aj našich lyžiarov. Memoriálom uctia si poľskí pracovníci pamiatku svojich veľkých lyžiarskych pretekárov, ktorí vedeli popri výsledkoch na lyžiarskych tratiach prechovávať v sebe veľký cit vlastenectva a neváhali v kritických časoch okupácie položiť za vlast aj svoje životy.

### HELENA MARUSARZÓWNA

narodila sa v roku 1918 v Zakopanem. Pochádza z veľkej rodiny Marusarzy, ktorá je na poľskej strane Tatier preslávená tým, že dodala zo svojho rodu nie jedného najlepšieho horského vodcu, znalcov Vysokých Tatier a reprezentantov-lyžiarov.

Helenu od prvých krokov na lyžiach od jej útlej mladosti viedli jej starší bratia Jasek a Stašek (známy poľský skokan). Popri veľkom talente mala obrovskú chuť do závodenia. Ako mladá pretekárka štartovala vo farbách



SN PTT Zakopané, kde dosahovala celý rad víťazstiev, ktoré korunovala dobytím hréhoho titulu majsterky Poľska v alpskej kombinácii v roku 1936.

Na veľkých pretekoch vo Faldbergu v Nemecku v roku 1939 umiestnila sa Helena na 2. miesto hneď za majsterkou sveta Christl Cranz. Boli to jej posledné preteky v živote.

Výbuch druhej svetovej vojny zahnal najlepšiu poľskú mládež do ilegality. Mladá pretekárka svedomite plnila úlohu zpravodajky a kurierky medzi Zakopaným a spolupracovníkmi z Maďarska. Pri tejto práci ju prichytilo a uväznilo gestapo.

Ani po mnohomesačnom väznení a beštiálnych výsluchoch neprezradila ani jedného svojho spolupracovníka. Zomrela hrdinskou smrťou za vlasť v roku 1941. Zomrela vo veku 23 rokov. Hitlerovskí vrahovia ju umučili.

### BRONISLAW CZECH

narodil sa v roku 1908 v Zakopanem. Už od útleho veku obľúbil si lyžiarstvo a ako malý chlapec vyhral lyžiarske preteky medzi mládežou do 12. roku.

V roku 1927 štartoval na lyžiarskych pretekoch v ČSR, kde obsadil v kombinácii 3. miesto. V tom istom roku štartoval v Cortine d'Ampezzo v behu na 18 km, kde obsadil 12. miesto, v skoku 5. a v kombinácii 6. miesto. Bronislav Czech nebol len dobrým združenárom. Boli to zasa zjazdové preteky v ČSR, kde s prevahou vyhral zjazd a dobyl tým titul majstra južných Tatier pred pretekami z Rakúska, Nemecka, ČSR a Maďarska. Na pretekoch v Rax-Platau v Rakúsku dostal najvyšší počet bodov za najpeknější skok. V roku 1928 štartoval na olympijských hrách v St. Moritz, kde v behu na 18 km obsadil 5. miesto a v združenom preteku skončil na 10. miesto. V roku 1929 na pretekoch FIS v Zakopanem obsadil prvé miesto v zjazde a v kombinácii skončil na 4. mieste.

Lake Placid—Garmisch—Lahti—Helsinki—Holmenkolen boli najväčšie bojiská Br. Czecha. Celých 10 rokov dobýval víťazstvá a dobré umiestnenia na veľkých svetových pretekoch. Bol vzorným športovcom.

Br. Czech bol ďalšou obeťou nemeckého fašizmu. Bol uväznený gestapom a dopravený do koncentračného tábora v Osvietimí, kde strávil viac ako 5 rokov. Ako väzeň č. 435 trpel morálne a fyzicky a nedožil sa slobody. Zomrel 5. júna 1944.

Na počesť týchto športovcov bol usporiadaný v roku 1958 už trinásty ročník memoriálu. JÁN TEREZČÁK, tréner





## IV. ročník slalomu o Oštiepok Malej Fatry

Malá Fatra sa ľúčila v nedeľu 1. júna so zimou a lyžiarskou sezónou. Už tradične: slalomom o Oštiepok Malej Fatry. Tento rok strajkovalo slnko, bolo chladno, chvilami hore na hrebeňoch sa prevaľovali hmly.

Už pri hornej stanici vítali pretekárov i návštevníkov terchovské piesne, harmonika — a jeden pretekár, nevedno, či mu temperamentná muzika vzbúrila krv — alebo prozaičkejšie, či mu bola zima, zatancoval si pekný odzemetok. A bol to veru výkon vo vysokých lyžiarskych topánkach!

Celý sprievod, veľmi rozmanite oblečený, i niekoľko terchovských krojov, i civil, i lyžiarske oblečenie, i moderné úzke nohavice — sa pohol k oštiepkovej mulde. Tohoročné májové horká snehom poriadne pohli. A ešte k tomu bola mulda zasnežená opačne ako iné roky, so slonom dolava.

Deti vylosovali čísla pre pretekárov, Milan Šaradin «oficiálne» otvoril pretek. Pravda, nechýbala ani tiež už tradičná «trúba» v osobe dr. Šagáta, ktorá pohotovo komentovala a informovala. «Pretekári» boli rozdelení do štyroch kategórií: nad 40 rokov, nad 30 rokov, do 30 rokov a kategória hostí. Prví štartovali tí nad 40 rokov.

Slalom, postavený Weinerom, vyžadoval rýchle pološvihy, sneh však bol tvrdý a nenabrúsené hrany a mäkké lyže ľahko sklzli. A zasnežená plocha muldy mala tak zlý sklon! A tak po tejto nebezpečnej strane stáli chlapi z Horskej služby a so slalomovými tyčami v rukách zastavovali a zachraňovali tých sklznutých. Ale dopadlo všetko šťastne, len jediný «pretekár», z kategórie nad 40 rokov, ktorý s takou vervou išiel už zhora po tráve na lyžiach, vážne pred štartom mazal, ba dokonca i pod kolenami, zaviazal sponovky, aby nestratil vzácny čas, práve ten vyletel a poriadne sa odrel. Ti skutoční pretekárski chlapi brali slalom vážne a bojovali! Krásne, ľahúčko sa preplietol medzi brámkami mladý Cotiofan a tak dosiahol najlepší čas 25,3 sek.

Samozrejme, dole už — opäť tradične — čakala žinčica a ovčí syr, podávala ju v povabnom terchovskom kroji chatárka Katarína. Na záver preteku išiel turvoň, veru s obdivom sme ho sledovali, ako v tom kravskom rúchu pekne prešiel brámkami. Je to fašiangovská figúra terchovského kraja, s kravskou hlavou.

Po skončení preteku predviedla Horská služba ukážku záchranných akcií. A potom nasledoval pohreb zimy. Malú, čiernu truhličku plnú snehu niesli krojovaní, urastení terchovskí chlapi, za ňou «pozostali». Ten hlavný, naša «trúba», s frakom, cylindrom a pumpkami, za ním lyžiari, lyžiarky a celý ten ostatný národ. Na lúčke, plnej soldaneliek, kašiek, enciánov, predniesol hlavný pozostatý strašne truchlivú pohrebnú, rozlúčkovú reč, len bola nevážne pre-



rušovaná výbuchmi smiechu nedisciplinovaného poslucháčstva, až sme truhličku vrhli do ohňa a popálili i všetky zvyšky dolámaných lyží, ktoré sme po zjazdovkách ponachádzali. A verte, sotva sme ich polámali pre ohník! Takú životosť zrazu ukázali.

Na tej krásnej lúčke, pod oštiepkovou muldou sa nakoniec spravil kruh, spustila terchovská muzika stryka Baláta a už sa široké sukne terchovské točili okolo úzkych súkenných gatí, i počasie sa len predsa umúdrilo. Slniečko presvietlo naškrobené rukávce, až tá bel v očiach bolela. A celá tá krása severných hrebeňov Malej Fatry, zakvitnutá, voňavá, svieža — až donútila na chvíľku zväznieť, aby s tým väčšou radosťou a šťastím mohol človek vnímať ten spev, tanec a aby tak v duchu tichúčko poďakoval za tento deň. Vy, priateľia Malej Fatry a lyží, ktorí ste ešte neboli na našom preteku — rozlúčke so snehom a zimou, prídte medzi nás, aby nám bolo na V. ročníku slalomu o Oštiepok Malej Fatry ešte veselšie a krajšie!

Technické dáta a oficiálne výsledky slalomu o Oštiepok Malej Fatry: Trať merala cca 150 m, pri šírke od 6—30 m, s 35 brámkami. Autor trate: Weiner.

**Kategória I, nad 40 rokov:** 1/8 Weiner Eugen 34,5, 2/9 Balošák Pavel 35,2, 3/18 Cotiofan Sever 40,2, 4/27 Dr. Kostolný Ján 55,3, 5/29 Dr. Žabkay Ernest 60,5, vzdali: Mrázik Koloman, Šaradin Milan.

**Kategória nad 30 rokov:** 1/2 Kiša Štefan 28,0, 2/6 Weinerová Káťa 33,4, 3/7 Kiša Jozef 33,7, 4/10 Ovčiarica Anton 37,00, 5/16 Turanec Milan 39,8, 6/17 Dr. Danek 40,0, 7/19 Dvořáček Václav 42,1, 9/24 Matušek Lojzo 48,2, 8/21 Krížo Vlado 44,5, 10/30 Čelko Fero 61,7, 11/31 Paňaková Hana 65,2, vzdali: Siakel Vlado.

**Kategória do 30 rokov:** 1/1 Cotiofan Jonel, absolútny víťaz a držiteľ večne putovnej ceny, 25,3, 2/3 Nekoranec Tibor 28,1, 3/12 Rudolf Ladislav 38,0, 4/13 Kríž Ján 38,5, 5—6/14—15 Krížo Vilo, Maruna Ján 39, 7/28 Brežný Štefan 59, 8/35 Stano Ludovít 77,5.

**Kategória hostí:** Reichel Bubo 33, Mišik 30,2, Dr. Sobota 69, Žalman 37,3, Budz 55, Sobotová Mária 50,8.

## Aktivní lyžaři na přeboru ČSR v SZBZ

Letošní, v pořadí už XI. ročník zimního Sokolovského závodu branné zdatnosti potvrdil další vzrůstající zájem o tento závod,



Boh. Kosour na trati.

ktej se už dnes řadí po bok ostatním lyžařským disciplinám. Vydáříl se po všech stránkách jak v bojích na tratích, tak i pořadatelsky. Je jistě ctí pořadatelů, krajského výboru Svazarmu v Liberci, že se přičinili o to, že letošní přebor ČSR v SZBZ přímo navázal na slavnou a dobrou tradici našeho lyžařství.

Zahraniční pozorovatelé z SSSR, Polska a NDR se živě zajímali o celý závod, jeho uspořádání i organizaci. Chtějí jej založit i ve svých zemích při svých branných organizacích Dosaaf, LPŽ a GST, takže Sokolovský závod, který se zatím omezuje jen do hranic naší republiky, se snad brzy dočká i mezinárodní konkurence. Jistě mu prospěje, tak jako prospívá ostatním sportovním odvětvím.

Tak jako předcházející ročníky, i letos přišli na start aktivní lyžařští závodníci, z nichž většina také skončila na prvních místech a došla čestného titulu mistra ČSR a dorosteneckého přeborníka ČSR. Ať už to byla hlídka mužů Hradce Králové ve složení Herbst, Hanuš, Smutný, a hned za ní Liberec, kterou tvořili závodníci TJ Mšeno n. N. Pospíchal, Padocký, Syrovátka

v kategorii do 30 let. Také v hlídce Žiliny jel čs. reprezentant L. Hrnčiar. Nejinak tomu bylo i v kategorii nad 30 let, kde vítězná hlídka Prahy (Štrup, Pejsar, Tauš) a druhá Liberce (Pavla, Moc, Filigner) jsou vesměs bývalí nebo ještě dokonce aktivní lyžařští závodníci.

Stejně tomu bylo i v ostatních kategoriích hlavně mládeže, kde Liberecko znovu potvrdilo, že právem patří mezi lyžařskou velmoc. Vždyť hlídki chlapců (Skrbek, Stiedel, Sáva) a dívek (Jirnová, Hadravová, Vacková) vyhrály kategorie 17—18 let. Jen v kategorii žen zůstaly tentokrát lyžařské závodnice doma.

Největšímu zájmu se letos těšila nejstarší kategorie mužů — jednotlivci nad 41 let. Sešli se v ní staří známí, obhájci titulu, dlouholetý čs. reprezentant a účastník olympijských her ve sv. Mořici v roce 1948 Boh. Kosour a nynější ústřední trenér našich čs. běžců a přeborník v SZBZ z let dřívějších Boh. Turzník. Oba patřili mezi favority. Kosourovi, který reprezentoval Gottwaldovský kraj, se však vedlo lépe. Měl nejlepší čas na 12km úseku 59:53 minuty, měl všechny zásahy ve sřelbě i hodu granátem, a tak si z Harrachova znovu odvezl titul mistra ČSR. B. Turzník se musel spokojit až se 4. místem. Měl sice po Kosourovi druhý nejlepší čas 1:00,41 hod., ale při plných zásazích ve sřelbě zasáhl jen jednou granátem cíl a dostal 12 ztrátových minut.

Letošní přírůstek mládeže na místních i okresních kolech SZBZ musí být a doslova se stát pobídkou pro všechny lyžařské pracovníky, aby co nejtěsněji spolupracovali při dalším ročníku tohoto branného závodu, který v náboru na nejširší základně získává mladé závodníky pro naše lyžařství.

Příkladem vzorné spolupráce, která se nejen osvědčila, ale také přinesla své ovoce, jsou lyžaři TJ Mšeno n. N., kde je trenérem čs. reprezentant, sdruženář V. Lahr. Společně s okresním výborem Svazarmu Jablonce organizovali místní kola SZBZ na školách, závoděch, učilištích a jednotlivých, v rekreačních střediscích i zotavovněch. A výsledek — Jablonce získalo letos na start SZBZ přes 5000 startujících, z nichž lekteři, a hlavně mládež, poprvé závodili na lyžích.

Tak jako tomu bylo letos na Jablonce, ať je v příštím roce i jinde. Prospěje to nejen vlastním Sokolovskému závodu, ale našemu lyžařství vůbec.

FR. PILNAY



## Veřejné výcvikové školy

V lednu a únoru letošního roku pořádala učebně metodická komise MV ČSTV Praha výcvikovou lyžařskou školu pro širokou veřejnost. Tento článek má říci něco o důvodech, které nás vedly k uspořádání školy, o jejím průběhu a výsledcích a konečně má být pobídkou ostatním krajským, resp. okresním komisím k provedení podobných akcí.

Již na několika celostátních aktívech učebně metodických komisí bylo uvažováno o správnosti uspořádání výcvikových lyžařských škol pro ty, kteří doposud nejsou organizováni v lyžařských oddílech, nebo jsou členy takových oddílů, kde zatím není výcvik správně prováděn. Je pravda, že se mohou zúčastnit zájezdů n. p. Turista a někdy i rekreace ROH, kde jsou vždy k dispozici lyžařští cvičitelé, ovšem pojetí takových rekreačních zájezdů a naší výcvikové školy jest zcela rozdílné. V prvních případech jest na závodů přílišná dobrovolnost při výcviku a dále velké množství cvičenců, připadajících na jednoho cvičitele. Často se stává, že družstvo se skládá z 50 až 50 osob, což ovšem nesmírně ztěžuje provádění výcviku, činí jej rozvlákněným, nezajímavým a počet zájemců rapidně klesá. Koncem týdne cvičitel zůstává s několika vytrvalci, kterým se konečně může správně věnovat. Ostatní, a to jest většina, ovšem na tento systém doplácí.

Když jsme publikovali uspořádání naší školy, ozvaly se některé hlasy v tom smyslu, že to bude konkurence zájezdů n. p. Turista. Toto tvrzení není správné. Naopak jsme se snažili, aby se takový týden na horách co nejméně podobal rekreaci a usilovali jsme hlavně o jeho sportovní a výcvikové hodnoty při správném vedení kolektivního života. Je samozřejmé, že jsme se též snažili, aby zde byl rovněž uplatňován dobrý výchovný systém. Přesně stanovený a dodržovaný denní program, obsahující mimo jiné pravidelné hodiny výcviku, přednášek, společné zábavy a čas budičky i večerky, byl povinný pro všechny účastníky.

Pro vedení školy byli vyběráni jen nejlepší cvičitelé, přičemž 60 % z nich byli instruktory cvičitelských škol, tedy nejvyšší stupeň lyžařského cvičitele. V každém družstvu bylo maximálně 10

frekventantů. Při počtu 50 až 70 osob v jednom běhu bylo možno provést rozdělení do družstev přesně podle lyžařské vyspělosti jednotlivců. Výuka byla vedena výhradně podle nové výcvikové osnovy nezávodního lyžování při dodržování metodických a pedagogických zásad. Také umístění školy bylo velmi dobré. Díky pochopení n. p. Stavoisolace, byla nám zapůjčena podniková chata »Dvorská bouda« v Krkonoších, jejíž poloha dovoluje výběr vhodného terénu pro všechny stupně výcviku. Dobré ubytování, strava a výhodná doprava podnikovým autobusem byly jen správným doplňkem k úspěšnému průběhu.

Byl to počátek, při kterém jsme měli získat zkušenosti pro další roky a netroufali jsme si celkem oprávněně na příliš velký rozsah. Začali jsme v tomto roce čtyřmi týdenními běhy. Provedení celé propagace a náboru, administrativního zajištění a celkového uspořádání, bylo velkým pracovním zatížením pro všechny členy učebně metodické komise. Ovšem výsledek byl radostný. První a druhý běh byl obsazen pouze z 80 %, třetí běh komplexní a pro čtvrtý bychom byli potřebovali nejméně třikrát tolik míst. Potom již nebylo nutno se starati o plakáty, které jsme na počátku ručně malovali a vyvěšovali ve sportovních obchodech, roznášeti po kancelářích a továrnách rozmnožené propagační letáky a dávat zprávy do novin a městského rozhlasu. Na druhý běh přijela reportážní skupina čs. státního filmu a několik filmových záběrů z denního výcviku bylo zařazeno do filmového týdeníku a do programu televize. Ti, kteří se vrátili z prvních výcvikových týdnů, nám sami poslali další zájemce. Přihlásilo se jich tolik, že jsme byli nešťastní z toho velkého počtu ústních, písemných a telefonických žádostí o zařazení do školy. Nemohli jsme jim vyhověti. Přirozeně, že každý účastník si hradil veškeré finanční náklady školy.

Prekvapující byl také zájem všech frekventantů o výcvik. Nestalo se ani v jednom případě, že bychom se museli dovolávat podepsaného prohlášení každého účastníka zavazujícího k účasti na celém programu. Naopak, nebyl řídký zjev, když družstvo žádalo cvičitele a prodloužení výcviku, např. na úkor poledního volna. Vš-

## Vypravování o malých pro velké

Ptáte se jistě proč o malých. Nebudu tedy dlouho napínat, ale hrdiny tohoto vypravování jsou krkonošské děti ve věku od 6—10 let. Pro velké to bylo sepsáno proto, že mnozí z vás, kteří se nad těmito řádky skloníte a snad je dočtete až do konce, si z prostínkého děje můžete udělat představu, co je možné, jen když se jen trochu chce. Tolik tedy úvodem a nyní již pěkně po pořádku.

V bytě ředitele národní školy v Janských Lázních se rozdrnel telefon.

»Kdo volá?«

»Tady Sochor, národní škola v Peci. Mám pro tebe a pro vaše lyžaře pozvání na dětské lyžařské závody. Bude to příští úterý. Pojede se obří slalom.«

»Rozumím. Na kterém kopci to bude?«

»Na Hnědém vrchu, sraz v 9 hodin u transformátoru. Ale bude nás hodně! Přijdou všichni nejlepší závodníci z Malé a Velké Úpy, z Maršova, od vás a také naši se již velmi těší!«

»Tak je to správně, přihlásky od nás došly zítřka poštou, určitě přijedeme! Jsme na vás jak se patří nachystáni!«

Pak následovalo několik pozdravů rodinám, poptání po zdravíčku, a předehra k velkému ději byla skončena.

Tak to tedy začalo. Protože jsem nemohl sledovat, co se dělo dále na jednotlivých školách, které se do soutěže přihlásily, vypráví zde jen to, co se všechno odehrálo na národní škole, kde náš děj započal, v Janských Lázních. Byl z toho zkrátka velký poprask. Na škole již sice proběhly troje náborové závody v této disciplíně, takže do bojového šiku mohlo být postaveno jen 28 nejlepších, ale co s těmi ostatními? Vždyť na škole jezdí 80 % všech dětí na lyžích a dokonce i prvníšek Vašek, který má i s lyžemi 16 kg, si to chtěl mocimerno s »Pecákem« jak se patří rozdat. Celá škola chtěla vidět, jak vyzrátel bude letos opět »podrcen« (závody konáme tradičně každý rok) a jak naši re-

prezentanti budou bojovat o místa nejčestnější. Věci se ujali učitelé v čele s ředitelem a ani školník a kuchařky ve školní kuchyni nezůstali stranou. Krátká porada a smělé rozhodnutí. Na Hnědý vrch jede celá naše škola, pouze nemocní zstanou doma! Skupinu závodníků vede ředitel školy — současně odpovědný trenér, odjezd v 7.00 hod. lanovkou na Černcu horu, odtud pěšky na Kolínskou, Pražskou, Čapkovu chatu a k známému již transformátoru pod Hnědým vrchem, kde bývá pravidelně cíl těchto závodů. Další lanovkou odjedou další dvě skupiny. Lyžaře turisty vedou soudružky Vojtěchová a Dušková, sánkaře vede vychovatelka družiny mládeže a na pomoc k ní přibude ještě jedna maminka. Návrat domů je společný, zvláštěním autobusem z Pece, příjezd do Janských Lázní v 16.30 hod. Kuchařky připraví na tuto dobu oběd ve školní stravovně!

Rozkaz celkem stručný, strohý, ale kdo připravoval již někdy takové nebo podobné akce se stoukok záka, doveďe si představit, kolik práce a organizačního umu je k tomu potřeba, aby se věc zdařila. Žáci dostali na

chni se podřídili dobrovolné kázní celku. Spokojenost účastníků dokazuje skutečnost, že při posledním běhu, kdy většinu týdne přišlo, probíhal výcvik nerušeně i na špatném sněhu a většina cvičenců žádala již nyní své instruktory o zařazení do kusu pro příští rok. Také konečné písemné hodnocení jednotlivých družstev školy bylo po všech stránkách kladné.

Nerad bych, aby všechna chvála a spokojenost s průběhem školy činila dojem, že chceme takto zveřejnit práci naší komise a propagovat školu pro příští rok. Jsem totiž přesvědčen, že podobnou akci je schopna uspořádat každá krajská učebně metodická lyžařská sekce stejně dobře. Důležitá okolnost jest ta, že mnoho lidí má rádo hory, často je navštěvují a jejich zimní krásy ocení tím více, čím lépe budou umět jezdit na lyžích a bezpečně se pohybovat v jejich prostředí. A naši povinností jest dát jim příležitost k technickému zdokonalení v jízdě. Budete překvapeni, jakým zájmem se vám odvděčí, jakou vyvinou vůli, aby se za týden naučili co nejvíce a konečně jak ocení vaši dobrou práci. Jsou to většinou ti, kteří doposud neměli možnost poznat výsledek odborně a svědomitě vedeného výcviku a v důsledku toho jest zřejmé, že mnozí z nich se nyní stanou členy našich jednot a lyžařských oddílů, kde budou hledati stejný sportovní život na horách v dobrém kolektivu, jako tomu bylo zde.

Důležité je také, abych se zmínil o provádění výcviku a o výsledcích postupu podle nové výcvikové osnovy. Ještě před odjezdem na sniž při schůzkách jednotlivých běhů, jsme promítali instruktční filmy, které všechny seznámily se základními pohybovými znaky nové techniky. Praktický výcvik byl dále veden v tomto směru. Všichni cvičitelé, kteří byli do školy povoláni, již prošli s úspěchem doškolením, pořádaným ústřední nebo městskou ÚMK.

Výkonnost účastníků byla značně rozdílná. Asi 20 % tvořili začátečníci, největší část lyžaři slabší výkonnosti bez viditelného systému jízdy a přibližně 15 % jezdcí zdatnější, ovládající rotační techniku. Celkově možno odhadnouti, že asi 20 % frekventantů zvládlo bezpečně výcvik po privátní oblouku, 60 % dalších po privátní smyk a konečně zbývajících 20 % dospělo ke srozumitelnému smyku. Všechny eviky byly nacvičovány nejprve na upraveném sněhu a později v terénu na neupraveném sněhu, pokud to ovšem sněhové a povětrnostní podmínky dovolovaly. Výsledky byly skutečně velmi dobré, porovnáme-li rychlost postupu s ohledem na starou metodickou řadu. Nesmíme zapomenout, že všichni cvičitelé se teprve sami seznamovali se systémem výuky a hledali vlastní metodické a pedagogické pomůcky ke zrychlení a usnadnění výcviku. Postup výuky byl ponechán iniciativě cvičitelé, který měl za úkol poznamenávat si svoje poznatky, které chceme později zpracovat a zveřejnit.

Základní výcvik si s výjimkou několika pohybově nenadaných osob osvojili všichni. Proti škole rotační byl rychleji a daleko s menšími potížemi zvládnout smyk ke svahu. Většina frekventantů si snadno zvykla na nový pohyb lyží po plochách při správné práci kolen a boků, ačkoli se dříve právě zde objevovalo nejvíce chyb. Dbali jsme na to, aby hlavně v prvé fázi byly vytvořeny správné základní pohybové návyky nejen při sjíždění, ale i při chůzi, které nám potom usnadňovaly a budou usnadňovati další postup v diferenciovaném výcviku sjíždění a běhání s hlavním konečným cílem bezpečné jízdy v terénu. Výsledek toho se projevil již při návěku privátního smyku od svahu, který byl velmi urychlen, neboť důležitý a rozhodující okamžik, kdy lyže přicházejí do smyku, jest zjednodušen nejen aktivním přisunutím lyže, ale hlavně správným držetím těla, které si každý osvoil při důsledném provádění základním výcviku. Myslím, že všichni, kteří prováděli v této sezóně výuku podle nové osnovy, mají značné množství takových poznatků a bude jistě správně napsati o nich do »lyžařství« a zveřejnit je.

Hlavním a nejdůležitějším výsledkem byla skutečnost, že při

## Odišel vzácný přítel lyžiarstva



15. júna 1958 — práve v deň kedy sa konala plenárka ústrednej lyžiarskej sekcie — skonala v Bratislave súdruh František Kubač, významný funkcionár Komunistickej strany Československa, predseda Slovenskej národnej rady.

V súdruhoví Kubačovi odišiel nielen veľký politický činiteľ, ale i priaznivec nášho lyžiarskeho športu. Veľmi ho zaujímal výsledky a práca pracovníkov v lyžiarstve — najmä v oddieloch a jednotách. Posledný raz sme o týchto problémoch s nebohým debatovali začiatkom marca t. r. I vtedy, pri príležitosti venovania ceny pre IV. ročník Veľkej ceny Slovenska, žela lyžiarstvu veľa ďalších úspechov.

(Jeho postoj a spomienky sme uverejnili v čísle 5 nášho časopisu z roku 1957.)

My lyžiari, spolu so všetkým pracujúcim ľudom Československa, sklňame sa pred jeho celoživotnou a obetavou prácou s príslubom zachovať navždy jeho pamiatku.

ukončení školy byl u všech účastníků znatelný rozdíl v technické vyspělosti. Jejich jízda byla mnohem bezpečnější a bez zbytečných pádů. V celém průběhu školy se vystrídalo 256 frekventantů a práce nedošlo, mimo několika menších zranění a omocnění, k vážnějšímu úrazu. Možno s jistotou říci, že jízda na lyžích podle nové osnovy pro nezavodní lyžování jest nejen účelnější, ale i mnohem bezpečnější, a to jest zajiště velmi závažná okolnost, protože snížení úrazovosti v našem sportu jest jedním z nejdůležitějších cílů.

Snad bude dobře zmíniti se též o nedostatku, který se projevil v průběhu školy. Byla to mládež, které nebyly dány správné možnosti. Nemohli jsme chatu obsaditi o poletoletích prázdninách, protože byla rezervována pro zaměstnance podniku. Bohužel se nám již nepodařilo zajistit jinou. Přijímali jsme do školy mládež od 10 let společně s dospělými, ale ani to není správné. V době mimo školní prázdnou tvořili títo mladí pouze nepatrnou část školy a bylo velmi obtížné spojití nejen výcvik, ale i další části programu tak, aby vyhovoval oběma kategoriím. Pro příště bude nutno v době poletoletích prázdnin pořádati kursy výhradně pro mládež (bez rodičů), obsaditi je nejlepšími cvičiteli a venovati jim co největší péči. Další kurs vyhraditi pro rodiče s dětmi, v případě ovšem, že všichni se chtějí zúčastniti výcviku. Ale do kursů pro dospělé mládež neposílat.

Na ukončení bych chtěl říci těm, kteří pochybovali o správnosti uspořádání veřejných lyžařských výcvikových škol, že jest naprosto oprávněné tyto školy pořádati a my sami budeme pokračovati v této cestě v rozšířeném měřítku. Nesmíme myslet, že se naše práce pohybuje v rozmezí ČSTV, ac samozřejmě se budeme snažit, abychom získali nové členy do oddílů. Není však také vhodný způsob nejprve ukázat a prakticky přesvědčit jak vypadá dobrá práce v tělovýchově? Myslím, že je to mnohem lepší, než přemlouvat. A i ti, kteří budou dále stát mimo tělovýchovné hnutí, mají právo, aby jim byla dána příležitost zdokonaliti se v lyžařském sportu. Známe nejen jeho morální, ale i branné hodnoty a bude jistě správné, když co největší část občanstva se stane dobrými a zdatnými lyžaři.

VLADIMÍR ŠTENGL

společném shromáždění instrukce na cestu, a tak ve stálých přípravách přišlo ono úterý, kdy tři skupiny dětí, závodníci, turisté a sánkaři, se vydaly na 10 km dlouhou pěší túru, aby si zazavodili, nebo zhlédli závody.

Cesta byla příjemná. Lanovka nás vyvezla do výše 1300 m n. m. a za příznivého počasí se všechny tři skupiny přesunuly terénem, většinou sice s kopce, ale o 10 km dál do hor. Na Hnědém vrchu byl již čilý ruch a z dálky bylo možno sledovat hemžení malé drobtiny. Naším příchodem byla dovršena právě píl druhá stoeka startující. Byli jsme také jediní, kteří dodali diváky. A ti jsou při takových závodech také potřeba. Pak následovala poslední příprava před startem, kontrola lyží, vázání, trochu přemazání — ani byste neřekli, s jakou vážností a důležitostí to ti mali spunti prováděli — startovní číslo, sice slušivé, ale trochu velké, brýle a již startér svým »pět, čtyři tři, dvě, jedna, teď« posílal jednoho po druhém na trať. Ale jaká to byla trať! Skutečný obří slalom, trať upravená s prauými tyčemi a vlnícími praporky. Ne jako vedle rekreatantů, co se těm malým závodníkům zbytečně blíž-

ko jejich trati pletli! Ti jezdili dokonce slalom mezi nebezpečnými odřezky z prken, jak jim je dodala naše krkonošská pila. I ti mali si toho všimti! Bojovnosti bylo na trati až až... Rovinka před cílem nejela, tak i ti, co stáli kolem, si při mohutném povzbuzování přišli na své. Tonda dojel na jedné lyži, Jiřina dojela po břiše, Jirka bez jedné hole a Hana, ta upadla, rychle vstala a aniž by se upravila (to se na opravdových závodech často stává), dojela do cíle. Pěkný nadplán vyrobil Karel. Ten ze samého strachu o toranu a kabát absolvoval celou trať s tímto zatížením. Nadarmo mu však maminka nenakazovala, aby si nikde nic nezapomněl. A tohle se Karlovi zdálo nejjistější. A tak každý, jak uměl nejlip, dojel do cíle a při pěkné pohodě se ani nezdálo, jak ten čas rychle uběhl.

Do cíle přišlo číslo 149 a s ním se dostavil i konec závodů. Výsledky byly hned na místě vyhlášené, rozdány pěkné plakety a diplomy. Letos byl boj vyrovnaný. Tři plakety putovaly do Janských Lázní, dvě zůstaly v Peci. Ale i na Malé Úpě i v Maršově se letos polepšili a získali po jednom prvním

místě. Soudruzi učitelé si zatím vykládali něco o tělesné výchově a o zkušebních osnovách v lyžování, ale protože jsem tomu ani trochu nerozuměl, dal jsem přednost dětské společnosti. Všechny trávil žízeň a hlad a proto jsme se přesunuli s celou karavanou do restaurace na Peci, kde jsme snědli všechny zásoby a zapili to čajem.

Protože autobus nás tentokrát nenechal trčet na místě a přijel skutečně včas (vidíte, jak se časy mění), bylo během několika minut po idyle. Za půl hodiny jízdy jsme byli opět doma, pod Černou horou. S veselou písničkou, milým úsměvem a opálenou tváří a s pevným odhodláním bojovat příští závod ještě úspěšněji, snědli jsme v chvatu chutný oběd a co nejrychleji spěchal každý domů. Dlouho do večera se vypravovalo doma tátovi, mámě a sourozencům o tvrdých bojích na Hnědém vrchu a líčení by snad nemělo konce, kdyby unavená hlava neklesla na tvrdou desku stolu a maminka neodnesla unavené tělo svého miláčka do nadýchnuté postýlky. »Spi sladce, malý závodníku!«

JAROSLAV VOJTECH,  
předseda LS KV ČSTV Hradec Králové

# Výkonnostní žebříčky závodníků

Podobně jako v minulých letech uveřejňuje ÚTR žebříčky závodníků. Nepříznivá zima zasáhla rušivě do systému, kterým bylo dosud prováděno hodnocení. Nejvíce byly postiženy sjezdové disciplíny. Proto výkonnostní žebříčky sjezdářů chybí, ale i klasické disciplíny měly letos se sestavováním žebříčku starosti, jak vysvítá z následujícího hodnocení.

## A. BĚŽECKÉ DISCIPLÍNY

Do pořadí v žebříčku byli zařazeni ti závodníci, kteří splnili podmínku účasti na určitém počtu výběrových závodů. Tak např. pro běh na 15 km mužů na třech ze čtyř stanovených, pro běh vytrvalostní pak na dvou závodech ze tří stanovených. Pokud se některý závodník zúčastnil všech závodů, nejhorší výsledek se mu škrtá. Je na tom podstatně lépe než závodník, který se zúčastnil jen tří nebo dvou závodů, stanovených jako minimální počet. K určitému zkrácení žebříčku dochází také nesplněním podmínky účasti na nejnižším stanoveném počtu výběrových závodů řadou našich předních závodníků. Tak například závodník Nedomlel se umístil v jednotlivých výběrových závodech takto: Harrachov 41., Mistrovství ČSR 87., Mezinárodní závody v Harrachově 73. To je aritmetický průměr 67, v žebříčku se však z uvedených důvodů umístil na 34. místě.

**1. Běh mužů na 15 km:** Žebříček je sestaven na základě výsledků ve třech ze čtyř výběrových závodů, a to: Harrachov, Zvoleň, Mistrovství ČSR a Mezinárodní závody v Harrachově. Všechny čtyři závody se zúčastnilo šest závodníků (Blažiček, Thomas, Žák, Potměšil, Kuželka, Hašek). Tři závody se zúčastnilo 34 závodníků, které také bylo možné klasifikovat. Z reprezentantů nesplnil podmínku tří závodů A. Teplý a řada dalších krajských závodníků, kteří se umístili na Mistrovství ČSR do 30. místa.

1. Matouš 305,4 %, 2. Cardal 304,6 %, 3. Melich 311,4, 4. Blažiček 311,7, 5. Čížek 311,9, 6. Lehr 315,2, 7. Prokeš 316,7, 8. Hrubý 318,1, 9. Pospíšil 319,4, 10. Hlaváč 319,5, 11. Dvořák 319,8, 12. Okuříl 321,8, 13. Thomas 321,9, 14. Kolařík 323,8, 15. Žák 325,0, 16. Nüsser 325,3, 17. Weber 329,7, 18. Hrnčíř 334,0, 19. Blažek 335,3, 20. Janoušek 337,0, 21. Maleňák 337,1, 22. Potměšil 338,1, 23. Peškárek 339,4, 24. Sabaka 342,0, 25. Kuželka 343,0.

**2. Vytrvalostní běhy:** Žebříček je sestaven na základě výsledků ze závodů ve Svatce, na Mistrovství ČSR a v Novém Městě na Mor. Všechny tři závody se zúčastnili jen dva závodníci (Blažiček, Junek). Klasifikovat je možno 14 závodníků, kteří se zúčastnili dvou závodů. Z reprezentantů se Matouš nezúčastnil vůbec, Čížek a Teplý jen jednoho závodu. Rovněž nemůže být ohodnoceno dalších osm závodníků, kteří se v běhu na 30 km umístili na Mistrovství ČSR do dvacátého místa.

1. Cardal 200,0 %, 2. Prokeš 200,8 %, 3. Blažiček 212,7, 4. Junek 215,6, 5. Pešl 219,8, 6. Stránský 220,1, 7.—8. Blažek 229,0, Vojtěšek 229,0, 9. Šir 229,9, 10. Hájek 234,8.

Všechny sedmi výběrových závodů se zúčastnil pouze Blažiček. Šestí závodů se nezúčastnil nikdo. Pětí závodů se zúčastnilo devět závodníků (Cardal, Prokeš, Junek, Tomas, Žák, Blažek, Potměšil, Kuželka, Hašek).

**3. Běh žen na 10 km:** Žebříček je sestaven na základě výsledků ze závodů v Harrachově, Sliachi, na Šumavě (Memoriál M. Konášové), Mistrovství ČSR. Všechny čtyři závody se zúčastnila pouze Krasilová. Tři závody se zúčastnilo osm závodnic a jen tyto je možno klasifikovat.

1. Krasilová 306,0 %, 2. Srnková 311,1 %, 3. Jeřábková 313,9, 4. Fajstauerová 321,8, 5. Lauermannová 322,0, 6. Hlaváčová 330,7, 7. Ottová 335,5, 8. dr. Dušková 345,9.

**4. Běh žen na 5 km:** Žebříček je sestaven na základě výsledků ze závodů Mistrovství ČSR, Mezinárodní závod v Harrachově. Ohodnoceny jsou všechny závodnice, které se zúčastnily daných dvou závodů a je jich celkem 14. Stanovený třetí závod se nekonal. Nemohly být ohodnoceny závodnice s jedním závodem (M. Bartáková, Hlaváčová).

1. Benešová 200,4 %, 2. Patočková 201,5 %, 3. Krasilová 207,9, 4. Fialová 208,6, 5. Lauermannová 210,8, 6. Srnková 211,3, 7. Kamlerová 219,0, 8. Fajstauerová 224,2, 9. Strážná 225,6, 10. Průchová 228,3, 11. Ottová 229,4, 12. Jeřábková 229,5, 13. Lašková 231,4, 14. dr. Dušková 235,8.

## B. SKOKANI A SDRUŽENÁŘI

**1. Žebříček výkonnosti skokanů** je sestaven ze čtyř výběrových závodů. Na výběrových závodech byla celkem malá účast. Všechny čtyři závody se zúčastnil jediný Vašut. Absolvováním minimálního počtu dvou výběrových závodů se klasifikovalo celkem 18 skokanů. Náš letošní nejlepší skokan Jáchym Bulín startoval pouze v prvním výběrovém závodě ve Vysokém n. Jiz., který přesvědčivě vyhrál s 227,5 bodu. Pro zranění v dalších závodech nemohl startovat a proto také není uveden v žebříčku.

Poř.	Jméno	Vysoké n. Jiz.	B. Bystřice	Sp. Mlýn	Harrachov	Součet
1.	Remsa Zdeněk	218,5	219,5	202,5	—	438,0
2.	Jebavý Drahomír	214,5	209,0	218,0	—	432,5
3.	Vašut Václav	206,0	209,0	202,5	213,0	422,0
4.	Melich Vlastimil	197,0	—	—	212,5	409,5
5.	Martiňák Miroslav	181,0	—	202,0	207,5	409,5
6.	Nevlud Jaromír	—	201,5	205,0	—	406,5
7.	Nüsser Josef	—	—	193,0	197,5	390,5
8.	Jindra Josef	192,5	—	205,5	—	388,0
9.	Farský Karel	180,0	—	—	204,5	384,5
10.	Lahr Vítězslav	—	—	181,0	200,0	381,0
11.	Felix František	—	182,5	198,0	—	380,5
12.	Pacholík Stanislav	199,0	—	180,5	—	379,5
13.	Thomas Emil	183,5	187,5	189,5	—	377,0
14.	Rieger Hubert	—	—	166,5	198,0	364,5
15.	Stuchlík Mojmír	—	151,5	159,5	199,0	358,5

**2. Výkonnostní žebříček sruženářů:** Ze čtyř klasifikačních závodů byly započteny vždy dva nejlepší a výsledek byl pořízen prostým součtem bodů. Je to změna proti dřívějšímu způsobu, kdy z průměru nejlepších se počítávala procentuální hodnota. Tento způsob volila skokanská komise proto, že podává správnější obraz o výkonnosti a při tom je i jednodušší. Absolvováním aspoň dvou výběrových závodů se pro žebříček kvalifikovalo celkem 19 závodníků.

Poř.	Jméno	Harrachov	Lomnice	Nové Město	Sp. Mlýn	Součet
1.	Melich Vlastimil	448,0	455,3	450,1	446,6	905,4
2.	Lahr Vítězslav	428,8	441,5	438,7	448,6	890,1
3.	Kubica Jan	403,9	443,9	431,1	—	875,0
4.	Nüsser Josef	442,4	430,1	415,4	425,4	872,5
5.	Janoušek Milan	433,9	430,7	—	434,6	868,5
6.	Martiňák Miroslav	364,6	420,5	431,7	420,9	852,6
7.	Marek Miloš	—	—	404,4	420,3	824,7
8.	Jindra Josef	413,3	—	—	410,0	823,3
9.	Lukeš Vladimír	—	412,0	—	400,7	812,7
10.	Maleňák Bohuslav	349,1	392,4	391,6	409,8	802,2
11.	Zemánek Bohuslav	—	—	397,8	394,7	792,5
12.	Nedomlel Jaroslav	294,3	379,3	369,0	384,3	763,6
13.	Prchal Milan	336,1	390,5	—	372,9	763,4
14.	Vališ Jiří	—	—	356,3	360,5	716,8
15.	Balátka Josef	334,2	379,7	—	—	713,9

Ústřední trenérská rada považuje výběrové závody za účinný prostředek k zvyšování výkonnosti a spravedlivému výběru nejlepších závodníků. Tento úkol může být plněn jen při účasti nejlepších závodníků. Letos ale tomu tak nebylo. Trenérská rada i Ústřední lyžařská sekce se již touto otázkou zabývala a pro příští rok rozhodne o případné změně v organizaci výběrových závodů, nebo o novém způsobu výběru a hodnocení výkonnosti. **Trenérská rada ÚLS**



Poctivá letní příprava je jedinou cestou. O tom není třeba Evu Lauermannovou přesvědčovat.

# Hory mají srdce v člověku

Příběh lyžaře - závodníka

## 7. pokračování

Kousek si jí chtěli vzít, možná, že se jí chtěli jen dotknout. My proto máme jen to nejjednodušší vysvětlení: nedbali bezpečnostních předpisů v horách. V takové fukerji neměli svlékat rukavice, které jim vichřice vyrvala, měli jít ve skupině se zkušenými lidmi a já nevím co ještě. Za tohle všechno, čím se proti pravidlům o cestování na horách prohřešili, dal bych jim pokutu, jako já jsem ji jednou dostal v Praze, když jsem šel přes ulici na červenou. Ale zemřít? Proč musili právě zemřít? Celou noc se mě na to ptali, celou noc, Martine. Kdybys věděl, jak je to strašné, když se mrtví dožadují spravedlnosti! Ale to není, Martine, všechno! Vždyť oni nemusili padnout. V té sněhové bouři, ještě než se rozrušila naplno, šli kolem Mahrovy chaty a klidně ji tam mohli v bezpečí přečkat. Proč se tam neschovali a šli do toho nejhoršího? To jsme se dozvěděli, když jsme otevřeli jeho batoh a její torzu. Měli s sebou čtyři krajíčky chleba, slabě pomazaného máslem. Ona měla v peněžence třináct a on pětadvacet korun. Pochopili jsme. Mahrova bouda byla pro ty, kteří jezdili na hory s nabitými tobočkami, pro panstvo. Tihle dva doufali, že ještě včas dorazí do Kleče, která je od Mahrovy boudy necelých deset minut. Kleč, to byla bouda pro obyčejné lidi, kteří chodili brzy spát do společné noclehárny a ráno brzy vstávali, aby si hor užili. Teď, Martine, poslouchej! Asi padesát metrů za Klečí, na cestě k Mahrově boudě, našla druhá skupina pohřešované dva muže v nejlepší lyžařské výstroji. Nikdo jim už nemohl pomoci, ani ty tisícovky, co měli v kapse. Zůstaly jediné netknuty. Ani vichřice, ani mráz o ně nestály. Tihle dva šli do Mahrovy boudy s druhé strany a musili v té nešťastné chvíli jít kolem Kleče, kde se mohli schovat a zachránit. Poněvadž pro ně nebyla Kleč dost dobrá, myslili si, že dojdou včas do Mahrovy boudy, kam bylo necelých deset minut. Taky oni zemřeli. Neúprosná a nevyzpytatelná logika hor, řeknou mnozí. Nikoliv! To se stává, když není něco mezi lidmi v pořádku. Mezi lidmi, Martine! Vidiš, jak jsou hory citlivé. Všechno vědí o lidech, kteří sem přicházejí.

Na kamnech syčí vařící se voda. Martin připravuje čaj a každý hrnek dolévá rumem, jako kdyby se právě vrátil s Hofmanem z osudné noci.

## 4.

Ani začátek října nebyl letos nejhorší. Začne-li horský podzim sluncem, je ještě dlouho dobře na hřebenech i v údolích. Zřídka kdy sprchne.

Jen kmeny, které se hromadily ke skluzům, čekaly na déšť. Blátivé koryto je přirozenou dráhou, která končí až dole, u řeky.

Teď je ale suchý čas a z lesů je slyšet troubení jelenů. Martin není tak klidný jako předtím. Přeložil svůj trénink z rána na odpoledne, po skončení práce v lese. Změnil i dosavadní trať. Tahle je kopcovitější, má více stoupání.

Toho odpoledne se objevil na prahu Martinovu chalupy Lojza s vyprázděnou poštovskou brašnou.

— Ne, pro tebe nic, odpověděl na Martinův tázavý pohled. Kdo by ti taky psal. Ani za děvčetem se neumíš ohlídnout. Byl jsem na Dubence a tak jsem se tu zastavil. Mám ti vyřídit, abys nezapomněl na neděli. Helena si vzala na starost ženy. Kdo ví, jestli ji to nechytne a taky nepoběží.

— Kolik se jich přihlásilo?

— Už kolem šedesáti! Vypadá to, že chce běžet celé údolí. Do neděle to jistě dotáhneme na stovku, září Lojzovi oči.

— Je z tebe obětavý funkcionář.

Lojza ví, co všechno je za těmito slovy. Nechce dát však najeho nedůtklivost ani se necítí dotčen.

— Doufám, že poběžíš naplno, přejde Martinovu narázku.

— To ještě nevím, do neděle je dost času.

— Měl bys, i když je to jen příprava, přimlouvá se Lojza. Richardovi bys pomohl a nám všem. Všem bys byl příkladem, zvláště těm nejmladším. Víš, jak na tebe dají. A tobě to taky neuškodí.

— Poběžím. Jak, to ještě nevím, trvá Martin umíněně na svém. Našel jsem si taky trať pro sebe. Je to dobrá trať. Měl by ses na ni podívat. I Richardovi by se zamlouvala. Když jí proběhneš, víš, na čem jsi; kolik ti schází do dobré formy. Nemáš hlad? Ukázal Martin na stůl, kde byl chléb s máslem a medem.

— Jedl jsem na Dubence. Ale tu trať bys mně mohl raději ukázat a zároveň mě kousek vyprovodíš.

— Půjčím vám ji, usmál se Martin, můžete sem chodit zdola trénovat.

— Tak počkej, nejdřív musím vědět, stojí-li za to, oplatil Lojza Martinovi.

Můžeme ji proběhnout, ale nesmíš na mě tak zhurta, posadil si Lojza brašnu na bok tak, aby mu příliš nepřekázela.

Běželi.

Chvíli mezi stromy, chvíli po mechu i mezi kamením. Běh prokládali mírným klusem a chůzí.

— Je vidět, že přece jen v něčem dáš na Richarda, nabírá Lojza dech.

— Tohle všechno je z mých zkušeností, zdůrazňuje Martin.

— Vypůjčíme si tuhle trať i s tvými zkušenostmi; doufám, že nebudeš nic namítat, přehodil si Lojza brašnu na druhý bok a oba přešli z klusu do klidného kroku.

— Vždycky musíš mít navrch a víš, jak na mě, vycítil Martin Lojzovu narázku.

— Já to myslím jen v dobrém pohledně Lojza dobrosrdečně na Martina. Vždycky bychom si měli povědět pěkně všechno od plíc.

Martin už neodpověděl.

Lojza popadl ulomené větve, zamával jimi nad hlavou, opřel se o ně a odrazil se od měkké země. Jedna pod jeho tíhou povolila a Lojza se sbíral z vlhkého jehličí.

— Lyžařské hole by z nich zrovna nebyly. Ale člověk má mít i v létě něco takového v ruce. Srostou ti dříve s rukama, klouby si zvyknou a v zimě nemusíš čekat a zbytečně ztrácet čas, trochu těžce Lojza oddechuje.

Martin odbočil k hustému porostu.



— Beru si svoje hole do lesa, nechci zvykat ruce na jinou váhu, vytahuje Martin z houští opravdovské lyžařské hole a napodobuje ve cvicích Lojzu.

— Možná, že na tom něco je, pokyvuje Lojza hlavou a přidržuje si brašnu v běhu.

— Teď tudy, ukazuje Martin hlavou na travnatou rovinku, která přechází za pasekou ve vozovou cestu.

Znovu se dali do klusu, a když před nimi najednou vystoupil travnatý břeh s mírným svahem, zdolali jej mírnou chůzí, nijak se nenamáhajíce.

— To je krása! vydechl Lojza.

Před nimi se rozestoupila krajina do nesmírné hloubky, jako by připravena k odletu.

Hory, modrem okřídlené hory!

Lojza zatajil dech a opřel si ruku o poštovskou brašnu, jako by do ní chtěl nabrat z té nevšední krásy a znovu ji roznést a rozdat po stráních a údolích.

Martin se na okamžik zastavil a zahleděl se studenými očima do krajiny.

— Zrovna teď by sis toho neměl všimnout. Rozptyluješ se a jak je z tebe měkota, ozval se netrpělivě Martin jako odněkud odjinud. Když trénink, tak tvrdý, na tohle je jindy čas.

Lojza, zahleděný do krajiny, si teprve po chvíli uvědomil, co mu Martin říká.

— Poslechni, Martine, jsi dobrý lyžař, jsi opravdu chytrý běžec, ale byl bys ještě lepší, kdybys... odmíchl se Lojza a nadhodil si brašnu.

— Co kdybys? obrátil se Martin podrážděn.

— Já si myslím, Martine, že trénink není jen otužování a cvičení těla. Máš přece v sobě taky trochu citu. Já vím, ty si myslíš, že pro sportovce je zbytečný, možná, že se za něj i stydíš, ale to není, Martine, správně. Kdyby ses zrovna teď zadíval do té krásy pod sebou, tělo by zapomnělo na únavu, víc by odolávalo. A pak je člověku nějak pěkněji, když s tebou běží tolik hezkého. I ta krajina přece souvisí s člověkem.

— Máš zas řeči. Ženské bys měl tak trénovat nebo bys mohl dělat průvodce turistům.

— Že ty se hned, Martine, zlobíš a hned si hlavu postavíš. Vždyť při tom tréninku s tebou běží louka, oblaka i ten nejmenší stromek. Všechno to

— Myslím, že z toho tréninku dnes už nic nebude. Ty bys člověka rozplakal. Raději se vrátím domů. Jo, tu trať vám půjčím, ale bude lepší, když na ní budete běhat beze mne, hovoří Martin na polovic žertem a na polovic vážně.

— Měl bys, Martine, víc chodit dolů, mezi nás. Odvykl jsi lidem. Všechno pak zůstane v tobě. Říkám ti to jako kamarád. Oženit by ses mohl, abys nezmrzoutil.

— Nemám rád, Lojzo, tyhle řeči. Zase přijď, ale s něčím jiným na jazyce. A v neděli na shledanou! pustil se Martin poklusem po rovině a za chvíli se ztratil mezi stromy

— — —  
Je čas, kdy stráně opouští kořenová vůně.

Údolí se vyprazdňuje a cítíš jen pach zvadlé trávy, který stoupá nahoru až ke kamenitým cestám. Ale není to čas smutku. Slunce v čistých horských výškách stále ještě hledá cestu do údolí. Kolikrát nedojde, ale bije se s mlhou nebo nízkými mraky, až někde hluboko pod nimi objeví červenou střechu nebo bílý štít, na nějž usedne a odpočívá.

Martinův kůň se toho rána pase hluboko pod hřebenem na lesní louce. Martin tu však objeví prostředí i pro sebe. Spustí se po strmé lesní stráni, kličkuje mezi stromy, jako by sjížděl slalomovou trať. Dole si oddychně a vrací se po příkrém, ale měkkém svahu k pasece.

Kůň se po něm ohlédne. Dávno ví o tomto pánově uličníkování na stráních a lesních cestách. Martin vytáhne z kabátu, pověšeného za suk na borovic, krajíc silně pomazaného chleba, sedne si na pařez a k odpočinku přikusuje svou snídani. Pak hvízdne na koně, který zvedne hlavu, a na pokyn přiběhne k Martinovi. Za chvíli oba sestupují k místům, odkud je až sem slyšet sykot automatické pily a úder sekery.

Tak začíná každý den se sluncem. Přes ten jas však leží v Martinovi stín. Jako by nestrávil něco z večernějšího hovoru s Lojzou.

— To ti dá zas práce, než ze sebe to slovo dostaneš! — pustí se Hofman do něho. — Jako bys měl jazyk podvázaný lýčím.

— Chceš snad místo stromů porážet lidi? Copak se ti zas stalo, Martine? přidává se k Hofmanovi dřevorubec Ondřej, který od rána do večera nosí ve svých vousech piliny.

— Včera Lojza, dneska vy! Nevím, co vás to najednou popadlo, že máte na mě nabroušeno, zapřáhá Martin koně do připravené klády.

— Ale, ale, tak Lojza taky, — usklíbne se Ondřej. — Vida, tak to nejsme jenom my, co ti ubližují.

— Buď se začne měnit počasí, že to tak na tebe leze, nebo je v tom nějaké děvče, Martine, postrkuje Hofman kládu, do níž Martin zapřáhl koně.

Martin práskne bičem.

Je to odpověď na jejich otázku a zároveň pobídka koni. Když se Martin za několik minut vrátil, setřásl Ondřej s plovousu piliny, snad aby vypadal vážněji.

— Poslechni, Martine, tolikrát jsi vyhrál na lyžích, i v cizině jsi závodil, proto bys měl mít víc rozumu než my všichni dohromady. Nevíme, co to je, ale něco tě posedlo. Já ti taky něco povím, když už Lojza rozvázal jazyk. Všichni jsme to na těch kopcích zkusili. Toť se ví, první jsme zrovna nebyli; každý taky nemůže vyhrát, ale přece jen v nás něco zůstalo. Pamatuj si, Martine, všichni jsme dodneška kamarády. A víš proč? Protože jsme se o něco bili. Třeba jsme jen chtěli ukázat svým soupeřům, jací jsme to pořizci a jaké je na nás spolehnouti. Víš, a tohle kamarádství bylo vidět potom i tady u těch pařezů. Práce nám šla od ruky a nikdy mezi námi nepadlo špatné slovo. Co bylo na srdci, bylo i na jazyku. A když jsme ta prkýnka musili složit, taky nám bylo všelijak, ale stále jsme měli něco před sebou. Víš, já myslím, že člověk musí mít v sobě stále nějaké to z i t r a, abys měl pro co ráno vstávat z postele, aby ses mohl na něco těšit. Ty jsi myslíš, že po tom, až člověk složí ta fídlátka, už nic není. To bys koukal, co je věcí. Já učím jezdit na lyžích už svého vnuka. To ti je, Martine, zrovna takové, jako kdybys se učil sám. Toť se ví, dívám se na to už hezky zpovzdálí, ale usmívám se, Martine, je mi strašně dobře. To jsem ti chtěl povědět. Nic ve zlém, jen to, co mě tlačilo, když jsem se na tebe musel koukat, jak mrzoutiš.

Martin sedí na kládě a hledí zarytý do mechu. Odežene i koně, který nastavil tvář jeho. Jako by i jemu se bál pohlédnout do očí.

— Opravdu nic ve zlém, Martine; nejhorší je, když se člověk zavrtá jen do sebe. Pak je najednou sám. Nikomu nepatří a nikdo taky o něho nestojí, usedne Hofman na kládu vedle Martina.

— To jste si tedy o mně myslili? — hovoří tiše Martin. — Jo, Lojza měl včera pravdu. Ještě dnes ráno jsem myslil na to, co mi říkal. Ale tohle ne. Hofmane, nikdy. Mně je mezi vámi dobře. Možná, že mně někdy stoupla sláva do hlavy, ale vždycky jsem musel dolů, kde jste byli i vy, třeba jste ze mě kolikrát nevyrazili ani slovo. To už je ta má nešťastná palice. Snad to ani pýcha není. Snad to dělá to kamení tam nahoře.

— Víš, Martine, člověk někdy neví, kde končí sebevědomí a začíná pýcha. Jsi dobrý závodník, ale byl bys ještě lepší, kdyby sis v těchhle věcech udělal pořádek. Všem by pak bylo kolem tebe dobře a taky ty bys byl šťastnější. Nemám pravdu, Hofmane?

(Pokračování)



patří k sobě. I z nich roste závodníková síla a vůbec celý člověk. Aspoň to tak, Martine, cítím. Už tenkrát, když jsem po prvé běžel a upadl jsem, nikde nikdo kolem nebyl, jenom ty stráně a stromy. A víš, že já jsem se za tu nešikovnost před nimi styděl? Teprve později jsem si je nějak opravdověji uvědomoval a už jsem věděl, že jdou do každých závodů se mnou.

Martin se mračí, utahuje si šátek kolem krku.

# ZE ZASEDÁNÍ běžecké komise FIS

V průběhu mistrovství světa 1958 v Lahti byly uskutečněny 4 pracovní porady běžecké komise FIS. Porady se zúčastnili za předsednictví S. Bergmana (Švédsko) všichni řádní členové komise mimo G. Deschiena (Francie).

Pokládám za nutné seznámit naše čtenáře s některými myšlenkami a názory zde diskutovanými.

Běžecká komise průběžně hodnotila a sledovala závody o mistrovství světa. Byla provedena prohlídka budovy u startu a cíle s celým zařízením (elektrické měření, počítařský systém, metodika výpočtu výsledků, předávání výsledků novinářům atd.). Důležitou složkou činnosti komise byly praktické prohlídky běžeckých tratí a jejich hodnocení. Je velkým pokrokem, že většina členů komise se zúčastnila prakticky individuálně i kolektivně prohlídek. Ukázalo se, že je nutné upřesnit názory na běžecké tratě a vydat přesnější mezinárodní směrnice.

V této souvislosti bude třeba upřesnit názor na závod v běhu na 15 km do závodu sdruženého především z hlediska poměru běžecké tratě a velikosti můstku. Běžecká komise FIS se bude v nejbližší době těmito otázkami podrobně zabývat. Bylo opět diskutováno o hodnocení závodu sdruženého a konstatováno neuspokojivý postup prací tabulkové komise FIS ve věci grafické metody hodnocení.

Podrobně byly projednávány technické otázky souvisící s OH 1960 v Americe. Pro běžecké tratě jsou vyhlédnuty dva terény. První ve Squaw Valley je poměrně malý prostor a všechny tratě by vedly prakticky stále stejným terénem. Připomínáme-li k tomu i nutný trénink na těchto tratích, pak by tento prostor byl neúměrně zatížený. Proto byl vybrán další prostor pro pořádání některých závodů v McKinney Creek, který má velmi dobrou terénní vlnitost a je pro stavbu tratí podle sdělení expertů, kteří tam byli, ideální. Po mezinárodních závodech ve Squaw Valley v roce 1959 bude definitivně rozhodnuto, kde se budou konat jednotlivé závody v běhu, s přihlédnutím ke všem okolnostem (možnosti tréninku, udržování tratí atd.). Terény v McKinney Creek jsou od Squaw Valley vzdáleny půl hodiny jízdy autobusem.

Finský zástupce opět navrhol u závodu sdruženého snížení věkové hranice na 18 let. Návrh byl zamítnut.

Také bylo projednáno vyslání technického experta na závody do Harrachova a prohlídku terénu ve Špindlerově Mlýně. Poprvé v historii byla navržena žena, paní Inge Löwdin (Švédsko), která, jak je známo, byla zároveň vedoucí i trenérkou švédských žen v Harrachově.

Bohatá diskuse se rozvinula o otázkách podávání přihlášek na mistrovství světa a OH (v jakých termínech, zda je nutné, aby byli závodníci hlášení jmenovitě atd.). Na příští schůzi bude projednáno zpřesnění mezinárodního závodního řádu v tomto bodě.

VL. PÁČL,  
člen běžecké komise FIS

**Lyžaři,** netlačí Tě svědomí, že Tvoje lyže stojí v koutě neočištěné a nevyprnuté? Vázání se již začíná zabarvovat do hněda. Necháš-li tak lyže ještě měsíc, žádná sportovní dílna je již dokonale nevyrovná. Jak potom chceš, aby Ti v zimě opět dobře sloužily?

K botám nejsi také příliš ohleduplný. Tvoje štěstí, že nemohou mluvit. Obuvníci mají právě v této době nejvíce času na řádnou opravu. Napínáky a krém uhladí jejich vrásčitou a bledou tvář.

Kalhoty a větrovku Ti dala maminka do čistírny. I svetr pospravila a všechno již odpočívá čistě ve skříni.

Jen po kom jsi ty kluku tak nepořádný?

KRAKONOŠ

## Domluví se ČSTV a ministerstvo školství?

Ve dnech 14. a 15. června 1958 byla v Klánovicích u Prahy schůze pléna lyžařské sekce ÚV ČSTV, kde byla projednávána celá řada důležitých úkolů. Velký důraz byl zde kladen zvláště na získání mládeže pro soustavné provádění tělesné výchovy a na její morální a politickou výchovu. Je proto velmi zářezující neúčast pozvaného zástupce ministerstva školství.

Zástupce ministerstva školství byl zván již na několik důležitých aktiv, mezi jiným též na aktiv pracovníků s mládeží koncem roku 1957 v Brně a o velikonočních na Luční boudě. Ani jediný pracovník ministerstva školství se jich neúčastnil. Nezáleží snad ministerstvu školství na spolupráci s Československým svazem tělesné výchovy? Zdá se, že nezáleží.

A přece je zde jeden zájem společný — mládež. Škola má velký vliv na mládež jak po stránce výchovné, tak i po stránce tělesné výchovy. Vliv ovšem může být kladný i záporný, záleží to na každém pracovníku, počínaje cvičiteli, učiteli tělesné výchovy, metodickými pracovníky i soudruhy odpovědnými za provádění tělesné výchovy na školách.

Škola zde dělá kus dobré práce, o tom všichni víme. V horských oblastech vyučují učitelé v hodinách tělesné výchovy jízdy na lyžích, které jsou pro mnohé nutným dopravním prostředkem. Jisté správné by bylo, kdyby školské úřady umožnily učitelům — dobrým lyžařům — aby učili v horských oblastech. Na mnohých okresech tak tomu již je.

Ministerstvo školství organizuje též každoročně výchovně výchovně lyžařské zájezdy žactva škol III. stupně na hory. Je to akce jedinečná, jediná tohoto druhu na světě. Má velké klady, každoročně více než 100.000 mladých lyžařů projde těmito výchovně výchovnými kursy, kde projdou základním lyžařským výcvikem, kde jsou vychováni ve zdravém kolektivu, zamilují si naše krásné hory. Některé zájezdy však nejsou správně vedeny, každý krajský školní inspektor, pověřený inspekčními na školních zájezdech, by mohl nějaký špatný příklad uvést.

Aby byla zajištěna odbornost lyžařského výcviku na zájezdech žactva škol, požádalo ministerstvo školství každoročně před vánočními svátky »Ústřední kurs pro krajské školitele vedoucích lyžařských zájezdů žactva škol« v Richtrových boudách v Krkonoších. Účelem těchto kursů bylo vyškolení schopné učitele, kteří by mohli ve svém kraji úspěšně vést podobné krajské kursy pro vedoucí lyžařských zájezdů žactva škol. Účastníci kursu se seznámili s novou technikou lyžování a s metodikou. Tyto kursy jsou velmi důležité a na nich záleží, jak povedou učitelé-instruktoři základní (někde i závodní) výcvik.

Na aktivu bylo též navrženo, aby ministerstvo školství zdůraznilo ve svém nařízení, aby na každý lyžařský zájezd žactva jel alespoň jeden zkušený lyžařský cvičitel ČSTV.

Je škoda, že ministerstvo školství svého pracovníka na aktivu neposlalo. Bylo by tam možno dohodnout společné zásady při provádění tělesné výchovy žactva škol i postup při získání žactva pro provádění mimoškolní tělesné výchovy.

Doufám, že k uvedeným jednáním mezi ministerstvem školství a zástupci učebně metodické komise lyžařské sekce ČSTV před příštím hlavním obdobím dojde a že nás všechny potom povede snaha získat co největší počet mládeže pro lyžování.

RUDOLF GRYC

## Téměř všichni naši sportovci

jsou pojištěni úrazovým pojištěním u Státní pojišťovny, a to buď pojistkou vlastní, nebo hromadnou pojistkou svého klubu, mužstva apod. Z toho důvodu upozorňujeme na změny, které nastaly v podmínkách tohoto pojištění, a to s platností od 1. 4. t. r. vyhláškou ministerstva financí č. 33/58.

K podstatným změnám došlo v první řadě v těchto bodech:

1. Veškeré náhrady za úrazy se zvyšují proti stavu dřívějšímu o plných 25 %.

2. Zranění tak nepatrného rázu, že si jejich léčení nevyžaduje doby delší dvou týdnů, se z pojištění vylučují.

3. Ustupuje se od stejného ohodnocení ran infikovaných a neinfikovaných, a do pojištění je nyní zahrnuta i tak zvaná raná náskaza, to znamená infekce, která vznikne do rány způsobené úrazem.

4. U pojištění následků otravy potravinami a nápojů přistupuje nyní k pojistnému krytí následků trvalého rázu i pojištění následků přechodných.

5. Výtuku k bodu 4. činí otrava alkoholem, která pojištěna není. Rovněž úrazy, jež si pojištěný způsobí ve rvačce, nebo při páhání jiného násilného činu, případně které si způsobí z opilství, se z pojištění nyní vylučují.

6. Ustupuje se od nutnosti zvláštního ujednání pro krytí následků úrazů vzniklých při činnosti se zvýšeným rizikem, jako je např. horolezectví, jiu-jitsu, řízení letadel, akrobacie apod. I tento druh úrazů je nyní do pojištění zahrnut běžně.

7. Při třetím opakování zranění téhož kloubu, šlachy, nebo svalů, nevztahuje se pojistné krytí na následky přechodného rázu a pojišťovna vyplácí náhrady pouze v případě následků trvalých. -VI-

# SEKCE SANÍ A BOBŮ

## III. mistrovství světa v jízdě na saních

(Pokračování)

V poledních hodinách 2. února 1958 byl odstartován na krynické sáňkařské dráze ještě jeden významný závod v rámci III. mistrovství světa v jízdě na saních. Byl to závod o »Pohár národů«, kterého se zúčastnil vždy 1 muž a 1 žena z těchto států: Polsko, Německá demokratická republika, Německá spolková republika, Rakousko, Itálie, Švýcarsko a Jugoslávie. I když je možno říci, že závod měl dobrou úroveň, je třeba si postavit otázku, zda termín závodu byl skutečně vhodně volen (mezi 3. a 4. jízdou mužů a žen vlastního mistrovství světa)? Většina závodníků a činovníků (kromě Poláků) s tímto termínem nesouhlasila, protože závod znamenal pro nejlepší závodníky té které země možnost zranění a eventuální neúčast na 4. finálové jízdě. I když návrh Polska na uspořádání tohoto závodu byl na kongresu schválen, je třeba říci, že pro příště by bylo jistě vhodnější uvažovat o uspořádání »Poháru národů« po zakončení všech finálových jízd mistrovství světa neb Evropy. Důkazem tohoto tvrzení byla účast závodníků. Jak Poláci, tak i Rakušané nepřihlásili své nejlepší závodníky (Wojnar, Frosch). Celkem startovalo 15 mužů a 7 žen. Každý závodník absolvoval pouze 1 jízdu. K největšímu překvapení došlo v ženách, kde nejlepšího času dosáhla italská závodnice Brigita Finková, 1:21,1 min., před Semczyszakovou (Polsko) 1:22,0 min. V mužích byl první Pedrak (Polsko) v čase 1:18,6 min., druhý Tiedge Horst (NSR) 1:19,2 min.

V celkové klasifikaci národů bylo toto pořadí:

	celkový čas:
1. POLSKO	2:40,6 min.
2. NDR	2:43,0 min.
3. ITÁLIE	2:43,2 min.
4. NSR	2:45,7 min.
5. RAKOUSKO	2:45,9 min.
6. ŠVÝCARSKO	2:52,0 min.
7. JUGOSLÁVIE	2:58,2 min.

Také v tomto závodě vyhráli s převahou závodníci Polska.

Výsledky III. mistrovství světa v jízdě na saních:

### Jednosedadlové saně — muži:

Pořadí	jméno závodníka	příslušnost	čas
1.	Wojnar Jiří,	Polsko	5:08,1
2.	Pedrak Rich.,	Polsko	5:09,4
3.	Frosch Reinh.,	Rakousko	5:09,9
4.	Lenz Josef,	NSR	5:10,2
5.	Teifel Helm.,	NDR	5:13,6
6.	Pawelkiewitz M.,	Polsko	5:14,3
7.	Schneider Günter,	NDR	5:14,6
8.	Tiedge Horst,	NSR	5:14,7
9.	Wojtinski, Janusz,	Polsko	5:14,8
10.	Feistmantl Josef,	Rakousko	5:15,3
11.	Nachman Fritz,	NSR	5:16,4
12.	Horst Werner,	Rakousko	5:17,0
13.	Olkski Weizlaw,	Polsko	5:18,6
14.	Strillinger Josef,	NSR	5:19,3
15.	Asche Jochen,	NDR	5:20,1
16.	Stichling Wolfgang,	NDR	5:20,8
17.	Förster Gotfried,	NDR	5:20,9
18.	Plochocki Antonín,	Polsko	5:21,0
19.	Grzybszyk Januicz,	Polsko	5:21,7
20.	Christensen Mogens,	Norsko	5:23,4
21.	Orlikowski Tadeus,	Polsko	5:24,8
22.	Oberbacher Kogil,	Itálie	5:25,0
23.	Hettstedt Werner,	NDR	5:26,1
24.	Moroder David,	Itálie	5:26,6
25.	Pichler Georg,	Itálie	5:26,7
26.	Mussner Oswald	Itálie	5:29,4
27.	Jensen Knut,	Norsko	5:30,0
28.	Tressalet Georg,	Francie	5:31,6
29.	Walden Björn,	Švédsko	5:35,4
30.	Horvat Stane	Jugoslávie	5:37,1
31.	Ulcar Milan,	Jugoslávie	5:38,2
32.	Schneinpflug Wolf,	Itálie	5:38,3
33.	Häsler Bert,	Švýcarsko	5:39,2
34.	Ebner Hubert,	Itálie	5:41,8
35.	Thoresen Jan,	Norsko	5:43,2
36.	Decman Miha,	Jugoslávie	5:43,5
37.	Grundmann Erhard,	NDR	5:46,0

38.	Cesen Milan,	Jugoslávie	5:48,1
39.	Hellum Einar,	Norsko	5:49,8
40.	Scheinpflug Heinz,	Itálie	5:51,0
41.	Hodnik Stanko,	Jugoslávie	5:51,7
42.	Bohinc Stefan,	Jugoslávie	5:59,1
43.	Lavergnet Roger,	Francie	6:07,8
44.	Berglund Arne,	Švédsko	6:09,2
45.	Olhson Kurt,	Švédsko	6:09,5
46.	Kortenoever Jahanes,	Holandsko	6:11,4
47.	Roubanis Mikolaus,	Řecko	6:12,3
48.	Garpe Gunar,		
49.	Berlioz Louis,	Francie	6:17,6

### Jednosedadlové saně — ženy:

1.	Semczyszak Maria,	Polsko	5:22,1
2.	Boetcher Helena,	Polsko	5:23,6
3.	Gorgonová Barbara,	Polsko	5:24,0
4.	Aschermann Frieda,	NDR	5:27,8
5.	Cegnar Gerda,	Rakousko	5:27,9
6.	Finková Brigita,	Itálie	5:28,2
7.	Lieberová Elli,	Rakousko	5:29,4
8.	Isserová Marie,	Rakousko	5:30,1
9.	Serafinová Zofia,	Polsko	5:32,1
10.	Pawelczykova Irena,	Polsko	5:32,5
11.	Kretschmerová Irena,	NDR	5:33,0
12.	Froschová Rosemarie,	Rakousko	5:34,8
13.	Leitnerová Erika,	Itálie	5:36,4
14.	Müllerová Helga,	NSR	5:38,5
15.	Nagele Elisabet,	Švýcarsko	5:41,9
16.	Reiterová Renata,	NSR	5:43,0
17.	Macher Helena,	Polsko	5:43,6
18.	Schmeisserová Bärbel,	NDR	5:43,6
19.	Lemmova Elena,	NSR	5:52,6
20.	Scheinpflugová Lotte,	Itálie	5:54,2
21.	Vaterová Lisselotte,	NDR	6:06,0
22.	Kusterle Julka,	Jugoslávie	6:45,4

### Dvosedadlové saně:

1.	Nachmann Fritz, Strillinger Josef (NSR),	2:36,8 min.
2.	Kozzla Jerzy, Suszczewska Janina (Polsko),	2:38,5 min.
3.	Pedrak Ryszard, Lacheta Halina (Posko),	2:39,4 min., s havárií.
4.	Kafel Stanislaw, Stawinski Josef (Polsko),	2:41,1 min.
5.	Tiedge Horst, Müller Helga (NSR),	2:42,0 min.
6.	Moroder David, Mussner Oswald (Itálie),	2:42,7 min.
7.	Hodnik Stanko, Horvat Stane, (Jugoslávie),	2:51,1 min.
8.	Feistmantl Josef, Horst Werner (Rakousko),	2:52,7 min.
9.	Bobinc Stefan, Cesen Milan (Jugoslávie),	2:55,4 min.
10.	Thaller Sepp, Posch Louis (Rakousko),	3:00,1 min.
11.	Ulcar Milan, Solax Anka (Jugoslávie)	3:48,0 min.

Pochopitelně, že nás v první řadě zajímá, jak by se umístili naši závodníci. Pokud by se uskutečnil zájezd našich závodníků v takovém rozsahu, jak byl plánován, tj. účast na mezinárodním mistrovství Polska týden před konáním III. mistrovství světa v jízdě na saních, byly by naděje našich závodníků na umístění skutečně velmi dobré. Jak výsledky mistrovství světa ukazují, hrály zde hlavní roli dobré saně, v první řadě speciální saně polské a dále východoněmecké saně zn. PILZ. Umístění závodníků NDR to jasně dokazuje. Naše reprezentační družstvo mělo v té době již saně zn. PILZ k dispozici. Dále většina našich závodníků, pokud přicházeli v úvahu pro zájezd do Krynice, tuto sáňkařskou dráhu znala z předcházejícího roku. Bez nadsázky je možno říci, že první 2 naši závodníci by se umístili do 15. místa. Všichni potom určitě v první polovině závodníků. Měli tedy všechny předpoklady umístít se v klasifikaci družstev na 4.—5. místě. V tak silné konkurenci, která se v Krynici sešla, by toto umístění bylo skutečně úspěchem. Dokázali bychom tím, že se ve střední Evropě řadíme po bok nejlepším sáňkařům. Neúčast v Krynici naproti tomu znamená ustrnutí nejméně na 2 roky. Abychom dosáhli dalšího vzestupu výkonnosti našich předních závodníků, je zapotřebí zajistit další dodávku závodních saní z NDR a hlavně rychlou závodní sáňkařskou dráhu (Ještěd) a hlavně možnost účasti alespoň na jednom mezinárodním závodě v hlavním období.

III. mistrovství světa v jízdě na saních ukázalo značný vzestup výkonnosti některých závodníků. Jestliže budeme chtít udržet s úrovní evropského sáňkařství krok, bude nezbytné dát možnost našim předním závodníkům k získání dalších zkušeností a hlavně dobře je materiálně vybavit. Jistě se nám to v nejbližší době několikrát vrátí zpět v úspěšné reprezentaci čs. sáňkařského sportu.

MILOSLAV BELDA,  
delegát ČSR



# Trenér hovoří o mistrovství ČSR v jízdě na saních 1958

(Pokračování z 5. čísla.)

Dnes se podívám na výsledky kategorie mužů podle krajů, abychom mohli posoudit jednak výkonnost krajských reprezentačních družstev a jednak také péči trenérů v krajích o své závodníky. Pro posouzení byly sčítány výsledné části třech nejlépe umístěných závodníků z každého kraje. Prvé číslo označuje umístění závodníka, druhé číslo čas za čtyři jízdy, které závodník absolvoval, a ve třetím sloupci je uveden čas nejlepší jízdy jednotlivých jezdců:

Kraj	Jméno: Umístění:	Výsledný čas:	Nejlépeší jízda:	Pořadí kraje:
Praha	Perla (3)	8:19,4	1:30,5	I.
	Kovanda (5)	8:20,4	1:30,0	
	Kříž (6)	8:24,0	1:32,0	
		19:03,8	4:32,5	
Liberec	Urban (1)	6:17,8	1:29,3	
	Novotný (4)	6:19,5	1:29,3	
	Hellebrand (8)	6:26,5	1:35,2	
		19:05,8	4:35,8	
Karlovy Vary	Šroubek (2)	6:18,3	1:29,5	III.
	Seiner (7)	6:24,4	1:31,2	
	Flix (11)	6:28,9	1:31,-	
		19:11,6	4:31,7	
Vysoké Tatry	Křížovský (12)	6:29,0		IV.
	Dulka (16)	6:33,2		
	Mráz (26)	6:49,4		
		19:51,6		
Brno	Hrubeš (9)	6:27,0		V.
	Horák (30)	6:57,9		
	Vlček (32)	6:59,1		
		20:24,0		
Ústí n. L.	Kotěšovský (25)	6:46,6		VI.
	Jürschik (27)	6:53,1		
	Pospichal (29)	6:54,3		
		20:34,0		
Ostrava	Osina (14)	6:58,3		VII.
	Holinka (42)	7:31,9		
	Průměr. výk. (28)	6:55,6		
		21:05,8		

Z uvedeného rozboru a srovnání výsledků nejlepších třech závodníků za každý kraj vyplývá, že nejsilnějšími kraji v sánkařském sportu co do výkonnosti mužů jsou kraje Praha, Liberec a Karlovy Vary. Závodníci Prahy mají sice stejný výsledný čas jako druhý kraj Liberec, avšak o prvním místě rozhodl nižší součet nejlepších jízd tří hodnocených závodníků. Oba kraje vděčí za úspěch především osvědčeným závodníkům. Kovanda a Hellebrand se umístili poprvé mezi první tři v kraji.

## Léto není doba spánku

Po skončení zimní sezóny se scházejí sánkaři a bobisté ze Slávie Zábovřesky Brno jednou týdně na hřišti Pod lesem v Brně, kde provádějí kondiční trénink.

Nejsou to jen soudruzi Hrubeš, Puřman, Vlček a Neugebauerová, kteří jsou nositeli první výkonnostní třídy, ale i další závodníci, kteří všichni společně zvyšují fyzickou zdatnost a všestrannost. Podle pokynů ústřední trenérské rady vždy jednou týdně se navčívuje některá disciplína pětiboje. Je to ovšem poněkud těžké, neboť většina závodníků raději by hrála celou cvičicí hodinu nějakou míčovou hru, což je jistě zábavnější a přitažlivější. Navčívání disciplín má zajistit dosažení předepsaných limitů a přezkoumat si výkonnost závodníků. I když tento nácvik na suchu není ještě tak dokonalý, aby se mohl stát vzorem a bude ještě dlouho trvat, než se vžije u všech závodníků, nejen nejlepších z našeho kraje, je to přece jen začátek, který se slibně rozvíjí. Přes léto též začnou sánkaři upravovat pod vedením soudruha Pelouška, oběťavého soudruha ze závodu První brněnská, dráhu v Pisárkách, kde jsou dvě klopené zemité zatačky, a jen nedostatek sněhu a krátká doba trvání mrazů znemožnila zde pořádat letos sánkařské závody jako v roce 1956. Správa rekreačních lesů má v úmyslu dráhu dále zlepšovat a brněnští sánkaři mají tak další možnost zvýšit kvalitu dráhy postavením dřevěných toček a nájezdového můstku. Přípravuje se též úprava terénu na Kraví Hoře pro dětskou sánkařskou dráhu. Usilujeme všemi silami o založení dalších sánkařských oddílů v TJ Slávia Vysoké školy, TJ Žižka (v rámci pionýrského domu), v TJ Sp. První brněnská a v TJ Sp. Nedvědice u Brna. Jestliže brněnští sánkaři budou mít úspěch, tak na zimu bude o sánkařskou drobotinu i o ty skutečné závodníky dobře postaráno.

Na třetím místě v pořadí je kraj Karlovy Vary, jehož krásné umístění nepřekvapuje, uvědomíme-li si, kteří jezdci se o tento výsledek zasloužili. Ústřední trenérská rada doporučila předsetnic-tvu sekce bobů a saní zřízení oddílu Dukla M. Lázne s vědomím, že tím nejen pomůže Karlovarskému kraji v rozvoji sánkařského sportu, ale také počítala s tím, že oddíl vojáků bude v budoucnu pramenem, ze kterého budou vycházet špičkoví závodníci pro národní družstvo a propagátory, po doškolení v příslušných kursech, trenéři sánkařského sportu. Tento předpoklad se ukázal jako správný. Vojáci dokázali, že využili příznivých podmínek. Zvláště pražský Šourek a ústecký Seiner svůj úkol na mistrovství ČSR v jízdě na saních splnili. Oddílu vojáků musíme věnovat dále svou pozornost a péči, ale také oni musí chtít stále výš v závodnické kvalifikaci a při plnění svých povinností v armádě.

Rozdílem 40 minut za Karlovarským krajem následuje kraj Vysoké Tatry, který se umístil na čtvrtém místě. Potěšitelný je výkon loňského dorostence Dukly, který se vypracoval mezi tři nejlepší slovenské závodníky. Vcelku však závodníci z Vysokých Tater nedosáhli předpokládaných výsledků.

Kraj Brno následuje na pátém místě s rozdílem 33 minut za čtvrtým krajem a kraj Ústí n. L. na šestém místě s těsným rozdílem 10 minut. Z brněnských závodníků zajel velmi pěkně Petr Hanuš (9. místo), který jistě v budoucnu bude patřit mezi přední čs. jezdce.

Vyrovnaný výkon podali závodníci kraje Ústí n. L. na 25. až 29. místě. Vzhledem k jejich dráze v Dubí u Teplíc a dobrým tréninkovým možnostem, budou muset Ústečtí svůj výkon zlepšit a hlavně vypořádat se s rozdílnými podmínkami sánkařských drah, na které nejsou zvyklí.

Z Ostravského kraje zajel slušně Osina (14. místo), který patří ke zkušeným závodníkům. Při hodnocení kraje Ostrava muselo být vzato za třetího závodníka, který nestartoval, průměrné pořadí obou startujících závodníků, aby mohl být posouzen výkon kraje. Jak je vidět z umístění, bude třeba v Ostravě přidat a vychovat dobré jezdce (první závodník kraje 14. a druhý až 42!).

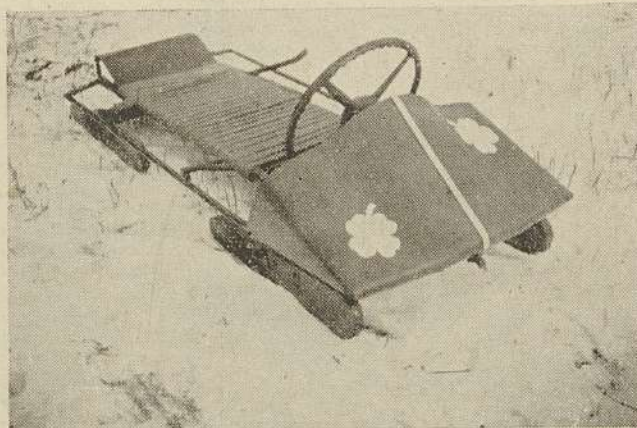
Podle nejlepších jízd byli nejrychlejší jezdci Urban a Novotný. Nejnižšího součtu třech nejrychlejších jízd dosáhlo družstvo vojáků z kraje Karlovy Vary. Soudím, že vzhledem k rozměklé trati a nepříznivým povětrnostním podmínkám může být výsledek jednotlivců, případně krajského družstva (např. Vysoké Tatry) zkreslen. Uvážíme-li však, že zásadní podmínky měli závodníci stejné, myslím, že uvedená tabulka v podstatě správně ukazuje sílu krajských družstev a také péči trenérů o své závodníky.

INŽ. BRONISLAV HANÁK,  
trenér státního družstva

## Bobík Šíp, zhotovený konstruktérem Pelouškem

S. Peloušek, brněnský konstruktér, zhotovil si podle nákrešů časopisu Mladý technik malý bobík Šíp, který se může považovat skutečně za lidový bob. I když jde o bob, který svými vlastnostmi nemůže vyhovovat náročné jízdě závodního bobu, pro účely zmaso- vění bobového sportu slouží dobře. Svou lehkou vahou a jednodu- chou konstrukcí se hodí pro sánkařské dráhy a mladí sánkaři, kteří chtějí závodně pěstovat bobismus, mohou na něm navčívávat techniku jízdy jako na skutečném závodním bobu. Má celkem velký význam proto, aby si sánkař osvojl dobře techniku jízdy na bobu a její zvláštnosti na rozdíl od jízdy na saních. Šíp se dá používat v jakémkoliv sněhovém terénu, alespoň trochu udusaném a zpevněném. Soudruh Peloušek letošního roku na něm jezdil na Pisárecké dráze a dokonale prověřil jeho jízdní vlastnosti. Nic tedy nestojí v cestě tomu, aby i zájemci o bobismus si za poměrně nízkých finančních nákladů takový malý bobík zhotovili. Čtyřlístky, které soudruh Peloušek nakreslil na kapotu tohoto bobíku, jsou znamením šťastné cesty, nastoupené ke zmaso- vění a rozšíření bob- ismu.

Ing. L. PÁSEK



# Účelně vyjíždět nebo zkracovat

Kinogram na 3. str. obálky

Jako u každé soutěže, kde je výsledek závislý na dosaženém čase na určité dráze, je možno i u sjezdových závodů dosahovat lepších výsledků buď:

- zvýšením rychlosti při zachování délky dráhy;
  - zkrácením dráhy (v mezích povolených závodními pravidly) při zachování rychlosti;
  - zvýšením rychlosti i zkrácením dráhy.
- V prvním případě se snažíme dosáhnout zvýšení rychlosti plynulou jízdou, správnou technikou, postojem, jízdou po plochách lyží s co nejmenším hraněním a účelným vyjetím oblouků, picháním, pumpováním, bruslením atd. i volbou vhodných lyží, oděvu a mazání.

V druhém případě nám jsou vydatnými pomocnými nejkratší stopa, správné nadjíždění a projíždění branek, odšlapování z branky a do branky, zkracování oblouků, oblouky vyjížděné na dvakrát apod.

I když oba způsoby nelze od sebe oddělit, protože v závodě se u každého závodníka přirozeně ukazuje snaha po obojím, dále i proto, že prvky, kterými zkracujeme dráhu, mají mnohdy i funkci zrychlující, můžeme sjezdaře zhruba rozdělit do dvou skupin, z nichž prvá nese jasné znaky „účelného vyjíždění“ a druhá „řezání“ tratí. Předpokladem pro užití prvního nebo druhého způsobu jízdy jsou kromě duševních vlastností zejména tělesné dispozice a vlastnosti: váha, výška, obratnost, stupeň trénovanosti atd.

Z našich závodníků můžeme zařadit do první skupiny např. Bogdálka, Šoltýse a Stiehlá, do druhé Čermáka, Zb. Mohra a Richvalského. Ti a několik málo dalších jezdí popsaným způsobem zcela vědomě, zatím co většina našich závodníků i trenérů ještě dodnes přehlíží tyto dva rozdílné způsoby jízdy hlavně ve slalomu, není si jich dostatečně vědoma a zejména je neuplatňuje v tréninku a v závodě.

I na mistrovství světa v Badgasteinu a na ostatních mezinárodních závodech jsme si mohli zcela markantně mezi předními závodníky ověřit tuto skutečnost: Téměř typickými představiteli způsobu „účelného vyjíždění“ jsou Sailer, Zimmermann, Schneider, Vuarnet, Bozon aj.



SMOLAR

Typickými »zkracovači« trati jsou kromě Riedra např. Molterer, Schranz, Igaya, Obermüller, Pravda.

Čím měkčí trať, tím dává více možností vyjetí ze způsobu jízdy závodníků vyjíždějících oblouky a jedoucích co nejvíce po plochách skluznic. Tvrdá trať opět dává více vyniknout těm, kteří hledají nejkratší cestu. Hranění na měkkém sněhu vyvolává mnohem větší odpor, než na tvrdém sněhu. Větší sklon svahu vyhovuje lépe zkracování tratí, protože rychlost sniženou náhlým zhraněním snadněji opět získáme na prudkém svahu než na mírném. Naopak mírný svah dává lepší předpoklady k získání rychlosti jezdcům první skupiny nejen proto, že hraní co nejméně, ale i proto, že dovedou na lyžích zaujmout co nejvýhodnější sjezdový postoj.

Způsob vyjíždění oblouků je výhodný tam, kde jsou branky dál od sebe (obří slalom, sjezd). Zde jsme viděli např. u Sailera, že používá někdy dlouhého oblouku po plochách i za cenu mírného podjetí branky.

Ouštěný kinogram je z druhého kola Salvenmoserova slalomu. Představuje výjezd ze zavřené vlásenky do skupiny otevřené a polo-zavřené branky. Obr. 1—10 představují jízdu Riedra, který získal v tomto kole na Sailera (kterého vidíte na obr. 11—20) 0,1 vt.

Druhé kolo bylo ještě těžší, než Menardiho I. kolo. Bylo jen o něco plynulejší. Oba Rakušané — Rieder i Sailer — jeli zřejmě na svého společného přemožitele z I. kola Japonce Igayu, kterého oba předstihli.

Jízda obou byla opravdu mistrovská, i když

svým charakterem dost odlišná. Rieder jel opravu nejkratší stopou, najížděl vysoko každou branku. Vertikální branky projížděl téměř po spádnicí. Každou branku najížděl s centimetrovou přesností. Jak dovedl využít své obdivuhodné pohyblivosti vidíme na obr. 1—10: Z rychlé vlásenky vyjíždí rovně (obr. 2) a přechází ihned do mohutného odšlapu doleva. Tím nejenže mění ostře směr, ale získává i rychlost a výšku k nájezdu do další branky. Nepatrným přivratem pravou (obr. 5) otáčí směr jízdy doprava, aby v pětici přisunutím pravé odlehčené lyže urychlil otáčivé odsunutí pat lyží vně oblouku (obr. 7). Oblouk končí silným zhraněním, které zdůrazní ještě poměrně značným snížením postoje (obr. 10).

Sailer naproti tomu jede už od startu svou typickou »kulatou« jízdu. Varuje se prudkého řezání zatáček a vyjíždí své oblouky pokud možno s nejmenším hraněním i na úkor nižšího nasazení oblouku před brankou. Casovou ztrátu delší stopy vyrovnává zvýšenou rychlostí. Už z první branky (obr. 11—12) vyjíždí na rozdíl od Riedra nikoliv rovně, ale ve smyku. Jeho odšlap není zdaleka tak rasantní a mohutný, jako Riedrův (obr. 13). Přestože jeho jízda není tak akrobaticky pružná, jako u Riedra, je plynulá a rychlá. Svědčí o tom nasazený přivrat (obr. 14), který kromě toho, že měl stočit jízdu doprava, byl jistě i kontrolou nabyté rychlosti. Z tohoto přivratu se dostává podobně jako Rieder do dlouhého oblouku, provedeného na rozdíl od Riedra plynuleji a bez důrazného zakončení náhlým zatížením a přehnaným zhraněním lyží (srovnej obr. 16—20). Také celkový sjezdový postoj Sailera je vyšší než Riedrův.

Text a kinogram Dr. J. ČTVRTEČKA

## STRÍDAVÝ BĚH DVOUDOBÝ

Kinogram na 2. str. obálky

V dnešním čísle přinášíme další kinogramy nejúspěšnějších běžců. Vybrali jsme P. Kolčina a jeho manželku A. Kolčinovou. Na obou kinogramech vidíme vytříbenou techniku zasloužilých mistrů sportu.

Na horním obrázku je zachycen P. Kolčín při závěrečném stoupání v běhu na 30 km asi 100 m před cílem (v závodě se umístil jako druhý). Z obrázku vidíme dokonale přenesení váhy (i při výstupu) a dlouhý krok. Technika P. Kolčina se vyznačuje vysokou účelností a lehkostí. Spojením poměrně dlouhého kroku s rychlou frekvencí dosahuje velmi rychlé jízdy.

Poznámky k důležitým fázím střídavého běhu Pavla Kolčina obr. 1 až 8.

Fáze 1. a 6. Základní běžecský postoj na mírně pokrčených nohách s jasným předpádáním těla dopředu viz obr. č. 6. Na obr. č. 1 vidíme zřetelně, jak je plně zatížena levá noha a pravá jde s níhově vpřed.

Fáze 2. a 7. Příprava odrazu — pokrčení odrazové nohy.

Fáze 3. a 8. Dokonalý odraz. Napřímením ve všech kloubech, zvláště v kolenním a hlezenním je docílen silný odraz. Energetická práce paží doplňuje a zrychluje jízdu. Zátah paží je o něco dříve zkončen, než odraz nohou. Za povšimnutí stojí i napřímení trupu, které napomáhá dokonalému odrazu (běžecský luk). Srovnej obrázek č. 6 a 8.

Dále je uveden kinogram A. Kolčinové. Technika je stejná jako u P. Kolčina. Je třeba zdůraznit, že v současné době technika běhu u nejlepších žen se hodně přiblížila k energetickému mužskému pojetí běhu, Kolčinová patří k těmto běžkyním. U Kolčinové je zvláště nápadná

(jako u většiny sovětských žen) energetická práce paží a rychlá frekvence kroku.

Základními principy zachovávají při střídavém běhu všichni vynikající běžci stejně: silný odraz nohou, energetický zátah pažemi (proto je nutné již dnes posilovat svalstvo pletence ramenního), dokonale přenesení váhy těla na přední lyži. Vysoká frekvence při zachování dostatečné délky kroku je nedílnou součástí běžecské techniky.

Sovětský trenér V. G. Maňikov charakterizuje techniku střídavého běhu nejlepších sovětských běžců:

1. Nejlepší běžci dosahují v závodě vysoké rychlosti nejen velkou délkou cyklu 5,62—6,43 m\*, ale i vysokou frekvencí (37—47 cyklů za minutu).

2. Technika nejlepších běžců je charakterizována velmi silným odrazem nohou a zátahem paží. Doba provádění odrazu nohy a zátahu paží je kratší, ale délka skluzu je poměrně větší.

3. Provádění odrazů je charakterizováno větším přisednutím\*\* a větším rozsahem napřímení.

4. Nejlepší běžci dobře využívají ke zvýšení účinnosti odrazu nohy důrazného napřímení trupu (od 12°—17°).

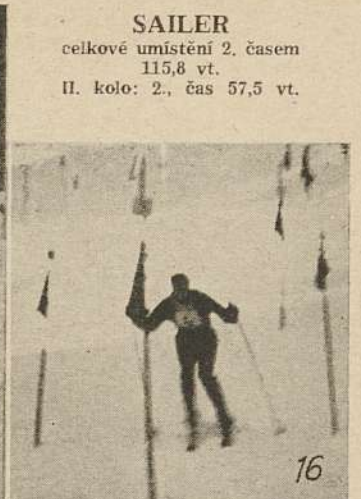
5. Někteří vynikající běžci, aby zlepšili podmínky pro udržení rychlosti jízdy ve skluzu, provádějí ohnutí nohy v hlezenním, kolenním a kyčelním kloubu s následujícím jejich mírným napínáním na konci skluzu a toto vyrovnávají předklonem trupu.

Poznámky: \* — pod pojmem cyklus jsou myšleny dva kroky. \*\* — přisednutí je myšleno pokrčení nohy před odrazem (viz kinogram P. Kolčina obr. fáze 2. a 7.).

Text a kinogram VL. PÁČL

### RIEDER

celkové umístění 1. časem  
115,1 vt.  
II. kolo: 1., čas 57,4 vt.



### SAILER

celkové umístění 2. časem  
115,8 vt.  
II. kolo: 2., čas 57,5 vt.

*Gleditsky*

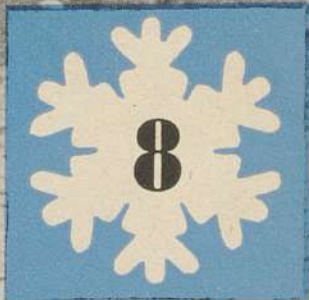
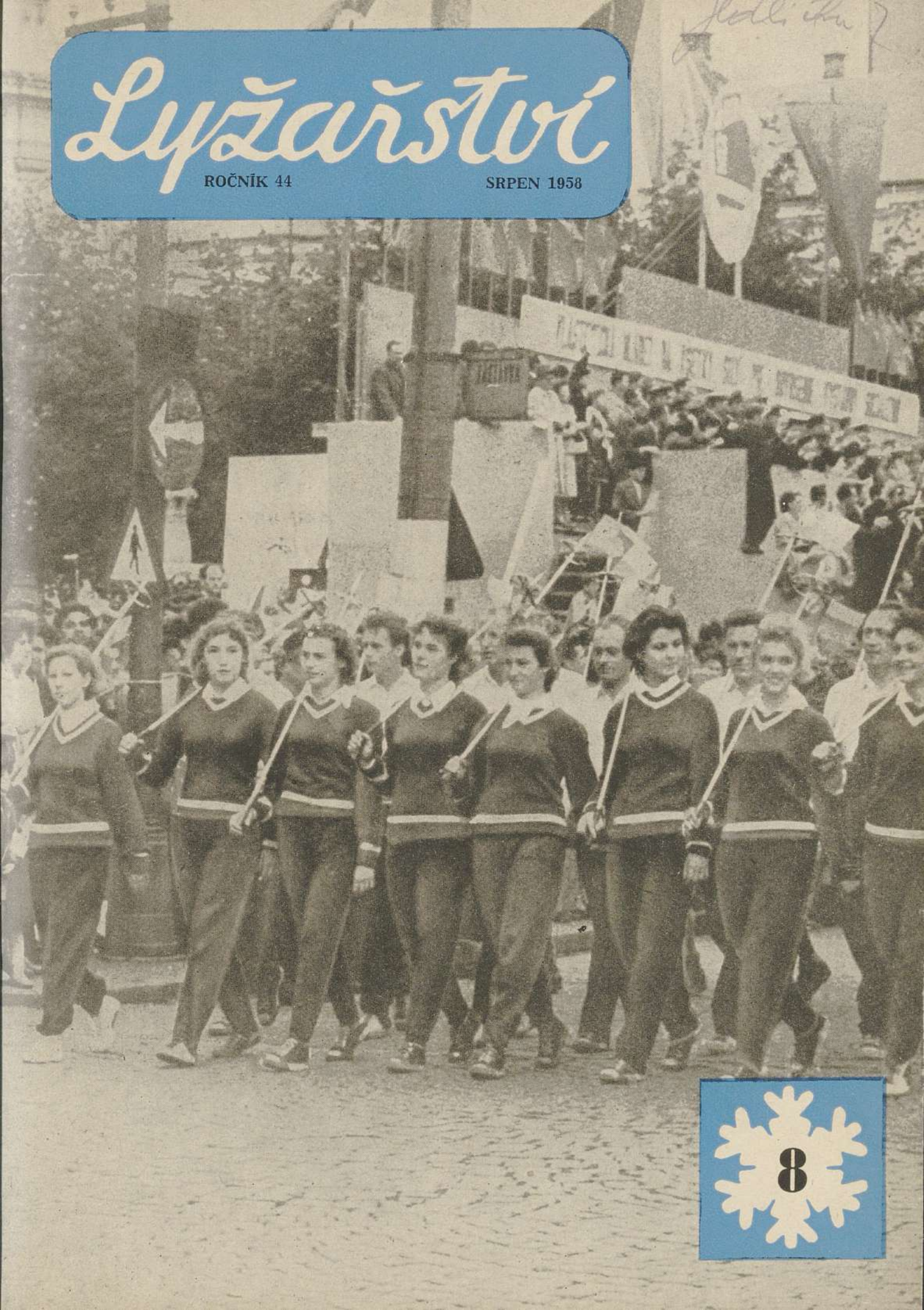


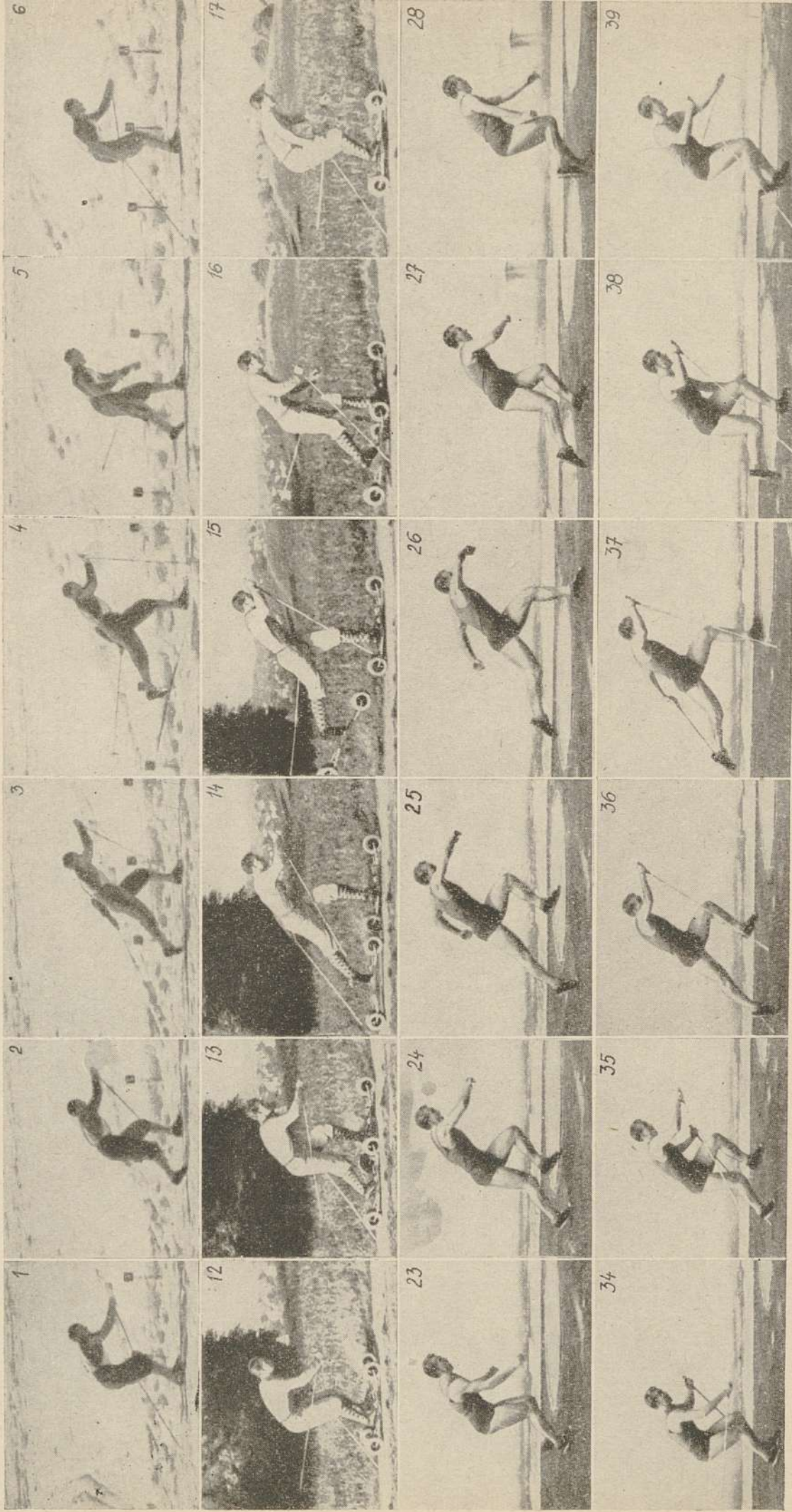
*Mladí slovenští běžci dosahují pod vedením soudruha Húsky stále větších úspěchů.*

# Lýžarství

ROČNÍK 44

SRPEN 1958





Srovnávací kinogramy střídavého běhu dvouobdobého na lyžích a některých speciálních napodobivých cvičení. Zkušenosti z jízdy na kolečkových lyžích jsou obsaženy v článku uvnitř časopisu. Od obrázku 23 vidíme napodobení pohybů lyžáře bez holí a s holími. Několik poznámek k nácviku: Během cvičení je třeba zachovávat rytmus a tempo včetně zrychlování a zpomalování tak jako při běhu na lyžích. (Na rovině, na mírném stoupání, při velkém stoupání atd.). Nácvik provádíme hlavně zpočátku pod kontrolou

trenéra nebo jiného závodníka, abychom si nezvykli na chybné návky. Nesprávné pohyby je třeba hned od začátku opravit. Důležité je doplnění odrazové nohy (viz obraz č. 3, 14, 25 a 36), i správné držení hlavy jako na všech kinogramech. Musíme se snažit nestahovat hlavu mezi ramena. Pro napodobovací cvičení používáme hole kratší o 5–8 cm, protože se nezapichávají do sněhu. Než si organismus zvykne na nové podmínky a jiné rozložení námahy na jednotlivé svalové skupiny jako je tomu u pro-

tého běhu, dostaví se zpočátku dechové obtíže. Střídavý běh dlouhodobý se nejlépe nacvičuje do mírného snahu. Najdeme si 100–200 m dlouhé mírné stoupání, kde nacvičujeme napodobivá cvičení a zpět se vracíme volným poklusem. Od opakování 5–8krát v jedné tréninkové jednotce, přejdeme postupně k opakování 20–25krát, nebo používáme tyto cviky včetně napodobení ostatních způsobů jízdy na trati 8–10 km, ženy a dorost 4–5 km.

V. PÁČL a M. VAVŘÍN

## OBSAH

- Telovýchovné slavnosti na Slovensku — v objatí Stretnutia mládeže na Dunaji — str. 2
- Jeseň roku 1944 — str. 3
- Cvičit nebo vychovávat? — str. 4
- Úkoly plánu rozvoje — str. 5—7
- Lyžařský rozhodčí a výchovně propagační činnost — str. 6—7
- Několik poznámek k podzimnímu tréninku lyžaře běžce — str. 8—9
- Speciální napodobivá cvičení běžců — str. 9
- Podzimní trénink skokanů a sružeňářů — str. 10—11
- Třeboň a lyžaři — str. 10
- Priateľský pomer, názornost a osobný príklad pri výcviku mládeže — str. 11
- Čtvrthodinky z učební osnovy — str. 12—13
- Naše účast na XII. ročníku Gornegrat-derby — str. 14—15
- Hodnocení krajů a oddílů v roce 1958 — str. 16—17
- Krajské komise mládeže hlásí — str. 17
- O práci organizačních komisí sekcí — str. 18 a 24
- Trenéři sjezdařů o své práci — str. 18
- Hory mají srdce v člověku — str. 19—20
- Prážský lyžař v létě — str. 21
- Mladým lyžařům — str. 21
- Secke saní a bobů — str. 22—23
- Text kinogramu — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: M. Bělonožník, Z. Effenberger, V. Heckel, A. Husák, P. Karásek, V. Pácl, J. Stehlik, M. Špaček, J. Zelený.

Na titulní straně: Lyžaři v průvodu na Slovenských tělovýchovných slavnostech v Bratislavě.

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Odpovědný redaktor Milan Špaček. Redakce Praha I, Národní tř. 33. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha.

Praha srpen 1958.

A-02588

# ZA VYBUDOVÁNÍ

## SOCIALISTICKÉ TĚLESNÉ VÝCHOVY

Dne 11. července se konalo páté plenární zasedání ústředního výboru ČSTV. Vzhledem k důležitosti a závažnosti programu jednání bylo zasedání rozšířeno o účast předsedů odborných orgánů. Plenum projednalo a rozpracovalo úkoly, které vplynuly pro tělesnou výchovu z XI. sjezdu KSČ.

»S výsledky z XI. sjezdu strany musí být především seznámeni všichni funkcionáři ČSTV proto, aby mohli spojovat úkoly tělesné výchovy s úkoly dovršení výstavby socialismu v naší vlasti a správně je vysvětlovat našemu členstvu. To se musí stát hlavní náplní celé naší výchovně propagační práce.«

Prvním předpokladem, abychom mohli plnit úkoly, které vyplývají pro lyžařské sekce a oddíly z pátého plenárního zasedání ÚV ČSTV, je seznámit se s nimi.

Řekneme si o některých důležitých problémech, které byly řešeny na tomto zasedání a v dalších číslech našeho časopisu se znovu k celému zasedání vrátíme.

Máme-li úspěšně plnit úkoly, je třeba mít dobrou základnu práce, a to jsou naše telovýchovné jednoty a celoročně pracující lyžařské oddíly. Protože dobře pracujících oddílů je dosud málo, je prvořadým úkolem zaměřit se na zlepšení práce existujících oddílů po všech stránkách a zakládat další, kde jsou pro to předpoklady.

Je třeba, aby se všichni lyžařští pracovníci seznámili také s usnesením příslušných krajských a okresních orgánů a výborů jednot, týkajících se pátého plenárního zasedání. Na podzimních členských schůzích, které jistě proběhnou ve všech oddílech, seznámíme členstvo i dorost s úkoly a iniciativně navrhneme v kolektivu odstranění existujících nedostatků. Jde především o konkrétní politickoorganizační zabezpečení dalšího rozvoje. Je samozřejmé, že podobným způsobem usnesení projednají okresní a krajské sekce.

Již dnes je nejvyšší čas, aby se v oddílech dokončila příprava na zahájení podzimní činnosti. S novým školním rokem je třeba vytvořit podmínky pro široký nábor členů z řad mládeže. Úkol získat 200.000 nových příslušníků do naší organizace je zvláště nyní po XI. sjezdu KSČ naléhavý. Vynasnažíme se, aby lyžařské složky patřily mezi nejagilnější a nejúspěšnější na tomto úseku práce. Při širokém náboru nových členů je třeba neustále zkvalitňovat práci s dosavadními členy, zvyšovat úroveň závodníků všech výkonnostních tříd, abychom dosáhli zlepšení, jak nám to ukládá poslední plenární zasedání ústřední sekce.

Již dnes budeme připravovat podmínky pro to, abychom zapojili co nejvíce mládeže z náborových běhů do oddílů. Významnou pomůckou pro získání zájmu o práci v oddílech a pro zkvalitnění práce budou nové soutěže přijaté plánem naší sekce: Lyžař ČSR, soutěž o nejlépe pracující oddíl, nejlépe pracující krajskou sekcí a pokračování soutěže o Spartakiádní vložku.

I když chceme vybudovat další stovky dobrých oddílů s desetitisícovou základnou, musíme zároveň vytvářet předpoklady pro lyžování statisíců dosud neorganizovaných. Naše práce se musí rozvíjet také v tom směru, abychom zajistili dobrý průběh lyžařského výcviku na rekreaci ROH, na zájezdech školní mládeže na hory a při sobotních a nedělních zájezdech do hor. Zde musí naši cvičitelé a trenéři uplatnit zkušenosti správně pracujících vychovatelů.

Páté plenární zasedání znovu zdůvodnilo otázky výchovné práce a nutnost boje proti všem, kteří by chtěli vývoj naší tělesné výchovy a sportu vracet zpět: »Nesmíme dopustit, aby byly dále pěstovány a udržovány tradice, které nejsou pokrokové a nemají žádný vztah k dnešku, neboť tyto vedou některé naše jednotky a oddíly k izolaci. Také jednoty nemožou dobře plnit funkci, neboť jsou v přímém rozporu s posláním naší telovýchovné organizace... Všude důsledně prosazovat demokratické principy naší organizace na podkladě demokratického centralismu, upevňovat kázeň i disciplínu a bojovat proti všem excentrickým a jiným tendencím, které se projevují v různých formách u některých našich pracovníků ve sportech.«

Úkoly můžeme úspěšně plnit především budeme-li úzce spolupracovat s ČSM, ROH, Národní frontou, učitelé na školách atd. a povedeme-li zároveň všechny lyžaře i k aktivní práci v těchto organizacích. Do práce je zapotřebí zapojit daleko více i ženy, než je tomu dosud. Zvláštní pozornost je třeba věnovat upevňování kázně a disciplíny u všech. Dobrovolnost a demokratickost v naší organizaci musí být uvědomělá. Bez kázně a disciplíny se neobejde žádná organizace, tím méně telovýchova a sport.

V duchu usnesení XI. sjezdu KSČ zajistíme ještě daleko větší rozkvet lyžování u nás tak, abychom učinili z lyžařských oddílů střediska socialistické výchovy v krásném a radostném prostředí pro všechnu mládež, pro všechny pracující.

Učiňme vše pro to, aby lyžaři zajišťovali a uskutečňovali usnesení XI. sjezdu strany především na svých pracovištích, ve školách a aby společně pomáhali při zajišťování úkolů, kterými byl ČSTV pověřen komunistickou stranou a vládou Národní fronty Čechů a Slováků.



## TELOVÝCHOVNÉ SLÁVNOSTI NA SLOVENSKU— V OBJATÍ STRETNUTIA MLÁDEŽE NA DUNAJI

Koncom júna a začiatkom júla patrila Bratislava mladému pokoleniu republiky. Mladí si vybrali miesto, kde šum vlniek modrastého Dunaja omýva skaliská Malých Karpát, aby tam súťažila v speve, hudbe, tanci a recitáciách, aby si tam vzájomne vymieňala poznatky z práce, aby sa bližšie poznala a utužila bratstvo národov našej vlasti. Tu ani športovci a telocvikári neostali bokom. V tieto dni vyvrcholili tu Telo výchovné slávnosti na Slovensku. Vyše desiat tisíc cvičencov z celej republiky predviedlo verejnosti krásu masových vystúpení, predškolskou mládežou počínajúc, cez žiactvo, dorast, ženy a skladbou mužov končiac. Dni dospelých v rámci Stretnutia mládeže na Dunaji mali zlatý klínc v návšteve osobitnej delegácie strany a vlády. Nebolo prakticky ani jedného športu, ktorý by svojím spôsobom nepriložil ruky k zdarnému priebehu tohto veľkého podujatia. Zimnej časti Telo výchovných slávností sa zúčastnilo i lyžiarstvo. Veď všetky súťaže prebiehali v ich znamení, pričom majstrovstvá Slovenska v jazde na lyžiach v klasických disciplínach boli úvodným a otváracím podujatím slávností.

No nielen v zime, ale i v lete sme my lyžiari priložili ruky k dielu. Na tento termín si pripravili lyžiari agilného oddielu Iskra Kežmarok ôsmy ročník letného lyžiarskeho slalomu vo Vysokých Tatrách vo Veľkej Zmrzlej doline. Všetko bolo pripravené — žiaľ, že účastníci boli prinútení vyčkávať na prechod zriedkavej tatranskej búrky, ktorá trvala veľa hodín a počas nej spadlo toľko dažďa, že jeho voda narobila Tatrám nebezpečie a v mnohých prípadoch i nenahraditeľné škody, ba spôsobila i záplavy v celej hornej oblasti krajov Žilina, Košice, Prešov a Vysoké Tatry. Tak boli usporiadatelia prinútení zmeniť termín pretekov — 29. jún 1953 — na neskorší čas. Tentoraz sa už preteky v lete neuskutočnia, ale ich pripraví na december.

Tak si plánovali kežmarskí a s nimi i tatranskí lyžiari uskutočniť prínos pre letnú časť Telo výchovných slávností na Slovensku.

V samotnej Bratislave zúčastnil sa lyžiarsky šport nemalým počtom chlapcov a dievčat slávnostného otváracieho nástupu na ihrisku Slovana Bratislava a mohutného pochodu športovcov a mládežníkov Bratislavou 6. júna t. r.

Skupinka lyžiarov v sprievode vyznačovala sa jednotnou výstrojou a oblečením.

Po stránke technicko-organizačnej priniesli Telo výchovné slávnosti niektoré nové poznatky pre masové podujatia. Boli to hlavne prakticky vyriešené nástupy i odchody cvičencov jednotlivých skupín pri striedaní. Tieto sa konali naraz. Do toho dobre zapadlo hovorené slovo básnikov, zostavené básnikom Miroslavom Procházkom jednak z vlastných básní a jednak z básní klasikov P. O. Hviezdoslava, Martina Sládkoviča a ďalších. Interpretácia básní a prózy patrila popredným divadelným hercom a recitátorom z rozhlasu. Takto sa vystúpenia v ich veľkosti stali viac-menej akými divadelným pásmom, ktoré pútať pozornosť preplného hľadiska od začiatku až do konca. Úroveň predvádzaných cvičení v jednotlivých skladbách bola priam prikladná.

Všetky podujatia boli pretkané spolupatričnosťou mládežníkov so športovcami a telocvikármi. Zračilo sa to hlavne v slávnostnom nástupe i sprievode, ktorého sa zúčastnilo do 50.000 účastníkov. Bolo to veľmi vydarené spoločné dielo ČSM a ČSTV. Malo a má veľký politický dosah. V ňom sa utužilo ešte viac bratstvo a spolupatričnosť mládeže z Čiech, Moravy i Slovenska. Mládež a v nej masy telocvikárov dokumentovali, že sú pripravení plniť veľké úlohy XI. sjazdu KSČ, ktoré ich čakajú pri budovaní socializmu v CSR. Takto Telo výchovné slávnosti na Slovensku boli naozaj v objatí Stretnutia mládeže na Dunaji a nemožno ináč zakončiť týchto pár riadkov, ako slovami básnika Mira Procházku, ktoré napísal k vyvrcholeniu Telo výchovných slávností na Slovensku:

*Spievam si pieseň o živote krásnom,  
čo mladí nesú ako vzácny dar,  
oslávím ho chcem spevom, touto básňou,  
nech žije naša mládežnícka jar.*

*Nech žije junať nových roztúžení,  
po komunizme, miazge života,  
čo zeme tvár na večne mladú zmení  
a už sa v očiach mladých mihotá...*



# JESEŇ ROKU 1944

K 14. výročiu Slovenského  
národného povstania

Trochu iná, než zvyčajne bývala, bola jeseň 1944. Naozaj rušno a živo bolo všade. Rozžiarili sa po večerách vatry na holiach. V dolinách i po úbočiach niesla sa ozvena spravodlivého boja. Povstal ľud, aby bránil svoju krajinu. Nebol sám, veď najlepší synovia veľkého ruského brata — SSSR — stáli mu po boku. Bolo treba poraziť nenávideného nepriateľa. Za tým cieľom sa stretli na bojiskách pri Strečne, Vrútkach, Jalnej, Telgárte, Ružomberku i Boci — bojovníci, ktorí si často ani nerozumeli rečou — ale srdcom! Veď stál v okope francúzsky partizán s českým, maďarský a bulharský so slovenským partizánom! Na týchto bojiskách bránili svoje vzdialené a v ten čas ešte pod knutou fašistického Nemecka trpiace domoviny!

Bojovalo sa — víťazilo — i keď napokon pod presilou ustupujúceho nepriateľa, ktorého hnali z východu sovietski junáci — bolo treba na čas odísť od objatia chladných lesov a hôr! No nebola to porážka! Bol to víťazný ťah! Tam sa ďalej písali dejiny hrdinských činov slovenských partizánov-povstalcov! Národ zostal nepokorený!

I Turiec patril k oporám povstaleckého snaženia! Veď on to bol, čo zapálil iskru odvahy voči nepriateľovi! Jeho chlapi prví bežali do pozícií zo dvora kúpeľov v Turčianskych (Štubnianskych) Tepliciach na neďaleké vršky nad Nitrianskym Pravnom — v ten čas ešte Nemeckým Pravnom nazývaným.

Držali sa chlapi — bili, útočili a — prinášali obeť. Bolo ich veľa, čo položili životy na oltár rodiacej sa slobody.

Noci chladili a džíli sa! Hukot sovietskych dopravných lietadiel niesol sa ozvenou Pohroním. To prichádzali chlapi desanti! Potom prišla daždivá pluha a — vtedy končili i otvorené boje! To Nemci nasadzovali to naj-



Miesta, kde sa sústreďovali partizánske jednotky

lepšie a v čo najväčšom počte, aby si odkryli cestu tentoraz proti zmyslu ich velikašského úslovja — nie »Drang nach Osten«, ale — nach Westen! Tu začínali partizánske boje! Vtedy sa brúsiť charaktery! Rástli noví bojovníci — vo front sa premenil hornatý vidiek! Besneli i nepriatelia a ich domáci pomáhajúci, ako to svedčili nedávne procesy s členmi POHG. Národ sa bil o svoju česť — bojoval a trpel!

Obete neboli márne! Prišla víťazná jar 1945 a s ňou i sloboda! Pravda zvíťazila. Začal nový život. Roztočili sa kolesá zhrdzavených lokomotív i strojov vo fabrikách, obnovili sa zničené mosty i koľajnice. To ľud vzal moc do svojich rúk! V auguste 1945 symbolicky v Banskej Bystrici oslávil český i slovenský bojovník 1. výročie veľkých dní povstania. Ani tu sa nezabudlo na tých, ktorí nehradili v najťažších chvíľach. Hrdinovia — partizánski velitelia, synovia SSSR stáli v prvých radoch, ktorým predstavitelia národ-

ných orgánov pripínali na prsia povstalecké vyznamenania!

Nuž a potom rok čo rok sa spomínajú slávne augustové dni. Spomínajú sa, aby sme v nich videli chvíľky nezabudnuteľné. Z nich aby sme čerpali silu i odvalu pre konštruktívnu prácu, potrebnú pri budovaní socializmu, súc podľa názvu nášho odznaku »Pripravení pre prácu i obranu!«.

Ani my lyžiari nestáli sme stranou! Veľa bolo veru obetí, ktoré priniesli milovníci lyžiarskeho športu v spomínanej dobe! Desiatky memoriálov pri pretekoch pripomínajú len mizivé percento z tých hrdinov, ktorí bojovali — a padli! Všetkým im patrí česť a sláva!

A vám, mladí lyžiari, pri tejto spomienke treba pripomenúť, aby ste ďalej ešte s väčšou láskou a zápalom milovali našu vlasť, bili sa na dráhach doma i v zahraničí pre česť a slávu lyžiarskeho športu v ČSR — športu, ktorý bol a je dôležitým bojovým prínosom oných veľkých chvíľ! —ký.—

Ve 14. a 15. čísle časopisu Tělovýchovný pracovník bude otištěn referát předsedy ÚV ČSTV soudruha Františka Vodsloně na V. plénu ÚV ČSTV. Dále budou uveřejněny nejdůležitější diskusní příspěvky. Je povinností všech pracovníků v oddělech, okresních i krajských sekcích prostudovat a projednat referáty a diskusní příspěvky z V. pléna a navrhnout konkrétní opatření ke splnění úkolů vyplývajících z tohoto zasedání. Lyžařští pracovníci budou jistě patřit mezi první, kteří budou sami iniciativně tato důležitá a vážná usnesení uskutečňovat.

# Cvičit NEBO vychovávat?

**Z**ijeme ve významné etapě přelomu společenského zřízení a na nás všech je, abychom v duchu této pokrokové vlny společenské a kulturní revoluce věnovali co největší úsilí převýchově vlastní i společně. Mnohé a nežádoucí přerůstá z dřívějšíka a na nás je, abychom pro vítěznou a jasnou perspektivu zírka dovedli i v denním životě upravovat cestu jak v jejím materiálním, tak morálně výchovném zabezpečení.

Svůj zřetel obracíme především k mládeži, zástupcům druhé a třetí směny — silné počtem, životní dychtivostí, a myslí neprokořeněnou předsudky falešných tradic a proto tvárnější, revolučnější. Chceme ji mít zdravou, zdatnou — chytřou a zvidavou — uvědomělou a obětavou. Chceme ji připravit po všech stránkách pro plný a šťastný život v komunismu, ve světě míru.

Uslujeme proto o co nejlepší a nejspěšnější výsledky naší práce v tělovýchovném hnutí, speciálně v lyžování. Chceme se výrazně podílet na předávání nejen technických zkušeností při výcviku a tréninku — ale, a to především — si plně uvědomit odpovědnost svého výchovného působení na svěřené nám žactvo a dorost.

Je třeba si říci alespoň pár slov ne už o tom, proč to děláme, ale děláme-li to správně, a domluvit se mezi sebou tak, abychom všichni pomáhali a působili na mládež co nejúčinněji a nejjednodušeji.

V tělovýchovných organizacích bývalého společenského zřízení se vliv na cvičence určitým způsobem rozkládal. Cvičitel cvičil, »vychovatel« poučoval a snažil se upravovat světový názor svých posluchačů. Proslovy před šikem i na valných hromadách, besídky, divadelní scény, časopisy a jiné formy vychovatelské práce měly se svým účinem přilepít na osobní zájem členů organizace o oblíbený sport a jeho prostředí a získávat je do té názorové sféry, kterou jim pro vlastní svůj prospěch chtěli přisoudit mocipáni tehdejšího státu — kapitalisté.

Dobře je, že tento způsob se plně neosvědčoval. Ovlivnili se jen málokterí, dál rostli mladí a starší s jasným rozumem třídního citu a smyslu pro lidskou spravedlnost — dál se ale množili i političtí analfabeti a trubci, které život ostatních nezajímal a kteří si pěstovali jen závěřiví osobní pohody a svého zájmového sportu.

Dnes chceme získat každého pro společnou věc. I ten náš oblíbený sport nechápeme úže, ale jako prostředek pro zlepšení zdraví a pro upevnění socialistických vztahů celé naší společnosti. Všichni jsme vychovateli a mnoho z nás je i cvičitelů. Výcvik i trénink je pedagogický proces a formuluje jej do velmi značné míry osobnost vedoucího, cvičitele, trenéra. Osobností v socialistické společnosti rozumíme souhrn výrazných vlastností, ke kterým čítáme osobní zájmy, ideály, světový názor, tělesné a rozumové schopnosti, osobní charakter a temperament. Ne jedinec sám o sobě, ale jeden z celku — v plném souladu s požadavky socialistické společnosti.

Cvičitel a zejména cvičitel mládeže je pro své svěřence opravdu osobností. Převyšuje mládež svým věkem, zkušenostmi, osobní vyhraněností a má proto i její autoritu. Tato roste a sílí způsobem jeho práce a vlivem jeho osobního příkladu. Velmi záleží na morálním profilu, protože každý sebemenší prostředek velmi účinně a někdy i zhoubně zapůsobí na citový, duševní život mládeže. Cvičitel musí být na slovo vzatým odborníkem, a to jak po stránce praktické, tak i po stránce teoretické. Zdaleka dnes ne-

stačí nezdravý názor, že předcházející (ba někdy i současná) závodnická činnost je postačující legitimací pro dobrou práci cvičitelskou. Pohyb a jeho demonstrace není všechno. Správný cvičitel se musí soustavněji obírat a studovat i teorii svého oboru a seznámit se aspoň se základními poznatky z pedagogiky a psychologie, chce-li odborně a vychovatelsky růst. Znamená to sledovat knižní a časopiseckou literaturu, účastnit se kursů, školení, diskusí. Znamená to stálý životní zájem a dobrou informovanost o současném dění i názorech. Cvičitel by měl ovládat více tělovýchovných odvětví, a to alespoň v základech, aby mohl pracovat s mládeží po celý rok. Měl by znát zvláštnosti práce a metodický přístup v jednotlivých věkových stupních. Pracoval by mnohem zajímavěji. Měl by se stále učit — z kladů, z chyb i nedostatků práce vlastní i ostatních cvičitelů. Měl by hromadit pedagogické a technické zkušenosti a ověřovat si je přímo v kolektivu svého oddílu. Dobré věci rozvíjet a uplatňovat i jinde, špatné společným úsilím odstraňovat.

Při tom je třeba, aby dovedl vytvářet při práci radostné a přátelské prostředí. Jen v takovém duchu vytváří se postupně i pevný, družný a ukázněný kolektiv, který je cvičitelově snaze velkou oporou a vydatným pomocníkem. Cvičitel je však jen jedním členem tohoto kolektivu. Má s ním společný cíl a má proto jeho plnou důvěru.

Je správně, aby cvičitel působil i na výchovu citů. Vhodnou motivací snažíme se probudit u mládeže příznivé citové vztahy k vykonávanému zaměstnání. Nejvýrazněji se nám to projevuje při cvičeních soutěživou

formou, při závodech, hrách a pobytu v přírodě vůbec. Učíme mládež její živelné city ovládat, usměrňovat a podporujeme rozvoj citů aktivních. Boj s city zápornými vedeme především přesvědčováním, vysvětlováním, příkladem. Cvičence se např. domnívá, že vítězství družstva je ve hře důležitější než dodržování pravidel, a snaží se pomáhat i nedovolenými prostředky. Je třeba vyložit všem a přesvědčit i provinilce, že je čestnější i prohrát, ale nepodvádět — být se tento podvod dál v dobrém úmyslu pomoci celému družstvu a ne jen sobě.

Při citové výchově se snažíme o individuální přístup, neboť v citových stavech se nejvíce projevuje temperament mládeže. Abychom rozvíjeli i vůli, klademe na mládež pevně, věku přiměřeně požadavky na soustředěnost, ukázněnost i námahu, aby byla mládež nucena překonávat pro splnění svých zájmů a povinností určité překážky. Formování charakteru napomáhají činnosti kolektivní, činnosti vyžadující odpovědnost, svědomitost, vytrvalost — tedy zase výkony denní práce a drobné denní úkoly.

Vidíme proto, že znalost pedagogických zásad a také výchovných metod má být nedílnou výbroží každého z nás. Zásada vedoucí úlohy cvičitele a současně vychovatele ukládá nám pracovat tak, abychom byli v práci s dětmi opravdu vedoucím činitelem. Závisí to tedy na správném a plánovitém spojování výcviku i výchovy, na dobré organizaci práce a soustavném prověřování i hodnocení výsledků této naší práce. Úroveň její roste kvalitami osobního příkladu, upadá nepřipraveností a neodborností cvičitele. Závisí také v nemalé míře na jeho osobním vztahu k mládeži, k práci, a ke společnosti vůbec. Cvičitel, který nemá jasný cíl a přesný plán výcviku i výchovy — cvičitel, který podléhá rušivým vlivům, osobním zálibám a přáním svých svěřenců, cvičitel, který nemá pevnou autoritu — nemá ani předpoklady, aby byl opravdu dobrým pedagogem.

VLADIMÍR DOHNAL

*»Je nutno si však uvědomit, že toto vše se nebude uskutečňovat hladce a snadno bez konfliktů a boje se všim, co se již přezilo a je brzdou vpřed.*

*Tento zápas neprobíhá jen v oblasti materiální výroby — v boji za plnění našich hospodářských plánů, ale hlavně v oblasti ideologie, v boji proti všem buržoazním přežitkům ve vědomí lidu, které nelze odstranit rázem, neboť je to otázka postupné převýchovy našeho lidu.*

*Tento boj není možno úspěšně vést bez úzkého spojení Komunistické strany Československa s nejšířšími masami pracujícího lidu. Pracující masy na základě svých vlastních zkušeností v práci a v boji mohou být přesvědčovány o správnosti revolučních idejí marxismu-leninismu.*

*Pro naši tělesnou výchovu má XI. sjezd KSČ velký význam, neboť jí v tomto velikém zápale za dovršení přeměny celé naší společnosti připadá významný mnohotvárný úkol — zejména z hlediska všestranné tělesné a ideové výchovy mládeže.*

*Ekonomické a kulturní změny nutně ovlivní i další rozvoj tělesné výchovy, ale i zpětně tělesná výchova může značně ovlivňovat tuto přeměnu.*

*XI. sjezd Komunistické strany Československa potvrdil správnost existence jednotné dobrovolné tělovýchovné organizace a podržel její význam a poslání ve všestranné tělesné a ideové výchově mládeže. Potvrdil správnost linie našeho ústředního výboru zejména v boji proti buržoazním přežitkům v tělesné výchově. Na této linii po XI. sjezdu KSČ není třeba ničeho měnit, naopak s ještě větší důsledností a rozhodností bude nutno tuto linii provádět.*

*Právě tak XI. sjezd KSČ ukazuje, jak správné bylo naše usnesení o získání co největšího počtu mládeže do tělesné výchovy.»*

Z referátu předsedy ÚV ČSTV s. F. Vodsioně  
na V. plenárním zasedání ÚV ČSTV

# Úkoly plánu rozvoje

Podzimní plenární zasedání sekce se podrobně zabývalo situací v lyžařských oddílech, situaci na úseku nezávodní činnosti a určilo jako hlavní cíl své práce a práce všech lyžařských složek — rozvoj lyžařského sportu na nejširší základně se zaměřením zejména na mládež. Práci na tomto úseku, zvláště práci v lyžařských oddílech, hodnotilo plénium jako důležitou politickovýchovnou práci všech lyžařských pracovníků a orgánů.

Tak, jak plénium uložilo, rozpracovala ústřední sekce zásady referátu »Za zlepšení situace na úseku masového lyžování a práce v lyžařských oddílech« do konkrétních úkolů pro jednotlivé komise. Tyto úkoly tvoří hlavní část pracovních plánů komisí ústřední sekce na letošní rok a jsou plněny postupně tak, jak určují dané termíny.

Upozorním alespoň na některé z nich:

## Činnost organizačních komisí

Na úseku organizačním zahájila vcelku dobře činnost organizační komise, pozvala krátce po plénu na jednu ze svých schůzí předsedy organizačních komisí lyžařsky silných krajů, projednala s nimi usnesení pléna a přímo na místě pomohla zpracovat návrhy, jak co nejlépe v tom či onom kraji zajistit. Bude třeba takto postupovat nyní v letních a podzimních měsících, kdy nejsou organizační komise a celé krajské sekce zapneprázdně zajišťováním průběhu soutěží.

Bude třeba také vydat a rozšiřovat přihlášky do lyžařských oddílů na náborových závodech, při přebornických a veřejných soutěžích a při rekreaci ROH. Jisté, že i tato forma nám pomůže při získávání nových členů do oddílů. Domníváme se však, že pracovníci krajských sekcí nedostatečně spolupracovali s organizacemi ČSM, které sdružují většinu naší mládeže a které mohou značně přispět při získávání nových členů do oddílů.

## Na úseku výchovy a propagace

Důležitý úkol při získávání členstva a zkvalitňování činnosti lyžařských oddílů spočívá na propagační práci. V tomto směru se podařilo redakční radě rozšířit okruh dopisovatelů měsíčníku Lyžařství. Zkvalitnění našeho měsíčníku značně pomohlo zvětšení formátu, který byl lyžařskou veřejností a čtenáři uvítán. Umožňuje zveřejňování větších fotografií i kinogramů, což dělá časopis zajímavější a pestřejší. Chceme, aby časopis nejvíce pomáhal oddílům, pro které je především určen, aby byl rádcem a organizátorem činnosti všech cvičitelů, trenérů, rozhodčích a ostatních pracovníků. Úroveň časopisu ještě více prospěje, bude-li rozšířena rubrika zpráv z oddílů, aby se tak mohly v nejširší míře předávat zkušenosti z jednoho oddílu na druhý.

Naše oddíly dosud málo využívají vývěsní skříňky, která je důležitým propagačním a náborovým prostředkem. Porovnejte si, jak jsou v tomto směru daleko čilejší turistické oddíly, které dovedou správnou a vhodnou propagační formou využít všechny akce, které pořádají.

Zlepšila se propagace našeho sportu tiskem i rozhlasem, i když sportovní rubriky věnovaly více místa závodům populárním, jako jsou mezinárodní závody a mistrovství ČSR. Ústřední výchovně propagační komise musí dále více spolupracovat s Klubem sportovních novinářů, dbát o to, aby se propagace ještě zlepšila a aby daleko ve větší míře byly propagovány a popularizovány náborové závody mládeže, veřejné závody a základní přebornické soutěže. I v krajském tisku bylo proti jiným letům věnováno více místa lyžařským závodům. Není to zatím stejné ve všech krajích. Kde pracuje dobře tiskový referent ve výchovně propagační komisi, tak se zlepšení projevuje.

Je nutno upozornit, že ještě neplníme úkoly politickovýchovné tak, jak je třeba, a že činnost našich činovníků je stále převážně technická, politickovýchovná práce se dosud nestala součástí každodenního života a neprolíná veškerou činností našich trenérů, cvičitelů a rozhodčích.

Hodnocením výchovně propagační práce se zabývalo III. plenární zasedání ÚV ČSTV, na kterém byl proveden rozbor současného stavu v ideově politické výchově členstva, a vytyčeno, aby ve výchovně propagační práci byla na prvé místo postavena politická výchova.

III. plenární zasedání vytyčilo obsah a hlavní úkoly ideově politické výchovy v orgánech Československého svazu tělesné výchovy, které musí být zaměřeny na výchovu:

- k socialistickému vlastenectví a proletářskému internacionalismu;
- k socialistickému vztahu k práci;
- k socialistickému vztahu ke společnému vlastnictví;
- k zachování pravidel socialistického soužití;
- charakterových vlastností.

Znovu bylo zdůrazněno, že za politickovýchovnou činnost odpo-

Z referátu předsedy ústřední sekce soudr. Karla Smoly na plenárním zasedání předsedů krajských lyžařských sekcí ve dnech 14. a 15. června t. r.

vidají kromě volených také odborné orgány, to znamená jednotlivé sportovní sekce. Musíme zaktivizovat výchovně propagační komise, které se musí stát organizátory výchovně propagační činnosti, a své hlavní pomocníky musí mít v trenérech, cvičitelích a rozhodčích.

## Z činnosti učebně metodické komise

Rízením a koordinací činnosti na úseku péče o lyžařské oddíly a o celou nezávodní činnost byla podzimním plenárním zasedáním pověřena učebně metodická komise. Určila si řadu postupných úkolů, mezi něž v prvé řadě patřilo přepracování a vydání nové učební osnovy, vycházející z nejnovějších mezinárodních zkušeností. Autorský kolektiv při učebně metodické komisi zvládl během krátké doby několika měsíců nesnadný úkol a vydal po schválení předse-  
dnictvem novou učební osnovu, která se pomocí doškolovacích seminářů cvičitelů přenášela do lyžařského hnutí. Předností osnovy je, že zahrnuje všechny části lyžařského výcviku jak základní výcvik, tak i nácvik základů běhu, skoku a sjezdu.

Poslání a koncepce osnovy nebyly pochopeny ve všech případech zcela správně a mnozí cvičitelé místo dodržení postupu výcviku ve všech jeho částech se zaměřili především — nebo lépe řečeno — výhradně na nácvik nových prvků z kapitoly sjíždění. Tento postup vede samozřejmě k jízdě v okolí lanovky a k loučkaření. To jistě nová osnova nesleduje. Je nutno zdůraznit, že jedině z hlavních cílů naší činnosti je naučit co nejvíce našich občanů zvládnout lyže tak, aby se mohli bezpečně pohybovat v jakémkoliv terénu. Proto jízdu terénem, která má největší hodnoty a poskytuje nejvíce krás, musíme postavit na prvé místo v lyžařském výcviku.

Není možné, aby cvičitelé viděli hlavní cíl své práce v naučení svých švenců perfektnímu zvládnutí jen nové techniky sjezdového postoj. Ono je to dnes populární a moderní. Tim ovšem by se stávalo naše lyžařství čím dál tím více samoúčelným.

Ústřední učebně metodická komise je si vědoma tohoto nebezpečí a snaží se proti němu bojovat. Potřebuje však pomoc krajských učebně metodických komisí a hlavně všech cvičitelů. V tomto směru je třeba více využívat tisku, především měsíčníku Lyžařství, a soustavně vysvětlovat hlavní úkoly a cíle na úseku nezávodní činnosti. Řízení činnosti oddílů zůstává stále slabinou naší práce a učebně metodické komise se mu věnuje velmi málo. Nesprávně jsme také upustili od uveřejňování populárních článků o činnosti oddílů a náplni cvičení v jednotlivých ročních obdobích a měsících. V tomto směru byla ústřední učebně metodická komise oprávněně kritizována a předpokládá se, že nyní v přechodném období tento nedostatek napraví.

## Činnost a evidence lyžařských oddílů

Téměř na každém plenárním zasedání je hovořeno o nutnosti zavedení přesného přehledu o počtu a rozmístění lyžařských oddílů. Vždy se konstatuje právě tak jako dnes, že se nám dosud nepodařilo pořídit přesný přehled, který by nám umožňoval plánovat konkrétně rozvoj a zakládání oddílů dalších. Pokus o sestavení adresáře oddílů byl proveden již na minulém plénu a podařilo se nám zajistit přehled pouze z některých krajů. Většina krajských sekcí nám oznámila neúplně počtení stavy, které se mohou brát v úvahu pouze při hrubé evidenci. Předpokládáme, že po tomto plénu shromáždí naše organizační komise všechny podklady tak, abychom mohli ještě před zahájením zimního období vydat seznam oddílů, který pomůže v práci nejen ústřední sekci, ale především krajům. Bude nám platným pomocníkem při pořádání různých akcí, jako jsou lyžařské závody a podobně.

Předse-  
dnictvo ústřední sekce uložilo jednotlivým komisím ještě řadu dalších úkolů. Jejich splnění sleduje co nejvíce přispět ke zlepšení činnosti lyžařských oddílů. Převážná část těchto úkolů je dlouhodobého charakteru a je jasné, že za krátkou dobu šesti měsíců, které uplynuly od posledního pléna, není možné očekávat pronikavá zlepšení.

Jde o drobnou soustavnou práci, jejíž výsledky se projeví teprve v pozdější době. Důležité však je, abychom zlepšení situace v lyžařských oddílech viděli stále jako nejdůležitější úkol naší činnosti.

Usnesení pléna uložilo také krajským sekcím projednat do 30. IV. t. r. referát »Za zlepšení práce na úseku masového lyžování a za další rozvoj lyžařských oddílů« a rozpracovat jeho hlavní myšlenky a závěry podle situace v tom kterém kraji. Termín projednávání měl být oznámen ústřední sekci, aby mohla vyslat svého zástupce, který by pomohl přímo na místě řešit problémy. Podle tohoto usnesení však postupovalo pouze několik krajských sekcí. Jako příklad v tomto směru je možno vyzdvihnout krajskou sekcí Gottwaldov, Olomouc a Plzeň, které se zabývaly situací opravdu odpovědně.

Některé krajské sekce viděly hlavní cíl své práce — tak jako předtím — v zajišťování průběhu soutěží. Nechceme tvrdit, že

průběh soutěží není důležitý. Naopak, dobře organizované soutěže jsou jednou z nejlepších forem, jak získat nové členstvo, hlavně mládež do lyžařských oddílů. Je však třeba vidět, že nejsou jedinou a hlavní náplní práce, že jsou jen jedním z úseku činnosti lyžařských složek. A tuto skutečnost si ještě dnes řada krajských sekcí plně neuvědomuje. Tak, jak již bylo řečeno, nemá několik krajských sekcí přehled o skutečném počtu a existenci lyžařských oddílů, jak potom asi v praxi vypadá pomoc oddílům. Tím, že budeme o významu činnosti oddílů stále jen mluvit, tím jim mnoho nepomůžeme. Přece nechceme, aby se slova o pomoci oddílům stala frází. Cílem našeho snažení musí být, aby co nejvíce našich občanů, především mládeže, se stalo členy našich oddílů a aby se v nich pod vedením odborně a politicky vyspělých cvičitelů a trenérů zúčastňovali pravidelného života a aby se tělovýchovně a společensky plně vyžívali.

### Zajišťování výhod v dopravě a při pobytu na horách

V dalším bodě usnesení bylo uloženo ústřední sekci dále pokračovat v jednání s ústředními úřady a orgány o zajištění výhod v dopravě, pobytu na horách a podobně. Ústřední sekce projednala se sekretariátem ÚV ČSTV, aby výhody, které se plánují pro členy turistických oddílů, se vztahovaly také na členy lyžařských oddílů.

Počínaje 1. červencem 1958, budou poskytovány slevy na noclezném ve výši Kčs 2,— za osobu a přenocování v ubytovacích zařízeních ČSTV a v některých ubytovacích zařízeních státního obchodu, slevy jízdného 25 % na sedačkových výtažích Spindlerův Mlýn a Pustevny. Dále 20 až 25 % slevy na lyžařských vlecích v provozu ČSTV při zakoupení 5 jízdének.

Zvýhodněním je i přednost při ubytování v ubytovacích zařízeních ČSTV a státního obchodu. V těchto zařízeních bude k tomuto účelu vyhrazen denně do 18.00 hod. určitý počet lůžek.

Účast na turistickém pohraničním styku podle československo-polské turistické konvence je další výhodou.

Poskytnutí uvedených výhod je vázáno na členství v ČSTV, zaplacení členských příspěvků a zakoupení turistické známky v hodnotě Kčs 6,—.

Jsmo přesvědčeni o tom, že členové lyžařských oddílů uvítají tyto výhody a budou jich plně využívat.

Již řadu měsíců je vedeno jednání o zlevnění cen lyžařské výbroje. Konkrétní výsledek se zatím neprojevil, protože nedošlo k vzájemné dohodě. Nedá se předpokládat, že by pro příští období došlo v tomto směru k nějaké změně v náš prospěch. Ústřední sekce a její příslušné komise se snaží o to, aby k určitému zlevnění cen, hlavně u bot pro mládež, pokud možno v nejkratší době došlo. Tento úkol byl nyní svěřen jako jeden z hlavních úkolů hospodáři sekce s. Šlehoferovi a věříme, že na plenárním zasedání v příštím roce budeme konstatovat zlepšení.

### Zajišťování závodů a soutěží

Usnesení dále ukládalo zajistit úspěšný průběh zimního období, zejména řádné provedení náborových závodů, přebornických i mistrovských soutěží.

Letošní, poněkud příznivější zima dovolila lepší průběh náborových závodů o Spartakiádní vložku, a když připravované soutěže nemohly být provedeny v plném rozsahu, protože uprostřed zimy byla přechodná nepřízeň počasí. Naproti tomu nečekané příznivé sněhových podmínek v předjaří nevyužily všechny jednoty k orga-

nizování soutěží na široké základně. Úplný přehled o počtu závodníků a startujících na náborových soutěžích zatím ještě nemáme. Hlášení přes řadu urgencí dochází opožděně a v mnohých případech jsou neúplná. Dostali jsme hlášení ze všech českých a moravských krajů, ze Slovenska chybějí zprávy z Vysokých Tater, Bratislavy, Prešova a Nítry. Podle těchto zpráv zúčastnilo se náborových závodů 82.575 startujících. Největší účast oznámil kraj Liberec, který získal celkem 15.000 startujících, Jihlava 8342, Ústí n. Lab. 6879. Po zpřesnění těchto čísel vydá ústřední sportovně technická komise podrobnou zhodnocující zprávu, kterou zašleme ve zprávách sekce všem krajům.

Celkovou účast na náborových závodech je možno hodnotit kladně, vezmeme-li v úvahu to, že níže položené kraje byly v letošní zimě prakticky bez sněhu.

Vůbec však neznáme, kolik mladých závodníků bylo získáno pro soustavné pěstování tělovýchovy a sportu a kolik z účastníků náborových závodů bylo získáno za členy oddílů. V tomto směru nám všechny kraje, kromě KV Praha, zůstaly dlužny odpovědí. Nechceme samoúčelně závody jen pro závody a pro honbu za čísly, ale chceme přitažlivou formou náborových závodů o spartakiádní vložku získat zejména mladé lidi k soustavnému pěstování lyžařského sportu. Ústřední sportovně technické komisi se nepodařilo během zimního období vydat rukávový látkový odznak »Spartakiádní vložka« a z technických důvodů nebyl ani vydán záznamní list pro splnění limitu. Bylo to způsobeno zčásti obtížemi v jednání o převzetí finančního nákladu a distribuce a také obtížemi v tiskárně. Tyto materiály budou vydány v podzimních měsících.

Nepříznivé povětrnostní podmínky narušily průběh všech vrcholných celostátních soutěží, kromě mistrovství CSR v běhu na 50 km. To se pochopitelně projevilo na celkovém uspořádání a vyzádalo si to vyčerpávající práci všech organizátorů. Z toho důvodu bylo také nutno přeložit mistrovství ve sjezdových disciplínách z Vrátné do Spindlerova Mlýna a celostátní výběrovou soutěž žactva z Rožnova do Harrachova. Organizátoři MV Praha a Jiskra Harrachov byli tak postaveni před těžký a odpovědný úkol — během několika dnů připravit celý průběh těchto soutěží. Díky obětavé práci rozhodčích a technických pracovníků byly tyto soutěže organizovány dobře a závodníkům byly v rámci daných možností vytvořeny příznivé podmínky pro podání vrcholných výkonů. Malé nedostatky, které se projeví, nezkrusily výkony závodníků.

Jak lyžařské sekci městského výboru Praha, tak i funkcionářům Jiskry Harrachov patří dík za dobré provedení obou závodů.

Plně uznání za dobře provedenou soutěž zaslouží také kraj Ostrava, neboť celostátní výběrová soutěž žactva ve sjezdových disciplínách byla organizována také za nepříznivých sněhových podmínek. Přes značné obtíže, nedostatek sněhu a malý počet činovníků připravil pořadatelé těm nejmladším dobrý a hodnotný závod.

Nepřízeň počasí postihla značně také mistrovství CSR a dorostenecký přebor v klasických disciplínách, jehož pořadatelem byl kraj Hradec Králové. Téměř po celou dobu mistrovství ustavičně přšelo a krajně nepříznivé povětrnostní podmínky si vynutily dokonce přeložení mistrovských závodů na 10 km běhu žen a 50 km běhu mužů do Harrachova. Na průběhu těchto mistrovských soutěží se částečně projevila organizační roztržitenost, která vyplývala z vnitřních rozporů organizačního výboru. Nedostatky však nebyly takového charakteru, aby narušily průběh soutěží a ovlivnily výkony závodníků.

Oba mezinárodní závody — závod v klasických disciplínách

## LYŽAŘSKÝ ROZHODČÍ

### a výchovně propagační činnost

Československá tělovýchova jako nedílná součást socialistické výchovy člověka vytváří svou činnost podmínky všestranného tělesného i duševního rozvoje občanů naší lidové demokratické republiky. Posiluje zdraví sportovců, zvyšuje jejich fyzickou zdatnost a vede je k činnorodému vlastenečství, aby byli stále připraveni k budování socialismu v naší vlasti a k obraně světového míru.

Abý tento prořadý úkol naší tělovýchovy byl skutečně řádně plněn, je třeba zaměřit se v tělovýchovných jednotách a oddílech, ve všech složkách ČSTV na zajištění masového provozování sportu v řadách našich pracujících a zejména mládeže.

Získat do řad československých sportovců masu našich pracujících a hlavně mládež je úkol, ke kterému nutno obrátit pozornost všech tělovýchovných pracovníků. Prostředkem jejich činnosti jest pak propagačně výchovná práce, a to na všech úsecích, v prvé řadě pak v tělovýchovných jednotách a oddílech.

Současný stav však ukazuje, že největší nedostatky v našem tělovýchovném hnutí se projevují především na úseku výchovné práce. Příčiny této skutečnosti spočívají v nedocenení výchovné práce v celém rozsahu jejího významu, v jednostranném chápání funkce tělesné výchovy v našem lidové demokratickém zřízení. Stále se nám ještě nepodařilo ujasnit v tělovýchovném hnutí obsah a dosah ideové výchovy, nezoládlí jsme její metodické řízení. Nedostatečné využívání výsledků současné vědecké a výzkumné činnosti vede namnoze k apolitičnosti a izolovanosti naší práce od celkového života naší země.

Musíme proto co nejučinněji přispět k tomu, aby naše ideové výchovné i odborné technická činnost vyrůstala z ideologie dělnické třídy — z marxismu-leninismu, jehož síla tkví v tom, že na základě vědecky zjištěných zákonitostí vývoje lidské společnosti vyjadřuje potřeby a zájmy našeho pracujícího lidu v jeho boji za socialismus a mír.

Ústřední výbor ČSTV sledoval neustále dosavadní stav v propagačně výchovné práci a na svém zasedání 24. 4. 1958 vydal »Směrnice pro výchovně propagační práci v československém svazu tělesné výchovy«.

Dle těchto směrnic je jasné, že odpovědnost za plnění daných úkolů není kladena pouze na bedra propagačně výchovných komisí, ale naopak na všechny komise sportovních sekcí a na všechny pracovníky tělovýchovy a tělovýchovných jednot.

Ústřední postavou v tělesné výchově zůstávají proto cvičitel, trenér a rozhodčí, kteří jsou i ve výchovně propagační práci hlavními činiteli úspěchu. Předpokladem dobrých výsledků na tomto významném úseku naší činnosti je také jejich osobní vzor, jakož i důvěra sportovců a veřejnosti k nim. Jen za takových podmínek může vychovatel vést své svěřence ke kázi, skromnosti, obětavosti, kolektivitě a ke správnému chápání postavení tělesné výchovy vůbec. Tělovýchovný pracovník se má zaměřovat na sportovce nejen v tělovýchovné jednotě, nýbrž i o jejich práci a osobní život a věst je k tomu, aby se stali vzornými pracovníky a žáky.

Přehlédneme-li dosavadní činnost našich lyžařských rozhodčích, musíme jim přiznat

v Harrachově a Velká cena Slovenska v Tatranské Lomnici — byly provedeny dobře. V Harrachově se velmi dobře osvědčilo ubytování všech účastníků v tělovýchovném středisku v Ryžovišti, což také přispělo k dobrému organizování celého průběhu soutěže. Překvapením byly dobré výkony mladých skokanů NDR.

Při organizování Velké ceny Slovenska se projevil starý, dnes již tradiční nedostatek — nedostatek doprava lanovkou, která má pro závody dnešního charakteru již malou kapacitu. Je nutno vyzdvihnout práci techniků za obětavou a namáhavou úpravu sjezdové trati a slalomových svahů. Při mezinárodních závodech je nutno dbát ještě více na to, aby byly vytvořeny optimální podmínky především pro naše závodníky. Při dalším organizování Velké ceny Slovenska bude třeba řešit i otázku návštěvy diváků, protože ve uplynulých ročnících, obzvláště letos, se jely závody téměř bez diváků. U tak nákladného závodu, jakým je Velká cena Slovenska, si to nemůžeme dovolit.

V tomto stručném hodnocení průběhu soutěží je nutno zdůraznit, že celostátní výběrová soutěž žactva, a to jak v klasických, tak i ve sjezdových disciplínách, se rozrostla do nečekaných rozměrů. Nepředpokládala se tak velký zájem mladých závodníků o změření sil v celostátním měřítku. Jsme nuceni organizovat soutěže žactva v nejkratším časovém období, čímž se mladí závodníci, unavení v mnohých případech dlouhou cestou, ještě více vyčerpávají. Vzniká absence ze škol a poměrně velká náročnost na finanční náklady. Všechny tyto okolnosti nutí k úvaze o správnosti těchto celostátních soutěží. Nelze také stanovit nějaký správný postupový klíč, protože nemůžeme předem spravedlivě stanovit výkonost těch nejmladších závodníků ve všech krajích. A tak se jeví jako vhodnější návrh uspořádat soutěže žactva nejvýše do krajů, případně po oblastech, například Krkonoše, Šumava, Jeseníky, Českomoravská vysočina, Tatry apod.

Soutěžení mládeže více pomůže vypisování závodů dorostu při každých veřejných závodech jak místního, tak i širšího charakteru. Bude třeba také zvážit vhodnost startování starších žáků v soutěžích mladšího dorostu.

S uplynulým obdobím můžeme být po stránce sportovně technické vcelku spokojeni. Víme, že budou-li lepší povětrnostní a sněhové podmínky, dosáhneme daleko lepších výsledků a lyžařské soutěže budou jednou z nejlepších forem propagace lyžařského sportu a získávání nových členů do oddílů. Krajské sportovně technické komise pracovaly vcelku dobře. Jejich práce se ještě více zlepšit, uvědomili si závaznost kolektivního chápání úkolů, budou-li více spolupracovat se všemi ostatními komisemi a pomáhat co možno nejvíce k plnění nejdůležitějšího úkolu našeho lyžařství — zapojení mládeže do pravidelné činnosti v lyžařských oddílech.

### Úroveň závodního lyžování

K úplnosti je nutno ve stručnosti zhodnotit úroveň výkonů našich závodníků a výsledky dosažené našimi reprezentanty na zahraničních závodech a na mistrovství světa. Je třeba si říci, že lyžaři měli i v tomto roce bohatý mezinárodní styk. Vyčerpali jsme značný podíl celkového devizového plánu ÚV ČSTV. Výsledky dosažené našimi reprezentanty však neodpovídají vynakládaným prostředkům. Nelze vinu svalovat na špatné sněhové podmínky a tím i malou možnost přípravy. Tento argument ob stojí snad při hodnocení výsledků výkonů sjezdařů, a to jen částečně. Nemí opodstatněný u klasických disciplín. Předsednictvo ústřední sekce pro-

vedlo rozbor, který ukázal hlavní chyby v systému vedení přípravy reprezentantů, v politicko-výchovné práci, v nedostatečném vedení některých trenérů, kde se projevilo nejednotné působení a snaha po přílišné individualizaci. Malá uvědomělost a špatný poměr některých reprezentantů k přípravě, to jsou další problémy, které musí trenérská rada urychleně vyřešit, aby v příštím období zahájila s novým kolektivem reprezentantů soustavnou přípravu na mistrovství světa v roce 1962. V tomto směru bude třeba pomoci všech lyžařských pracovníků. S výchovou našich závodníků musíme začít soustavně od mládí a musíme dbát všech pedagogických zásad. Přehlížení chyb a nedostatků ve vystupování, v poměru ke kolektivu, k tréninku zatím nikomu v jeho celkovém vývoji nepřispělo. Tímto postupem a falešným poměrem bychom vychovávali z našich závodníků primadony, pro něž by byl mnohdy vlastní prospěch a užitek přednější než úspěšné reprezentování.

V žádném případě nechceme, aby toto hodnocení vzbudilo dojem, že všechno na úseku činnosti reprezentačních družstev bylo špatné, a abychom lehce a povrchně odsoudili celý kolektiv. V kolektivu reprezentantů a trenérů máme řadu odpovědných soudruhů, na něž je možno se spolehnout a s nimiž začne ústřední trenérská rada budovat nové kolektivy. Je třeba jejich řady doplnit mladými, talentovanými závodníky, přizvat zkušené trenéry a dát jim pokud možno dobré podmínky k přípravě.

Pokud se týká výkonů ostatních závodníků, můžeme být spokojeni s technickou úrovní a bojovým duchem dorostenců a starších žáků. Situace u dorostu je vcelku dobrá ve sjezdových disciplínách a v běhu. Více pozornosti musí naši trenéři věnovat sdruženému závodnímu a hlavně skoku, kde zatím nemáme tak dobrý dorost. Je potěšitelné, že tuto skutečnost si uvědomuje většina krajských sekcí a obrací svou činnost především na mládež, kde je záruka dobrých výkonů do budoucna. Všem těm činovníkům, trenérům a cvičitelům, kteří se věnují mládeži, patří náš dík, přání vytrvalosti a dobrých výsledků.

### O práci předsednictva a jednotlivých komisí sekce

Je třeba zdůraznit, že předsednictvo pracuje podle čtvrtletního plánu, které jsou sestaveny na podkladě celoročního plánu činnosti. Úkoly jsou vesměs plněny ve stanovených termínech. K odložení termínovaných úkolů došlo jen ve výjimečných zdůvodněných případech.

Schůze předsednictva i vedení se konají pravidelně. Docházka je vcelku dobrá. Díky pravidelnému schůzím vedení sekce jsou jednání předsednictva pružnější a věcnější. Na jednání předsednictva nebudou nutno zařazovat otázky, které mohou s konečnou platností rozhodovat a řešit jednotlivé komise. Místo nich se budou zařazovat do programu zásadní problémy rozvoje jak závodního, tak i nezávodního lyžování.

Styk s krajskými sekcemi, přestože zdaleka není takový, jaký bychom si přáli, se zlepšil. Kromě Českých Budějovic a Karlových Var se pracovníci ústřední sekce zúčastnili jednání lyžařských sekcí všech krajů.

Jednotlivé komise musí cítit větší odpovědnost za metodicko-organizační řízení příslušných komisí krajských sekcí. To je prakticky jejich hlavní úkol. Rada dobrých námětů zůstane často nepracovaná v komisích a nedostane se do hnutí.

Není třeba si vymýšlet stále něco nového, ale propracovat a zkvalitnit existující směrnice a akce.

úplnou aktivitu na poli odborného řízení či provádění lyžařského sportu. Jejich činnost až na malé výjimky však tím končí, a přece oni mohou správným uplatňováním pedagogických zásad dosáhnout pozoruhodných výsledků v boji proti výše uvedeným nedostatkům.

Abyste rozhodli mohli svou činnost zaměřit na neustálý styk se sportovci, je nutné, aby pracoval v lyžařském oddíle tělovýchovně jednoty. Každodenní styk s členy oddílu umožňuje rozhodnutí účastnit se aktivního řešení všech otázek bohatého organizačního života jednoty a získat tak cenné zkušenosti. Osobní účast na činnosti v oddíle pomáhá rozhodnutí jednak k ideovému a odbornému růstu, jednak k osobnímu zvyšování fyzické připravenosti a současně k přímému výchovnému postupu rozhodčího v řadách všech členů oddílu. Zde je nutno obrátit pozornost na plnění všech šesti hlavních úkolů ideově politické výchovy v ČSTV (viz směrnice pro propagačně výchovnou práci — Tělovýchovný pracovník č. 9).

Abychom mohli obsah těchto úkolů přenášet do hnutí, nestačí je jen znát, ale dobře jim rozumět. To znamená, že rozhodčí nesmí se uspokojovat jen se soustavným zvyšováním svých odborných vědomostí, ale naopak musí sám prohlubovat

své ideologické znalosti soustavným sledováním nejen všech problémů ideové práce v tělovýchově, ale celého našeho života, ve spojení s hospodářskopolitickými úkoly naší země a znalosti mezinárodní politické situace. Jen takto může lyžařský rozhodčí dobře plnit úkol tak významný a důležitý.

Je nutno zaměřit se na tuto drobnou a soustavou práci, aby každý rozhodčí ve svém oddíle ve spolupráci s cvičitelem a trenérem byl zárukou ideového růstu nejen závodníků, ale všech příslušníků oddílu.

Formy této práce jsou bohaté. Nejen rozhlasem a místním tiskem, které přesahují rámec oddílu, ale využitím názorné agitace (transparenty, hesla, plakáty, foto-výstavky, grafická schémata, diagramy, bleskovky, letáky, nástěnné noviny atd.), pořádáním přednášek a besed o všech aktuálních otázkách, týkajících se nejen našeho sportovního života, ale života našeho lidu vůbec, a využitím filmu můžeme působit na sportovce i širokou sportovní veřejnost.

Obsahu této propagační činnosti nutno věnovat velkou pozornost, aby akce sama byla přitažlivá, neúnavná a aby přitom obsahovala všechny zásadní body výchovné práce. Stálým stykem v rámci života oddílů můžeme působit běžným hovorem se členy oddílu ve směru ideového uvědomění a tak

účinně odstraňovat staré buržoazní přežitky, které doposud v řadách našich sportovců bují, jako samotářnost, primadonství, sobectví, lánafení a dokonce i kosmopolitní názory. Na odstranění buržoazních přežitků čeká nás ještě velký boj. Lyžařský rozhodčí, jako uvědomělý pracovník naší tělovýchovy nemůže stát stranou. Naopak svou činnost musí zaměřit jak na letní období, kde může v oddíle být důležitou pomocnou rukou cvičitelům a trenérům, tak i v zimě při lyžařských akcích všeho druhu, především pak při náborových závodech.

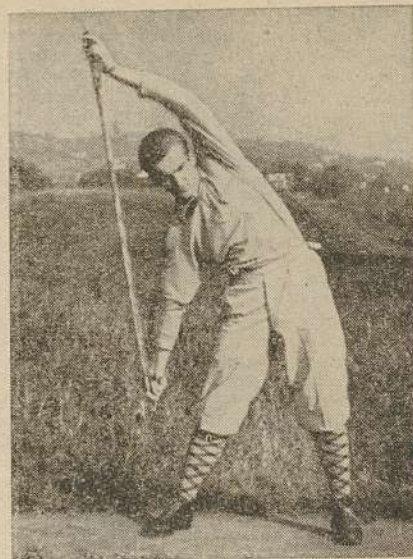
Je na nás, na lyžařských rozhodčích, abychom všichni pochopili úkoly a povinnosti, které nám vyplývají z funkce dobrovolného tělovýchovného pracovníka a abychom se skutečně postavili do jednoho řádu se všemi těmi, kteří mají zájem o lepší zítřek naší tělovýchovy a našeho lidově demokratického zřízení.

Necht proto všichni rozhodčí obrátí se čelem k lyžařským oddílům a celému tělovýchovnému hnutí, aby soustavnou prací s ostatními pracovníky zajistili ideově politický růst našich sportovců a tím i celkový růst naší sjednocené tělovýchovy.

Inž. NĚMEČEK ZDENĚK,  
člen ústřední komise rozhodčích LS

ODZNAK PPOV JE DŮKAZEM TVÉ VŠESTRANNOSTI  
A CESTOU K VYSOKÉ VÝKONNOSTI V LYŽOVÁNÍ

# NĚKOLIK POZNÁMEK K PODZIMNÍMU TRÉNINKU LYŽAŘE BĚŽCE



Přímá cvičení s holemi

**Poznámka:** Intenzitu zvyšujeme zpravidla v měsíčních cyklech. Během měsíčního cyklu zůstává počet tréninkových hodin nezměněn. Stupňuje se pouze intenzita zatížení v jednotlivých týdenních cyklech tím způsobem, že v prvním týdnu je základní, ve druhém a třetím týdnu se pravidelně zvyšuje, ve čtvrtém týdnu, který je odpočinkovým, se zase snižuje asi na úroveň prvního týdne. Intenzita se tak stupňuje měsíc po měsíci.

## PŘÍKLAD ZVYŠOVÁNÍ INTENZITY INTERVALOVÉHO BĚHU

Zaměření — speciální vytrvalost na 5—10 kilometrů. Základem je intervalově běhaný úsek 400 m. Rychlost běhu a dobu odpočinku je nutno individuálně předem stanovit.

Měsíc	Týden	Počet úseků	Čas	Přestávka
Srpen	1	6 × 400 m	78 vt.	5 min.
	2	8 × 400 m		4 min.
	3	8 × 400 m		3 min.
	4	6 × 400 m		5 min.
Září	1	8 × 400 m	75 vt.	5 min.
	2	10 × 400 m		4 min.
	3	12 × 400 m		3 min.
	4	8 × 400 m		5 min.
Říjen	1	8 × 400 m	72 vt.	5 min.
	2	10 × 400 m		4 min.
	3	12 × 400 m		3 min.
	4	8 × 400 m		5 min.
Listopad	1	8 × 400 m	70 vt.	5 min.
	2	10 × 400 m		4 min.
	3	12 × 400 m		3 min.
	4	8 × 400 m		5 min.

Na uvedeném příkladu je nutno především vidět způsob zvyšování jednotlivých činitelů a vzájemnou poměrnost, ať už se týká počtu úseků, rychlosti a doby odpočinku.

## KONTROLA TRÉNOVANOSTI

Ukázalo se na základě zkušenosti předních světových závodníků, vytyčit si konkrétní úkoly, které se snažíme splnit před nástupem na sněž (tj. do konce listopadu). Náročnost těchto úkolů je nutno stanovit individuálně na základě rozboru dosavadní fyzické připravenosti a technické dokonalosti závodníka. Jako určité minimum, které má splnit každý závodník I. výk. třídy, stanovila běžecká komise ÚTR tyto limity v následujících disciplínách:

Sblížícími se podzimními měsíci zvyšuje se aktivita v tréninku lyžaře běžce. Jestliže v letním období věnoval více času všestranné přípravě, tak v podzimním období musí věnovat pozornost přípravě speciální — to jest zvýšení vytrvalosti, síly, rychlosti a zdokonalení speciální pohybové koordinace. Tato příprava je zaměřena k tomu, aby po přechodu na sněž dosáhl běžec v brzkém čase vrcholu formy a co nejdéle si ji udržel.

V poslední době se stále více a více ukazuje, že základními činiteli určujícími charakter podzimního tréninku běžce je získání speciální vytrvalosti, to jest schopnosti provádět s maximální intenzitou práci co nejméně podobnou běhu na lyžích po dobu, rovnající se přibližně době lyžařského závodu. Dále je věnována zvýšená pozornost ve stále větší míře speciálním cvičením, především jako součástí tréninkových jednotek nejen v tělocvičně, ale i v terénu a na hřišti s využitím speciálních podmínek (kolečkové lyže, kolečkové brusle, umělá hmota apod.).

Prostředky, kterých používáme v tréninku, jsou sice rozmanité, avšak všech musí být užito pod zorným úhlem dosažení zmíněných úkolů. Z toho důvodu se snažíme, aby každá tréninková jednotka, ať už v terénu, v tělocvičně nebo na hřišti, měla svůj specifický charakter tréninku lyžaře běžce.

## TRÉNINKOVÁ JEDNOTKA

Je třeba učinit pravidlem, že každá tréninková jednotka obsahuje:

1. na zahájení volný běh 5—15 min. (zahřátí a uvolnění organismu, příprava na další práci),
2. gymnastické cvičení:
  - speciální lyžařské
  - všeobecné
  - cviky obratnosti,
3. speciální posilovací cvičení dolních kon-

Střídavým během v terénu získáme speciální vytrvalost



- četin (nejlépe za pohybu — různé druhy psočků, skoků, násobené výskoky atd.),
  4. cvičení rychlosti — několik sprintů s letmým i normálním startem,
  5. na závěr tréninku opět volný běh a několik uvolňovacích cviků.
- Těchto pět bodů by se mělo stát nezbytnou a pravidelnou součástí každého cvičení.

## ZAMĚŘENÍ TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

Tréninková jednotka je určována buď prostředím, ve kterém probíhá, nebo je charakterizována podle druhu cvičení, které v ní převládá. Osvědčila se mi tato typizace tréninkových jednotek: rozdělil jsem si je do pěti druhů, jejichž náplň v podstatě obsahuje všechny tréninkové prostředky, cvičení pohybových i psychofyzických vlastností. Těchto pět jednotek je obsaženo v týdenním cyklu takto:

po — tělocvična, út — střídavý trénink, st — odpočinek, čt — intervalový trénink, pá — doplňkový sport, so — odpočinek, ne — usilovný trénink.

Poznámky k jednotlivým druhům: tělocvična — myšleno je především cvičení obratnosti, síly a psychofyzických vlastností, není nutno provádět: v tělocvičně (kde není k dispozici nebo v letních měsících),

střídavý trénink — cvičení v terénu, zaměřené především na získání speciální vytrvalosti, hlavní náplň je různý běh (tempo i délka) v členitém terénu,

intervalový trénink — základem je pravidelnost běhaných úseků a odpočinků, tím je dána možnost přesného zvyšování intenzity tréninku a stálá kontrola trénovanosti, doplňkový sport — s blížícím se hlavním obdobím je nutno upouštět od doplňkového sportu, místo něho pak zařazovat podle možnosti speciální cvičení,

usilovný trénink — trénink zaměřený na vytrvalost, zdolání velkého počtu kilometrů (20—30 km za 3—4 hod.) v členitém terénu.

## RÁMCOVÝ PLÁN PODZIMNÍHO OBDOBÍ

Druh tréninku	měsíc VIII.	IX.	X.	XI.
střídavý běh	2	5	5	5
intervalový běh	2	2	2	2
usilovný trénink	3	3	4	4
v tělocvičně	2	2	2	2
doplňkový sport	2	2	2	2
počet tréninkových hodin týdně	11	12	13	13
počet tréninkových hodin měsíčně	44	48	52	52

## ZVYŠOVÁNÍ INTENZITY V PODZIMNÍM OBDOBÍ

Během podzimního období zvyšujeme nejen počet hodin v týdenním cyklu, ale snažíme se především o zintenzivnění tréninku.

- a) ztěžováním podmínek tréninku, např. volíme členitější terén, naběháme a zdoláme větší počet stoupání a klesání,
- b) zvyšováním počtu intervalově prováděných cvičení, rychlosti provádění a zkracováním doby odpočinku,
- c) s blížícím se hlavním obdobím se stává cvičení stále více speciálnější; převládá trénink v terénu (střídavý trénink, speciální napodobivá a posilovací cvičení) a je doplňován cvičením v tělocvičně (síla, obratnost).

# Speciální napodobivá cvičení běžců

Zpracovali: M. VAVŘIN a VL. PÁCL



Posilovací cvičení odpichu soupaž

Muži		Ženy	
100 m —	15,00 vt.	60 m —	9,5 vt.
3000 m —	10:00 min.	800 m —	2:45 min.
výška —	145 cm	výška —	120 cm
šplh 4 m		šplh 3 m	
bez přírazu —	10 vt. s přírazem —	9,00 vt.	
Dorostenci		Dorostenky	
100 m —	15,5 vt.	60 m —	9,6 vt.
1000 m —	5,05 min.	600 m —	2:10 min.
výška —	135 cm	výška —	115 cm
šplh 3 m		šplh 3 m	
bez přírazu —		s přírazem —	

Ke kontrole průběhu vlastní přípravy je pak nutno provádět nejméně měsíčně kontrolní závod (měření), abychom zjistili, zda nastalo zlepšení výkonu a trénovanosti, nebo zda závodník není přetrénován apod.

Prováděním kontrolních závodů v různých výkonech nám rovněž dává přehled o tom, jestli je závodník dostatečně rychlý, vytrvalý, obratný apod. Na základě těchto zjištění můžeme pak další trénink vhodně upravit.

**Připomínky ke kontrolním závodům:**  
Kontrolní závody (měření) jsou součástí normální tréninkové jednotky, to znamená, že se na ně závodník speciálně (dlouhodobě) nepřipravuje. Při kontrolních závodech se snažíme dodržet vždy stejné podmínky, abychom mohli porovnávat výsledky z jednotlivých závodů (závodník běží vždy ve stejné obuvi, stejná váha náčiní apod.).

Závěrem svého článku chci apelovat na všechny naše běžce slovy soudruha Emila Zátopyka: »Výkony vyžadují plán; čím vyšší si dám cíl, tím přísnější plán si musím stanovit. A každodenní poctivé plnění plánu dovede každého bezpečně k vytčenému cíli.«

FELIX CHOVANEC



Napodobovací cvičení běhu

Ve druhé části přípravného období (srpen — prosinec) je třeba zahájit speciální přípravu. V našem článku, který bude mít dvě pokračování, se budeme zabývat dílčí problematikou, vcelku velmi závažnou — speciálními napodobivými cviky. Náš časopis se v posledních letech jimi neúplně zabýval již ve třech číslech v r. 1957: Máš dobré svědomí?, v r. 1956: Speciální posilovací cvičení pro lyžaře-bežce a Speciální cvičení s pružinami. Vytklí jsme si za úkol vcelku ukázat na široké možnosti využití speciálních napodobivých cvičení v systému celoročního tréninku. Začínáme v době, kdy využití těchto cvičení je nejdůležitější. (Jako podklad pro naše články slouží diplomová práce na ITVS M. Vavřina.)

Speciální cvičení pro běh na lyžích jsou taková cvičení, při nichž provádíme stejné nebo podobné pohyby jako při běhu na lyžích, nebo používáme cviků, které jsou shodné s některými prvky nebo fázemi běhu. Speciální napodobivá cvičení slouží jednak k upevnování základních pohybových návyků běhu na lyžích. Správné dávkování slouží k posílení svalových skupin, které jsou nejvíce namáhány při běhu na lyžích, a k posílení a navyknutí vnitřních orgánů na způsob práce jako na sněhu. Použití speciálních cvičení je zdůvodněno učením I. P. Pavlova o vyšší nervové činnosti o dynamických pohybových stereotypy. Aby byly pohybové návyky vznikající při vlastním běhu na lyžích co nejlepší a nejpevnější, je třeba upevňovat je, zdokonalovat a opravovat i v průběhu tréninku bez sněhu. Protože sněhové podmínky u nás omezují jízdu na lyžích pouze na několik měsíců, využíváme hlavně těchto cvičení pro zlepšování techniky v létě a na podzim.

Speciální napodobivá cvičení rozdělujeme zhruba na dvě skupiny:

- a) mající význam pro techniku a nervo-svalovou koordinaci
- b) mající význam pro získání síly ve vytrvalosti a částečně rychlostní vytrvalost těch svalů, které jsou nejvíce namáhány.

V našem pojednání se zaměříme na rozdělení napodobivých cvičení z hlediska jednotlivých způsobů techniky běhu na lyžích:

1. Speciální napodobivá cvičení všeobecná obsahují cviky pro odraz, pro přenášení váhy na jednu nohu, pro šroubovitě přetáčení pánve a ramen a pro další prvky, které jsou všeobecně důležité pro provedení všech způsobů techniky.
2. Speciální napodobivá cvičení pro střídavé běhy.
3. Speciální napodobivá cvičení pro běh s odpichem soupaž.
4. Pro ostatní prvky běžecské techniky (sjezdy, změny směru jízdy atd.).

Z hlediska rozdělení napodobivých cvičení podle prostředí, náradí, a náčiní:

1. Napodobivá cvičení bez použití náradí a náčiní, která můžeme provádět všude — v tělocvičně, na hřišti, v terénu i v místnosti (ranní cvičení).
2. Napodobivá cvičení se speciálním náradím a náčiním (např. běh na kolečkových lyžích, bruslích apod.).
3. Napodobivá cvičení na normálních běžecských lyžích na zvláště upravených dráhách (pílny, slupky, jehličí, umělá hmota apod.).

V tomto čísle lyžařství jsme se zaměřili na některé zkušenosti s napodobivými cvičeními na kolečkových lyžích tak, jak vidíme na kinogramu, uveřejněném na 3. stránce obálky. Popisujeme zkušenosti s kolečkovými lyžemi, jejichž mechanismus umožňuje pomocí ozubeného kolečka a zá-

padky pouze pohyb vpřed a zabraňuje podklouznutí vzad. Podlážka lyží je složena ze dvou částí, které se za patou boty sklápějí. Lyže i při zvednutí je na zemi neustále třemi opěrnými body. Bezpečnou jízdu s kopce a zastavování zajišťují zvláštní brzdy, viz obr. dole, které přitlačení gumového polštářku na pneumatiku zpomalují jízdu. Poměrně velké průměry nosných koleček a opora na třech bodech způsobují značnou labilitu těchto lyží ve srovnání s jízdu na sněhu, kdy celá skluznice se opírá o snh.

Z praktických zkušeností používání těchto lyží vyplývají tyto závěry:

1. Odraz na kolečkových lyžích je tvrdší a jistější než na sněhu, protože mechanismus, který umožňuje odraz, vždy zabráni i sebemenšímu podklouznutí vzad, což se často stává na sněhu při opožděném odrazu nebo špatně namazaných lyžích.
2. Při jízdě na rovině na těchto lyžích je skluz od odrazu tříkrát a vícekrát delší než při jízdě na rovině na nejlepším sněhu a nejrychlejším mazání.
3. Na cestách, silnicích a v terénu s mírným stoupáním je možno na kolečkových lyžích napodobit techniku běhu, velmi podobnou technice běhu na lyžích. Srovnaj kinogramy na str. 3 obálky. Síla odrazu, skluz a podobně, odpovídá běhu na lyžích na rovině.
4. Napodobení jednotlivých způsobů techniky na kolečkových lyžích je možno nacvičit až po určité době věnované přípravě a rozježdění na těchto lyžích. Po 2—3 trénincích je možno prakticky napodobit všechny způsoby jízdy včetně sjezdu a jízdy v terénu.

Trénink na kolečkových lyžích nemůže plně nahradit letní a podzimní trénink a nemůže se stát jediným tréninkovým prostředkem v přípravném období. Je ale velmi hodnotným cvičením a důležitým pomocníkem při nácvičce a opakování techniky běhu na lyžích. Zkušenosti ukazují, že podobné lyže používají v tréninku i nejlepší běžci, mezi kterými je i mistr světa Sixten Jernberg. Italští běžci je dosti často používali vloni v přípravě na Lahti.

U nás, i když první pokusy se konaly již před léty (Kadavý, Tvrzník), se kolečkové lyže dosud nevíly. Jak dnes situace vypadá, zkouší se u nás více použít normálních běžecských lyží na umělých hmotách (Liberec, Nové Město na Moravě apod.) eventuálně na jiných hmotách a o tom si povíme příště.



Rychlost sjezdu reguluje závodník brzdou, kterou ovládá lankem připevněným na nohavici

# TŘEBOŇ A LYŽAŘI

Na březích jednoho z mnoha třeboňských rybníků v tělovýchovném středisku ÚV ČSTV se sešli ve dnech 3. až 6. července t. r. budoucí lyžařští trenéři z celé naší země. Srdečné přivítání, stisky rukou, družná zábava a vzpomínky na dřívější setkání na sněhu byly předzvěstí, že i letní část školení dobrovolných trenérů lyžování proběhne v srdečném ovzduší tak, jak je tomu v zimě na horách.

Z šedesáti pozvaných frekventantů se dostavilo jen 35 a sedmnáct se omluvilo. Ukázalo se, že termín kolem pololetní uzávěrky je nevhodný.

Školení vedl ústřední trenér soudruh Tvrzník pomocí instruktorů: soudruhů Mečířové, dr. Koreckého, Bělohozníka, Mečíře, Klozara a Špačka.

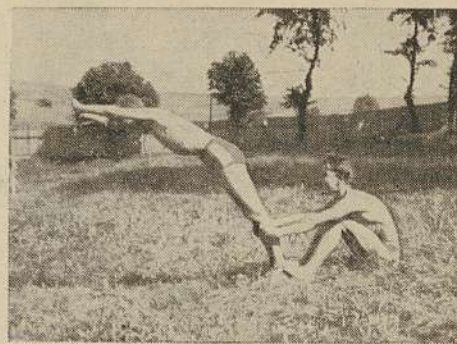
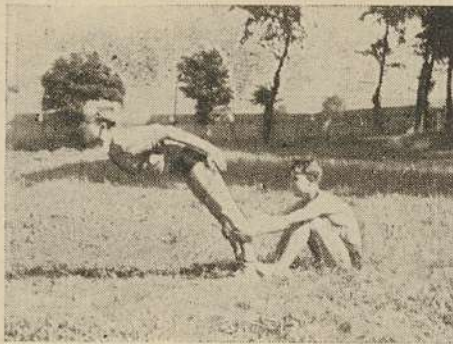
Cílem letní části školy bylo seznámit frekventanty se základy a smyslem letní přípravy lyžaře závodníka, ověřit si jejich osobní fyzické schopnosti a teoretické i pedagogické znalosti.

Náplň přednáškové látky seznámila účastníky s mnohými formami všeobecné a speciální přípravy pro klasické a sjezdové disciplíny.

Výsledky závěrečných zkoušek a hodnocení, kázeň a kolektivní družnost během celého školení, vděk frekventantů za získané zkušenosti, které dále uplatní ve své činnosti, to všechno nasvědčuje tomu, že máme opět další schopné vychovatele pro naše lyžařské naděje.

Ústřední trenérská rada navrhla a předsednictvo lyžařské sekce ÚV ČSTV jmenuje následující dobrovolné trenéry druhé třídy, úspěšně absolventy letního a zimního běhu školení dobrovolných trenérů lyžování 1958:

Enoch Jiří, běh — Praha KV  
Gabriel Zdeněk, běh — Jihlava  
Hromada Zdeněk, běh — Gottwaldov  
Junek Zbyněk, inž., běh — Brno  
Kosinka Arnošt, inž., běh — Ústí n. L.  
Langerová Dagmar, běh — Brno  
Lažnovský Jaroslav, běh — Gottwaldov  
Noska Miroslav, běh — Karlovy Vary  
Píchl Ladislav, běh — Praha KV  
Vít Přemysl, běh — Hradec Králové  
Vogeltanz Jiří, běh — Plzeň  
Voldřich Jan, běh — Praha MV  
Bém Miloš, sjezd — Jihlava  
Bryscin Stanislav, sjezd — Praha KV  
Giacintov Pavel, sjezd — Brno  
Hudský Oldřich, sjezd — Liberec  
Kárník Jaroslav, JUDr., sjezd — Praha KV  
Král Zdeněk, sjezd — Ústí n. L.  
Navrátil Miroslav, sjezd — Gottwaldov  
Plšek Radomír, sjezd — Brno  
Špidlen Přemysl, sjezd — Praha MV  
Černý Vladislav, závod sružený — Plzeň  
Egermauer Jaroslav, skok — Liberec  
Chorouš Václav, závod sružený — Plzeň  
Jansa Břetislav, závod sružený — Hradec Králové  
Klímek Zdeněk, závod sružený — Gottwaldov  
Makovec Zdeněk, skok — Liberec  
Pielesz Karel, závod sružený — Ostrava  
Síkora Augustin, závod sružený — Ostrava  
Mnoho zdaru do vaší úspěšné práce.



*Napodobovací cviky letu vzduchem cvičíme i na svazích. Cvičenec napodobující let stojí na plných chodidlech*

## PODZIMNÍ TRÉNINK skokanů a sruženářů

K tréninku lyžařských závodníků se u nás napsalo již hodně všeobecných pokynů. Máme i dobré příručky, z nichž je možno čerpat náplň pro trénink. V minulých ročních Lyžařství byly rovněž popsány tréninky našich předních závodníků. Přesto se však stále vyskytují případy, kdy naši závodníci trénují málo kvalitně nebo neví, jak by svůj trénink měli uzpůsobit. Uvádíme proto příklady tréninku pro závodníky jednotlivých disciplín, které mohou posloužit jak trenérům, tak i závodníkům.

**Týdenní tréninkový cyklus závodníka I. výkonnostní třídy v měsíci září:**

pondělí	odpočinek	
úterý	tělocvična	2 hodiny
středa	hřiště	2 hodiny
čtvrtek	terén	2 hodiny
pátek	odpočinek	
sobota	koupaliště (přehrada)	2 hodiny
neděle	mústek s hmotou	2 hodiny

Tento cyklus se opakuje každý týden během měsíce září. Odpočinkové dny je možno zařadit i jinak, podle časových možností závodníka, ale je nutno dbát určité pravidelnosti.

**Tréninková náplň:**

a) Tělocvična — 2 hodiny:

Nástup — pozdrav — vysvětlení náplně hodiny.

5 minut — Úvodní část:

Poklus, pohotovostní cvičení (na znamení píšťalkou první provedou stoj rozkročný a druzí podlézají, na další zahvízdnutí si cvičenci vymění úlohy. Na dvojité zahvízdnutí druzí předbíhají prvé po vnějším obvodu kruhu. Na tři hvízdly přední staví kozu a zadní přeskakují roznožkou). Cvičením se velmi rychle zvyšuje pozornost. Postupně je nutno vyžadovat rychlejší reakce při provádění. Můžeme různě kombinovat.

15 minut — Průpravná část:

Uvolňovací, protahovací a posilovací cviky, švihadla.

15 minut — Napodobovací skokanské cviky pro nájezd, odraz, let vzduchem a doskok.

— Hlavní část:

25 minut — Kruhy — podle vyspělosti cvičenců. Postupovat od lehkého k těžšímu podle pokynů pro ZTV. Nakonec zařadit speciální skokanské cviky. (Skok na lyžích na str. 51–52.)

25 minut — Stůl s pérovým mústkem — Odrazem souňů výskok na stůl a seskok do měkkého skokanského postoje s jednou nohou předsunutou (při všech doskocích vyžadujeme tento doskok). Přeskok stolu odrazem jedné nohy odrazem souňů). Skrčka, roznožka, odbočka, zánožka, přemet, kotoul, salto, skok plavmo.

30 minut — Košíková.

5 minut — Závěrečná část:

Pochod se zpěvem, nástup, pozdrav.

b) Hřiště — 2 hodiny:

Nástup — pozdrav — vysvětlení náplně hodiny.

5 minut — Úvodní část:

Poklus, poskoky vpravo (vlevo) stranou v kruhu (cvičenci se drží za ruce, čelem do kruhu).

15 minut — Průpravná část:

Uvolňovací a protahovací cviky, rozběhání.

— Hlavní část:

20 minut — Sprinty (nácvik startu), 5×60 m naplno (5×100).

20 minut — Skok daleký (zaměřit se hlavně na odraz do výšky a rychlý rozběh).

20 minut — Skok vysoký — nejdříve s místa souňů, pak souňů s rozběhem, dále libovolným způsobem co nejvyš.



- 20 minut — Vrh koulí — koullová gymnastika, vrhačský víceboj.  
 20 minut — Závěrečná část:  
 Kopaná na malé branky (bez brankáře) — 2x10 min.  
 Nástup, vydýchání, ukončení.

c) Terén — 2 hodiny:

Nástup — pozdrav — vysvětlení náplně hodiny.

5 minut — Úvodní část:

Lehký póklus terénem, hra na hada.

15 minut — Průpravná část:

Uvolňovací a protahovací cviky.

— Hlavní část:

10 minut — Napodobovací skokanské cviky v terénu.

40 minut — Posilování nohou a břišních svalů — skoky z jedné nohy na druhou do kopce. (Soutěž — kdo na méně skoků dosáhne určený cíl.) Skoky po jedné noze (střídat pravou a levou). Výskoky z místa odrazem sounož. (Soutěž — kdo vyskočí výš na břeh apod.) Skoky sounož napojované. Soutěž — kdo skočí dál na 5 skoků (bez přerušení) nebo kdo na nejméně skoků zdolá určenou vzdálenost (bez přerušení).

40 minut — Rozvíjení postřehu a rychlosti.

Běh mezi stromy, krátké úseky maximální rychlosti, sbíhání do roklí a vybíhání protisvahů, nabíhání na zdi nebo na stromy. Přeskakování potoků, přeskakování širších potoků pomocí tyče.

10 minut — Závěrečná část:

Závodivé hry, chůze prokládaná klusem, uvolňovací a dechová cvičení. Nástup a ukončení.

d) Přehrada (koupaliště) — 2 hodiny:

Nástup — pozdrav — vysvětlení náplně hodiny.

5 minut — Úvodní část:

Proklusání, poskoky stranou v kruhu, cvičenci se drží za ruce a jsou obrácení zády do kruhu — ruce jsou napjaty — cvičenci jsou v předklonu.

15 minut — Průpravná část:

Uvolňovací, protahovací a posilovací cviky pro nohy.

— Hlavní část:

10 minut — Napodobovací skokanské cviky.

50 minut — Plavání různými způsoby. Skoky do vody. Pádlování na pramici.

40 minut — Závěrečná část:

Odbřijena, nástup a ukončení.

e) Harrachov nebo Rožnov (skoky na umělé hmotě) — 3 hod.:

Z blízkého okolí jízda na kole nebo na motocyklu.

Uvolňovací cviky, napodobení odrazu a doskoku.

Skoky na můstku s umělou hmotou (10—15 skoků).

Pro mladé skokany nebo závodníky nižších výkonnostních tříd, kteří obyčejně nemohou věnovat tolik času svému tréninku, může být tento příklad rovněž vodítkem, ale musí si tréninkovou náplň rozvrhnout na delší dobu podle svých možností.

V dalších týdnech v říjnu a v listopadu zůstává trénink nezměněn, pokud jde o místo a dobu. Náplň můžeme poněkud pozměnit. Například v tělocvičně zařadíme jiná nářadí (bradla a hrazdu), v závěrečných částech hodiny můžeme vystřídat různé drobné hry a podobně. V místech, která jsou od Harrachova a Rožnova více vzdálena, nebude trénink na umělé hmotě každý týden, nýbrž jednou za 14 dní nebo jednou za měsíc. V tom případě se nedělní trénink zamění za turistiku, pěší nebo na kole, nebo brigádnickou práci.

M. sp. MILOSLAV BĚLONOŽNÍK



Při tomto napodobovacím cviku zvedáme hlavu, napínáme nohy v kolenu a stojíme na prních chodidlech

## PRIATEĽSKÝ POMER, NÁZORNOSŤ A OSOBNÝ PRÍKLAD PRI VÝCVIKU MLÁDEŽE

K lyžovaniu som sa dostal pomerne skoro, už ako päťročný chlapec. Často sme stávali s priateľmi v ústraní a pozorne sledovali starších lyžiarov a potom sa snažili ich napodobniť. Keď sa nás neskôr niektorí ujali a jednali s nami ako so seberovnými, tu naša chuť stúpila niekoľkonásobne.

Neskôr, ako cvičiteľ na školskej rekreácii som si tieto svoje podvedomé poznatky uvedomil a teraz s odstupom času vytýčil tri hlavné zásady, ktorých sa má cvičiteľ držať.

Prvou dôležitou úlohou je nadviazať so svojimi zverencami čo najskôr dobrý priateľský pomer, aby kontakt medzi cvičiteľom a cvičencami bol bezchybný. V tom väzí prvá príčina úspechu. Týmto priateľským spôsobom sa najmä u mládeže dosiahne viac aj na poli disciplíny, nehovoriac už o chuti do učenia. Komandovanie a povýšenecké chovanie cvičiteľa vháňa do mladého človeka prirodzený odpor k veci a mladický vzdor. Mladý človek je vnímavý, ale veľmi citlivý na nátlak. Sami zo svojej skúsenosti vieme, že čo sme museli konať pod nátlakom, sme síce previedli, ale bez chuti. Ak v určitom výkone alebo diele nie je celé srdce a mladistvý zápal pre vec, táto stráca na úrovni a hodnote. Preto ak sa cvičiteľ tejto chyby dopustí, je v zárodok pochovaná všetka jeho snaha a môže byť sebatechnickejší, nedosiahne markantného úspechu.

Ďalšia vec, ktorú si cvičiteľ musí uvedomiť, je veľká náklonnosť mládeže k hravosti a k súťaženiu. Táto okolnosť sa môže výborne využiť pri názornom výklade a prevedení cvičenia. Je známe, že iba suchý výklad cvičebného úkolu nikdy nemá taký účinok ako aj jeho názorné prevedenie s patričným slovným doprovodom. Tento účinok sa ešte zvýrazní, ak patričný učebný cvik vie cvičiteľ šikovne spojiť s hravou alebo súťažnou vložkou. Týmto sa dosiahne u cvičencov snaha po zlepšení patričného cviku a jeho časté opakovanie až po úplné vybrúsenie, čo je cieľom. Týmto spôsobom sa dosiahne aj to, že prevádzanie cviku sa nestane dielom úporného sústredenia, ale naopak podvedomého reflektívneho konania, ktoré v jazdovej technike je veľmi dôležité. Vyberanie názorných pomôcok a hier záleží od vyaliezavosti cvičiteľa a jeho schopnosti ich správne aplikovať. No bolo by mylné domnievať sa, že tento spôsob sa uplatní len u mládeže. Mal som ho možnosť veľakrát vyskúšať aj u dospelých na rekreáciách ROH. Tu je dôležité pripomenúť, že cvičiteľ nemá byť veľmi skúpy na pochvaly, ak sa cvičencom cviky daria — dodáva to chuti. No netreba vyzdvihovať jednotlivca, lebo vzniká nebezpečie vniesenia rozkolu do kolektívu.

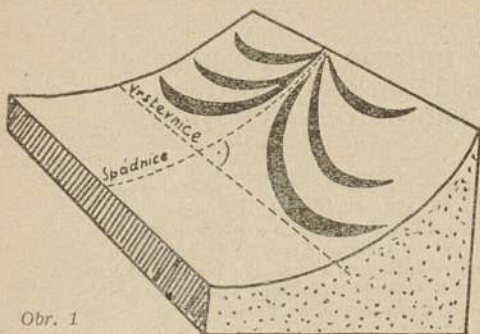
Konečne, je tu ešte ďalší faktor, a to osobný príklad cvičiteľa. Je nesmierne dôležité, aby cvičiteľ bol vzorný vystupovaním, chovaním ako aj životospriavou. Zvlášť je dôležité, aby sa to dodržiavalo v mieste, kde cvičiteľ dlho pôsobí a mládež ho môže pozorovať. Je všeobecne známe, že mládež si dospelých s obľubou berie za vzor. Čo sa stane, ak takýto vzor je pochybný, netreba dodávať.

Rozviedol som tu tri body, ktoré podľa môjho názoru — ak môžem sa tak vyjadriť — skúsenosti, sú dôležitými faktormi, na ktoré by nemal zabúdať žiadny cvičiteľ pracujúci s našou mládežou, ktorá je šikovná, vnímavá a za daných podmienok, ktoré dáva naše zriadenie, môže pod dobrým, priateľským a odborným vedením dospieť k vysokým športovým úspechom.

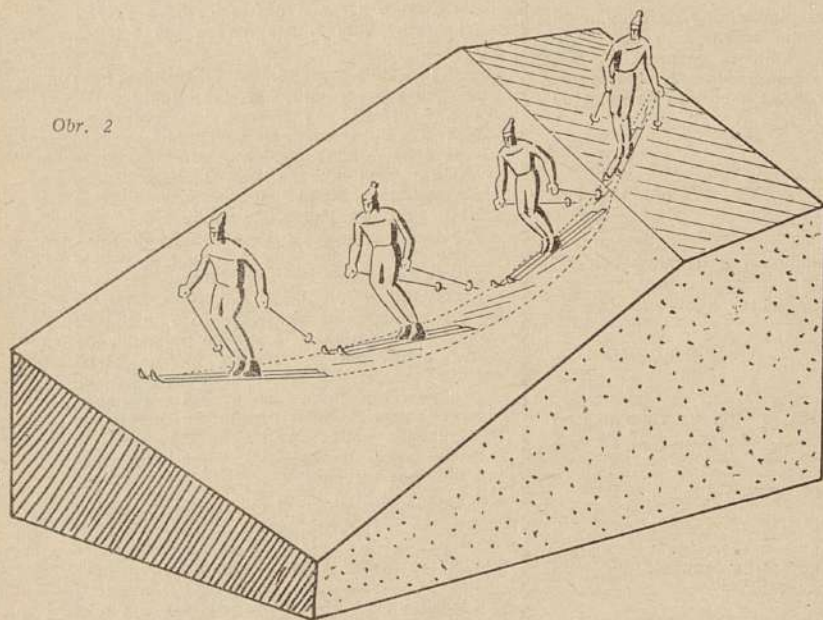
LADISLAV NEMEŠA

# ČTVRTHODINKY Z UČEBNÍ OSNOVY

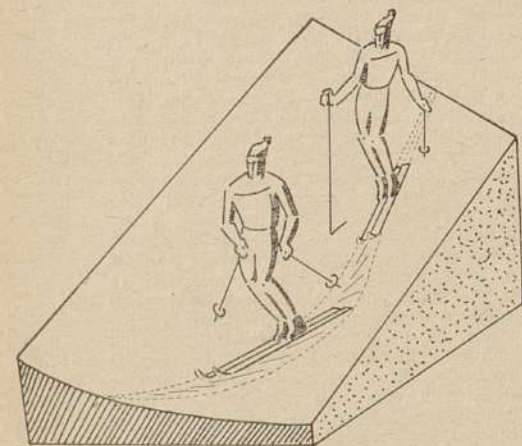
## SMYK KE SVAHU ZÁKLADNÍ VÝCVIK



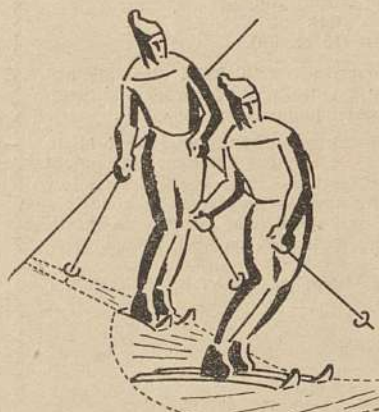
Obr. 1



Obr. 2



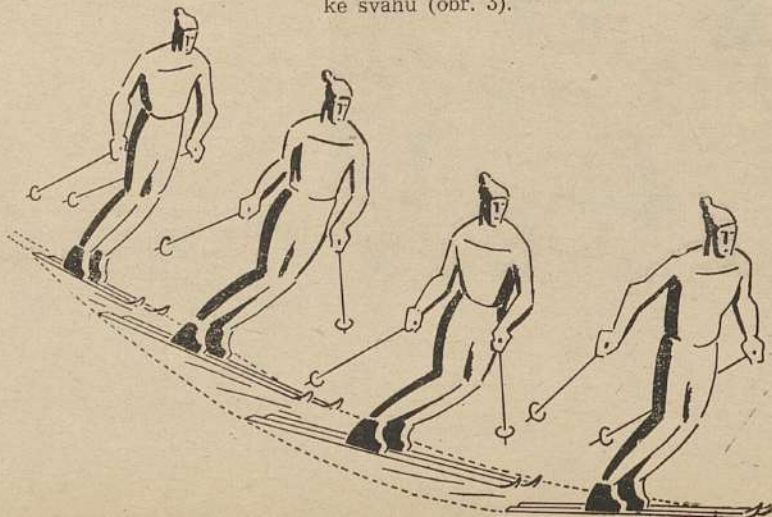
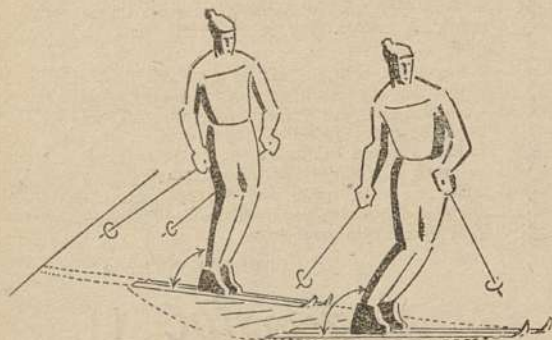
Obr. 3



Obr. 4

Obr. 5

Obr. 6



Tímto příspěvkem, kterým navazujeme na články o sjezdu šikmo svahem, a sesouvání uveřejněné v čísle 6. a 7. časopisu Lyžařství, končíme jednu velmi důležitou skupinu cviků, jejichž zvládnutím a správným pochopením jsme položili jeden ze základních kamenů lyžařského umění. Sjezd šikmo svahem, sesouvání a smyk ke svahu tvoří skupinu cviků, které navzájem napojujeme při jízdách šikmo svahem. Cvičení na širokých svazích s upraveným sněhem vede velmi rychle k zvládnutí všech tří cviků. Nezáleží na přesném napojení cvičení smyku ke svahu na nácvik sesouvání, neboť sán terén napomáhá jednomu či druhému. Jelikož pak cílem je smyk ke svahu, budeme spíše podporovat jeho cvičení. Kromě toho se smyk ke svahu daří mnohým snadněji než sesouvání.

**Smykem ke svahu** rozumíme každý srovnávací smyk provedený ke svahu v úhlu, který svírá spádnice s vrstevnicí (obr. 1). Špičky lyží a patky opisují různé oblouky o různých poloměrech, takže stopa po smyku ke svahu má podobu nepravidelného srpku.

**Smykem ke svahu** zmiřujeme rychlost sjezdu šikmo svahem tím, že lyže stáčíme na vrstevnici, měníme tedy směr jízdy. Poznáváme rozdíl mezi jízdou po plochách a po hranách.

Při smyku ke svahu se učíme udržovat podélné i příčné rovnováhy v oblouku a poznáváme účelnost a stabilitu pasgangového postoje, vnitřní (vyšší) lyže předsunuta, kolena vytlačena vpřed a ke svahu, pánev pootočená vnitřním (vyšším) bokem vpřed, rovněž tak vnitřní (vyšší) rameno a ruka. Přiklonění kolen a boku ke svahu je vyváženo odklonem trupu od svahu. Vnější (nižší) lyže je více zatížena. (Termíny v závorkách platí pro postoj při sjezdu šikmo svahem.)

**Cílem** je naučit se smyku ke svahu na základě stáčivého vysunutí patek lyží. Pro následující výcvik dalších cviků je důležité naučit se smyku ke svahu právě tímto způsobem.

Ve smyku ke svahu nedochází k přenášení váhy těla průběhem smyku. Může však dojít nanejvýše k zvětšení zatížení vnější lyže po začátku smyku se spádnice. Je tedy v průběhu smyku ke svahu vnější lyže vždy více zatížena než lyže vnitřní.

Paže nekonají žádné výrazné pohyby. Pohybují se souhlasně spolu s pohyby ramen a trupu.

Pro výcvik využijeme terénního tvaru v podobě vypuklé kuželové plochy a sníh bezvadně upravíme. Později vyhledáme široké upravené středně strmé svahy.

První smyk ke svahu snadno provedeme bez jakéhokoliv aktivního pohybu celého těla, když využijeme k provedení smyku ke svahu vhodného terénu. Vyhledáme takové místo, kde spád terénu se náhle zvětšuje (obr. 2). Při setrvání v původním postoji, který je potřebný pro udržení jízdy po vyšších hranách lyží, pro sjezd šikmo svahem, na svahu o mírnějším spádu se začnou lyže samy smýkat v tom místě, kde se spád zvětšuje. Kdybychom chtěli udržet jízdu po vyšších hranách v každém místě tohoto členitého svahu, museli bychom tam, kde se sklon svahu zvětšuje, zvětšit i míru hranění (větším přikloněním kolen a boku ke svahu).

Na rovném svahu nebo malé terénní vlně pomůžeme si píchnutím vyšší hole pro započítí smyku ke svahu (obr. 3).

Jak provedeme smyk ke svahu bez využití terénu a jiných pomůcek? Ze sjezdu šikmo svahem (v odpovídajícím postoji) vytlačíme kolena dolů dopředu ke svahu a patky lyží tlačíme od svahu. Současně provádíme protinatění trupu a odkláníme jej od svahu (obr. 4). Při těchto pohybech, které jsou navzájem podmíněny, se mírně snižujeme a zaujmeme mírný předklon. Na začátku snížení lyže odlehčujeme, na konci snížení zatěžujeme a dále vysunujeme patky lyží vně oblouku.

Jedním pohybem celého těla komplexně provedeným s dostatečnou účinností vyvodíme stáčívé vysunutí patek lyží a další jízdu ve smyku ke svahu. Smyk provádíme buď do zastavení, kdy se ze sníženého postoje najednou vztyčíme, nebo pokračujeme v dalším sjezdu šikmo svahem po měkkém vztyčení a zaujetí odpovídajícího postoje.

Poloměr oblouku můžeme regulovat (rychlost neuvazujeme).

1. mírou hranění,
2. větším či menším předklonem a
3. velikostí stáčívého vysunutí patek lyží.

Při zvětšeném předklonu a silnějším hranění se bude oblouk zkracovat. Při větším položení lyží na plochy a zmenšení předklonu se poloměr oblouku zvětší, až eventuálně smyk může přejít v přímočaré sesouvání. Velmi dobrým cvičením pro pochození rozdílu mezi smykem ke svahu a sesouváním je přecházet do smyku ke svahu ze sesouvání zaujetím předklonu a větším zahraněním. Předklonu zásadně dosahujeme ohnutím nohou v kotnících, ne tedy předklonem trupu! (obr. 5). Otáčivé vysunutí patek lyží zvětšujeme tím, že během oblouku dále zesilujeme tlak do pat a tím vysunujeme lyže z oblouku. Dosáhneme toho pokračujícím vytlačováním kolena za současného protinatění ramen a trupu a zvětšením odklonu trupu (obr. 6).

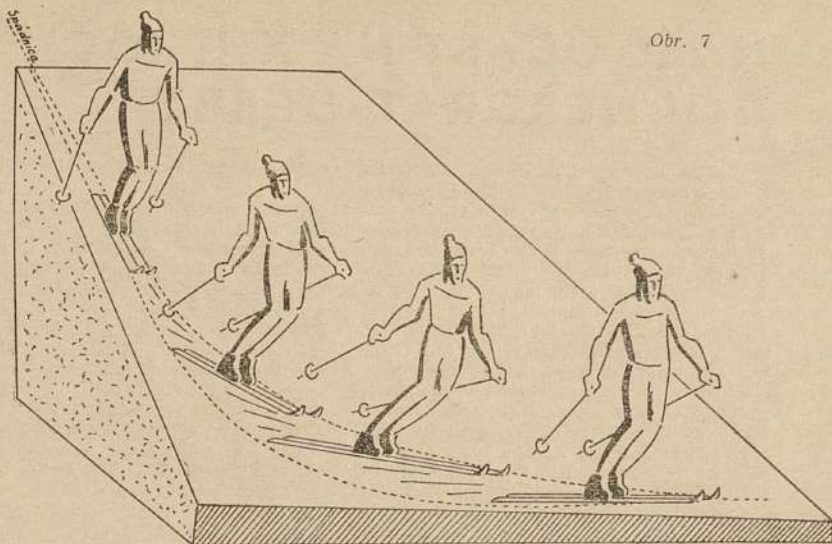
Pro rychlou změnu směru jízdy, eventuálně náhlé zastavení smykem ke svahu se všechny tyto tři principy spojí.

Při výcviku stále zvětšujeme strmost nájezdu, až dosáhneme smyku ke svahu ze sjezdu přímého. Provádí se na základě stejného pohybového provedení jako smyk ke svahu z velmi šikmého sjezdu šikmo svahem. Vycházíme ovšem z postoje pro sjezd přímo po spádnicí (obr. 7). Návčik samotného smyku ke svahu není však jediným cílem tohoto cvičení. Velmi potřebným a užitečným cvičením pro další výuku je navazování smyků ke svahu navzájem za sebou při jízdách šikmo svahem. Tím dosahujeme nejen potřebné rytmisace jízdy, ale velmi vydatně opakujeme a zlepšujeme pohybové provedení smyku ke svahu (obr. 8). Po vztyčení při ukončení smyku ke svahu dostaneme se ke spádnicí, když položíme lyže na plochy a zatížíme špičky předklonem. Rovněž vysunutí vyšší lyže do přívratu za neměnného postavení trupu (obr. 9) nás bez přenášení váhy těla velmi snadno obrátí k jízdě po spádnicí. Aktivním přisunutím vyšší lyže dosáhneme, obdobně jako při sesouvání, velmi účinného stáčívého vysunutí patek lyží a při zachování předklonu a zahranění provádíme smyk ke svahu.

**Poznámka:** Při nasazení smyku se patky lyží a chodidla otáčejí ve smyslu prováděného oblouku, ramena a trup, tedy i pánev, proti smyslu oblouku. Protinatění ramen je tedy doprovázeno protinatčením pánve, tj. vnitřní bok se dostává dopředu, vnější dozadu. Pootočení pánve je ovšem z anatomických důvodů menší než při pootočení ramen (obr. 10).

Závěrem tohoto metodického okénka poznamenáváme, že takto provedený smyk ve svahu je nejen proveditelný okamžitě a s dostatečnou účinností, ale je i metodickou nutností ve smyslu rozvíjení pohybových návyků na cestě k dokonalé technice jízdy nejkratší cestou. Je proto nutné zabránit ve výcviku všem prvkům, které jsou v rozporu s tímto provedením smyku ke svahu, protože jsou pro tento postup prvky škodlivými a zabraňujícími rychlému vývoji. Je známo, že smyk ke svahu lze provést mnoha způsoby, avšak okamžitě a dostatečně účinně jen tímto popsaným způsobem. Proto budeme hledět zamezit jakékoliv rotaci pánve, přiklánění těla ke svahu, odvratu atd., neboť základním postojem pro smyk ke svahu, z kterého vycházíme, je postoj pro sjezd šikmo svahem.

Zpracoval: INŽ. MIROSLAV CHLOUBA  
Kreslil: TOMÁŠ FALTYS

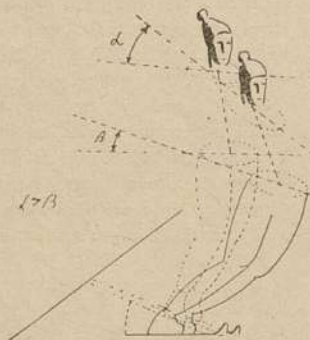


Obr. 7

Obr. 8



Obr. 9



Obr. 10

# NAŠE ÚČAST NA XII. ROČNÍKU GORNERGRAT-DERBY

Zermatt, typicky horské městečko švýcarských Alp, leží na hranicích švýcarsko-italských ve výši přes 1600 m, v malebném údolí ze tří stran sevřeném horskými masivy, jímž vévodí nejkrásnější hora světa MATTERHORN hrotem čnicím do výše 4478 m.

Naši sjezdaři využili letos již po třetí pozvání švýcarských přátel ze SKI-CLUBU ZERMATT a zúčastnili se opět mezinárodních sjezdových závodů v Zermattu, pořádaných každoročně pod tradičním názvem GORNERGRAT-DERBY, a to letos již jako 12. ročník. Vloni zde sice hostovaly pouze naše sjezdařky, ale zato jsme vítězství Milky Richvalské dosáhli jednoho z největších mezinárodních úspěchů. Letos jsme mohli vyslat 6 závodníků, a tak se ÚTR rozhodla pro tři zkušene a tři mladé závodníky — na zkušenou! Zájezdu se zúčastnili Kurt Hennrich, Michal Šoltýs, Miloslav Brůna, Zbyněk Mohr, Milka Richvalská a dorostenka Helena Novotná.

## ŠPÁTNE TRÉNINKOVÉ PODMÍNKY

Program soutěží byl tento: V pátek 14. března zahajovací závod ve sjezdu z Blauherdu, který se současně počítal jako první část alpské kombinace (sjezd+slalom). V sobotu 15. března slalom mužů i žen — současně i jako druhá část kombinace a nakonec v neděli 16. března dlouhý sjezdový závod »GORNERGRAT-DERBY«. Od úterý 11. března byl na všech tratích zahájen oficiální trénink. Naše výprava se dostala do Zermattu po celonočním putování ve vlacích s předsedáním v Bernu a Brigu, až ve středu dopoledne. A tak i když jsme se ještě týž den odpoledne vydali na obhlídku tratí, přece jen se tento náš první den v Zermattu neda- lo prakticky o tréninku vůbec mluvit. No a nazítří, ve čtvrtek, byl již poslední tréninko- vý den, a to dopoledne na sjezdové trati z Blauherdu a odpoledne pak na trati z Gornegratu. Počasí nám ve čtvrtek také nepřálo, neboť začalo silně sněžit a místy byla i hustá mlha, čímž pochopitelně byla velmi ztížena i viditelnost a přehled na tratích. Naši závodníci nemohli za tento jediný tréninkový den ani tratě pořádně poznat, natož pak je natrénovat tak, jak to při sjezdových závodech vyžaduje první předpoklad úspěchu. Naprostý nedostatek času nám také znemožnil vyzkoušet různé druhy mazání na obou sjezdových tratích, a tak jsme v předvečer prvního závodu skutečně neměli důvodu k optimistické náladě.

»Není třeba se dlouho v Praze a jejím okolí rozhlížet, abychom viděli veliké pokroky, dosažené v posledních letech. Blahopřejeme vaší straně k těmto krásným úspěchům. Blahopřejeme Komunistické straně Československa také k jejímu pevnému postoji zvláště v údobí otevřeného útoku imperialistické kontrarevoluce v Maďarsku. Zdravíme pevnou jednotu socialistického tábora a jeho boj proti revizionismu.

Co se Švýcarska týče, mohu říci, že štvance proti socialistické části světa a proti naší straně překračují všechny rekordy. To je spojeno s praktickým zrušením mnoha demokratických práv. Řeknu-li vám, že ženám z Anglie, které toho času konají cestu míru po Evropě, bylo zakázáno nejen veřejně vystoupit, ale i objevení se na určitém místě a že proti nim byla nasazena policie, nebo že poslancům naší strany bylo odmítnuto najmout v hlavním městě hotelový pokoj, pak si uděláte obrázek o nejstarší demokracii. Naše malá strana bojuje za obtížných podmínek. Je však rozhodnuta v zájmu švýcarského lidu bránit samostatnost a nezávislost naší země, splnit svou povinnost v boji za požadavky dělnické třídy a zajištění míru vzdor všem teroristickým machinacím. Cítíme se být spoleni se socialistickým světem a světovými silami.«

Z pozdravu Švýcarské strany práce, předneseného soudruhem M. Bodenmannem na XI. sjezdu KSČ

## VELKÁ MEZINÁRODNÍ KONKURENCE

Konkurence se zde i letos sešla skutečně mezinárodní, vřdyt např. v soutěži žen byly z 24 startujících pouze dvě domácí závodnice Švýcarky Looser a Hari, zatím co ostatní byly z různých zemí, a to: 11 z Francie — v nejsilnější sestavě: Daniele TELINGE, Arlette GROSSO, Anne DUSONCHET, Edith BONLIEU, a pak dalších sedm nejlepších mladých závodnic. Z USA startovaly tři závodnice, ze západního Německa čtyři závodnice — také v nejsilnější sestavě v čele s Hannelore BASLER, dále Sonja SPERL, Inge KNOTT, a z Rakouska dvě mladé nadějně sjezdařky Erika NETZER a Helga HANEL, o kterých jistě ještě v budoucnosti něco uslyšíme.

V soutěži mužů startovalo pět závodníků z NSR, 11 z Francie v čele s Adrianem DUVILLARDEM. Z Rakouska přijelo 5 výborných sjezdařů v čele s loňským vítězem VCS, Toni MARKEM, dále startovali čtyři Kanaďané, jeden Američan a téměř 50 domácích závodníků včetně zkušeného exmistra Georga SCHNEIDERA a výborného slalomisty Adolfa MATHYSE, který se na MS v Badgasteinu umístil jako šestý!

## DOBŘE VÝKONY NA SJEZDOVÝCH TRATÍCH

Nebyl to tedy žádný tzv. »pouták«, nýbrž velmi silná soutěž, v níž nebylo skutečně možné bez řádného tréninku udělat výsledek jaký jsme si přáli. To se projevilo již v prvním závodě ve sjezdu z Blauherdu, zvláště když k tomu ještě přispělo nepříznivé počasí. Celou noc před závodem totiž silně sněžilo, a tak byl start odložen až na odpoledne, aby mohly být upraveny tratě. Závodníkům bylo proto dovoleno prohlédnout si dopoledne ještě tratě, při čemž se ovšem počítalo i s tím, že sami závodníci vypo- mohou ušlapat spousty nového sněhu na tra- ti, aby aspoň odpoledne byla trať jakž takž regulérní. V poledne se pečlivě »napinslo- valo« podle dopolední kvality sněhu, ale mezitím se v dolní části tratě změnila teplota sněhu, a tak mnoho závodníků promazalo. Mezi nimi byli bohužel také všichni naši, kterým zvláště v nelehkých úsecích, na ro- vinkách dolní části tratě viditelně lyže ne- jely, takže všichni vzdor odvažné a technic- ky velmi dobré jízdě v horní části tratě skončili až ve druhé třetině kvalifikovaných. Zvítězil Francouz DUVILLARD v čase 3:33,1 na trati dlouhé 3500 m s výškovým rozdílem 1000 m. Jako druhý se umístil Švý-



Údolí Zermattu s Matterhornem v pozadí

car ANDEER časem 3:36, 3. GRAMSHAM- MER (Rakousko) 3:37,2, 4. STIEGLER (Ra- kousko) 3:39,5, 5. VIOLLAT (Francie) 3:40,6. Z našich byl nejlepší Kurt Hennrich, a to časem 3:52,7 jako 28. (před známým Raku- šanem Toni Markem, který také promazal), 36. Zbyněk Mohr 3:58,8, 37. Mila Brůna 3:59,4 a 40. Miša Šoltýs 4:01,2.

Také naše děvčata neměla štěstí ve volbě mazání, a tak Milka Richvalská, která zde po svém loňském vítězství patřila k favorit- kám závodu, musela se vzdor velmi odvažné a bojovné jízdě spokojit »až« se 6. místem. Na trati dlouhé 2700 m s výškovým rozdí- lem 700 m zvítězila Rakušanka Erika NE- TZER v čase 3:49,2, tedy o celé tři vteřiny lepším než druhá GROSSO (Francie) 3:52,2, třetí byla opět Francouzka Daniele TELIN- GE 3:52,6, 4. BASLEROVÁ (NSR) 3:53,6, 5. Anne DUSONCHET (Francie) 3:56,2 a 6. RICHVALSKÁ v čase 3:56,9. Naše druhá zá- vodnice dorostenka Helena Novotná skonči- la jako 21. v čase 4:26,1. Její výsledek ovliv- nilo nepříznivé nejen špatné počasí, ale i do- datečně zjištěná vada lyží.

## VE SLALOMU RICHVALSKÁ ČTVRTÁ, MOHR MĚL NEŠTASTNÝ PÁD

Druhý den v sobotu 15. března se jel za překrásného slunečného počasí závod ve slalomu, který byl současně druhou částí dvojkombinace. Mimořádností tohoto slalomu byla pro nás překvapivá jednoduchost s ja- kou byl tento závod uspořádán, neboť v je- diné trati s 52 brankami byla jeta obě kola soutěže mužů i žen, aniž by tím nějak utrpě- la regulérnost nebo vůbec dobrý průběh to- hoto závodu. V cíli se to nehemžilo časo- měřiči, naopak fungovalo zde pouze jedno elektrické měření, a to, jak jsem měl mož-

nost jako arbir v cíli konstatovat, naprosto spolehlivě. O velmi rychlý spád závodu se postaral i výborný hlasatel, známý Švýcar Karl Erb, který byl také hlasatelem na MS v Badgasteinu. Ten stačil naprosto virtuózně, byť i jen pár slovy, pronést charakteristiku každého startujícího závodníka nebo závodnice; po projetí cílem hlásil okamžitě, a to německy, francouzsky, anglicky a italsky nejen dosažený čistý čas, ale i dosavadní pořadí, jakož i běžící mezíčas dalšího odstartovaného závodníka, který byl právě na trati. Závod se tím stal i pro všechny »neodborné« diváky vysoce zajímavým a také obecnostvo proto neskrblilo v nadšení potleskem v průběhu závodu. Škoda, že pravý opak musel bych napsat o hlasatelském výkonu při našem jediném letošním mezinárodním závodě o VCS v Tatranské Lomnici!

Trať byla sice po vydatném sňžení poměrně hodně měkká, ale vzdor tomu se po celou dobu závodu dařilo brankovým rozhodčím, kterážto funkce zde převážně vykonávají profesionální trenéři z místní lyžařské školy, udržovat trať v poměrně dobrém stavu. Dokázali mně tím znovu, že při odborné a pečlivé úpravě slalomové tratě během závodu brankovými rozhodčími, nesmí se trať ani při velkém počtu startujících stát neregulérní, jak se u nás stále ještě často stává. Jako by naši brankoví rozhodčí neměli dosti dobrý poměr k věci?

Ve slalomu žen zajela Milka Richvalská velmi dobře a umístila se v silné konkurenci na 4. místě. Zvítězila Hannelore BASLER (NSR) celkovým časem 106,4 vt., 2. byla opět Francouzka GRESSO 107,7, 3. Sonja SPERL (NSR) 109,7, 4. naše RICHVALSKÁ 112 vt., 5. Francouzka CORNE 112,1 a naše dorostka Novotná celkem 15. časem 126,6 vteřiny.

Slalom mužů vyhrál Toni MARK celkovým časem 92 vt., 2. Švýcar MATHYS 92,4, 3. STIEGLER (Rakousko) 92,5, 4. SCHNEIDER (Švýcarsko) 92,9, 5. GRAMSHAMMER (Rakousko) 94,5 vt. Z našich zajel tentokrát

velmi dobře Zbyněk Mohr, bohužel v prvním kole zachytil při odšlápnutí do cíle za poslední slalomovou tyč a pádem ztratil mnoho drahocenných vteřin, čímž se připravil o jisté umístění mezi prvními pěti závodníky. Kurt Hennrich se startovním číslem 1, zajel sice obě kola spolehlivě, ale vzdor tomu stačil s celkovým časem 99,2 vt. jen na 16. místo. Mohr byl celkovým časem 102,1 vt. 21., a Miša Šoltýs časem 104,3 celkové 26. Bruna musel závod vzdát, ježto se mu při nárazu na slalomovou tyč uvolnilo vázání Marker.

Při propočítání celkové kombinace došlo pak k překvapení ve vítězství mladého Rakušana Peppi STIEGLERA (4. ve sjezdu a 3. ve slalomu), stejně jako i druhého místa dalšího Rakušana Peppi GRAMSHAMMERA (3. ve sjezdu a 5. ve slalomu). Favorizovaný Francouz DUVILLARD se vzdor svému krásnému vítězství ve slalomu nepomohlo v kombinaci k více než celkové 9. místu, neboť ve sjezdu byl až 29. Z našich se umístil v kombinaci Hennrich jako 19, Mohr 24, a Šoltýs 27.

Vítězstvím ve slalomu žen si zajistila Hannelore BASLER (NSR) i první místo v kombinaci. 2. místo získala vyrovnaným výkonem Francouzka GROSSO (2. ve sjezdu i ve slalomu), 3. Rakušana NETZER (vítězka ve sjezdu a 6. ve slalomu), 4. Němka SPERL (8. ve sjezdu a 3. ve slalomu) a jako 5. naše RICHVALSKÁ. Helena Novotná skončila v kombinaci jako 15.

#### RICHVALSKÁ NEOPAKOVALA SVŮJ LOŇSKÝ ÚSPĚCH

Poslední den v neděli 16. března se jel opět za krásného slunečného počasí tradiční závod ve sjezdu »GORNERGRAT-DERBY«. Je to krásná trať bez vysloveně nebezpečných úseků, ale místy velmi rychlá a co hlavního — neobyčejně dlouhá! Ozubená dráha nás dovezla za 1½ hodiny až na hřeben Gornergratu ve výši přes 3200 m, kde měli start muži, první třetina tratě vedla po krásných pláních až k RIFFELBERGU, kde ve výši 2750 metrů měly start ženy. Pak vedla trať několik »šusů« po loukách a pasekách do lesa, kde se obvykle rozhodne závod dobrým nebo méně dobrým mazáním, případně i jinak lépe jedoucími lyžemi.

Celá trať mužů je dlouhá 6500 m s výškovým rozdílem 1500 m a trať žen v délce 4500 m má výškový rozdíl »jen« 950 m. Bohužel ani v tomto pro nás tak nezvykle dlouhém sjezdu jsme neuměli tak dobře namazat, jako se to tentokrát povedlo TONI MARKOVI, který zvítězil v celkové konkurenci šesti kategorií v čase 7:00,3 min. Poměrně těsně za ním se umístil jako druhý Francouz VIOLLAT v čase 7:03,5 min., zatím co třetí STIEGLER potřeboval již čas téměř o celých 10 vt. delší 7:13,2 min., 4. byl opět Rakušan TRITISHER 7:13,3 a 5. Švýcar ANDEER 7:15,2.

Ano, zde na táhlých pláních, kde bylo možno dlouho kontrolovat každého závodníka a posuzovat jejich rozdílně jedoucí lyže měřením mezíčasů jsme viděli, že ani technicky výborná a odvázná jízda našeho Hennricha mu nemohla vyrovnat ztrátu proti rychlejšímu lyžím Marka, Viollata, Stieglera a těch ostatních. A tak nakonec, uvážíme-li i tu minimální možnost tréninku našich závodníků na této dlouhé trati, je jeho 10. místo v tomto těžkém sjezdovém závodě skutečně úspěchem. Také další naši závodníci nezklamali a umístili se poměrně čestně — Bruna jako 24. časem 7:43,9 min. a Miša Šoltýs jako 25. 7:46,7 min., zatím co Zbyněk Mohr musel po těžkém pádu v lesním úseku před cílem závod vzdát.

Také Milka Richvalská, která vloni tento sjezd vyhrála, měla tentokrát pád, zaviněný nedostatečnou znalostí dolní části tratě,



Ludmila Richvalská v plném tempu

když v lese omylem vyjela z tratě do turistické serpentiny. Zajímavá shoda nastala v cíli žen, kdy po 4 a půl kilometrovém sjezdu došla Rakušana Erika NETZER (vítězka sjezdu z Blauherdu) v čase na desetinku stejném, jako Sonja SPERL (NSR), takže se obě staly časem 6:15,1 vítězkami, ačkoliv již další závodnice, Francouzka Marg. LEDUC jela o 12 a půl vteřiny hůř 6:27,7. Jako 4. se umístila další Francouzka Marie DUSONCHET 6:28,8, 5. Rakušana Helga HANEL 6:30,3, jako 6. favorizovaná Němka BASLER 6:30,5 a teprve 7. první švýcarská závodnice LOOSER 6:32,4. Milka RICHVALSKÁ i s těžkým pádem skončila jako 10. časem 6:45,8 a Helena Novotná v kat. juniorek jako 6. časem 7:12,4 min.

Start v Zermattu byl pro naše sjezdaře velmi dobrou školou. Škoda jen, že tuto školu nemůžeme dopřát většinu počtu našich mladých nadějných sjezdařů a sjezdařek, z nichž by se snad některý nakonec naučil i zde zvítězit!

Hned po skončení závodu ve sjezdu z GORNERGRATU jsme odcestovali z Zermattu, abychom se přes noc dostali vlakem do Zürichu. Za necelé 2 a půl hodiny letu jsme v pondělí ráno přiletěli do Prahy.

Byl to sice krátký, ale velmi pěkný zájezd, a tak i když jsme ani tentokrát nepřívezli československému lyžařství žádnou první cenu, můžeme jej nejen z hlediska sportovního, ale zvláště z hlediska politického hodnotit zcela kladně. Antonín HUSAŠ



Hannelore Basler zvítězila ve slalomu i kombinaci

## Tříkrát z Liberce

Lyžařský oddíl Lokomotivy Liberec, který patří k největším v kraji, si vede čile i během letního období. Aby liberečtí lyžaři nemuseli být v rozpacích, až se jich zima zeptá, co dělali v létě, byl oddíl Lokomotivy iniciátorem společné letní přípravy všech zájemců o lyžařský sport v krajském městě. Tak se za vedení oblastního trenéra mistra sportu Mil. Bělonožníka scházejí zatím jednou týdně, a to každou středu závodníci Lok. Liberec, Slávie VŠS, Jiskry Textilana i některých okolních oddílů, aby se připravovali na příští zimu.

Na novou zimu myslili lyžaři Lok. Liberec i při svém rozhodnutí, že pomohou urychlit vybudování lyžařského výtahu na Pláních pod Ještědem, kde je pěkná cvičná louka. Více než 30 členů oddílu se zavázalo průměrně ke 40—45 brigádnickým hodinám při budování tohoto výtahu, který by byl velkým přínosem pro rozvoj sjezdových disciplín.

Dobrou náplň pro letní činnost poskytuje lyžařům Lokomotivy i příprava a účast na každoročně pořádaném Jizerském lesním maratónu lesním běhu na 30 km. Letošní již šestý ročník tohoto běhu byl současně krajským přeborem v maratónu. Lyžařský oddíl Lokomotivy tak ukazuje ostatním oddílům, jak lze spolupracovat s jinými druhy sportů. Všechny vytyčené úkoly udržují oddíl v plné aktivitě, která je zárukou další jeho činnosti. SLAVIK

# Hodnocení krajů a oddílů v roce 1958

V. HOLAN

Úvodem bych chtěl říci, že hodnocení krajů a oddílů bylo provedeno podle výsledků mistrovství a přeborů ČSR v roce 1958 tak, abychom zjistili i výkonnost jednotlivých závodníků. Je mnoho způsobů jak hodnotit a věřím, že budou ještě další návrhy, až se nad touto otázkou zamyslí naši lyžařští pracovníci.

Metoda, kdy hodnotíme každého závodníka, respektive jim získané místo, určitým počtem bodů, nezdála se mi správnou. Nezachycuje totiž mezi jednotlivými závodníky rozdíly, které mohou být někdy jen desetina vteřiny, jindy vícenásobně větší. Při hodnocení umístění určitým počtem bodů byl tento poměr nebyl vyjádřen.

Jiným řešením je dělit stanoveným počtem bodů vítěze jeho čas a takto získaným koeficientem vypočítat body dalších závodníků.

Stanovíme-li pro vítěze počet bodů jako obvykle 240, při čemž čas vítěze je 49,59 min., dostaneme:  $2,979$  vteřin: 240 a koeficient 12,4 vt. za 1 bod. Tak postupujeme dále při výpočtu koeficientů ostatních závodníků.

V tabulkách FIS používaných pro naše závody v běhu jest však bodový poměr pro závodníka příznivější o cca 1 %. K tomuto pro- počtu jsem se chtěl co nejvíce přiblížit.

Předpokládal jsem proto, že první závodník je hodnocen 240 body a každý další závodník menším počtem bodů vypočteným podle jeho časového zpoždění proti vítězi.

Čas vítěze v běhu na 15 km byl 51,44 min. a tomuto času odpovídá tabulka 50 minut s koeficientem 14,5 vt. za 1 bod.

Při závodě na 50 km byl čas vítěze 2:56,22 hod. převedeno na vteřiny 10,582 vteřin, které jsem dělil vteřinovým časem vítěze v běhu na 15 km. Závod na 50 km trval 3,4krát déle než závod na 15 km, proto správný koeficient je  $14,5 \times 3,4$ , tudíž 49,5 vt. za 1 bod.

Podobným způsobem jsem postupoval při všech závodech v běhu, kde jsem si zjistil koeficienty pro jednotlivé závody, a potom na základě časových rozdílů i příslušné body.

Zkouškami jsem zjistil, že v závodě na 15 km se umístil na 10. místě závodník s časem 54,10 min. Byl o 146 vteřin horší času vítěze, to je o 4,7 %.

Vítěz obdržel 240 bodů, závodník na 10. místě 229,9 bodu, to znamená o 4,5 % méně a přibližný poměr je 110—100.

Vítěz závodu na 50 km časem 2:56,22 hod. získal 240 bodů, závodník na 10. místě měl čas 3:15,45 hod. a jeho čas byl o 1,165 vt. horší, to je o 11 %. Tento závodník získal 216,5 bodu a bodový rozdíl je 10 %. Vítěz závodu na 30 km měl čas 1:56,15 hod., což činí 6975 vteřin a obdržel 240 bodů. Závodník na 10. místě tohoto závodu časem 2:05,01 hod. byl o 526 vteřin horší, tudíž o 7,65 %. Bodově získal závodník na 10. místě 223,6 bodu a o 6,8 % méně.

Vítězka závodu na 3 km mladších dorostenek časem 15,51 min. získala 240 bodů. Závodnice na 10. místě časem 17,55 min. získala 217 bodů. Časový rozdíl byl 104 vteřiny, tudíž 10,9 %, při tom je bodový rozdíl 9,6 %. V tomto závodě jsem počítal s koeficientem 4,5 vt.—bod.

Za použití našich tabulek pro tento závod, kde je stanovený koeficient 2 vt.—1 bod, obdržela by 10. závodnice za časový rozdíl 104 vteřiny jen 188 bodů, takže časové zpoždění je 10,9 % a bodové zhoršení 21,6 %. Tento poměr by jistě nebyl správný.

Stejný způsob výpočtu jsem použil při závodě štafetovém, kdy čas celé štafety jsem počítal za základ pro výpočet, jakožto konečný čas.

Při závodě ve skoku byl výpočet poměrně jednoduchý, jelikož počet bodů vítěze jsem doplnil přírůzkou na plných 240 bodů. Stejnou přírůzku jsem připočetl k bodovému ohodnocení každého dalšího závodníka. Obdržel-li vítěz 218 bodů, byla přírůzka 22 bodů pro každého dalšího závodníka.

Obdobně jsem postupoval i u závodu sdruženého, kde jsem dělil dvěma výsledkem, aby vítěz obdržel jen 240 bodů.

U sjezdových závodů jsem použil stejného postupu, jako u závodu

v běhu. Vzal jsem opět za základ závod v běhu na 15 km a dostal jsem tyto výsledky:

Obří slalom: čas vítěze 104,7 vteřiny hodnocen 240 body je dělen časem vítěze na 15 km a násoben koeficientem 14,5. Tak  $104,7 \times 14,5 = 1518,15$ ;  $1518,15 : 6,3122 = 240,5$  bodu na 10. místě měl čas 111,9, rozdíl proti vítězi 7,2 vt. je 6,43 %.

Vítěz obdržel 240 bodů, 10. závodník 223,4 bodu, rozdíl je 6,9 %. Vítěz závodu ve slalomu časem 141,2 vteřiny má 240 bodů, závodník na 10. místě časem 150,8 vt. rozdíl 9,6 vt. — 6,8 %. Závodník na 10. místě obdržel 223,6 bodu, tudíž méně o 6 %.

Vítěz závodu ve sjezdu časem 105,3 vt. získal 240 bodů, závodník na 10. místě časem 109,2 byl o 39 vteřin horší = 3,7 %. Závodník na 10. místě získal 232,1 bodu a má o 3,3 % méně.

Pro výpočet sjezdového trojboje jsem použil součtu získaných bodů v jednotlivých disciplínách, který jsem dělil třemi a vypočtenou hodnotou vítěze doplnil na 240. Stejnou přírůzku pak obdrželi všichni další závodníci.

Takto bylo vypočítáno bodové hodnocení jednotlivých závodníků. Hodnocení krajů bylo získáno součtem bodů jejich závodníků — reprezentantů.

Uvedený výpočet má i své nedostatky. Jedním je, že jsem bral v úvahu vždy jen 20 prvních závodníků v každé disciplíně, pokud se v této disciplíně zúčastnilo více závodníků. To může částečně zkreslit poměr sil závodního lyžování v jednotlivých krajích. Přesto však téměř všechny kraje jsou v hodnocení zahrnuty.

Pro sestavení jsem použil jen bodů, které závodník svým časem získal, bez ohledu, na kterém místě se umístil. Je větší názoru, jestli hodnocení ponecháme jen součty bodů, nebo budeme-li hodnotit i některé z prvních míst přemiemi, tj. počtem bodů, které by závodník dostal k dobru.

V závodech o mistrovství a přebor ČSR má každý kraj nestejný počet závodníků. Je proto možno hodnocení provést při výpočtu tříd stejného počtu závodníků z každého kraje (tři — pět apod.) anebo tak, jak byl proveden náš výpočet. Víme, že některé kraje určité disciplíny závodníky vůbec neobesílají.

U oddílů jsem provedl hodnocení v klasických disciplínách mimo závody v běhu na 50 km a 30 km pro muže a 10 km pro ženy, kde jsem neznal oddilovou příslušnost, a mimo závodu štafet, které byly složeny z příslušníků více oddílů. Zde je zajímavé, že i když bylo opět bráno v úvahu jen prvních 20 závodníků, objevilo se v konečné klasifikaci celkem 85 oddílů.

I když uváděný výpočet není snad dokonalý, přesto nám dává částečný přehled o závodním lyžářství v různých krajích, o tom jaké disciplíny se kde jezdí, a kde se starají o dorost.

Věřím, že v dalších připomínkách si ujasníme hodnocení naší vrcholné soutěže tak, abychom v příštím roce mohli provést klasifikaci jak jednotlivých krajů, tak i oddílů (jednot).

Klasifikace mistrovství a přeboru ČSR — v klasických disciplínách — dorost a dospělí — započítáno vždy 20 nejlepších závodníků

Pořadí	Kraj	Dospělí		Dorost		Celkem	
		počet	bodů	počet	bodů	počet	bodů
1.	Liberec	53	12.555,7	48	10.511,2	101	23.066,9
2.	Hradec Král.	29	6.312,2	24	5.557,9	53	11.670,1
3.	Jihlava	17	4.196,3	15	3.340,0	32	7.536,3
4.	Praha MV	23	5.351,4	4	892,7	27	6.244,1
5.	Dukla Liberec	24	5.456,10	—	—	24	5.456,1
6.	Gottwaldov	7	1.482,4	15	3.155,6	22	4.638,0
7.	Brno	15	3.312,3	3	672,5	18	3.984,8
8.	Plzeň	3	658,5	13	2.773,1	16	3.431,6
9.	Ústí n. L.	7	1.503,4	8	1.801,9	15	3.305,3
10.	Č. Budějovice	6	1.286,8	9	1.993,9	15	3.280,1
11.	Žilina	3	672,7	9	2.059,4	12	2.732,1
12.	Ostrava	4	821,0	7	1.508,1	11	2.329,1
13.	Ban. Bystrica	5	1.100,0	5	1.121,1	10	2.221,1
14.	Olomouc	6	1.231,8	4	813,9	10	2.045,7
15.	Praha KV	4	874,9	2	438,8	6	1.313,7
16.	Pardubice	3	703,6	1	228,8	4	930,4
17.	Prešov	2	440,3	1	233,8	3	674,1
18.	Vysoké Tatry	1	224,7	1	228,8	2	453,5
19.	Bratislava	1	217,0	1	227,6	2	444,6
20.	Košice	—	—	1	230,8	1	230,8
21.	Karlovy Vary	1	210,9	—	—	1	210,9

Klasifikace mistrovství a přeboru ČSR — závody sjezdové — dorost a dospělí — počítáno vždy 20 nejlepších závodníků

Pořadí	Kraj	Dospělí		Dorost		Celkem	
		počet	bodů	počet	bodů	počet	bodů
1.	Hradec Král.	32	7.276,6	40	8.732,4	72	16.009,0
2.	Liberec	32	6.843,2	37	7.992,8	69	14.836,0
3.	Praha MV	41	8.950,2	24	4.966,7	65	13.896,9
4.	Ostrava	14	2.756,2	33	6.462,5	47	9.218,7
5.	Gottwaldov	14	2.669,2	17	3.625,6	31	6.294,8
6.	Praha KV	8	1.601,7	20	4.108,2	28	5.709,9
7.	Košice	13	2.790,9	11	2.372,5	24	5.163,4



Usnadnění pro sjezdaře, kterým »to slalomově nemyslíš.

Pořadí	Kraj	Dospělí		Dorost		Celkem	
		počet	bodů	počet	bodů	počet	bodů
8.	Zlín	14	3.060,2	9	2.013,0	23	5.073,2
9.	Vysoké Tatry	16	5.666,8	6	1.294,0	22	4.960,8
10.	Brno	10	1.851,2	13	2.667,9	23	4.499,1
11.	Bratislava	6	1.313,0	13	2.775,8	19	4.088,8
12.	Armáda-Dukla	18	3.958,9	—	—	18	3.958,9
13.	Plzeň	4	644,0	17	2.996,8	21	3.640,9
14.	Ústí n. L.	4	781,7	9	1.913,7	13	2.695,4
15.	Ban. Bystrica	4	833,9	8	1.568,2	12	2.402,1
16.	Nitra	—	—	8	1.669,2	8	1.669,2
17.	Č. Budějovice	—	—	5	628,9	5	628,9
18.	Olomouc	2	366,8	1	227,8	3	594,6
19.	Prešov	—	—	1	216,0	1	216,0

V součtu jsou započteny disciplíny: slalom, obří slalom, sjezd a trojboj pro dorostence ml. a st., dorostenky ml. a st., muže a ženy, juniory a juniorky.

**Klasifikace mistrovství a přeboru ČSR — ve všech disciplínách dorost a dospělí — započítáno 20 nejlepších závodníků**

Pořadí	Kraj	Počet Klasické		Počet Sjezdové		Celkem	
		záv.	body	záv.	body	záv.	body
1.	Liberec	101	23.066,9	69	14.836,0	170	37.902,9
2.	Hradec Král.	53	11.670,1	72	16.009,0	125	27.679,1
3.	Praha MV	27	6.244,1	65	13.896,9	92	20.141,0
4.	Ostrava	11	2.329,1	47	9.218,7	58	11.547,8
5.	Gottwaldov	22	4.638,0	31	6.294,8	53	10.932,8
6.	Dukla-Armáda	24	5.456,1	18	3.958,9	42	9.395,0
7.	Brno	18	3.984,8	23	4.499,1	41	8.483,9
8.	Zlín	12	2.732,1	23	5.073,2	35	7.805,3
9.	Jihlava	32	7.536,3	—	—	32	7.536,3
10.	Plzeň	16	3.431,6	21	3.640,9	37	7.072,5
11.	Praha KV	6	1.313,7	28	5.709,9	34	7.023,6
12.	Ústí nad Lab.	15	3.505,3	13	2.695,4	28	6.000,7
13.	Vysoké Tatry	2	453,5	22	4.960,8	24	5.414,3
14.	Košice	1	230,8	24	5.163,4	25	5.394,2
15.	B. Bystrica	10	2.221,1	12	2.402,1	22	4.623,2
16.	Bratislava	2	444,6	19	4.088,8	21	4.533,4
17.	Č. Budějovice	15	3.280,1	3	628,9	18	3.909,9
18.	Olomouc	10	2.045,7	3	594,6	13	2.640,3
19.	Nitra	—	—	8	1.669,2	8	1.669,2
20.	Pardubice	4	930,4	—	—	4	930,4
21.	Prešov	3	674,1	1	216,0	4	890,1
22.	Karlovy Vary	1	210,9	—	—	1	210,9

**Pořadí lyžařských oddílů v klasických disciplínách podle mistrovství a přeboru ČSR — 1958**

	Dorost	Dospělí	Celkem
2. Sokol Nové Město na Moravě	2.451,6	1.989,7	4.421,3
3. Lokomotiva Trutnov	2.885,2	833,1	3.718,3
4. Dukla Liberec	—	3.458,5	3.458,5
5. Jiskra Mšeno	1.704,1	1.538,2	3.242,3
6. Slávia VŠ Praha	657,1	1.548,5	2.005,6
7. Vítkovice (kraj Liberec)	1.450,4	—	1.450,4
8. Jlemince	693,1	669,7	1.362,8
9. Vsetín	878,8	432,1	1.310,9
10. Tesla Vrchlabí	213,4	1.080,3	1.293,7
11. Rožnov	1.068,2	187,5	1.255,7
12. Kořenov	917,1	236,9	1.154,0
13. Lokomotiva Brno	—	1.097,9	1.097,9
14. B. Kremnica	464,9	629,0	1.093,9
15. Frenštát	878,4	173,0	1.051,4
16. Vážec	688,3	228,1	916,4
17. Baník Osek	678,7	229,4	908,1
18. Spoj Brno	463,8	408,3	874,1
19. Turnov	812,8	—	812,8
20. Tanvald	696,6	—	696,6
21. Spartak Sokolovo Praha	—	683,8	683,8
22. Sokol Kunvald	—	679,2	679,2
23. Vimpek	457,5	220,6	678,1
24. Strakonice	449,6	221,2	670,8
25. Vysoké nad Jizerou	390,2	215,1	605,3
26. Nizké Tatry	468,0	—	468,0
27. Lomnice nad Popelkou	—	460,0	460,0
28. Lokomotiva Prešov	253,8	220,3	454,1
29. Klatovy	449,3	—	449,3
30. Jiskra Náchod	237,4	206,2	443,6
31. Lokomotiva Bratislava	227,6	207,0	434,6
32. Slovan Olomouc	227,6	203,7	431,3
33. Banská Bystrica	429,8	—	429,8
34. Otrokovice	—	429,2	429,2
35. Karlovice	428,4	—	428,4
36.—37. Stachy	428,1	—	428,1
36.—37. Žižka Praha	—	428,1	428,1
38. Rudá hvězda Vrchlabí	—	427,4	427,4
39. Praha — Pracovní zálohy	228,6	195,4	424,0
40.—41. Jiskra Machov	217,0	200,5	417,5
40.—41. Sokol B. Třešňová	—	417,5	417,5
42. Armaturka Ústí	—	403,7	403,7
43. Žižka Plzeň	397,2	—	397,2

# Krajské komise mládeže hlásí...

Do ústřední komise mládeže docházejí spore, ale přece jen občas zprávy z některých krajů, které hovoří o jejich práci, těžkostech nebo úspěších na úseku mládeže.

Na Plzeňsku, kde si komise mládeže vede velmi čile, přikročili po ukončení hlavního období k dalšímu výběru mládeže pro lyžařská střediska, a to podle výsledků letošních soutěží s předpokladem k jejich dalšímu růstu. Lyžařské středisko začalo v měsíci květnu dvakrát týdně s cvičením v přírodě na hřišti RH Plzeň Roudná. Cvičení je společné pro žactvo a dorost. Ve spolupráci s Ústeckým krajem připravila komise letní soustředění v Tatrách. Další letní akcí je stanový tábor na Babyloně a putovní vodácký tábor po Lužnici.

Ústečtí pracovníci s mládeží hodnotili po uplynulé sezoně jak práci komise, tak i SSD a doporučili krajské trenérské radě zvýšit péči o technickou vyspělost žactva ve smyslu nových učebních osnov lyžování a v dohodě se zdravotní komisí zvýšení tréninkových požadavků, zvláště na fyzickou připravenost. Budou se snažit umožnit více organizovaných tréninků a zvýšit obtížnost tratí na krajských přeborech. Z výchovných důvodů budou čas od času kontrolovat prospěch žáků na všeobecně vzdělávacích školách.

V Gottwaldově navázala krajská komise spojení s turistickými odbory. Ve Vsetíně, kde je na př. velký turistický oddíl, zapojili se cvičitelé lyžařského oddílu do činnosti turistické, ale provádějí i celoroční výcvik v hodinách ZTV.

V Brněnském kraji se zaměřili na práci lyžařského oddílu s mládeží. V letošním roce pracovalo na Brněnsku již 21 lyžařských oddílů s mládeží. Mezi nejlepší patří Lokomotiva Brno, která má 180 žáků a asi 215 dorostenců, o něž se stará 25 lyžařských cvičitelů. Během týdne pořádají cvičení a každou neděli zájezdy na Ramzovou. K dalším úspěšným oddílům patří i Spoj Brno a RH Brno.

Ústřední komise vítá vaše zprávy a zvláště ty, které hovoří o skutečné práci, o problémech, které pracovníky s mládeží tíží, nebo o úspěšně zakončených akcích.

Jistěže i ve vašem kraji máte potíže a úspěchy. Napište nám o nich i o plánech do budoucna. Uvěřejníme vaše poznatky a věříme, že se k nim rozvine i diskuse, která může přinést i vám nové myšlenky a nápady.

K. PITTLOVÁ,  
předsedkyně komise mládeže

	Dorost	Dospělí	Celkem
45. Třinec	205,0	189,5	394,5
46. Rokytnice	—	391,5	391,5
47. Písařov	375,8	—	375,8
48.—49. Ližnice	240,0	—	240,0
48.—49. Slovan Špindlerův Mlýn	—	240,0	240,0
50. Svratka	—	237,1	237,1
51. Trenč. Teplice	234,0	—	234,0
52. Valteřice	233,2	—	233,2
53. Horní Branná	—	232,7	232,7
54. Rudá hvězda Ústí nad Labem	—	232,6	232,6
55. Gerlach	230,8	—	230,8
56. VTA Brno	—	230,1	230,1
57. Mezihoří	229,8	—	229,8
58. Tatranská Lomnice	228,8	—	228,8
59. Slovan Ostrava	—	227,0	227,0
60. Nymburk	—	225,7	225,7
61. Zl. Olešnice	225,5	—	225,5
62. Jakubovice	—	225,0	225,0
63. Žilina	—	224,6	224,6
64. Spartak Čakovice	—	224,5	224,5
65. Rudá hvězda Sušice	—	221,6	221,6
66. Ostravice	—	221,5	221,5
67. Růžomberok	217,8	—	217,8
68. Jiskra Liberec	—	216,5	216,5
69. Železná Ruda	215,9	—	215,9
70. Teplice (kraj Ústí)	214,8	—	214,8
71. Jablonec nad Nisou	214,2	—	214,2
72. Lokomotiva Praha	—	211,7	211,7
73. Obrtamy	—	210,9	210,9
74. Slávia Žižkov	209,9	—	209,9
75. Kdyně	207,9	—	207,9
76. Kremže	—	207,6	207,6
77. Zacléf	205,6	—	205,6
78. Mladá Boleslav	—	203,5	203,5
79. Slávia Liberec	—	202,1	202,1
80. Lokomotiva Liberec	—	198,5	198,5
81. Valešské Meziříčí	—	196,5	196,5
82. Slatničky	—	186,5	186,5
83. Hrabanec	—	184,0	184,0
84. Valešské Klobouky	182,4	—	182,4
85. Hradištko	171,9	—	171,9

# O PRÁCI ORGANIZAČNÍCH KOMISÍ SEKCI

Zajisté všichni pracovníci na poli československého lyžařství mají zájem o to, aby celé naše hnutí rostlo a aby jeho úroveň měla stále vzestupnou tendenci. K tomu jsou zřízeny na všech stupních organizační komise, složené téměř výhradně z dobrovolných pracovníků. Organizační komise ústřední sekce pozvala si pracovníky z některých krajů, aby s nimi prodiskutovala náplň i způsob práce. Při této společné poradě bylo zjištěno, že některým pracovníkům na tomto úseku nebyly jejich úkoly zcela jasné a bylo konstatováno, že společná schůzka byla velmi užitečná.

Jelikož je třeba využít podzimu k tomu, aby úkoly těchto komisí byly zpracovány, uvádím zde nejdůležitější body náplně práce, které by se měly stát vodítkem pro práci organizačních komisí.

Prvním úkolem komisí na krajích (okresech) je vypracovat návrh plánu práce sekce na příští rok a čtvrtletí. Tento plán, vypracovaný ve spolupráci s předsedou sekce a s referentem sekce, musí se opírat o usnesení pléna ústřední sekce i o plán rozvoje. Musí být v každém případě mobilizační, aby zajišťoval plnění všech úkolů a znamenal další rozšíření a upevnění hnutí. Tento plán je včas předložen sekci ke schválení a po schválení předsednictvem stane se podkladem pro dílčí plány jednotlivých komisí sekce na příslušný rok. Čtvrtletní plány sekce je třeba rozpracovat do jednotlivých schůzí sekce. Kopii těchto plánů s udáním místa, data a hodiny schůzí by bylo vhodné zaslat nadřízené i podřízené sekci. Tím by bylo umožněno navštěvovat schůze nižší sekce členy předsednictva vyšší sekce bez dalších zbytečných dotazů. Je třeba údaje o místě i datu konání schůzí dodržovat. Dále je povinností organizační komise sledovat, zda všechny body, které byly zařazeny na jednotlivé schůze sekce, jsou skutečně plněny a zda jsou vyřizovány i ty, které na schůzích během jednání vyplynuly a nebyly ihned projednány. O zbývajících bodech programu je třeba vést evidenci až do vyřízení.

Jak bylo již na počátku zdůrazněno, je nutné stále sledovat stav celého lyžařského hnutí. Jelikož vycházíme z práce v oddílech, je třeba veškeré počty zachycovat již tam. Aby bylo dosaženo jednotného způsobu zpracování všech potřebných údajů, vydá organizační komise ústřední sekce všem krajským komisím tabulky, které budou sloužit přesné evidenci od okresních sekcí až po ústřední. Co je cílem této tabulky? Nejedná se nám v žádném případě o suchá čísla, ale o zjištění skutečně pracujících oddílů. Proto základní jednotkou přehledu budou oddíly v okrese. V této tabulce, která bude zpracována okresními sekcemi (jsou-li usta-

veny), nebo sekcemi krajskými, budou uvedeny všechny oddíly abecedně podle míst v okrese nebo v kraji. Kromě toho tabulka bude obsahovat počty mužů, žen, dorostu i žactva v oddíle, počty trenérů a rozhodčích podle tříd, cvičitelů, aktivních závodníků, podle výkonostních tříd i bez třídy. Všechna tato čísla musí být ovšem podložena jmenovými seznamy, pořizovanými příslušnými komisemi sekce. Zástupci těch krajů, s nimiž bylo zatím o této věci jednáno, projevili uspokojení se zavedením této evidence, která jim umožní dokonalý přehled o stavu v okresech i krajích. Tam, kde by vyplnění prováděla již fungující okresní sekce, zaslala by tato složka originál s 1 kopií krajské sekci, která si ponechá kopii a originál zašle komisí ústřední sekce. Tam, kde okresní sekce nejsou ustaveny, provede sestavení krajské sekce, která jej zpracuje opět zvlášť podle okresů. Vyhotovení provede opět třikrát. Z toho si jednu kopii ponechá, druhou dá do evidence do doby, až bude v příslušném okrese ustavena sekce, které by ji předala a originál opět zašle organizační komisí ústřední sekce.

Touto akcí, která bude vycházet zdola, bude možno urychleně získat skutečná a přesná čísla. Přesný způsob sestavení bude dodatečně projednán s předsedy krajských sekcí, s nimiž se členové ústřední komise zatím nesešli, aby byla zajištěna naprostá jednotnost na všech stupních. Za Slovensko celou akcí provede ústřední slovenská lyžařská sekce, která celý materiál předá na jednu ústřední komisí. Nejvhodnější termín k ukončení této akce

je 15. září t. r. a k tomuto termínu budou i v příštích letech hlášeny nižšími sekcemi pouze změny oddílů a počtů. Evidence přinese hnutí na všech stupních velmi dobrý přehled o situaci v okrese i v kraji jednak o počtu členů, jednak závodníků i funkcionářů, a bude možno z ní zpracovávat i celostátní hodnocení. Poctivým zpracováním všech podkladů bude dána možnost sestavit adresář fungujících lyžařských oddílů v CSR, který bude postupně zveřejněn v Lyžařství.

Podívejme se blíže na výhody, které nám tento přehled přinese. Především je nám známo, že dosud vyplňované evidence bývají zpracovávány od „zeleného stolu“, aniž by byly skutečně zpracovány podklady s plnou odpovědností. Rádným zpracováním všech podkladů bude možno sledovat rozmístění cvičitelů, trenérů, rozhodčích atd. v okresech a krajích a na základě toho provést opatření k zlepšení situace, kde toho bude zapotřebí.

Ústřední komise nemá možnost ihned vydat formuláře pro přehledy tiskem a proto bylo s některými kraji dojednáno, že jim bude zaslán vzorek, který bude v odpovídajícím formátu i náplní rozmnožen v dostatečném počtu.

Jelikož to bude náš první ústřední přehled, který se bude opírat o oddíly, věnujte tomu všichni takovou pozornost, jaké si také akce zaslouhuje. Uděláte kus dobré práce pro sebe a přispějete tím i celku!

Osobní styk je samozřejmě tím nejlepším spojením a je třeba jej využít. Musíme jej užívat i my zřizováním patronátů. Patroni by se měli stát spojkou mezi jed-

notlivými sekcemi od ústřední až po okresní a z okresní až do oddílů. I tohoto úkolu by se měly chopit organizační komise tím, že podají návrh na schůzi sekce na rozdělení patronátů mezi členy předsednictva sekce. Za tím účelem zpracuje každá organizační komise došlé čtvrtletní plány práce nižší složky a sestaví pro každého patrona přehled schůzí této nižší sekce, příp. oddílů. Potom o schůzích nižších složek vyrozumí patrony a dále se stará, aby tito co nejčastěji, nejméně však dvakrát ročně navštívili svou patronátní nižší složku.

Co je dalším úkolem organizačních komisí? Během celého roku zjišťovat, zda jsou plněny úkoly, obsažené v usnesení pléna ústřední sekce a úkoly, obsažené v ročních a čtvrtletních plánech práce sekce. V záporném případě upozornit na neplnění včas příslušné komise a samozřejmě i předsedu sekce a zařídí projednání těchto nesplněných úkolů v nejbližší schůzi předsednictva sekce. Stará se o to, aby byly odstraňovány všechny příčiny neplnění těchto úkolů ve spolupráci s předsedy komisí.

Osvědčilo se nekonat schůze vždy jen v krajském, resp. okresním městě, ale ukázalo se vhodným místa konání schůzí střídat a vybírat zvláště taková místa, kde dosavadní stav vyžaduje zaktivisování činnosti vůbec, nebo podporu činnosti místního oddílu. V takovém případě velice záleží na vhodné přípravě schůze, která se může rozvinout po vlastním skončení jednání v náborovou akci do lyžařských oddílů.

Vhodným spojením schůze s promítnutím některého lyžařského filmu a doplněním přednáškou lze oživit činnost lyžařských oddílů. Mezi jednotlivými filmy je možno promluvit o významu práce ČSTV, a samozřejmě mezi zájemce z širší veřejnosti i rozdat přihlášky do místního oddílu. Nestačí jen přihlášky rozdat, ale je třeba se starat i o to, aby byly vráceny vyplněné zpět a aby ti, kteří se přihlásili, se také skutečně stali aktivními členy oddílů.

Jak všichni víme ze zkušenosti, jsou v některých místech 2—3 oddíly, které se snaží ze všech sil plnit řádně veškeré úkoly. Svými možnostmi jak finančními, tak i vybavením a pracovníky na ně však nestačí. Nad takovými případy je třeba se zamyslet a tu vystává před pracovníky organizačních komisí další úkol: Zjistit takové případy a pokusit se o to, aby se spojily v jeden dobře fungující celek. V praxi to znamená sjednat se zástupci těchto oddílů společnou schůzkou, vysvětlit jim důvody pro jejich spojení a dát návrh k utvoření jednoho silného oddílu. Spojením dvou i více oddílů by bylo umožněno vybrat jen skutečně nejspokojenější a práci oddané funkcionáře.

(Pokrač. na str. 24.)

## Trenéři sjezdařů o své práci

Ve dnech 28. a 29. června se konala na Skalíkové louce v Beskydách schůze oblastních trenérů. Hlavním úkolem této schůzky bylo stanovit si zásady práce za systému oblastních trenérů jak po stránce organizační, tak technické. Přenesení těžiště přípravy do oblasti má velkou výhodu pro kontrolu a organizování samotného tréninku, avšak zároveň klade větší nároky na organizační práci ústředně. Obojí bylo důkladně prohořeno a byly přijaty tyto zásady:

Dosavadní forma přípravy v přípravném období (náplň tréninku, dávkování) zůstane zachována. Oblastní trenéři zaručují systematické vedení a kontrolu svěřených závodníků. Při neplnění tréninkových plánů navrhnout vyřazení dotyčného z péče. Velký význam má kolektivní trénink. Oblastní trenéři i závodníci obdrží návrhy speciálních tréninkových hodin pro sjezdaře.

První soustředění na sněhu bude ve Vrátné dolině společně pro všechny (1 týden). Další příprava proběhne v oblastech.

Novým členům, kteří jsou zařazeni do péče, bude zapůjčeno aspoň minimální vybavení. Za nominaci a jiné zásadní rozhodování o závodnících jsou odpovědní hlavní trenéři. Ti se samozřejmě budou radit o svých rozhodnutích s dotyčným oblastním trenérem. Podle možnosti budou všem závodníkům určen osobní trenéři. Jejich přidělení zajistí oblastní trenéři.

I když přijaté zásady se zdají v některých bodech, že nejsou zrovna nejjednodušší (osobní trenér, oblastní trenér, hlavní trenér) přece umožní těsnější a pružnější styk trenéra se závodníkem, a to je při tréninku to nejdůležitější.

MILOŠ ŠTEFEK



# Hory mají srdce v člověku!

Příběh lyžaře - závodníka

8. pokračování

— Já myslím, Martine, že všechno má svůj smysl. Podívej se, třeba tahle práce. Kdybych kácel stromy jen bezmyšlenkovitě, musel bych být strašně nešťasten. To ti ani nedá, aby ses třeba nad tímhle kmenem nezamyslel. Možná, že z něho budou hezké hračky pro děti, možná, že jen obyčejný plot. Ale ty už za ním vidíš růžové jabloně nebo zelené záhony. Z každé věci a myšlenky vyrůstá život. Ty ani nevíš, Martine, jakou jsme měli radost, že jsi vyhrál. Jako bychom i my byli víc; jsi přece z nás. Teď jsi ale někam zabloudil. Máš o sebe strach, bojíš se. Ty bys měl teď chodit častěji dolů mezi mladé lidi, taky se teď připravují na zimu a trénují. Možná, že bys mezi nimi našel i sama sebe — budoucího Martina. Jednou budeš na něho čekat v cíli a on bude bohatší o tvé zkušenosti. Ty budeš šťasten za sebe i za něho. Tak je to nějak, Martine, položil mu Hofman ruku na rameno.

— Myslíte, že je v člověku opravdu dost místa, aby mohl žít ještě jinak, něco stejně velikého? rozhlíží se Martin v jejich tvářích.

— Spolehni se! — usmívá se Ondřej, — i když s tebou nebude ještě kolikrát k vydržení, jistě najdeš a my ti hledat pomůžeme.

## 5.

Toho říjnového rána se údolí rozhlahlo mladými hlasy. Kolem Lojzy se shlukli chlapi a děvčata v teplákách a bundách bleděmodré barvy. Nejstarším je kolem čtrnácti let. A jak se k Lojzovi mají! Není světlice, do které by Lojza v údolí nebo vysoko na stráních nenakoukl, když roznášel dopisy a někdy v noci musil i se spěšnými telegramy. Lojza byl někdo, kdo spojoval ty nejzazší samoty se životem. I když nenesl právě dopis, vždycky zůstal na kousek řeči a dovedl povědět, co je v údolí nového.

A děti, ty ho znaly i z dlouhých chvílí, kdy musel odložit naditou poštovskou brašnu a čekat někde v chalupě na stráni, až se přeneže bouře nebo vánice.

Snad v každé chalupě měl Lojza své místo za stolem nebo v zimě přivítivé zákoutí u kamen. Jak by se s nimi Lojza neznal?

— Musíte ale poslouchat, děti, říká vybledlými očima, těm, které se ještě ke hře nesoustředily.

Pak se rozdělí chlapi a děvčata na dvě skupiny. Tahle hra je Lojzův nápad: je v ní něco z košíkové, házené i obyčejné honičky. Je rychlá a cvičí svaly, klouby, kličkování, postřeh, rychlost a samozřejmě učí vytrvalosti.

Chlapi obsadili hřiště na házenou a děvčata hřiště pro odbíjenou. Ale už přicházejí i dospělí a mohou na těch malých očích nechat.

Je tu již lékař Jiří, Richard s Helenou a Eman. Ti velcí obsadili hřiště na kopanou. Někteří zkouší klus, jiní se rozvíčují podle svého zvyku a zkušenosti. I Francek je tady, právě se zvedá z dřepu. Tamhle Martin si vyskočil na hořejší brankovou tyč a komihá tělem. I Medvěd je v teplákách. Jsou tu všichni, mladí i starší, zatím co ti nejstarší obsadili místa za bariérami a budou aspoň přihlížet.

Nedělní ráno plné vzruchu a radostného nepokoje.

Ale ani okolní hory nemají klidu. Smích a halas znovu se vracejí do údolí několikánásobnou ozvěnou, jako by rozprávěly s těmi, kdož je mají tolik rádi. Všem daly do kolébky lyže. Těm, kteří je s vděkem přijali, přidaly i vytrvalost, houževnatost a snad i slávu.

— Pojď sem, Frantíku, ty taky, Oldo, Pepíku a Honzo! svolává Jiří závodníky.



Hrnou se k němu, svičkají bundy a svetry.

— Hezky zhluboka! Tak! V pořádku. A co srdíčko? Trochu jsi, Petře přibrál. Richard ti to pomůže shodit, podívá se lékař s úsměvem na trenéra.

Za chvíli se řadí k bílé čáře. Teď je má na starosti Eman.

— Kde jen jsem nechal stopky? prohledává kapsy a rozhlíží se kolem.

— Možná, že je máš ve vousech, volá Honza ze startovní čáry.

Všichni se dají do smíchu.

— Myslíš? podívá se Eman vážně na Honzu, jako by mu děkoval za radu a přejede rukou plnovous. I podívá se, skutečně! Zapomněl jsem je ve

vousech! Vytahuje Eman stopky z mohutné hřívky pod bradou.

Chvilku všichni stojí v údivu a pak se dají do smíchu. Eman není jen účetním v družstvu, ale také kouzelníkem. Tohle nastražil, aby bylo u startu v poslední chvíli ještě více dobré nálady. To se mnohem lépe běží a překonávají překážky.

Ale teď už pozor!

Na Emanovo znamení se daly řady závodníků do pohybu. S hřiště odbočily na měkkou silnici a odtud na širokou luční cestu. Za chvíli je pohltil les.

Také Lojza s těmi nejmenšími vyběhl na trať, když okoukali dospěle. Na takovou pětiminutovou procházku chůzí i poklusem. I pro ně musil Eman »ztratit« stopky v plnovousu a tady bylo ještě více smíchu a veselí.

Lyžařského přespolního běhu v Modrém mlýně se zúčastnili lyžaři z celého kraje. Trať vedla po lesních cestách s mírným stoupáním, které vystřídal měkké rovinky. U startu se sešli všichni, kteří se po léta znají z četných závodů, vítězové i poražení, ale především dobří kamarádi. Byli tu i ti, kteří se po prvé letos odváží měřit své síly na závodní dráze, zatím nesmělí a trochu zakřiknutí.

Poslední neděli před vánocemi se běžel v Modrém mlýně jeden z prvních lyžařských závodů — »patnáctka«, která byla vstupem do lyžařské sezóny. Proto přespolní lyžařský běh soustředil každoročně u startu tolik závodníků.

Pout, posvícení a všechny význačné svátky kromě vánoc přeložili v Modrém mlýně na tento den. Vždyť se tu všichni sešli s úsměvy a v dobrém. I stánky se zbožím tu byly toho dne, i s tím nejsladším, a kolotoč tu vířil v zvlášť od časných hodin stejně jako houpačky.

I na hřišti za bariérami se sešli starší známí ze všech koutů kraje. Znovu a znovu se přicházeli na sebe podívat v mladších letech. Jak by se mezi těmi mladými nenašli, když jejich synové co nevidět protrhnou cílovou pásku. Co tu bylo vzpomínek! Aspoň trať zůstávala stejná, když se na ní lidé měnili. Proběhli jí tátové i mámy. Teď se na ni vydaly jejich děti.

To není leccjaká »štreka«! Kdo chtěl patřit tomuto prostředí, musel se i po této cestě vydat na zkušenou, aby dokázal svou zdatnost. Třeba mnozí došli do cíle pěšky, byli stejně upřímně přivítáni jako ti první. Okusili přece také ostrého větru, příkrých strání i mechových a jehličnatých rovinek.

Ve všech chatách je v údolí teplo. Nikomu nesmí být zima, nikdo nemá mít hlad nebo žízeň, ani nemá být samotěn. Ze všech chat, kde je jen trochu místa k rozběhnutí a k zatočení, všická muzika. Tak je to i v Hubertusu u Medvěda. Celý velký sál voní jehličím, jimž jsou vyzdobeny stěny. Jako by za všemi, kteří běželi dopolední běh, přišel i les si zavýsknout a povýskotit. Na stolech jsou pěkné ubrusy a nad nimi ještě pěknější tváře, jako odlité z prudkého slunečního světla, větrem zakalené.

Na ten stupínek s pianinem a rozestavenými pupty pošilávají nejen mladí, ale i starší a postarší. V očích mají

dosud přikrost strání, jejich dech dosud voní jehličím nebo padajícím listům, ale teď už myslí na píseň a tanec. U čelné stěny je stůl a na něm uprostřed velká kytka vřesu. Je také z dnešního dopoledne. Medvěd s ní doběhl v kategorii mužů nad čtyřicet let do cíle. Inu měl po cestě ještě kdy se zastavit a natrhat jí pro vítěze. Ale ten ne a ne se před ní posadit. Upejpá se, červená. Chlapec, který je ještě zpolovic vtr. Tak si lehnot do vřesu na strání, to ano, ale tohle není pro člověka, který si rozumí tak důvěrně se stromy, oblaky a dálkami. Ta kytice je jako pták zavřený v kleci.

Pak přivádějí i Francka, který byl dnes druhý, a Oldřicha, který byl třetí. Sedají si po bok vítězi, jehož Richard popadl za ramena a přitlačil do židle. Jakápak obrádnost, když si kluk nedá po dobrém říci.

Petr, vítěz kategorie závodníků, sedí před fialovou kyticí a tváří se jako kdyby kdovíco neprovedl. Přivítal ho potleskem, právě tak jako Oldřicha a Francka. Ale kdopak vlastně je ten Petr? Nikdo s ním nepočítal, nikdo o něm nevěděl. Kdo si se rozpomněl, že ho vidával s lehkým vozíkem a stejně lehkým koněm na cestě do chaty U sněžných skal.

Tihle tři, jak vedle sebe sedí, vpadli téměř stejně do cíle. Ještě loni to byli zajíci a teď se rvali o první místo jako lví. Petr, Franček, Oldřich: doposud kluci, jichž si nikdo nevsímal. Ten první je pastevcem, druhý, jak víte, spouští kmeny po řece a třetí jezdí každý den autobusem do školy v okresním městě. Předloni maturoval a teď dokončuje dvouletý kurs.

Najednou jsou tu jinak přítomní, než dosud byli. Dnešní vítězství je povýšilo na chlapy. Na ty chlapy, které bude možno beze strachu pustit do těch největších futeří, kteří je prorazí v úctyhodném čase a pevně stisknou mezi svými koleny vzpínající se hory a zkrotí je svou silou a vůlí.

Jsou tady.

Trenér Richard hlásí jejich jména, jako by hlásil jejich povýšení. Oznamuje i jejich časy. Petr byl rychlejší jen o zlomek centimetru, stejně tak doběhl Franček před Oldřichem. Dobrý vítr, chlapi!

Hudba najednou zaplnila sál od podlahy až ke stropu. Trenér vyskočil na stupínek a kapelník ztlumí ryčný fox-trot, aby bylo Richarda slyšet, jak vyhláší sólo pro první tři z kategorie závodníků!

Výskot, volání a potlesk přerušují hudbu. Všichni se hrnou ke stolu, kde ti tři sedí. To že jste vy, kteří se nebojíte rozburácených hor? Sedíte tu jako kohoutci na hřadu. Božínku, jen se kolem sebe rozhlédněte: tolik křehké krásy! I tu musíte umět uchopit.

— Pojď, Petře! vezme za ruku chlapce Lidka, která vítězila ve starších dorostenkách.

Vždyť to mělo být obráceně, Petr měl jít pro Lidku. Ta se trochu začervenal, ale což, první kousek trvá jen chvíli a je třeba se umět rozhodnout. Jako na trati! Tohle všechno vědí od

Richarda. I tady máš, trenéře Richarde, své ovoce!

Tolik děvčat! Padající listí jim stálo, jak běžely březovým lesíkem, kdežto Petrovi, Frančkovi, Oldřichovi a těm ostatním stromy z cesty uhybaly. Tak nějak je Lidce, když už cítí svou ruku v Petrově a tak nějak by tu to měla říci nebo Petr by to měl vědět.

Petr však rozumí. Rozběhne se s ní po sále a ten jejich taneční krok je ještě odkudsi z lesní cesty, po níž před chvílí běželi. Lidka přece není Franček nebo Oldřich, aby se s ní rval o vítězství, a sál také není závodní trať. Proto mu dá trochu práce, než se s ní v rytmu podle hudby srovná.

A co ty, Francku?

Stojíš v kole jako kůl v plotě. Kde je tvoje srdatost z dnešního dopoledne? Že neumíš tančit? A co ten tvůj tanec mezi peřejemi? Kdejaký kmen tě poslechne, kdejakou jedlí nahoře rvanou vichřicemi sevřeš lýtky a zkrotíš ji v nejprudší bystrině. Abys nedovedl chytit Jiřínku kolem pasu!

Ale celý sál již víří.

Ta červeň v dívčích tvářích, to není červeň z kabelek. Tu pokradla děvčata při běhu lesem padajícím javorovému listí. Ani stromy tu neopadávají nadarmo.

Ti, co nestačí, sedí po kraji sálu u stolů. I Hofman odložil sekuru a Ondřej dal odpočinout automatické pile.

A Martin? Bude tu co nevidět. Ti dva mu drží místo. Už se tu po něm ptali. Ale kdo ví, že Martin běžel ještě jedno kolo? Jen tak pro uspokojení, pro radost těla, pro rozkoš běžet? Ne, Martin běžel, protože si postavil hlavu, běžel pro sebe. Richard ví, jak se Martin těžko ovládá a jak je závodník v tomto věku vznětlivý a nedůtklivý. Nechtěl ho popudit ani mu nechtěl zkazit náladu a odloučit ho tak od ostatních. Nechal ho běžet podle jeho vůle. Však si to stejně povědí.

Richard našel Martina ještě pod sprechami.

— Neměl jsi, Martine, přece jen běžet naplno?

— Měl bys to vědět, Richarde. Nemohl jsem přece riskovat.

— Nic by to neznamenal, kdybys byl prohrál. Tím víc by ses přiblížil

ostatním. Víš, jak na tebe dají, drbe Richard ručičkem Martinova záda.

— Už dlouho vyhrávám a vím, že budu muset odejít, ale...

— Na co myslíš?

— Myslím. že nejtěžší je umět odejít. Bojím se, že to nebudu umět. Neří ve mně tolik síly, abych to udělal důstojně. Ty bys to měl všechno vědět. Richarde. Měl jsi se mnou mnoho trápení, stroj se Martin.

— Ale taky radostí, Martine!

— Nejhorší je, že já už v nic nevěřím. Až jednou složím lyže, bude přede mnou jen prázdno. Pak už jen člověk dohořívá.

— Měl by ses, Martine, přece jen oženit. Kdybys měl děti, pak by byla s tebou přece jen jiná řeč. Kdyby ses aspoň zamiloval, víš, až po uši...

— Tvůj věk by se prodloužil; víš, to tvé mládí. O několik roků bys zůstal děle na závodní dráze. Teď je s tebou velké trápení...

— Já vím s čím začneš: ješitnost, přehnané sebevědomí a dnes, Richarde, můžeš říci i strach. Strach, abys se nepřistihl, že už nemám dost sil, že jsem prohrál.

— Víš, to byla tvoje taktika, taktika dnešního závodu, Martine. Nikdy bych ji jako poctivý trenér nemohl schválit a ty jako poctivý závodník bys měl stát na mé straně.

— Je to tak, Richarde, Já nevím, jak ty jsi odcházel. Já si myslím, že mně nevezmou jen ty lyže pod nohama, ale taky ty hory, ty cesty, roviny a stráně, že budu jako jelen bez louky a bez lesa.

— Jak vidíš, mám docela dobrou náladu a myslím, že jsem i šťasten. Na tohle nemysli, my už se o tebe postaráme, ale jde o vážnější věci. Dokud mám odpovědnost za růst závodníků, musím i s tebou počítat.

— Chceš mě ještě něčemu naučit?

— Rád bych, Martine! Čím lepší sportovec, tím lepší člověk. Pak si snadno vyřešíš, co tě tak trápí... a nikdy neodejdeš.

— Ty víš, že mám tvrdou hlavu.

— To je už víc než paličatost, Martine. Musím si na tebe někdy vymyšlet jako na svěhlavé dítě. Co bys tomuhle říkal? Mohlo by ti to docela lichořit! Takový Petr, Olda, Franček a všichni ostatní se v tobě jenom vidí. Očekávali, že se jim dostane té cti a že se s nimi pustíš do křížku. Kdybys prohrál, nic by se nebylo přihodilo. Nejsou tak domýšliví, aby si nemyslili, že jsi jim udělal radost. Ale měli by jinou radost, opravdovější: všichni by věděli, že patříš mezi ně, že s nimi počítáš, a to je, Martine, velká věc. Pomohl bys mi jako trenérovi a těm začínajícím bys dal sebevědomí. Já si aspoň myslím, že takhle má asi vypadat v oddílech trenérova spolupráce se zkušenými závodníky ve výchově dorostu.

— Co vy dva tady? objevila se ve dveřích Emanova hlava. Zbytečně tu klábosíte a v sále je vás zapotřebí, popadl Eman oba dva za ramena a vyvedl je na chodbu, kam je slyšet šum z rozjásaného sálu.

(Pokračování)



Bydlet v Praze a být dobrým lyžařem je pro nezavščené k nepochopení. Vždyť Praha nemá přece vhodné sněhové podmínky. Ano! Jejím obyvatelům je však třeba osvěžení a mají vitální radost z pohybu na zdravém vzduchu a mnozí z nich nezměrnou lásku k horám a lyžím. To je základ pražského lyžování, ze kterého vyrůstají a budou vyrůstat umínění jedinci, kteří navzdory všem nepříznivým podmínkám, bez ohledu na vzdálenost mezi Prahou a zasněženým terémem, vytvářejí kolem sebe kolektivy, ve kterých umožňují Pražanům ukojení jejich touhy po horách a co nás zvláště musí těšit — mladým, snaživým pak jejich závodní růst. Proč zdůrazňuji snaživým, protože sebelepší podmínky, i když pro růst závodníka hrají nemalou úlohu, k uspokojivému výkonu v závodně provozovaném sportu nestačí. Důležitou podmínkou výkonu je především upřímná snaha a vůle mladého sportovce, pak teprve fyzická připravenost, kterou si může každý vypěstovat. Z tohoto hlediska by měli být také mladí lidé pro závodní přípravu vybíráni.

## Pražský lyžař v létě

Vysoká fyzická zdatnost je cílem každého lyžařského závodníka. Trénující se již nespokojí jen s podzimním běháním v terénu, ale připravuje se celý rok. Pražský závodník snad více, než jiný. Využívá přitom všech možností, které mu město ve svých tělovýchovných zařízeních poskytuje. Kanoistické, veslařské a lehkootletické oddíly jsou jejich útočištěm. Dobrá příprava sice vyžaduje značné obětování volného času a sebezapření, ale musí Pražákovi vyrovnat nedostatek možnosti další přípravy na sněhu.

Vedení lyžařského oddílu Slávie Žižkov je si vědomo důležitosti celoroční fyzické přípravy. Novou sezónu proto zahajuje již za 14 dnů po posledním lyžařském jarním závodě. Tréninkové dny se však v této jarní době snižují ze tří dnů v týdnu na jeden. Počítá se se skutečností, že většina členů provozuje kanoistiku a téměř denně se zúčastňuje výcviku v loděnici, a pak částečný, alespoň krátký odpočinek je nutný. Hlavním úkolem jarního tréninku je udržení získané fyzické zdatnosti, později další rozvíjení obratnosti a rychlosti. Nácvik síly není ještě zdůrazňován, ale i ten je částečně patrný ve všech prvcích, které jsou během cvičení prováděny. Jedná se o krátké nárazové vydávání síly v malém časovém rozpětí, obvykle ve hře, nebo v tréninku rychlosti.

Od počátku června získává trénink již na náročnosti a širší všestrannosti. Doba cvičení je 120 minut, z čehož je věnováno 20 minut rozcevicení. Náplň pro rozvoj obratnosti je nácvik kotoulů, kotoulů plavmo, přemetů, stojů, salt napřed i nazad. Pro zpeřnění vkládáme části valašských her, skok přes cvičence s dopadem na svah do telemarku v soutěži kdo nejdál, nejvyš atd.

Rozvíjení rychlosti provádíme samostatně a je prakticky vrcholem tréninkové hodiny. Kromě nácviku rychlé reakce, dáváme krátké rychlé úseky a vybíháme desetimetrový svah.

Posilovací cviky jsou vkládány většinou do přechodu mezi úvodní a hlavní část cvičební jednotky a rozděleny tak, aby se dostalo na horní i dolní končetiny. Pro posilování horních končetin cvičíme s koulí, jezdíme na pramci, cvičíme různé podpory, zatím co pro posilování dolních končetin používáme švihadla, poskoků, přeskoků a skoků.

Cvičení vytrvalostí se v těchto prvních měsících přípravného období zatím podstatněji neprojevuje a nastupuje později.

Posledních 20 minut cvičení vyhrazuje kolektivním hrám.

Nejlepší výsledky je možné pozorovat v rozvíjení obratnosti. Rovněž posilovací vložky, i když se na ně nezaměřujeme, jsou ve výkonech cvičenců patrné.

O prázdninách pravidelně tréninky pokračují. Většina členů, kteří odjeli mimo Prahu, se připravuje podle individuálních možností, daných místem pobytu. Při plánování se předpokládá příprava dvakrát týdně, se zaměřením poněkud ještě na rychlost. Je však již pamaťováno i na posilování vnitřních orgánů lehčím vytrvalostním tréninkem. Koncem srpna připravuje lyžařský oddíl TJ Slávie, právě tak jako loni, tréninkový tábor, spojený s lesní brigádou, pro posílení fyzické zdatnosti, potřebné pro namáhavý podzimní trénink, který bude zahájen po skončení chmelové sezóny. Probíhá pak třikrát týdně a vrcholí tradičními, i přespolními běhy pražských lyžařů, kde si závodníci ověřují a srovnávají výsledky přípravy. O tom ale až později.

Ani na výchovu není zapomináno. Ne dlouhými přednáškami o kázni a morálce, ale příkladem a denní drobnou prací na formování charakteru. Věříme, že budeme mít i na tomto úseku úspěch.

ZDENĚK EFFENBERGER,  
dobrovolný trenér MV ČSTV Praha

NA PRVNÍ SNĚH KAŽDÝ LYŽAŘ

NOSITELEM PPOV NEBO BPPOV

## Mladým lyžařům

Až budete tyto řádky číst, budete většinou pomalu končit svoje prázdniny nebo dovolenou a budete se připravovat plni nových plánů a předsevzetí do nové práce ve škole nebo v zaměstnání. Myslím, že právě tato doba je vhodná, abych tak trochu sáhl do svědomí všem těm, kteří «doložili» své lyžařské vybavení někam do kouta do sklepa či na půdu, když se naposledy vrátili z hor s vědomím, že to všechno budou potřebovat zase až příští zimu, a připomněl jim, že zima tu bude co nevidět a každého se zeptá, jak je na ni připraven tělesně, morálně i pokud jde o vybavení. Někteří mi namítnou, že přeháním, když chci už teď uprostřed léta myslet na zimu. Ti, kteří dají na mě rady, mi dají za pravdu stejně jako ti, kteří k nim zůstanou hluchí. Jední budou při prvních krocích na novém sněhu s radostí a s požitkem využívat všechnen čas, který budou mít k dispozici, druzí budou převážně láteřit nad všelijakými nesnadněmi s vybavením a většinu dne budou trávit někde v dílně při opravách.

Lyžařské vybavení je nákladné a vystavujeme je během sezóny značnému zatížení. Je proto velmi nutné pečlivě je udržovat a zejména v době, kdy je nepoužíváme, učinit vše, abychom jeho stav zlepšili, a ne špatným skladováním a nedostatečnou údržbou zhoršili.

Lyže skladujeme přes léto na suchém místě, kde se pokud možno málo střídá teplota. Samozřejmě, že musí být zbaveny jakékoliv nečistoty i starých vosků. Je dobře, když opravíme pečlivě vrchní nátěr nebo pořídíme nový. Hrany opravíme, utáh-



neme šroubky, vystupující spílujeme. Hrany zbavíme rezu stejně jako všechny ostatní kovové součásti vázání, případně je mírně natučníme konzervačním olejem. Nezapomenete řádně zkontrolovat všechny šrouby, zda se dají dobře dotáhnout, a rovněž je namazat před opětovným zašroubováním tukem, nejlépe vazelinou. Lyže skladujeme vypnuté, nejraději každou zvlášť, za stejných podmínek, nouzově svázané k sobě v ohbí a na patkách. Svázané lyže je nejlepší zavěsit.

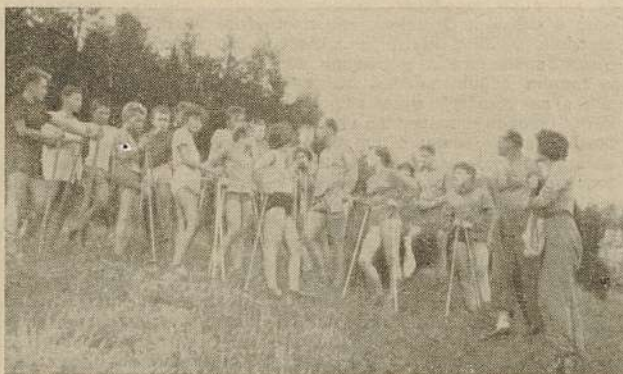
Hole jsou také důležitou součástí vybavení a proto jim patří po zásluze značný díl péče. Kozené části namažte mírně tukem na kůži, vyspravte výplet kolečka a obšití hlavičky s poutkem. Rovněž je třeba zkontrolovat bodec, zda jsou ve vyschlých holích pevně zašroubovány. Je-li třeba, vyměňte kůžičky přidržující kroužky k závlačkám, případně i závlačky.

Botám musíte věnovat co nejvíce pozornosti. Pečlivě vyčištěné mírně přitučníme tukem na kůži a napnuté na kopytech uskladníme na suchém místě, nejlépe v krabici. Teď je také vhodná doba k tomu, abychom potřebné závady dotáhli opravit. Ať již jsou to dřevěné podrážky či ulomený šněrovací háček nebo zašití rozpáraného svršku.

Z oblečení musíme mít největší starost o vlněné součásti, jejichž úhlavními nepřáteli jsou moly. I když jsme proti nim bojovali různými prostředky, přece jen je potřeba občas všechny vlněné věci prohlédnout, případně vyklepat nebo vytřepat. Samozřejmě, že ani u oblečení nezapomeneme na nutné opravy, neboť v zimě by bylo již pozdě.

Nakonec nezapomenete ještě na jednu důležitou věc. Teď je právě nejvhodnější doba k tomu, abyste si jednotlivé součásti lyžařského vybavení doplnili. V hlavním období často není takový výběr a hlavně klid a čas.

Dr. MIROSLAV PROKŠ



Mladí lyžaři Slávie Žižkov naslouchají výkladu trenéra

## o rozvoji sáňkařství mezi mládeží

Jedním, bezesporu nejdůležitějším úkolem v práci celého našeho hnutí je získat masovou základnu pro náš sáňkařský sport, což znamená prakticky totéž jako získání mládeže. Směrnicí nám musí být usnesení loňského pléna ÚV ČSTV: získat pro praktické provádění tělovýchovy v celé naší republice 200.000 mladých hochů a dívek.

Zejména v tomto roce po úspěšném celostátním přeboru dorostu v jízdě na saních v Tatranské Lomnici, kterého se poprvé po dlouhých letech zúčastnilo 52 dorostenců a dorostenek mladších i starších, je důležitost tohoto úkolu prvořadá, a to ze tří důvodů:

1. V našem sáňkařství se objevil generační problém, kdy po mistrovství světa v Davosu výkonnost předních starších reprezentantů dosáhla kulminacího bodu a nastoupilo několik mladých jedinců, zejména z Liberecka, a potom zásluhou úspěšně se rozvíjejícího sáňkařského oddílu v armádě — Dukly Mar. Lázně.
2. Jedině mládež může rozšířit sáňkařský sport na patřičnou základnu v celostátním měřítku, jak je tomu v tradičních krajích Liberec a Ústí.
3. S rozvojem sáňkařství mezi mládeží se bude postupně odstraňovat nimbos slávy a nenahraditelnosti starých závodníků, také se rozšíří péče o technické i inventární vybavení našimi vlastními silami, zvýší se zájem o úpravu a stavbu drah v menších městech a bude se řešit otázka sáňkařského školního výcviku, jak to můžeme dnes pozorovat v Polsku, NDR a Rakousku.

Odpovědnost a naléhavost práce s mládeží vedla ústřední komisi mládeže k provedení řady opatření, která vyplynula z jejího plánu práce pro přípravné období loňského roku a hlavní období roku letošního. Jejich realizováním si slibujeme dosáhnout podstatného úspěchu s mládeží.

Nejprve bylo nutné podpořit a vzbudit iniciativu k práci u pracovníků s mládeží při krajských sekcích. Tento úkol jsme považovali za základní, neboť získává žactvo a dorost. Letošní zima ukázala, že jej začínají dobře plnit kraje Liberec, Ústí, Brno a Vys. Tatry, zatímco kraje Karlovy Vary a Praha jsou teprve na počátku. Důkazem tohoto tvrzení je značné zastoupení dorostu krajů Liberec, Ústí, Brna a Ostravy na letošním celostátním přeboru. Objevila se též nový nadějný kraj — České Budějovice. Komise mládeže vypracovala podrobné zhodnocení přeboru dorostu a uveřejnila je ve zprávách sekce s výzvou, aby se všechny krajské sekce podrobně zabývaly otázkou dorostu.

Nechci zde rozebírat všechny vývoody a názhledy, které vyplynuly z letošního přeboru, upozorňuji však pouze na to, že komise mládeže a všechny krajské sekce musí s plnou vážností řešit otázku fyzické zdatnosti mladšího dorostu. Svědčí o tom, že požadavky na mladší dorost nemohou být, ať už jde o délku dráhy nebo počet jízd, totožné s dospělými a bude třeba zamyslet se vážně nad tréninkovým systémem přechodného a přípravného období dorostenců a dorostenek, aby potom jejich zdraví netrpělo přílišnou námahou. Je třeba se též zamyslet nad tím, že fyzický fond zejména mladšího dorostu není ještě tak pevný, aby mohl snášet několikeré nošení saní na zádech během jednoho dopoledne od cíle ke startu v minimální době stanovené mezi jednotlivými jízdami dorostenců, ať už v jednotlivých nebo ve dvojicích.

Ponevadž se neustále snižuje věková hranice u všech sportů, při které je dosaženo vrcholných výkonů, znamená to též rozšířit počátek nácviku speciálních pohybových návyků u mládeže i v našem odvětví. Zásada zde ovšem zůstává, že všestrannost a celkovou fyzickou vyspělost získá mládež a vůbec každý závodník v ZTV, která je základem pro specializaci. Na druhé straně máme snahu a budeme žádat odbor ZTV ÚV ČSTV, aby v zimním období mládež i dospělí cvičenci ZTV v rámci soutěží a na závoděch zimní připravenosti prováděli sáňkařství. Veškerý pomocný materiál sáňkařské osnovy dáme k dispozici. Stejně tak v rámci zimní turistiky bude naše snaha prosadit sáňkařství v turistických oddělech. To jsou dva důležité úkoly pro další práci komise mládeže, ke kterým bude třeba pomoci všech krajských sekcí v obvodu jejich působnosti.

Sáňkařský výcvik si můžeme rozdělit do tří skupin věkových kategorií a namáhavosti cviku: první skupina: děti od 6 do 10 let, druhá skupina: děti od 11 do 12 let a třetí skupina: děti od 13 do 14 let. Toto rozdělení má velký význam zejména z hlediska, že se naše komise mládeže snaží navrhnout sáňkařský výcvik buď jako pravidelnou nebo fakultativní činnost v tělesné výchově pro školy národní a střední druhého stupně. Pro ty, kteří se domnívají, že snad jde o předčasnou ranou specializaci ve sportovním odvětví, které nemůže být ve všech terénních poměrech pěstováno, oponujeme tím, že přece máme mnoho horských oblastí, kde sníh vydrží dobré 4 měsíce a že

všechny školy během zimního období odjíždějí na lyžařské výcvikové závody. Konečně jako příklad uvedeme Finsko, kde je vybudován zdravý systém soutěží, kde děti skáčí již od 6 let na lyžích a závodit začínají od 8 let na malých sněhových můstcích a někteří 14letí skáčí i na 70metrových můstcích.

O těchto problémech rané specializace a zařazení sáňkařství do školních osnov budou hovořit dva členové naší komise na mezinárodním vědeckém kongresu o mládeži. Tuto otázku totiž pokládáme za základní, jejíž řešení nám dá odpověď na celkové další zmasovění sáňkařského sportu.

Pro rozšíření sáňkařství v rámci tělesné výchovy škol bylo již dosaženo toho, že v přípravných osnovách pro školy osmileté a střední druhého stupně bylo zařazeno sáňkařství na 35 výběrových školách jako součást tělesné výchovy. Žádost o zařazení sáňkařského výcviku do definitivních osnov, které nabudou platnosti od roku 1960, byla předložena ministerstvem školství k posouzení výzkumnému ústavu pedagogickému. Příslušné krajské sekce byly upozorněny na to, že výběrové školy v kraji mají v tělovýchově zařazeno též sáňkařství a zároveň byly vybudovány ke spolupráci.

Důležitým úkolem pro další práci bude zajistit v zimním období 1958—1959 spolupráci našich sekcí s výzkumným ústavem pedagogickým na všech výběrových školách, kde už se se sáňkařstvím začalo v tom směru, aby byl prakticky podpořen náš návrh na zařazení sáňkařství do definitivních osnov do roku 1960.

Pro účely zařazení sáňkařství do škol vypracovala komise mládeže sáňkařské osnovy podle návrhu dr. Zdeňka, které jsou ve skutečnosti návodem výuky sáňkařství na osmiletých a středních školách druhého stupně. Tyto osnovy byly zaslány na všechny patřičné instituce a dále do pionýrských domů a vyšších pedagogických škol. Při této příležitosti bych chtěl upozornit, že bylo dosaženo dobré spolupráce s ÚV ČSM — pionýrské oddělení, které má snahu prosadit sáňkařské kroužky v pionýrských domech a uvažuje o vydání těchto sáňkařských osnov pro své oddíly, kterých je v celé republice na 90 tisíc.

Abyste sáňkařstvím mohla být seznámena školní mládež, bylo třeba seznámit s ním nejdříve učitele. Bylo dosaženo toho, že budoucí učitelé tělesné výchovy, studenti vysokých a vyšších pedagogických škol stejně jako škol pedagogických jsou seznamováni v rámci lyžařských kursů se sáňkováním. Ti učitelé, kteří studium skončili, jsou seznamováni se sáňkařstvím v zimních soustředěních v rámci všeobecného soustavného studia ústavu pro další vzdělávání učitelů. Asistenti kateder tělesné výchovy se zúčastnili trenérského kursu naší sekce na Cínovci a v Teplicích.

Práce s mládeží má i v našem sportu nepochybně největší význam z hlediska morálně politické výchovy socialistické společnosti, neboť mládež je mimo jiné společně vedena v kolektivním duchu zkušenými cvičiteli a trenéry, a tím je také vhodným způsobem doplňován výchovný proces školy a pionýrské organizace. Ústřední komise mládeže naší sekce se snaží těmito opatřeními, o kterých jsem se pouze v hlavních rysech zmínil, dosáhnout, aby úroveň našeho sáňkařství byla opět na té výši jako tehdy, kdy naši závodníci byli často mistry Evropy. Komise mládeže proto ráda uvítá připomínky a návrhy od všech, kteří to myslí s rozvojem našeho sportu mezi mládeží poctivě a dobře.

Inž. L. PÁSEK

## Další sáňkařská dráha v Brněnském kraji

Vedle sáňkařské dráhy v Brně-Pisárkách byla vyhledána brněnskou sekcí saní a bobů další dráha v Nedvědicích u Tišnova, která velmi dobře začala již tuto sezónu sloužit závodnímu sáňkařství. Je to lesní cesta z Nedvědice na vrch Kovářova, délka asi 2 km, počet zatáček 11, průměrný spád 10°, šíře 5—6 m. Start v nadmořské výšce asi 500 m, cíl na počátku Nedvědice ve výšce asi 400 m. Ponevadž v těchto místech se drží sníh až do března a dubna, zejména v horním úseku trati, lemované lesem, lze používat tuto dráhu poměrně dlouho. Výhodami jsou hlavně tyto skutečnosti:

1. Není třeba žádných velkých úprav, pouze v zimě vytvořit na vnější straně 5. a 6. zatáčky, které jsou ohraničeny plotem, sněhové mantinely a zajistit bezpečnost jezdců. Několik minut od cíle je společná ubytovna s kapacitou 60 lůžek.
2. Velkou výhodou je to, že dráha je používána lyžaři, takže její povrch je pevný až hladký.
3. Šíře dráhy a možnost zvolit si nebo vybrat kratší úsek tratě pro pořádání závodu má zejména význam pro náborové závody mládeže.
4. V Nedvědicích je sáňkařství pěstováno živelně, tak jako všude na Českomoravské vysočině, takže pro organizaci závodního sáňkařství je zde dobrá tradice. K rozšíření sáňkařského sportu přispěla naše sekce tím, že zde uspořádala v letošním zimním sezóně propagační závody, Memorál B. Kohouta za účasti jezdců z Dukly Mar. Lázně a zajistila rozhodčími okresní přebory mládeže.

V budoucnu záleží vše na místních tělovýchovných funkcionářích z OV ČSTV a TJ Spartak MEZ, aby založeno oddíl, což je plánováno na podzim, zde sáňkařství zapustilo trvalé kořeny.

## Zkušenosti se zavedením celoročních tréninkových plánů

Loňský rok byl definitivním rokem zlomu v našem sportu v tom smyslu, že tento sport mnohde skutečně sezónního charakteru pozbyl z větší části odpovědnost tohoto tvrzení. Stalo se tak zásluhou ústřední trenérské rady, která na jaře loňského roku věnovala značnou iniciativu tomu, aby naši reprezentanti plněním ústředně stanovených limitů disciplín pětihoje zvyšovali svou fyzickou zdatnost a všestrannost a tím i svou sportovní specializaci. Velmi důležité bylo rozhodnutí ústřední trenérské rady v tom, že při výběru do užšího reprezentačního družstva bude brán hlavní zřetel na plnění tréninkových plánů a tím na celoroční přípravu.



Václav Hejný, nejlepší čs. řidič bobů. Dvojnásobný mistr ČSR 1958 v jízdě na dvou-sedadlových i čtyřřesedadlových bobech

I když jako disciplíny pětihoje u mužů byly stanoveny 100 m běh, skok vysoký nebo daleký, koule, překážková dráha a 1500 m, s limity základními (reprezentanti starší 35 let) a limity požadovanými (pro všechny ostatní) a u žen běh 60 m, skok vysoký nebo daleký, běh 800 m, koule 4 kg, překážková dráha (disciplíny a limity pro ženy platí i pro dorostence) nebyla tato náplň tréninkových hodin dána jako dogma. Všude nemají stejnou možnost. Místo překážkové dráhy (Brno, Smržovka) zvolili tedy běh terénem nebo skoky přes dřevěnou bariéru. Šlo o to, najít vždy vhodnou doplňkovou disciplínu pro ten případ, kdy stanovená disciplína se nemůže na hřišti plnit. Nejvhodnější uspořádané tréninkové hodiny se skládají z rozvíčky (úvodní část), dále plnění několika nebo jedné disciplíny podle možnosti (hlavní část) a kolektivní míčové hry (závěrečná část). Délka cvičení 90—120 minut. Často se stávalo, že pro svou přitažlivost a zábavnost byla závěrečná část nejdelší a cvičenci nejvíce požadována, třeba i na úkor hlavní části. Místo některé cvičební hodiny je správné zvolit uspořádání výletu buď pěšího, nebo na kolech, případně brigády na trati (Smržovka, Ostrava).

Rovněž cviky se švihadly jsou velmi prospěšné zejména pro zbystrění pozornosti a souhry pohybu. Forma, evidence plnění tréninkových plánů byla taková, že každý reprezentant si vedl tréninkový deník, do kterého zaznamenával veškerá cvičení, datum, jednotlivé disciplíny, dosažené časy, zhodnocení každého cvičení. To byla část deníku, která zahrnovala cvičení, prováděné společně s ostatními v rámci oddílu. Individuální cvičení si zaznamenávali reprezentanti do druhé části deníku. Oblastní trenér, kterého určila ústřední trenérská rada, každý měsíc kontroloval tréninkové deníky reprezentantů, a sám si vedl deník evidenční, do kterého zapisoval nejen náplň jednotlivých hodin a hodnocení, ale také účast všech cvičících. V Brně i ve Smržovce jsem zjistil, že reprezentanti nepřikládají deníku takový význam, jako má mít, aby totiž se stal jejich rádcem a pomocníkem. Aby byl nejen evidenční knihou toho, co se stalo, ale na základě toho minulého se určovala další tréninková cesta, usilovnější nácvik disciplín, které doposud »nejdou dobře«, a možnost srovnání jednotlivých výkonů. To jsou však dětské nemoci každé nové věci, dosud nezaběhnuté a jisté i letošního roku se ukáže zlepšení. Ukázal nám to konečně již podzimní sraz reprezentantů loňského roku, kde se prováděla nejen kontrola limitů jednotlivých disciplín, ale též hodnocení cvičení, jejich provádění, náplň a zkušenosti s vedením tréninkových deníků. Zjistilo se, že tam, kde deníky vedli poctivě a prováděli pravidelné zápisy, mohli srovnávat zlepšování nebo ustrnutí výkonů. Příznivému provádění cvičení napomohly vzájemně instruktaže a kontroly trenérů z jiných krajů, neboť tak mohlo být prováděno srovnávání a předávání zkušeností jednoho kraje druhému.

Pro zkvalitnění cvičení je možno uspořádat korespondenční mezikraje utkání a pamatovat na to, aby při přechodu do tělocvičny v zimním období tréninková činnost neustrnula. Bude třeba vypracovat nebo doplnit tréninkový plán o další disciplíny v zimním období, aby charakter společného provádění cvičení pro všechny kraje nebyl narušen. I letošního roku příkládá ústřední trenérská rada velký význam celoročnímu tréninkovému plánu a vypracovala opět pro oddíly návrh tréninkových hodin na III. čtvrtletí 1958. Systém tréninku zůstává zachován. Celkově lze tedy říci, že celoroční tréninkový plán se u našich závodníků vžil a že přispěl nejen ke zvýšení jejich tělesné zdatnosti, ale též k dalšímu sblížení. Je to první krok skutečně celostátně organizovaného tréninku, který při dalším prohloubení a při větší odpovědnosti závodníků k sobě samým jistě může přivést mnoho dobrého jak pro další rozvoj sáňkařství, tak pro rozvoj bobového sportu u nás.

Inž. L. PÁSEK,  
člen ústřední trenérské rady

## V čem by naše města měla následovat

Moskevská mládež má o své zimní radovánky dobře postaráno. Namítnete jistě, že je tam též delší doba zima. Je to pravda a právě proto v Moskvě uprostřed města najdete četná kluziště, lyžařské a rozjezdové sáňkařské můstky nebo sáňkové kolotoče pro ty nejmenší, lyžařské i sáňkařské dráhy, zkrátka vyhrazené prostory pro provozování zimních sportů. Tim je umožněno všem plně využít ve volném čase po vyučování i v hodinách povinné tělesné výchovy, ale nejvíce pro zaměstnání při společné rekreaci a radosti z pohybu s rodiči a staršími sourozenci.



Vedle těchto každodenních možností jsou v blízkosti Moskvy na Leninských horách zřízena rekreační střediska, která Moskvané navštěvují ve dnech pracovního klidu, v sobotu a v neděli. Tato sportovní střediska jsou vybavena všim potřebným pro provozování lyžařského a sáňkařského sportu, ledního hokeje, rychlobruslení, krasobruslení apod. Předně jsou tu instruktoři těchto sportů, kteří po odborné stránce organizují a vedou výcvik i zábavu všech zájemců na vyhrazených místech pro příslušná sportovní odvětví. Co je důležité — zde je možno vypůjčit si takřka vše od bruslí s botami až po řidičské sáňky.

Samozřejmě, že nechybí nic ani pro pohodlí rekreantů, jako např. ohřívárna, šatny, možnosti hromadného stravování, restaurace, kavárna apod. Taktéž o kulturu a příjemný pobyt za nepříznivého počasí a večer je zde postaráno. Jsou zde knihovny, čítárny, rádio, televize, možnost promítání úzkých instruktážních a zábavných filmů, přednáškové síně, různé hry apod., pořádají se taneční zábavy, estrády a odborné přednášky. Život po stránce sportovní i společenské je velmi bohatý.

Přichází na mysl otázka, kdo to vše naplánoval, financoval a zřídil. Tak despoň bychom se ptali, soudě podle našich poměrů. Ale o to je asi jednodušší. Je to starostlivost a péče vyplývající z nutnosti dát pracujícím a hlavně mládeži vše potřebné.

U nás také vyhrazuje prostory pro bruslení a sáňkování. Po všiml jsem si jistě kruhových tabulí s červeným orámováním a nápisem »Sáňkování dovoleno« — jimiž jsou v Praze v zimní době uzavřeny některé ulice pro dopravu. To však je ještě nedostačující, ať již co do prostoru, nebo nevhodnosti terénu, nebo co se týká sportovní stránky. Nemluví ani o bezpečnosti, která bez odborného zorganizování je velmi malá.

Co v tomto směru dělají příslušné složky základní tělesné výchovy a sekce ČSTV, co tělovýchovné jednoty, školy, národní a uliční výbory a rodiče? Prostě a jednoduše nic anebo jen velmi málo. Jinak by zjistili, že je jim hledat v literatuře nebo u příslušných pracovníků odpovědi na své otázky.

V první řadě hlavní město Praha by mělo na to vše pamatovat. Využití těchto sportovišť by se zvýšilo umělejším osvětlením, nedostatek sněhu volbou vhodného místa a svozem z ulic odklizeného sněhu třeba na sáňkařskou dráhu. Částečnou údržbou, postříkem apod., aby byla práce pro letní zaměstnance hlavního města Prahy (sadaře, zahradníky apod.). Případně organizování ježdění i výstupu, instalace kratších vlečných výtahů s odborným vedením by nabylo dosavad živelně provozované ježdění určitě sportovní hodnoty a co je hlavní, u mládeže by se omezily dosavadní časté úrazy. Touto cestou by jistě u mládeže vyrostl i větší zájem o některý ze zimních sportů a tak by Praha — město — měla o dorost dobře postaráno.

To však platí o všech městech, kde dosavad, byť masově, ale převážně živelně provozované sáňkování a lyžování si zaslouží pozornost. Mnohdy při vhodné volbě terénu není třeba ani finančních nákladů na úpravu. Namnoze se vystačí s iniciativou a svépomocí školní mládeže a rodičů. Jistě pomohou i školy, tělovýchovné jednoty, národní výbory nebo závodní organizace ROH; vďyť na sáňkách jezdí všichni.

Připomínáme si to právě v tuto dobu proto, že národní výbory, školy, tělovýchovné jednoty a ostatní složky ČSTV mají ještě dostatek času, aby vás zajistily úpravu vyhrazených prostorů pro zimní sporty.

Inž. VLAD. KOVANDA

Pozn. Chcete-li se v tomto směru více poučit, doporučujeme vám brožurku »Dětská kluziště a sáňkařské dráhy«, vyd. STN za pouhých Kčs 3,80. Dobírkou vám ji zašle Sportovní a turistické nakladatelství, Klimentská 3, Praha 3, za příplatek Kčs 0,60.

NEZAPOMEŇTE, ŽE PŘÍPRAVA NA II. CS MÁ BÝT V NÁPLNI ČINNOSTI LYŽAŘSKÝCH ODDÍLŮ

Tvoří ji nejčastěji skupina tři branek vzdálených 75 cm, postavených na svaahu asi 25 i více stupňovým. Místo, kde se vlnovka stavi, má být zvláště dobře upravené s rovným povrchem, kde se netvoří koryta.

Technika projíždění vlnovek je shodná s technikou krátkých oblouků. Způsob provedení těchto oblouků (jejich vyjždění po spádnicí nebo více do stran) záleží na rychlosti jízdy, jakosti sněhu, vyjeté trati a na individuálním způsobu jízdy toho kterého závodníka. Všeobecně platí i zde zásada, že čím je rychlejší rytmus jízdy a větší sklon svaahu, tím je důraznější použití hran.

Jako u všech slalomových branek platí i zde, že nasazení oblouku má být provedeno co nejdříve. To se týká zejména prvního oblouku, kterým začínáme jízdu vlnovkou. Mnoho záleží na správném odhadu nájezdu na rychlosti. Je-li nutno brzdit, pak je lépe přibrzdit před vlnovkou než během projíždění, kdy na to není ani místo, ani čas.

Závodník si při projíždění vlnovky musí uvědomit, že riziko

jejího příliš rychlého najetí nevyváží nikdy desetiny vteřiny, které je takto možno získat na úkor zachování rytmu, jistoty a výjezdové rychlosti.

Mnohem výhodnější je přibrzdit předem s možností zrychlovat jízdu během projíždění, než vjet do vlnovky bez brzdění a bez možnosti ovlivňovat toto zrychlování. Nejučinnějším způsobem přibrzdění je pluh. Přívratná poloha lyží před první brankou nám umožní kromě toho i správné najetí ve směru osvobození této figury. Nejrychleji projíždíme vlnovku krátkými oblouky, vyjžděnými co nejméně do stran, při kterých se závodník vnitřním ramenem, lopatkou a kyčlí otírá o horní brankovou tyč. Obě paže zůstávají proto před trupem, který je vzpřímen.

Podle svaahu může se provedení oblouků pohybovat od spjatého navazování klasických nedokončených krátkých oblouků (jestliže je svah strmý), až po střídavé přívratné přešlapování napravo a nalevo na mírném svaahu nebo ve vlnovce postavené šikmo svahem.

Na mírném až středně strmém svaahu se osvědčuje projíždět vlnovky oblouky protáženými téměř po spádnicí bez zmatelného hraničení – pohybem z boků a kolen – způsobem, který by se dal nazvat vřetením. Tyto oblouky jízdu značně zrychlují a dá se jich použít i v jiných figurách, zvláště ve slalomech stavěných po spádnicí. Z našich závodníků je ovláá zvláště dobře např. Evžen Čermák.

Oblouk do první branky nasazujeme co nejužší, další oblouky v okamžiku, kdy se paty lyží dostávají na vrší horních tyčí jednotlivých branek. Často se stává, že závodník z obav, aby nenajel patami lyží na horní brankovou tyč, dopouští se druhé chyby, že se otáčí příliš pozdě, branky podjíždí a je nucen zpomalit jízdu oblouky, prováděnými do stran příslušným hraničením.

Výjezd z vlnovky má být co nejrychlejší. Vyžaduje důslednou kontrolu směru dráhy. Závodník vyjíždí z vlnovky většinou mohutným odšlapem. V poslední brance dochází tudíž ke zmatelné změně rytmu. Při projíždění

vlnovky obáme o důsledné držování úzké stopy a vzpřímeného postoje, zvláště pokud jde o trup. Vertikálním projížděním zužují se pro jezdce branky vlnovky z metrů na decimetry a za tuto myšlenou mez nelze bez rizika dostat ani špičku lyže, ani paži nebo rameno. Zvýšený postoj při projíždění vlnovky zaručuje mimo to dobrou rovnováhu a usnadňuje přechod do rytmického pohybu.

Nácvik vlnovky by neměl chybět v žádném tréninku slalomu. Její vyjždění je nutno zcela automatizovat. Je nutno ji cvičit na různém sklonu v různém sněhu (i v korytech) a různými způsoby. Během tréninku je dobře zvyšovat rychlost nájezdu a zejména výjezdu. Cvičíme ji například bez branek, pak v širších brančích a nakonec ve vlnovce stavěné obvyklým způsobem (3,20, 0,75 atd.), nebo jezdíme mezi tyčemi stavěnými po spádnicí na vzdálenost 3,20 m i méně, popřípadě cvičíme alaisku, kterou tvoří 3–4 otevřené branky, jejichž vnitřní tyče jsou přímo ve spádnicí pod sebou a jsou vzdáleny od sebe rovněž 3,20 m.

Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

## O práci organizačních komisí sekcí

(Pokračování z 18. strany.)

S tím souvisí i další problém, který se často v sekcích i oddílech vyskytuje. Někde totiž funkcionáři vůbec chybějí, nebo dochází k častým změnám v obsazení některých funkcí. To je ovšem stav nezdravý, který věci nepomáhá. Častým střídáním funkcionářů ztrácí se zbytečně čas, jelikož nový pracovník se vždy určitou dobu seznamuje se svou prací. V některých okresech nejsou sekce vůbec utvořeny, ač se jedná o okresy podhorské, kde k tomu jsou přirozené podmínky.

Otázkou organizace je třeba se stále a soustavně zabývat. Jsme přesvědčeni, že mnoho lidí stojí mimo jen proto, že nevědí, jak se do práce na poli tělovýchovy zapojit a čekají jen na pomocnou ruku. Takové lidi je třeba vyhledávat a zainteresovat je do práce. Je proto nutné dát si plán na vytvoření okresních sekcí, projednat možnosti jejich vytvoření s lidospřávnou a zajistit s propagačně výchovnou komisí uspořádání náborové besedy. Na takovou besedu jistě rádi přijedou pracovníci vyšších složek nebo významní závodníci.

Stejně je třeba postupovat i při zakládání nových oddílů, kde jsou k tomu předpoklady. I v tomto případě víme ze zkušenosti, že je mnoho míst, kde lyžařství bylo vždy domovem a přesto tam oddíly nejsou. Sekce okresní i krajské musí se v takových místech starat o zakládání nových oddílů. Nově vytvořeným oddílům i sekcím je třeba věnovat samozřejmě vyšší pozornost a pomoc, dokud se organizačně neupevní.

Ve spolupráci s ostatními komisemi sekce je třeba poradit nově vybudovaným složkám v otázkách plánování činnosti, výpomocí cvičitelů, organizováním náborových závodů apod.

Ústřední lyžařská sekce vydává pravidelně zprávy, které jsou určeny pro informování pracovníků krajských sekcí. V některých krajích bylo však zjištěno, že sekce je buď vůbec nedostává, nebo jen určitý pracovník, ačkoliv jsou zaslány v pěti vyhotoveních. Přirozeným požadavkem ústřední sekce však je, aby se tyto zprávy dostaly nejrychleším způsobem ke všem pracovníkům krajských sekcí, jinak ztrácí svůj význam. Organizační komise krajů musí proto tuto záležitost projednat na schůzi a dát ústřední sekci zprávu, na koho mají být zprávy v kraji zaslány. Toto je nutno zařídit urychleně, aby nedocházelo i nadále k neinformovanosti pracovníků. Je třeba prověřit, zda zprávy krajských sekcí, pokud jsou vydávány, docházejí pracovníkům nižších složek a počítat s tím, že 1 výstisk musí dostat referent sekce. Organizační komise vede přehled o všech ve zprávách uvedených akcích, příp. termínovaných požadavcích ústřední sekce a sleduje, zda jsou v termínu plněny.

Ve spolupráci s celou sekcí, zvláště však s propagačně výchovnou komisí, pečuje organizační komise o to, aby bylo využíváno větších a všech náborových závodů také k náboru dalšího členstva do oddílů. Je třeba společně s učebně metodickou komisí rozšiřovat členskou základnu prostřednictvím cvičitelů při rekreačních zájezdech tak, že cvičitelé vysvětlí výhody členství v lyžařských oddílech. Při tom je nutno upozorňovat na stálou možnost správné výuky v jízdě na lyžích, na výhody, vyplývající z promítání lyžařských filmů apod.

Dále o problému zvýšení odběratelů našeho odborného časopisu

»Lyžařství«. Zatím víme z praxe, že jen malé procento lyžařů odbírá náš časopis. Co je toho příčinou? Je těžko k dostání v prodejnách novin, ačkoli je dosti zájemců, na které se nedostává. Musí být proto snahou nás všech tento nedostatek odstranit a postarat se o největší počet odběratelů. Podle našeho názoru by mělo být pravidlem, aby každý oddíl odebíral nejméně po jednom výstisku. Bude správné po zjištění všech oddílů v kraji projednat s nimi požadavky na odběr, podloženy jmenovým seznamem a tento seznam předat Poštovní novinové službě. Počty nově přihlášených za kraj sdělte i ústřední sekci, abychom byli o zvýšeném počtu informováni. Časopis by mohl vycházet v daleko větším nákladu a jistě by všem odběratelům přinesl značné obohacení novými poznatky, informacemi z lyžařského života apod.

V některých krajích se rozvíjí velmi úspěšně spolupráce se školami a v jiných naopak vázne. Chceme-li však dostat do hnutí novou krev, musíme se starat o příliv mládeže. Tu má samozřejmě na starosti příslušná komise sekce. Všechna usnesení jak ÚV ČSTV, tak i ústřední sekce doporučují nejužší spolupráci se školami, ČSM, orgány ROH, Svazarmem i s turisty. Spolupráci je třeba přivést na nejvyšší možnou míru a vytvářet takové předpoklady, aby se stala trvalou a stále vzrůstala. Nemůžeme pracovat izolovaně, protože bychom stáli sami. I v tomto směru musí organizační komise po dohodě s předsedou sekce a ostatními komisemi stále připomínat nutnost spolupráce, případně iniciativně projednávat způsoby, jak spolupráce dosáhnout.

Dalším problémem ve většině krajů je to, že převážná část funkcionářů nepatří již mezi nej-

mladší. A podíváme-li se zpět, nevidíme většinou kolem sebe nikoho z mladých, který by měl o tuto práci zájem. Myslím, že nebudu daleko od pravdy, tvrdím-li, že mladí lidé jako funkcionáři jsou skutečně výjimkou.

Abychom na tomto bodě neustrnuli a nemuseli za krátký čas bojovat s generačním problémem, musíme se již nyní ohlízet po nových lidech, kteří by dnešní funkcionáře mohli zastoupit. Proto vyhledáváme jako vedoucí lyžařských oddílů lidi mladé, kteří by mohli nastupovat během doby na vyšší funkce, a kteří by dobrou organizátorskou prací byli příslibem do budoucna.

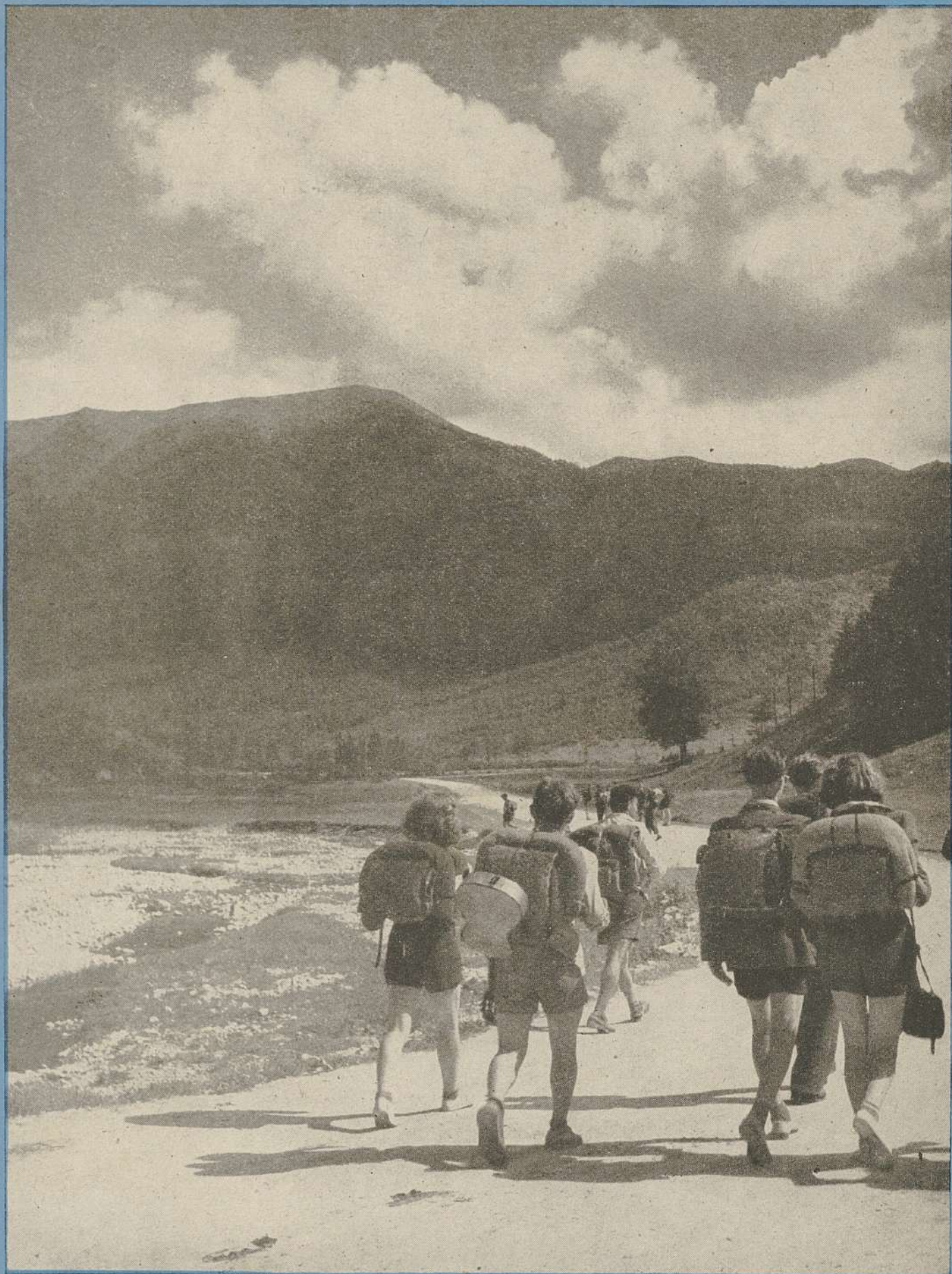
V poslední době se setkáváme se stížnostmi na nedostatek finančních prostředků na všech stupních. Při tom ÚV ČSTV povolil pořádání různých zábav, večírek apod. Proč nesjípít takové večírky s promítáním filmů a tím získávat jak finanční prostředky, tak i nové členy oddílů. To by bylo zvláště výhodné v menších místech. Pokuste se o to, že finanční prostředky si lze obstarat...

A na konec bych měl ještě jednou malou prosbu. Předpokládám, že jste někdy autory zápisů ze schůzí sekce. Prosím vás jménem všech, kteří je čtou: Pište proto tyto zápisy tak, aby jim rozuměl i ten, kdo na schůzi nebyl. A že budou psány čitelně, o tom vůbec nepochybují!

Snažil jsem se alespoň v krátkosti podat přehled pracovní náplně organizačních komisí sekcí. Je samozřejmě mnoho způsobů, jak dosáhnout požadovaného cíle a měni se podle místních poměrů. Doufám, že si postupně ujasníme ještě další nevyjasněné názory.

JIRÍ LEISS,  
předseda organizační komise  
ústřední sekce.





LYŽAŘI MAJÍ RÁDI HORY I V LÉTĚ. CESTOU VE VRÁTNĚ DOLINĚ NA GRUŇ A CHLĚB

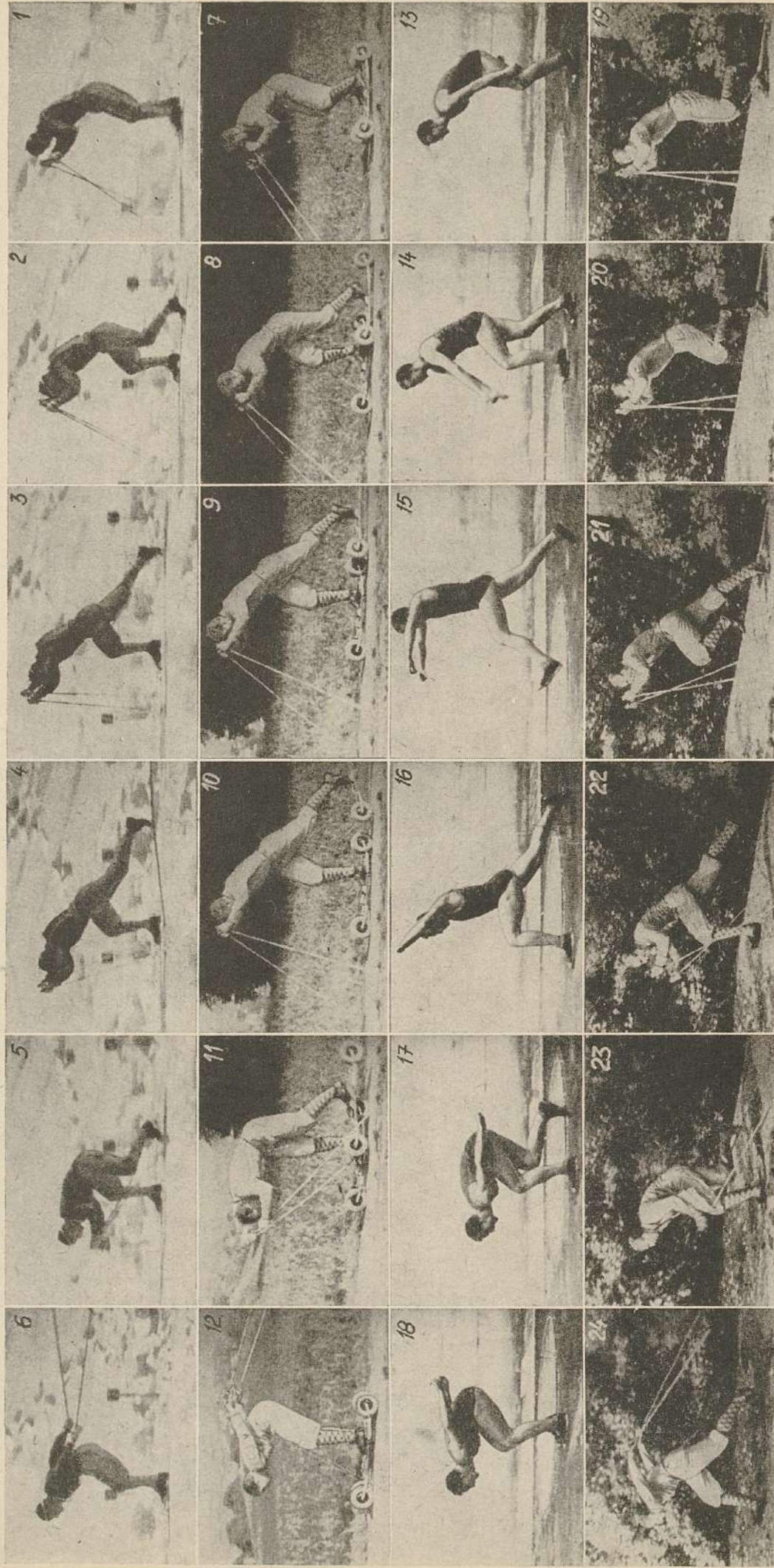


# Lýžařství

ROČNÍK 44

ZÁŘÍ 1958

9



Význam běhu s odpíchem soupaž, není stále většinou našich běžců a zvláště běžců potřebně doceněn. Správným zařazením speciálních napodobivých cvičení do tréninkových jednotek v říjnu, listopadu a pokud nenapadne sníh i v prosinci, můžeme odstranit špatné návyky, které nás vedou k mechanickému používání střídavého běhu.

Je-li tvrdá stopa, je jízda s odpíchem soupaž a běh jedno- až více-  
dobý s odpíchem soupaž rychlejší nejen z mírného svahu, po rovině, ale také do mírných stoupání. Odpích soupaž předpokládá ovšem silné a vytrvalé svalstvo, zádové, břišní a pletence ramenního.

Trénink v přípravném období zaměříme na posílení právě těchto svalů cvičením na náraď v tělocvičně, s činkami, plným míčem a fyzickou prací — řezáním a štípáním dříví, prací s lopatou a krumpáčem atd. Nesmíme se bát vysokých dávek až do značné únavy svalstva.

O jízdě na kolečkových lyžích jsme psali v minulém čísle Lyžařství ve zvláštní stati. Kinogramy s holemi i bez holí ukazují, jak dokonce lze napodobit odpích soupaž. Zdůrazňujeme, jako při střídavém běhu: energické provedení odrazu nohou (obr. č. 3, 9, 15, 21)

nalehnuti na hole (obr. č. 4, 11, 22), účinně provedení a energeticky zakončený zátaž pažemi (obr. č. 6, 12, 18, 24).

Napodobivá cvičení odpíchu soupaž bez holí i s holemi cvičíme na rovině i do mírných výstupů a snažíme se dodržovat rytmus předešlým v práci paží tak, jako na sněhu.

(Kinogramy napodobivých cvičení jsou použity z diplomové práce M. Vavřina na ITVS.)

V. PÁČL

## OBSAH

- Slovo k lyžařským trenérům — str. 2
- Výsledky závodního lyžování a perspektivy dalšího rozvoje — str. 3—4
- Formy tréninku — starý problém — str. 5
- Běžci v říjnu — str. 6
- Speciální napodobivá cvičení běžců — str. 7
- V Novém Městě na Moravě lyžují i v létě — str. 8
- Cvičení pro dorost — str. 9—10
- Na letním sněhu — str. 11
- Kavkaz — příští ráj lyžařů — str. 12—13
- Délka a frekvence kroku — str. 14—15
- Dobrá věc se podařila — str. 15—16
- Rožnov pod Radhoštěm ožil v červenci skokany — str. 16—17
- Ze zasedání skokanské komise FIS — str. 17
- Několik poznatků z kursu rozhodčích FIS — str. 18
- Hory mají srdce v člověku — str. 19—20
- Sportovně technický aktiv — str. 21
- Saně a boby — str. 22—23
- Zbytečná senzace kolem Sailera. O příštích vítězích OH — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: M. Bělonožník, J. Dvořák, J. Holinger, Jiří Holub, J. Janovský, Jiří Lásek, V. Pácl, dr. K. Pekárek, M. Špaček.

Na titulní straně: Návrat z letního lyžování ve Velké zmrzlé dolině ve Vysokých Tatrách.

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Vedoucí redaktor Milan Špaček. Redakce Praha I, Národní t. 33, tel. 22-60-71. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSC, Praha.

Praha, září 1958.

A-15801

# VÝZNAMNÝ ÚKOL

## ZAHÁJENÍ NÁCVIKU NA II. CELOSTÁTNÍ SPARTAKIÁDU

VILÉM PŘIBÁŇ

Nikomu u nás není třeba vysvětlovat, co to je celostátní spartakiáda. Konali jsme sice teprve jednu — v roce 1955 — ale její úspěch byl tak velkolepý, že nešel pozornosti ani těm, kteří se jinak o tělesnou výchovu mnoho nezajímají, a přímo pak ohromil ty, kteří jí prorokovali a přáli nezdar. A to jsme tehdy připravovali spartakiádu bez dostatečných zkušeností.

Jak mnoho se od té doby změnilo, s jakým pokladem zkušeností jsme mohli již loni zahájit přípravy II. celostátní spartakiády. Ačkoliv nás od ní dělí dosud plných 21 měsíců, pokročily již přípravy tak daleko, že počínaje 1. říjnem letošního roku můžeme ve všech tělovýchovných jednotách začít s nácvikem spartakiádních skladeb.

Jaké jsou to sklady? Ústřední náčelnictvo ZTV vybralo ze soutěže a předsednictvo ÚV ČSTV schválilo těchto dvanáct skladeb: Nejmladší žactvo předvede roztomilou dramatizaci pohádky o Honzovi od M. Krystůrkové, mladší žactvo zavěcí společně skladbu »Radostná jar«, kterou složili manželé Zafovičovi ze Slovenska, starší žáci budou cvičit náročná prostrná nazvaná autory J. Ruskem a J. Hadačem »Buď připraven k práci a obraně vlasti«, a starší žákyně, pro něž složily cvičení J. Kostková a J. Žerovníková, si pohrají i vydatně zavěcí s červenými míčky.

Velká péče byla věnována zejména výběru skladeb pro dorost. V soutěži zvítězila fyziologicky velmi hodnotná prostrná dorostenců od K. Tichého, překrásné cvičení s obručemi pro dorostenky autorek B. Petrové a V. Mojžíšové a pro pohybově vyspělé chlapce a děvčata byla vybrána skladba, které L. Nováková, K. Sýkorová a L. Serbus dali heslo: »Zapalte ohně na horách.«

Na všech našich velkých tělovýchovných akcích v minulosti patřila vždy vystoupení mužů a žen k nejmohutnějším zážitkům. Lze předpokládat, že tak tomu bude také na II. celostátní spartakiádě, pro níž bylo vybráno těchto pět skladeb dospělých: Pro hromadné vystoupení mužů cvičení s krátkou tyčí od J. Babici a K. Krátkého a pro vybrané cvičence skladba s plnými míči od A. Krále a B. Kose. Toto cvičení se bude líbit především našim sportovcům. Ženy budou cvičit prostrná, jež autorka M. Majerová pojmenovala »Rozséváčka«, pro vyspělé cvičenky je určena velmi náročná skladba Z. Pohnertové, L. Peškové a V. Šindlerové s kuželi, a pro 32.000 žen je připraven skvělý a barevně pestrý rej, kterým má být uzavíráno vystoupení na některých hlavních spartakiádních dnech. Rej sestavily J. Šaršeová, H. Livorová a H. Stárková.

Uvedených dvanáct skladeb ČSTV vyšlo ze soutěže, ve které byla podmínka, že kromě hodnoty fyziologické a estetické musí autoři přihlížet k tomu, že II. celostátní spartakiáda bude konána

v roce 1960, kdy naše vlast oslaví 15. výročí osvobození Sovětskou armádou

a kdy bude vítězně vrcholit naše druhá pětiletka. Většina autorů se s těmito podmínkami velmi úspěšně vypořádala, takže sklady vybrané pro II. celostátní spartakiádu nezůstanou pouhým krásným tělocvičným projevem — jako často v minulosti — ale svou ideovou náplní budou symbolizovat i náš boj za udržení světového míru a naše společné úsilí za vybudování socialismu u nás, a také se v nich projeví naše vděčnost a poděkování Sovětskému svazu za osvobození.

První — základní část příprav II. celostátní spartakiády — je tedy dobře zajištěna. Musíme se však také podívat, jak vypadá situace se cvičícími. Podle statistiky k 1. červenci t. r. máme v ČSTV organizováno celkem 1.124.421 žactva, dorostu a dospělých; z toho 460.768 příslušníků ZTV, kteří budou základním pilířem v přípravách spartakiády. Tedy téměř půl miliónu cvičenců a cvičenek, s nimiž můžeme počítat při nácviku spartakiádních sestav. To je ovšem pouze jádro, které bude třeba bezpodmínečně posílit.

Velký úkol zde případně všem sportovcům a turistům, neboť naše největší tělovýchovná manifestace v roce 1960 není a nesmí být jen záležitostí základní tělesné výchovy. Zejména od členů lyžařských oddílů očekáváme, že kromě úspěšného podílu na zimní části II. celostátní spartakiády se tisíce lyžařů zapojí i do nácviku spartakiádních sestav. Jako protihodnotu mohou očekávat: Nácvik v kolektivu upevní kázeň v oddílech a posílí ideové uvědomění každého jednotlivce, vytvoří se dobré ovzduší pro práci v celé jednotě, pravidelný nácvik sestav, které vesměs mají vysokou fyziologickou hodnotu, značně přispěje k doplnění tělesné přípravy každého sportovce, častější styk s příslušníky ZTV umožní získat je snáze pro lyžařský sport.

Jak bude nácvik skladeb prováděn, záleží především na dohodě vedoucích lyžařských oddílů s náčelnictvy jednot. Důležitý je zde početní stav oddílu, časová možnost využití tělocvičny, počet členů odboru ZTV i dalších sportovců v jednotě, kteří také budou navcivovat, atd. Výhodné by bylo vytvořit samostatné družstvo lyžařů, kteří by v pravidelných hodinách ZTV prováděli vlastní sportovní výcvik a jen nácvik spartakiádních skladeb by konali společně s ostatními. Jsme přesvědčeni, že při dobré organizaci práce — a zejména při opravdové snaze chtít být aktivními účastníky vystoupení na strahovském stadionu v Praze — se všude dají vytvořit vhodné podmínky pro přípravu tak krásného díla.

Podarí-li se nám to, posílíme tím současně i řady lyžařů. Přiblížíme mládeži i dospělým v ZTV, se kterými se

**O** sobnost trenéra získává v socialistické tělesné výchově stále větší významu a uznání. Zaslouhují se o ně především sovětští trenéři, kteří překvapují svět obdivuhodnými výkony svých svěřenců. Jméno každého vynikajícího sovětského sportovce je nerozlučně spjato se jménem trenéra, který ho vedl k nejvyšším metám. Jen díky dobré práci svých trenérů, založené na zásadách socialistické tělovýchovy, mohl se sovětský sport postavit v tak krátké době na prvé místo světového žebříčku.

Není pochyb o tom, že úroveň i československého závodního sportu je v rukou trenérů, že je a bude vždycky odrazem jejich dobré, nebo špatné práce. Výchově trenérů musí být věnována stále větší péče.

Předsednictvo ústřední lyžařské sekce schválilo na své schůzi dne 13. 8. 1958 plán trenérské rady na školení trenérů do roku 1962. Podle tohoto má dosavadní počet 196 dobrovolných trenérů vzrůst do konce roku 1962 o dalších 500, především školením trenérů III. třídy, které zajišťují krajské lyžařské sekce. Z nich nejlepších 85 bude pak vybráno do ústřední školy trenérů II. třídy. Znamená to, že za tři roky bude pracovat na úseku závodního lyžování nejméně 415 trenérů III. a 281 trenérů II. třídy. Věřím, že nejméně, poněvadž lze s určitostí předpokládat, že čísla stanovená plánem krajům, budou velmi často překročena. K uvedeným počtům přistoupí ještě 23 trenérů z povolání, plánovaných v lyžařském sportu ve stejném čase, kteří mají být páteří naší trenérské organizace.

Početní zajištění — zdá se, nebude problémem. Nebude však ani zárukou kladných výsledků trenérské práce, tj. růstu výkonnosti našich závodníků, jestliže se nám nepodaří úměrně zvýšit odbornou úroveň trenérů. A tato otázka má být hlavním tématem mého článku:

Sledujeme-li práci sovětských trenérů, vidíme, že přes jejich mnohdy velmi známá jména z doby závodní činnosti, to znamená přes jejich širokou praxi, opírají se ve své činnosti především o hluboké vědecké poznatky sovětského sportu a zásady socialistické společnosti. I když uznáváme velmi dobrou a pokrokovou práci některých našich trenérů jako soudruhů Berana, Dolejšiho, Effenbergera, Hraběte, Hůsky, Slivky a dalších, nesnese naše práce jako celek zdaleka srovnání s prací sovětských lyžařských trenérů. Protože jak jsem již řekl, je úroveň sportu odrazem trenérské práce, přiblížíme se výkonnosti sovětských závodníků tehdy, přiblížíme-li se i trenérskou prací sovětským trenérům. Zlepšení naší práce musí být vedoucím motivem nejen v trenérských školách, ale i v dalším doškolování a praxi.

V čem spočívají nedostatky naší práce?

Především zapomínáme, že trenérská práce je pedagogická činnost a tělesná výchova jedním z účinných prostředků výchovy socialistického člověka, jehož hlavní rysy jsou láska k práci, k vlasti, ukázněnost, čestnost, obětavost a že tyto rysy musí trenér v závodníkovi současně s technickým a fyzickým zdokonalováním vychovávat. Musí vidět nejen úzký úsek závodní činnosti mladého člověka, ale i další jeho život,

pro který ho současně má připravovat. Musí si uvědomit, že jeho vztahy k závodníkovi nekončí jeho odchodem z výcvikové hodiny, ale že jeho odpovědnost za něho trvá i v celé další závodnickově činnosti, která vždycky nese výrazné stopy trenérova působení. Dobrá pedagogická práce trenéra, výchova všech mravně volních vlastností a duševní rozvíjení závodníka je předpokladem i k dosažení jeho bezprostředního cíle, vysoké výkonnosti.

Dále je třeba poukázat na nedostatky v naší ideově politické práci. — Příčiny je nutno hledat především v nízké ideově politické úrovni trenérů. Má-li trenér správně vychovávat budovatele a obránce naší socialistické vlasti, musí být sám přesvědčen o správnosti budování socialismu. Musí poznat nejméně základy marxismu-leninismu, které mu osvětlí zákonitý vývoj lidské společnosti, umožní poznat pravdu a řešit každou otázku. Přestane tápat, protože pozná jedinou správnou a nevyhnutelnou cestu — cestu socialismu. Pak teprve bude moci správně ideově politicky působit na své svěřené závodníky a podaří se mu plnit hlavní úkol tělovýchovy, vychovávat uvědomělé budovatele a obránce vlasti,

kterí budou umět i na závodní dráze za ni z celého srdce bojovat.

Nedostatky máme i v naší vlastní technické práci. Sport zaznamenává v poslední době, především využíváním nově poznávaných vědeckých zákonitostí fyziologie, psychologie, dynamiky a dalších, mohutný vzestup výkonnosti. My se

však nedovedeme dost rychle přizpůsobit. Stále stavíme na úzkém prakticismu a konzervativně hájíme přežití názory a zásady. V plánování, záznamech, tabulkách, grafech a dalších pro trenéra nezbytných pomůckách vidí mnozí trenéři ještě zbytečné úřadování, časové nebo bodové srovnávání v mezinárodním měřítku nemůže být v lyžařském sportu směrodatné pro rozdílnost podmínek, hodinky v rukou trenéra psychicky nepříznivě působí na závodníka, studium biologických a politických věd v trenérských školách je zbytečností, lékařský a technický výzkum je otravováním závodníků, čtení odborné literatury je pod naší důstojnost a naše znalosti. Zkrátka nechceme pochopit, že bez stálého teoretického vzdělávání, studia a hledání nových metod, nových cest, nemůžeme udržet krok.

Předseda Ústředního výboru Československého svazu tělesné výchovy soudruh František Vodslon řekl na V. plenárním zasedání ÚV ČSTV dne 11. července 1958 mimo jiné: » — jaké kádry připravíme, ať již na místa funkcionářů, cvičitelů, trenérů nebo metodiků, tak bude vypadat naše tělesná výchova.« Znamená to, že zvyšování úrovně trenérů je také věcí ústředního orgánu, který usměrňuje jejich školení a pomáhá jim. Ústřední lyžařská sekce a trenérská rada učiní na tomto úseku vše, co bude v jejich silách. Má-li mít ve svém snažení úspěch, bude třeba dobré vůle a vysoké snahy i u trenérů. Iyto vlastnosti však lyžařům nikdy nechyběly a věřím proto, že se podaří společnému našemu úsilí splnění i tohoto vážného úkolu.

BOHUSLAV TVRZŇÍK,  
ústřední trenér

při společném nácviku budeme pravidelně setkávat, krásy lyžařského sportu, pozveme je na zimní výlety, umožníme jim lyžařský výcvik, uspořádáme pro ně náborové lyžařské závody. Nezapomene při tom seznámit mládež od 10 do 18 let s lyžařskou akcí, která je právě zaměřena k II. celostátní spartakiádě: získání zvláštního lyžařského

odznaku »Spartakiádní vločka«. Podrobnosti o tom byly otištěny v 1. čísle letošního ročníku Lyžařství.

Za své mnohaleté činnosti vykonali již lyžaři mnoho dobré práce, na kterou může být právem hrdé celé naše tělovýchovné hnutí. Každou akci, které se odpovědně ujali, uměli vždycky velmi dobře připravit a dovést až do úspěš-

ho závěru. Věříme proto, že zejména nyní, kdy před všemi českými a slovenskými tělocvikáři, sportovci a turisty stojí tak významný úkol — slavná II. celostátní spartakiáda v r. 1960 — nezklamou! Proto na shledanou u společné práce. 1. října t. r. začíná ve všech tělovýchovných jednotách nácvik spartakiádních skladeb.



## Výsledky závodního lyžování A PERSPEKTIVY DALŠÍHO ROZVOJE

HLAVNÍ ČÁSTI REFERÁTU PŘEDSEDY TRENÉRSKÉ RADY V. PÁCLA NA PLENÁRNÍM ZASEDÁNÍ SEKCE

**Z**ávodní lyžování má u nás bohatou tradici. Není třeba mnoho rozvádět a stačí jen připomenout jména: B. Hanč, O. Německý, A. Bartoň, F. Šimůnek a další. Závodní lyžování vždy bylo úzce spjato s masovou základnou, která svým rozsahem plně zajišťovala a umožňovala růst nových závodníků, dostatečné množství rozhodčích, cvičitelů, trenérů a všech činovníků. Druhým důležitým znakem v našem vývoji byly dobře pracující základní kolektivy (kluby, jednoty, oddíly), kde probíhal čilý a bohatý život. Třetím znakem bylo to, že nám rostli závodníci především tam, kde byly pro lyžování dobré podmínky, to je v horských oblastech.

Vývoj závodního lyžování má několik charakteristických údobí. Na konci minulého století hrstka nadšenců zavedla u nás závodní lyžování. U nás také byly poprvé v tzv. střední Evropě (Rakousko, Německo, Itálie, Francie, Polsko, Jugoslávie atd.) prováděny lyžařské závody. Po prvé světové válce nastává mohutný rozvoj a lyžování se stává masovým sportem. V této době vyrostli závodníci vynikajících kvalit (v klasických disciplínách, neboť sjezdové disciplíny se začínaly teprve rozvíjet). Patřili jsme tehdy k nejlepším tzv. Středoevropanům. Stačí si vzpomenout na výsledky v Cortiné d'Ampezzo 1927, Lake Placid 1932, Innsbrucku 1933 a na další.

Po druhé světové válce nastává další vzestup a z lyžování v důsledku podmínek, které vytvořilo naše lidově demokratické zřízení, se stává lidový sport. Tento stav a tato masová základna dává předpoklady, aby vyrostli závodníci nejlepších kvalit.

### Proč jsme nedosáhli plánovaných výsledků u špičkových závodníků?

Tato otázka je velmi často diskutována na různých oficiálních i neoficiálních poradách, aktivech atd. To je správné. Po pěkných výsledcích I. Matouše a K. Hennricha (OH 1956), M. Richvalské na různých závodech 1956—1958, V. Melicha, V. Lahra a J. Nüssera v letech 1956—1957 jsme všichni očekávali hodnotné výsledky na mistrovství světa. Cíl byl určen: probjovat se mezi patnáct nejlepších v běžecích disciplínách mužů a žen, ve skoku přestém a sjezdových disciplínách mužů. V ostatních — to je ve sjezdových disciplínách žen a v závodě sdruženém — probjovat se mezi prvých deset.

Příprava na mistrovství světa byla zahájena po skončení olympijských her 1956 a reprezentanti měli možnost po dobu dvou roků se vcelku dobře připravovat. Soustředění a tréninkové tábory v ČSR umožňovaly jak v létě, tak i v zimě pokračovat v intenzivním tréninku, který prováděli většinou individuálně. Práce lyžařských oddílů, kde jsou členy, není na dostatečné úrovni a většina z nich také neměla osobní trenéry, kteří by je systematicky vedli. Byla dávana vcelku široká možnost individuálního pů-

sobení na dálku trenérům státních družstev, což se ukázalo ne zcela vyhovující.

Ústřední trenérská rada a ústřední sekce několikrát kontrolovaly a projednávaly přípravu na mistrovství světa, ale jak situace ukázala ne dosti do hloubky a ne všechny závěry, byly okamžitě uskutečňovány. Kontrola byla více rázu administrativního se značnou důvěrou k práci trenérů.

I když od olympijských her výkonnost v celosvětovém průměru se opět zlepšila, pokládáme výsledky našich závodníků, vzhledem k daným možnostem, za neuspokojivé.

Trenéři státních družstev nedostatečně vedli svoje družstva po stránce politickovychovné, byla malá náročnost na kázeň, vystupování. Také správné vytváření morálně volních vlastností, které jsou předpokladem pro vysoké výkony, jsme nedovedli zajistit. V práci trenérů se ukázaly nedostatky v nejednotném působení a snaha po přílišné individualizaci, trenérskou práci rozmělnila. Po stránce materiální nebyla zajištěna úprava sjezdových tratí a skokanských můstků a provoz lanovek na nich tak, aby sjezdáři a skokani mohli intenzivně využívat našich terénů a zařízení. Osobní kontrola a osobní vedení jednotlivých závodníků bylo nedostatečně prováděno. Ukázalo se, že většina závodníků žije mimo rámec lyžařských oddílů a že zatím lyžařské oddíly nemají rozhodující vliv na růst špičkových závodníků a že toto je nahrazováno především ústřední sekcí. Celková úroveň závodního lyžování není na dostatečné výši. Celoroční trénink není ještě dostatečně kvalitní a je řada nedostatků v letní a podzimní přípravě.

### Jaké jsou výsledky závodního lyžování v národním měřítku?

**NÁBOROVÉ ZÁVODY.** Podle dosavadní neúplné statistiky měly účast 82.500. To je pěkné číslo. Připočteme-li k tomu elán a nadšení závodníků a obětavost činovníků, mohli bychom být spokojeni. Ale tak zcela to není. Závody jsou velkým přínosem jen ve smyslu jednorázové akce. Zapojení závodníků do lyžařských oddílů je velmi malé. Přijdou na závody a zase odejdou. Tento stav musíme brzy překonat.

**VEŘEJNÉ ZÁVODY.** Bylo uskutečněno přes 200 závodů uveřejněných v celostátním kalendáři. Další desítky závodů byly uskutečněny v okresech a jednotách. Počet závodů nižšího typu (v okresech a jednotách) není dostatečný. Je třeba dát možnost, aby závodníci, zvláště dorost a žactvo, se mohli několikrát za zimu zúčastnit závodů v místě bydliště a v nejbližším okolí. Dále je nutné lépe využívat dobrých sněhových podmínek ke konci zimy. Je třeba pořádat více závodů, zvláště v klasických disciplínách v březnu.

**KRAJSKÉ PŘEBORY** jako soutěž vyššího typu by měla být plně výběrová. Bohužel tomu tak není a dokonce v našem nejlepším kraji Liberci jsou krajské přebory pořádány jako veřejné soutěže.

ÚROVEŇ ZÁVODŮ ani počet startujících není uspokojivý. Uvádím několik čísel pro srovnání a pro zamyšlení se nad základnou, ze které mají vyrůstat nejlepší závodníci.

Účast na krajských přeborech v některých disciplínách:

**Ženy 5 km:** Hradec Králové 5, Praha MV 16, Plzeň 5, Olomouc 5, Ústí n. Lab. 4, Liberec 6. — **Juniorky 5 km:** Hradec Králové 5, Praha MV 1, Plzeň 1, Olomouc 5, Ústí n. Lab. 1, Liberec 5. — **Sdružený závod mužů:** Hradec Králové 9, Praha MV 4, Olomouc 6, Liberec 14. — **Muži 15 km:** Karlovy Vary 36, Hradec Králové 49, Praha MV 38, Plzeň 56, Olomouc 52, Ústí n. Lab. 25, Liberec 54. — **Ženy sjezd:** Hradec Králové 5, Plzeň 6, Praha MV 19.

V SOUČASNĚ DOBĚ pracuje 12 trenérů z povolání. Jejich práce se v podstatě osvědčila. Je třeba otevřeně říci, že plnou odpovědnost za rozvoj závodního lyžování nesou trenérské rady. Musíme ještě více prohloubit práci trenérských rad a komisí disciplín. Odstranit administrativní formy práce v řízení trenérů a závodníků. Každý závodník a zvláště závodníci vyšších výkonnostních tříd musí mít svého osobního trenéra.

**POLITICKOVÝCHOVNÁ PRÁCE.** Na toto téma bylo v poslední době hodně hovořeno. Přesto pokládám za nutné říci několik poznámek. Aby se politickovými pracemi zlepšila, záleží na nás na všech a zvláště na trenérech a cvičitelích a všech, kdož pracují se závodníky. Ústředně jsme viděli nedostatečnou náročnost na vystupování, společenském chování a kázeň. Správné oslovování se nestalo dobrým zvykem. Na různých kursech, soustředěních, není vždy dodržována politickovými pracovníky.

Na závodech jsme se občas setkali s projevy hrubosti a špatného vystupování závodníků mezi sebou, v poměru k ženám a číselníkům.

Je vidět, že většina závodníků nežije pravidelně v oddílech a tak se neprojevuje blahodárný vliv dobře žijícího kolektivu (oddílů). Život v oddílech je základem výchovy závodníků.

### Další perspektivy rozvoje závodního lyžování

Je třeba věnovat zvýšenou pozornost rozvoji závodního lyžování. Na podzimním zasedání v loňském roce byly vetyčeny v referátu »Za zlepšení práce na úseku masového lyžování, za další rozvoj lyžařských oddílů,« závažné úkoly, jejichž dobré plnění může zajistit rozvoj závodního lyžování.

I když se někomu bude zdát, že jde o známé a samozřejmě věci je skutečnost taková, že komplexním plněním známých a samozřejmých věcí půjdeme rychleji kupředu.

#### **NA ÚSEKU TRENÉRŮ:**

— Vychovávat v duchu socialistické morálky, v duchu ideí budování socialismu. Bojovat proti apolitičnosti. Bojovat proti pěstování sportu pro sport.

— Dodržovat organizační řád ČSTV. Vyžadovat oslovování souduhu, soudružko a uplatňovat platná pořadová při všech kursech, trénincích atd. Vyžadovat všude kázeň a pořádek.

— V práci se závodníky být důslední a nároční.

— Jako základ sportovní činnosti systematicky cvičit v oddíle.

— Sledovat současný stav rozvoje a studovat naše zkušenosti a především zkušenosti sovětských trenérů.

— Věnovat se práci s láskou a nadšením tak, jak jsme u většiny trenérů zvyklí.

— Podstatně zvýšit počet trenérů do roku 1961. Vyškolit a jmenovat proti současnému stavu stovacet trenérů II. a I. třídy a pět set trenérů III. třídy a ustavit nejméně patnáct trenérů z povolání.

Při tom se řídit konkrétními požadavky a možnostmi rozvoje jednotlivých disciplín v příslušné oblasti nebo místě.

#### **V CELOROČNÍM TRÉNINKU**

Pro další zvyšování výkonnosti je zkvalitnění celoročního tréninku nejzávažnější otázkou. Od roku 1951 provádíme soustavnou propagaci a školení na tomto úseku, ale stále jsme nedosáhli podstatného kvalitativního zvratu. Nebereme-li v úvahu reprezentanty, závodníky I. třídy a některé II. třídy, pak ostatní celoročně zatím netrénují. Také u závodníků, kteří trénují celoročně, je dosti nedostatků v kvalitě tréninku. Ústřední trenérská rada vydá systém dávkování tréninku.

### Jak je to s orientací na klasické disciplíny

Dnes se často diskutuje o orientaci na klasické disciplíny. Již v minulosti jsme se touto otázkou často zabývali a na různých akcích a poradách jsme souhlasili se zvýšením podpory klasickým disciplínám. Pro klasické disciplíny máme všechny terény,

sněhové i materiální podmínky a můžeme je provádět prakticky v celé republice. Přitom můžeme za současných ekonomických možností dosáhnout nejvyšších mezinárodních výsledků. Toto ovšem neznamená, že bychom chtěli omezovat nebo zakazovat provádění sjezdových disciplín. Nikoliv, tam, kde jsou podmínky — sjezdové tratě, slalomové svahy, lanovky — budeme sjezdové disciplíny plně podporovat. Takových míst však nemáme zdaleka tolik jako terénů a můstků pro klasické disciplíny.

### Jaké očekáváme zlepšení práce v jednotlivých organizačních složkách

#### **ODDÍLY:**

— v každém oddíle, podle počtu závodníků, musí pracovat nejméně jeden jmenovaný trenér a později i pro každou disciplínu, která se v oddíle provádí,

— zlepšit celoroční práci s využitím nejpěstřejších forem i doplňkových sportů,

— dbát na správné vedení a dobrý život v kolektivu,

— podchytit účastníky náborových závodů do oddílů.

#### **OKRESNÍ SEKCE:**

— v horských a podhorských okresech ustavit okresní lyžařské sekce a v nich trenérské rady (3—4členné),

— péči těchto trenérských rad věnovat závodící mládeži a pomáhat oddílům, kde jsou závodníci.

#### **KRAJSKÉ SEKCE A KRAJSKÉ TRENÉRSKÉ RADY:**

— zlepšit práci komisí disciplín v trenérských radách,

— systematicky pomáhat oddílům v celoroční práci,

— spolupracovat s ústřední trenérskou radou v péči o nejlepší závodníky,

— plně využívat práci trenérů z povolání,

— odstranit slabiny podle podmínek v jednotlivých disciplínách. Předem zlepšit situaci u žen ve všech disciplínách, dále v závodech sdruženém a ve skoku prostém (mimo Liberec),

— podle plánu zajišťovat školení a doškolení trenérů III. třídy,

— více využívat seminářů trenérů při mezinárodních závodech v Harrachově a při Velké ceně Slovenska.

ÚSTŘEDNÍ SEKCE A ÚSTŘEDNÍ TRENÉRSKÁ RADA se zaměří v současné době především na:

— školení a doškolení trenérů I. a II. třídy a vydá urychleně studijní pomůcky,

— odstraní administrativní formy péče a kontroly činnosti trenérů i závodníků. Bude prosazovat více výchovné, metodické práce a více osobní kontroly;

— zvýšenou péči věnovat mladým talentovaným závodníkům;

— povede závodníky a trenéry ke správnému chápání demokratického centralismu. Bude bojovat proti všem projevům libivé politiky prováděné na základě hesla: »Já nic — to všechno ti nahore od zeleného stolu«;

— důsledně požadovat plnění všech úkolů;

— doplnit a opravit systém celoročního tréninku a metodiku nácviku techniky v jednotlivých disciplínách. Zvláště se zaměřit na metody tréninku na začátku zimy (přechod tréninku ze »sucha« na sněh a rozježdění). Stanovit náročnější formy pro přípravné období;

— sledovat zkušenosti z celého světa, ale především sovětské, neboť jsou postaveny na socialistické tělesné výchově a z toho odvozené teorii a praxi.

### Několik závěrečných slov:

Na úseku závodního lyžování nás čekají složité úkoly. I přesto, že v současné době vidíme vážné nedostatky a že jsme s prací nespokojeni, perspektivy, které jsou před námi, jsou radostné. Dokážeme-li spojit elán, nadšení a bojovnost, kterou jsme často viděli na náborových závodech a výběrových soutěžích začta v Harrachově a na Pustevnách, s píli, obětavostí a zkušeností nejlepších lyžařských pracovníků a trenérů, pak nás žádné překážky nezastaví.

Je třeba dále zdůraznit vědeckou důkladnost při řešení všech otázek a tu se musíme učit ze sovětské školy lyžování. Dosaďme zkušenosti lyžařských oddílů a sekci jsou zárukou dobré práce.

Za dosavadní práci i za tu budoucí patří vřelý poděkování všem trenérům a ostatním pracovníkům, kteří se starají o rozvoj závodního lyžování jak mezi dospělými, tak především mezi mládeží.

Těto naši činnosti přejí hodně zdaru a úspěchu při rozvoji československé socialistické lyžařské školy.

Během zasedání bylo konstatováno, že závodní lyžování přes to, že má stoupající úroveň, světovým špičkám stále nestačí. Kde hledat vinu?

Ve výkonu sportovce hrají důležitou úlohu dva momenty: jednak trénink, jednak způsob zaměstnání. Je nasnadě, že vhodný způsob tréninku nemůže nahradit zdatnost, kterou získává závodník normálně zaměstnaný těžkou prací v přírodě, ale přesto zůstává hlavním momentem při zvyšování pracovní schopnosti určitých svalových skupin a vnitřních orgánů. Najít vhodný způsob tréninku je stále problémem, který nelze tak ležce vyřešit.

Prostudováním nejstarších známých a dostupných materiálů zabývajících se touto problematikou můžeme stručně odpovědět na otázku, jak tyto problémy řešili lyžaři v minulosti.

Bude tomu již padesát let, kdy ve známém lyžařském klubu v Mnichově vybudovali orgán nazvaný »tréninkové oddělení«, který svými zásadami určoval nejen linii závodní činnosti, ale řídil celou sportovní činnost spolku.



Tréninku se mohl zúčastnit každý, kdo měl zdravé srdce a plic, ale účast na závodech byla oddělením povolena jen těm, kteří se cílevědomě připravovali. Při pozorovaných zdravotních poruchách nazývalo »tréninkové oddělení« lékařskou prohlídku člena.

Vlastní trénink byl dělen na trénink jednotlivce a kolektivní, na letní a zimní přípravu. Zimní trénink obsahoval technický výcvik i přípravu na závody. Každý, kdo se připravoval podle pokynů »tréninkového oddělení«, se zavázal (sloven i rukopisně), že bude dodržovat předpisy oddělení podle nejlepšího vědomí a možnosti. Nahodilé promeškání že podle možnosti dožene a své zkušenosti a pozorování účinku tréninku oznámí vedoucímu tréninku.

Individuální trénink se konal ve formě domácích tělesných cvičení, která byla předepsána pro všechny členy stejně. Tréninkové zásady pro přípravu jednotlivce v zimě i v létě doporučují slovy: »Trénink je nejlépe nepřerušovat, protože tělo je během tréninku neustále v pohotovosti jak proti vypětí a náladám, tak i proti nemocím.«

Společný trénink byl rozlišen na trénink pro závodní činnost, kdy mělo být dosaženo nejlepší fyzické výkonnosti, a na přípra-

# FORMY TRÉNINKU, STARÝ PROBLÉM

Po skončení závodní sezóny 1958 se šli v Klánovicích u Prahy předsedové krajských trenérských rad se členy ústřední trenérské rady, aby zhodnotili výsledky dosažené na význačných závodech nás i v zahraničí, aby zhodnotili výsledky péče o mladé nadané závodníky, a nakonec udali směr, kterým se bude v příštích letech ubírat závodní lyžování.

vu, kterou se má systematickým postupem dosáhnout maximální technické dokonalosti.

Trénink v létě odpovídal částečně lehkotletickému tréninku fotbalistů. Sestával se ze společných túr, plavání, volných jízd na kole. Nedoporučovali lezení po skalách, ale prováděli již jednou až dvakrát týdně uměrné zvyšování rychlostního a vytrvalostního běhu. V zimě se společně cvičila lyžařská technika na lyžařských túrách po hřebenech hor. Nejtechničtější a nejzdatnější jezdci pak byli vysíláni na závody. Že to tedy s přípravou mysleli dobře, vyjadřují věty, kterými uzavírají návod pro posilování: »Pro toho, kdo se chce věnovat závodění, jsou nutná vytrvalostní cvičení pro nohy a paže, právě tak jako cvičení rovnováhy. Čím silnější jsou vaziva a šlachy kloubů, tím klidnější je krok při skluzu. Nikdy nesmí lyžařský klub přihlásit závodníka, o kterém není přesvědčen, že je dobře připraven.«

Tyto názory na náplň lyžařského tréninku platily s menšími opravami desítky let. Hledali se nové směry nejen v lyžování, ale i v ostatních sportech. Nejlepší výsledky dosahovala lehká atletika. Proto i v lyžování se trénink usměrňuje podle tréninku lehkých atletů. Tyto nové směry jako první zpracovává ve své knize Handbuch des Skilaufs Gustl Berauer v roce 1943. Hlavními body tréninkových zásad podle něho je střídání práce a odpočinku. Připomíná, že odpočinek patří v širším slova smyslu k přípravě, neboť je velmi nutné třeba během nejtvrděšího tréninku doplnit vyčerpání kalorií. Odpočinkem se rozumí i odřeknutí různých po-



žitků a změna způsobu cvičení. Také každá změna pohybu umožňuje odpočinek. Příkladem toho je při běhu na lyžích pracovní fáze — napnutí svalu proti klidové fázi — uvolnění svalu.

Dále je v knize citován názor, že největších chyb se dopouští ten, kdo plánuje trénink rovnoměrně, pravidelně, bez výkyvu, a doporučuje se během tréninku střídání rytmus práce a odpočinku s rozdílnými tréninkovými a pracovními nároky. Doporučuje dvě tréninkové období po 14 dnech: 1. náplň pomalé, těžké, »potivé« práce, 2. rychlá, ostrá, práce a klouby namáhající práce. V mezidobí musí být čas nervového odpočinku, zvláště při příznacích přetřénovanosti.

Rovněž sjezdaře upozorňuje autor na rovnoměrný a střídavý trénink. Sjezdař, i když jezdí na stejném svahu, má měnit způsob jízdy. Dosáhne toho tím, že bude neustále vyhledávat jiné terénní nerovnosti a těchto nerovností využívat.



Za zmínku stojí odstavec: Je poměrně lehké v létě provádět deplinková cvičení, na podzim zvyšovat připravenost vnitřních orgánů a svalovou sílu zvyšováním námahou. Daleko horší a těžší je správné zahájení tréninku na lyžích. Ostrý běh na několik kilometrů na začátku sezóny je namáhavější a škodlivější než volný výlet do terénu na 20–30 kilometrů. Zvláště na začátku sezóny pak platí heslo: Závodníka neporaží délka tratě, ale tempo.

V posledních letech se soustava tréninku rozšířila o nové vyzkoušené zásady. Velký vliv na provádění tréninku měl příklad Emila Zátopka a sovětské výzkumy nervosvalové činnosti a funkcí vnitřních orgánů při sportovním zatížení.

I když v časovém rozsahu se rozšířila doba tréninku na několikadenní trénink v týdnu a v zimě trénuje závodník denně několikrát, hlavní rozdíly zůstávají v náplni a formách tréninku.

Autoři naší knihy »Běh na lyžích« uvádějí čtyři metody tréninku:

**Metoda rovnoměrná** spočívá v tom, že lyžař běží

dlouhý čas slabou nebo střední intenzitou. Klade ve srovnání s jinými metodami na organismus menší požadavky. Organismus lyžaře se postupně přizpůsobuje většímu zatížení, je mostem mezi přípravou na suchu a tréninkem na sněhu.

**Metoda střídavá** navazuje na rovnoměrnou metodu a pomáhá připravit organismus k činnosti, kterou obvykle uplatňujeme během závodu. Spočívá v tom, že běžíme určité úseky střídavě s menší a větší intenzitou. Touto metodou připravujeme organismus k maximální specifické práci a udržujeme sportovní formu po celé závodní období.

**Metoda intervalová** je prostředkem pro získání rychlosti. Určité úseky běžíme s maximální intenzitou a mezi úseky odpočíváme. Toto dávkování vede také k vypěstování rychlosti ve vytrvalosti.

**Metoda kontrolní** pomáhá kontrolovat stupeň připravenosti. Zdokonaluje techniku ve velké rychlosti. Učí běžce správnému rozdělení síly pro jednotlivé úseky tratě, zdokonaluje taktické zkušenosti. Kontrolní trénink provádíme v terénu, který se přibližně podobá terénu příštích závodů.

Shrneme-li uvedené fakta v přehled, ukáže se nám stav rozvoje tréninku jako činitel, který v praxi znamená i rozvoj vlastního lyžování. Příprava se dělí vždy na přípravu na suchu a přípravu na sněhu. Zatím co obsah letní přípravy se proti dnešní jen málo změnil, je možno zjistit rozdílnější náplň tréninku zimního.

Zápisy z roku 1909 mluví o přípravě rovnoměrné, hlavně vytrvalostní.

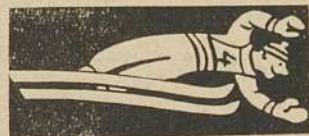
V knize zpracované v roce 1943 se již přidává k metodě rovnoměrné, zaměřené na vytrvalost, cyklus práce a odpočinku, cyklus vytrvalosti a rychlosti — metodou střídavou.

V nynější době se při tréninku užívá všech známých metod tréninku: metody rovnoměrné, střídavé, intervalové a kontrolní.

Je jisté, že vysoký stupeň vývoje, který současně v lyžování je, není konečným. Lidský mozek při stálém technickém zdokonalování materiálů i vlastní jízdy vymyslí nové zásady a pravidla, která povedou k dalšímu zvyšování výkonnosti člověka, takže co se dnes zdá výjimečným zjevem lidské schopnosti, bude v budoucnu všeobecným zjevem.

Zdeněk Effenberger,  
trenér lyžování

Kreslil Dr. K. Pekárek





# Běžci v ŘÍJNU

## JAK JE TO S DVOUFÁZOVÝM TRÉNINKEM?

Je všeobecně známo, že v jiných sportech a zvláště v lehké atletice trénují někteří závodníci 2–3X denně. V důsledku zkvalitnění tréninkových metod se výkony v lehké atletice v posledních letech podstatně zlepšily. V lyžování s výjimkou soustředění a různých srazů závodníků není dvoufázový trénink prakticky používán. Pro většinu závodníků jsou to především časové možnosti, které nedovolí 2X denně trénovat. V prvé naší poznámce jsme si uká-

Přinášíme několik poznámek a námětů týkajících se tréninku běžců v říjnu. Říjen je pro lyžaře významný měsíc. Nastává období nepříznivých povětrnostních podmínek a při tom je třeba tréninkové dávky neustále zvyšovat.

### CVIČÍTE DENNĚ?

Mezi lyžaři je zatím nedoceněna složka pravidelného, obvykle ranního cvičení. Tato cvičení mají významný vliv na všestranný tělesný rozvoj a zvláště na posílení některých slabě vyvinutých nebo zanedbaných svalových skupin. Přitom jsou to důležitá cvičení pro posílení vůle, neboť vyžadují každodenní přemáhání a překonávání vlastní pohodlnosti nebo i překážek, které se stavějí do cesty (časová, místnost kde cvičit a podobně). Při studiu severovýchodních a zvláště sovětských zkušeností sledujeme, že ranní cvičení (ranní gymnastika, jak se někdy říká) je důležitá součást tréninku.

Ve švédské knize C. G. Briandta »Träningsrad för längdöpare« se píše: »Každý den gymnastika se zaměřením na obratnost a sílu. Cvičí pravidelně gymnastiku posilující tělesnou zdatnost. Dobré je cvičit s činkou.«

Sovětský trenér Agravovskij píše: »Každý sportovec má denně po celý rok provádět individuální ranní trénink, který má obsahovat všestranné i speciální cviky. Je-li to nutné, je možno zařadit i speciální cviky pro rozvoj málo vyvinutých svalových skupin a základních tělesných vlastností (rychlosti, síly, vytrvalosti a obratnosti). Doba každodenního ranního cvičení se určuje podle sportovní vyspělosti závodníků a podle celodenního zatížení. Ve dnech tréninku méně a v ostatní dny více a je různá. Nejméně 15 minut a nejdéle 30 minut.«

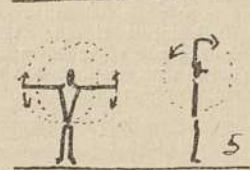
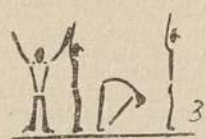
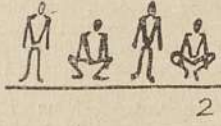
Účelem této poznámky není všestranně probrat problém ranních cvičení, ale připomenout důležitost, nezbytnost a ukázat jeden příklad.

Většinou bývá problém s cvičebními prostorou. Ukážeme cviky v místnosti, které potřebují minimální prostor. Další problém u většiny běžců je v nedostatečně vyvinutém a málo vytrvalém svalstvu zádovních a břišních i pletence ramenního. Proto se zaměříme na tyto svaly. Každodenním opakováním docílíme podstatného zlepšení.

Cvičební celek se skládá z rozehtání, z vlastního posilovacího cvičení a uklidnění.

#### A. Pro rozehtání a rozproudění krve provedeme nejprve:

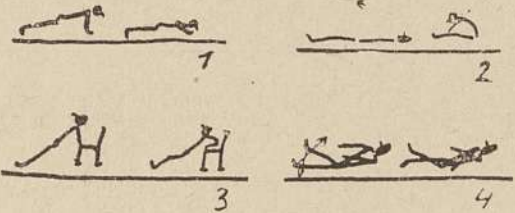
1. několik poskoků na místě;
2. 4–5 dřepů;
3. ve stoji rozkročněm vzpažíme vzhůru a přejdeme do hlubokého předklonu 8–10 X;
4. úklony vlevo a vpravo 10 X;
5. bočné kruhy vpřed a vzad a čelné kruhy dovnitř a zevnitř.



#### B. Vlastní posilovací cvičení:

1. 10 kliků ze vzporu ležmo vpřed;
2. 10 X z lehu vzadu paže volně podle těla do sedu, paže na kolena;
3. 10 X snížený podpor vzadu o židli a klik vzadu;
4. 20 X sed, přednožit poníž, překřížovat nohy a roznožovat. Totéž s pohyby paží (z upažení předpažením překřížit);
5. vztyk a několik poskoků s vytřepáním paží i nohou. Toto opakovat postupně v jednom ranním cvičením 2–5 X.

#### C. Několik cvičení dechových a na uvolnění svalů.



zali na nutnost denního cvičení. To je vlastně jedna z možností a začátek tohoto způsobu tréninku. Je daleko účelnější 2X denně krátce a ostře trénovat než jednou déle, třeba i se silnou intenzitou. Hlavním problémem pro zlepšení výsledků mimo jiné je zvýšení rychlosti ve vytrvalosti. Toto v podstatě dvoufázový trénink umožňuje. Pro tento způsob tréninku můžeme plně využít sobot, nedělí a všech volných dnů. Nejlépe se hodí neděle. První trénink bývá v podstatě kratší (obvykle ráno) a zaměřen převážně na rychlost a sílu. Druhý, obvykle odpoledne, bývá delší a zaměřený na rychlost ve vytrvalosti a speciální napodobivá cvičení (běh s lyžařskými holemi apod.). Tento způsob tréninku budeme v současné době pravidelně uplatňovat u všech závodníků.

### ZVÝŠÍME PESTROST A ROZMANITOST V TRÉNINKU BĚHU

Jedním z vážných nedostatků i v běhu na lyžích je jednotvárné používání jednoho způsobu jízdy a stále stejného tempa. Totéž vidíme často v tréninku v létě a na podzim, kde je základ těchto chybných návyků.

Dnešní jízda nejlepších jezdců je pestrá na změny způsobu jízdy i na změny tempa (rychlé vyběhnutí krátkých stoupání, dlouhý krok na rovinách, rychlé provedení změny směru jízdy, energické záběhy odpíchem soupaž, pohotovostní postoj při sjezdu atd.). Stejně takový musí být trénink na podzim, ať již běhání s lyžařskými holemi nebo bez nich.

Trénink nesmí být jednotvárný. Čím jsou podněty dopadající na nervosvalový aparát jednodušší, tím rychleji dochází k únavě a sníženým reakcím organismu.

Trénink běhu provádíme ve velmi rozmanitém terénu a střídáme různá tempa. Tím si zvykne na rychlou orientaci v každé situaci a naučíme se překonávat různé obtíže, které se vyskytují na těžkých tratích. Dále využíváme přirozených i umělých překážek, kde jsme nuceni provádět různé pohyby — obíhat stromy, přeskakovat keře, podlézat větve atd. Takové cviky jsou velmi užitečné.

### O KONTROLNÍCH LIMITECH

Velmi důležitou prokouškou letní a podzimní připravenosti jsou kontrolní disciplíny. Připravenost posuzujeme podle splnění celého komplexu v jedné tréninkové disciplíně.

Pro informaci uvádím komplex kontrolních disciplín pro I. třídu v SSSR.

#### MUŽI:

běh na 50 km — 16,0–17,0 min. kliky ve vzporu  
100 m — 12,5–13,0 vt. ležmo — 25–30 X  
skok vysoký — 135–140 cm kliky ve vzporu  
skok daleký — 4,50–5,00 m na bradlech — 7–10 X  
šplh na laně v přednosu — 7–8 m

#### ŽENY:

běh na 2 km — 7,10–8,00 min. kliky ve vzporu  
100 m — 14,5–15,0 vt. ležmo — 10–15 X  
skok vysoký — 110–120 cm kliky ve vzporu  
skok daleký — 3,50–3,80 m na bradlech — 4–5 X  
šplh na laně s přírazem — 5–6 m

Nakonec příklad, jak před olympijskými hrami 1956 splnil některé konkrétní disciplíny P. Kolčín a A. Anikin (bylo to 5. července 1956):

	P. Kolčín	A. Anikin
100 m	13,3 vt.	13,1 vt.
přednos ve svisu	22,0 vt.	19,0 vt.
výška	140 cm	140 cm
dálka	5,13 m	5,08 m
shyby	12 X	12 X
3 km	9,00 min.	8,59 min.

V. PÁČL

## 6 Lyžařství



# Speciální napodobivá cvičení běžců

ZPRACOVALI: M. VAVŘÍN A VL. PÁČL

(Pokračování)

V posledním čísle Lyžařství jsme psali všeobecně o napodobivých cvičeních a o kolečkových lyžích. V 6. čísle psal s. Weissshäutel o zkušenostech P. Kolčina s kolečkovými bruslemi a v dnešním čísle je článek s. Tvrzníka o jízdě na umělé hmotě v Novém Městě na Moravě. Je dobré, že tato důležitá problematika je aktuální a živá.

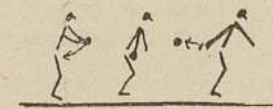
Dnes si řekneme poznatky a náměty, zvláště pokud se



týkají dalších cvičení s náčiním.

1. Používání normálních lyží na různých hmotách poskytuje vcelku široké možnosti pro speciální trénink v našich podmínkách. Je to v každém případě namáhavý a vydatný trénink. Zatím se zhruba osvědčily tyto formy:

- a) Jízda na jehličí. V lese upravíme podle možnosti dosti širokou dráhu, kde vyrovnáme drobné nerovnosti, a vysypeme vrstvou jehličí.
- b) Jízda na sekané slámě, různých slupkách apod.
- c) Určité druhy pytlů z přirozených vláken (z asijských zemí) skýtají možnost vytvořit dobrou stopu (samozřejmě pouze tam, kde jsou odpadovou surovinou).



2. Cvičení s náradím a náčiním. Můžeme si je rozdělit do několika skupin:

- a) Cvičení s činkami, koulemi 3—7,25 kg, plnými míči, kameny a podobnými předměty. Můžeme cvičit na hřišti a v přírodě vzhledem k tomu, že s těmito předměty házíme.

K úpravě podkladu a mazání lyží se obvykle používá lyžařských vosků tekutých i tuhých ve slabých vrstvách a podklad stopy je třeba v některých případech navlhčit. Každý musí sám vyzkoušet nejvhodnější kombinaci. Doporučujeme provádět tento způsob tréninku na starých lyžích, neboť dochází někdy k silnému opotřebení a porušení skluznice.

Věříme, že se postupně přihlásí ti, kteří budou mít zkušenosti i event. s dalšími způsoby mazání a sdělí je ostatním.

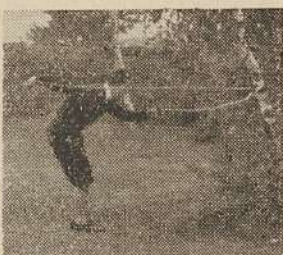
2. Cvičení s náradím a náčiním. Můžeme si je rozdělit do několika skupin:

- a) Cvičení s činkami, koulemi 3—7,25 kg, plnými míči, kameny a podobnými předměty. Můžeme cvičit na hřišti a v přírodě vzhledem k tomu, že s těmito předměty házíme.



Práci paží při odpichu soupaž napodobujeme.

Mírný stoj rozkročný (chodidla asi 15 centimetrů od sebe, příslušný předmět držíme za zády v zapažení poníž dovnitř). Předklonem a pokrčením kolenu zapažit povýš a odhodit předmět vzad. (Obr. č. 1)



Obr. 5

Napodobení práce paží při střídavém běhu:

Mírný stoj rozkročný, v každé ruce držíme kouli (3—4 kg) nebo činku (2—3 kg), hmitáme v podřepu a napodobujeme práci paží. Mírný stoj rozkročný, paže v předpažení dovnitř a v rukou držíme činku, kamen, kouli. Hmit v podřepu a střídavě levou nebo pravou paží zapažíme a drženy předmět odhodíme dozadu. (Obr. č. 2)

- b) Cvičení s tyčemi nebo lyžařskými holemi ve dvojicích. Cvičenci se postaví zády k sobě na délku holí nebo tyčí a střídavě zapažují a předpažují buď jako při odpichu soupaž nebo běhu střídavém (obr. č. 3 a 4). Ten cvičenec, který koná pohyb vpřed, klade druhému mírný odpor.

- c) Pružiny, silice svalů, gumová lanka a jiné přístroje. Podrobný článek o speciálních cvičích s pružinami napsal do Lyžařství v roce 1956 s. I. Matouš. Těchto cvičení používáme pro na-

podobení především práce paží (obr. č. 5) a v druhé řadě jako velmi dobrého cvičení pro posílení svalstva trupu atd.

- d) Použití lyžařských holí. Běh a chůze s lyžařskými holemi jsou nejpřirozenější napodobivá cvičení. Použí-

váme je v tréninku nejméně jednou za týden. Kinogramy odpichu soupaž a střídavého běhu jsou v dnešním a minulém čísle Lyžařství. Holí můžeme využít velmi všestranně. K střídavému běhu čtyřdobému (obr. č. 6), k různým přeskokům, také při rozcvičení apod.

Závěrem několik připomínek. Při veškerých cvičeních klademe vždy důraz na svihové, ale energické provedení pohybů paží i nohou. Dodržujeme vcelku rytmus pohybů jako při vlastním pohybu na lyžích. Nikdy neprovádíme pohyby vlněně. Dávujeme v určených intervalech 10 X až 25 X, a pak vkládáme krátký odpočinek.



Obr. 6



Odpich soupaž

## Nezapomínejte!

LÉKAŘ VÁM RADÍ

Vzpomínáš si ještě na své dobré předsevzetí z minulého sezóny, že přes léto zlepšíš svůj zdravotní stav? Když jsi odjížděl předčasně ze soustředění pro anginu, když jsi nemohl startovat pro bolest zubů, když jsi musel přerušit na čas trénink pro staré, nedoléčené zranění, jistě sis umínil, že to tak nenecháš a že si svou celoroční práci přistě nezkažíš. A ty, který jsi ještě tuto trpkou zkušenost neudělal, dej si poradit předem. Proč nepředejít tomu, čemu předejít lze!

Lyžařství je sport, který vyžaduje velkou tělesnou námahu za nepříznivých vnějších podmínek. Těsný styk se širokým kolektivem lidí na chatě přináší zvýšenou možnost infekce. Proto musí být organismus co nejlépe připraven.

S upevněním zdravotního stavu souvisí i správná celoroční příprava. Aktivní odpočinek, pěstování doplňkových sportů nezatežují tak jako přerušování a opětné zahajování tréninku.

Neméně důležitá je správná výživa. Je v ní skryta cesta ke zdraví a k vrcholným výkonům. Tím nechci tvrdit, že vhodná strava udělá mistra světa.

Dostatek ochranných látek, vitamínů, je zbraní v boji proti infekci. Omezený příjem tuků, hlavně při ranním a poledním jídle, ulevuje zažívacím orgánům. Knedlíky a moučnický ti neposlouží. Velká množství uhlovaných a tuků je špatná stránka naší kuchyně. Jez raději maso, tvaroh, sýry a jiné mléčné výrobky. Základní pokrmy doplňuj ovocem, zeleninou a ostatními potravinami nezneškodnými přípravou.

Zimní sezóna je před námi. Je nejvyšší čas vyhledat zdravotní péči. Navštívit poradnu sportovního lékařství nebo svého lékaře.

MUDr. ZDENĚK ELIÁŠ

### OPRAVA ŽEBŘÍČKU BĚHU ŽEN NA 10 km:

V 7. čísle »Lyžařství« nebyla zařazena do žebříčku běžkyň soudružka Dagmar Lašková. Uveřejňujeme proto opravený žebříček běhu žen na 10 km:

	%
1. Krasilová O.	306,0
2. Srnková V.	311,0
3. Jeřábková H.	313,9
4. Fajstauerová J.	321,8
5. Lauermannová E.	322,0
6. Lašková D.	330,5
7. Hlaváčková J.	330,7
8. Ottová S.	333,5
9. dr. Dušková J.	345,9

Běžecká komise TR

### SKLADBY PRO II. CS

(popisy i hudba) začnou postupně vycházet od začátku září ve Sportovním a turistickém nakladatelství. Budou k dostání i v krajských Sportovních prodejnách ODSZ a v prodejně STN, Hyberská 34, Praha 3. Poštou je bude zasílat na dobírku expedice STN, Klimentská 3, Praha 3, kde si můžete skladby již nyní předběžně objednat.

# V NOVÉM MĚSTĚ NA MORAVĚ

BOHUSLAV TVRZŇÍK, ústřední trenér

## lyžují i v létě

Ve dnech 25. a 26. 7. 1958 byly vykonány v Novém Městě na Moravě druhé úspěšné zkoušky na běžecké stopě s umělou hmotou. Konečně můžeme dát našim běžcům určitější zprávu o vlastnostech této hmoty, její vhodnosti pro trénink běžecké a poradit, kde ji zakoupit nebo jak z ní postavit dráhu.

Lze bez nadsázky říci, že výsledky předčily očekávání. Stopa umožňuje velmi dokonalý běh všemi základními způsoby, tj. během střídavým dvoudobým, čtyřdobým, během s odpichem soupaž, jízdou s odpichem soupaž při zachování naprosto správné běžecké techniky. Klade zvýšené požadavky na odraz nohou i paží, poněvadž skluz se rovná přibližně skluzu na tupém sněhu. Tuto vlastnost lze však jen vítat, poněvadž nám bude užitečná na místě našim běžcům nejpotřebnějším, tj. pro nácvik energického odrazu v pravou chvíli a pro posílení paží, o kterém víme, že je stále naší slabinou.

tažená dvěma páry novodurové folie 18 cm široké tak, že je uprostřed 2–3 cm přeložíme přes sebe. Na okrajích prken zachytíme folie trojúhelníkovými lištami, které přibijeme do prken. Pokládáme je tak, aby spáry prken a lišt nevycházely nad sebe. Uprostřed pak připevníme přeložené okraje folie nízkou lištou ca 40/15 mm, aby nebylo poškozováno vázání (obr. 1).

Nejvhodnější je položení dvou souběžných stop ve vzdálenosti 2–3 m od sebe, které na konci vyjždějí na čtverec slaměných rohoží, jehličí apod. pro jednoduché otočení přešlapováním (obr. 2). Stopa v oblouku musela by být značně široká. Profilově je vhodné položení jedné stopy na úplné rovině, druhé na 2 až 3 kratších vlnách na způsob mezí (obr. 3), které by nutily běžce k zrychlení frekvence před vlnou a její prudké vyběhání. Budou-li postaveny oba směry pro začátek bez vln, nestane se žádná chyba. Délka stop se předpokládá po asi 200 metrech.



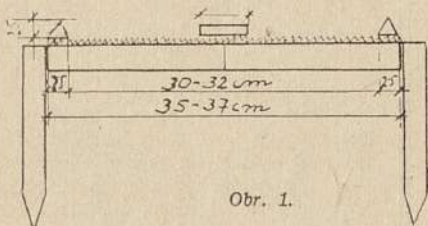
byla provedena i mechanická zkouška na oděr, bez jakýchkoliv známek opotřebení. Počítáme-li s přibližnou délkou jedné dráhy 400 m, činil by náklad na nejslabší folii, na které byly prováděny zkoušky, ca 762 Kčs. Vyšší náklady si vyžádá pravděpodobně řezivo na konstrukci.

Trénink na tomto zařízení přiblíží alespoň částečně naše podmínky podmínkám šťastnějších běžců severovýchodních států a lze předpokládat, že značně ovlivní i naši výkonnost. Je jen škoda, že výrobce, n. p. Fatra Napajedla, nemůže pro značné výrobní úkoly zařadit výrobu této folie ve III. čtvrtletí do výrobního programu.

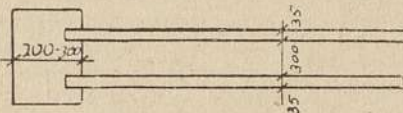
Z materiálu, který má n. p. Fatra Napajedla skladem, bude postavena 1 dráha v Praze za účelem dalších zkoušek a 1 dráha na Slovensku. Vybudována je dráha v Novém Městě na Moravě (délka jen 160 metrů), hmotu má již kraj Liberec a pro kraj Gottwaldov slíbil závod vyrobit hmotu brigádnicky.

Do dnešního dne je u nás v provozu 5 běžeckých drah. Věřím, že při čtení těchto řádek budou jít na nich natrénovány stovky kilometrů a snad najde n. p. Fatra práce jen nějaké okénko v programu, ve kterém by mohl vyhovět ještě dalším zájemcům.

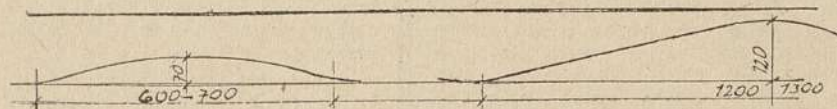
Objednávky je třeba řídit přímo na adresu Fatra, n. p., Napajedla. Text: Novodurová folie, rolněná, 18 cm široká, 0,3 mm silná, X metrů.



Obr. 1.



Obr. 2.



Obr. 3.

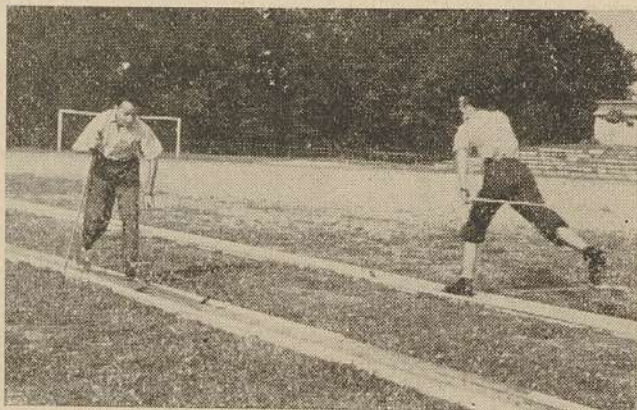
Formy tréninku budou jistě velmi bohaté a různorodé a budou moci být popsány až po určitém praktickém používání tohoto zařízení. Je však jisté, že zde bude možné nacvičit dokonale nejen techniku základních způsobů běhu, ale také získat značný náskok ve fyzické přípravě.

Na základě dosavadních zkušeností jeví se jako nejvhodnější následující konstrukce: dvě vedle sebe položená 26 mm silná prkna o celkové šíři 35 cm, lépe ještě 37 cm, zakotvená do země po několika metrech 15 cm dlouhými kolíčky, po-

Pro lepší skluz je vhodné natřít stopu občas lehcí pastou na parkety. Stejně tak lyže, které před tím dokonale očistíme od vosků. Též je možné stopu křopit. V tomto případě pak je vhodné mazat lyže stejně jako na vlhký sníh.

Novodurová folie je vyráběna v nekončném pásu 18 cm široká v silách 0,3, 0,4 a 0,5 mm, při váze 68, 90, 112 gr 1 m a ceně do 14 Kčs za 1 kg.

Její trvanlivost nelze dosud přesněji stanovit. V Novém Městě na Moravě bylo na kratším úseku ježděno několik týdnů,



# Cvičení pro dorost

Dr. MIROSLAV PROKŠ

v přírodě, které je nutno přizpůsobit k zvláštnostem vlastních podmínek. Příklad je zpracován pro celek 5–10 dorostenců středně tělesně zdatných, kteří cvičí ve volné přírodě. Terén členitý, střídavě travnatý a zalesněný. Zahájení cvičení lze provést na hřišti, kde se cvičenci mohou převléknout, další část cvičení proběhne během přesunu do terénu, v terénu a při přesunu zpět.

Dbáme na to, aby cvičení mělo neustále plynulý spád a aby bylo zábavné.

**Téma:** Příprava tělesné a psychické všestrannosti pro hlavní období, cvičení speciální pohyblivosti a prvků přispívajících k obnovování pohybových návyků při jízdě na lyžích.

**Cíl:** Cvičením síly, rychlosti, obratnosti a vytrvalosti přispět k zlepšení tělesné kondice a speciálními cvičeními procvičit některé vlastnosti potřebné pro lyžaře.

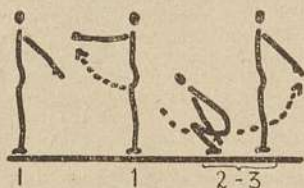
**A Úvodní část, 25 minut.**

a) Zahájení, 2 min. Nástup, hlášení, pozdrav, vytyčení úkolu.

b) Zahřátí, 8 min.

- Lehký klus 500–800 m (přesun do terénu) — silnice, lesní cesta.
- Pochod 100 m zrychleným krokem.
- Za poklusu přeskočky roznožmo přes patníky nebo cvičence ve stoj rozkročném a v předklonu.
- Poklus, na písknutí leh na břicho, na další písknutí pokračovat v běhu.
- Pochod 100 m s vydýcháním.

c) Průpravná část, 15 min. (každý cvik cvičíme 6krát).

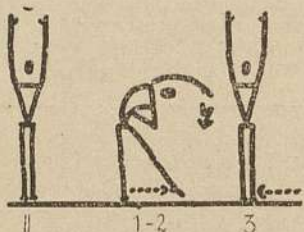


## I. Stoj spojný, zapažit.

- Předpažit — ruce v pěst.
- 3. Zapažit — hmit dřepmo — vztyk.

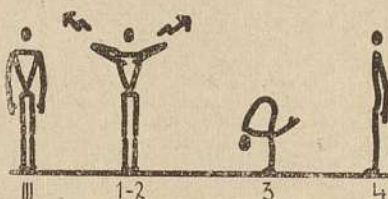
## II. Stoj spojný, vzpažit.

- Stoj únožný levou, úklon vlevo, skrčit zapažmo levou, předloktí dovnitř, hřbet ruky na bedrech, pravá výdrž.
- Hmit úklonmo vlevo.
- Vzpřím, přisunem levé stoj spojný, levá mrštit stranou a upažením vzpažit nazad. Stejně na opačnou stranu.



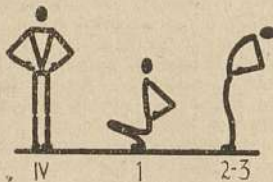
## III. Stoj spojný, připažit.

- Hmit ve skrčení upažmo nazad povyš, ruce před prsa, hřbety vzhůru.
- Totéž.
- Hluboký předklon, paže napnout vpřed, předpažením zapažit.
- Vzpřím, připažit.



## IV. Stoj spojný, ruce v bok.

- Dřep.
- 3. Postupný vztyk, záklon, ruce tlačí boky vpřed.



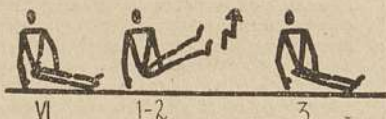
## V. Klek snožmo, připažit.

- Sed klečmo vlevo stranou.
- Sed klečmo vpravo stranou.



## VI. Sed snožmo, ruce opřeny vedle těla.

- 2. 4 hmity střídnož nad zemí.
- Sed snožmo.



## VII. Leh na zádech, připažit.

- Leh vznesmo, špičky nohou se dotknou země za hlavou.
- 3. Zvolna leh na zádech.



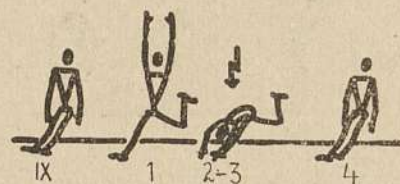
## VIII. Klek snožmo, připažit.

- Otočit trup vlevo, levá ruka se dotkne pravé paty, pravá vzpažit, mírný úklon vlevo.
- Totéž opačně.



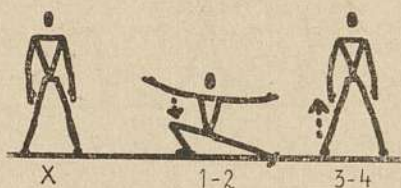
## IX. Sed snožmo, připažit, ruce se opírají o zem.

- Skrčit únožmo levou (překážkový sed), vzpažit.
- Předklon, ruce uchopí kotník pravé nohy.
- Hmit v předklonu.
- Vzpřím, připažit, napnout levou.



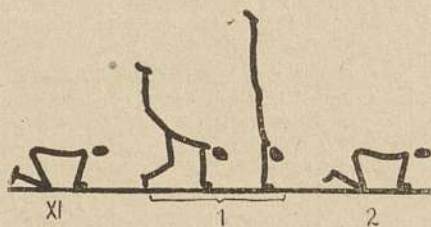
## X. Stoj rozkročný, chodidla rovnoběžně, připažit.

- 2. Dřep únožmo pravou, upažit povyš.
- 3.—4. Zvolna vztyk, připažit. Totéž opačně.



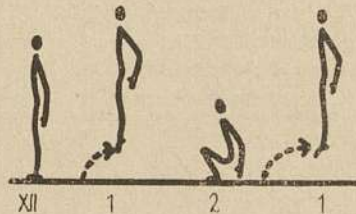
## XI. Vzpor klečmo, ruce poblíž kolien, prsty vpřed.

- Zanožením levé a odrazem pravé naznačit stoj o rukou.
- Doskok do vzporu dřepmo, vzpor klečmo.



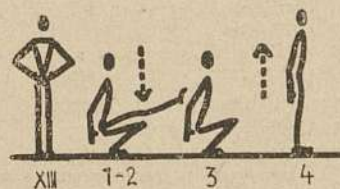
## XII. Stoj spojný, připažit.

- Výskokem dřep. Opakovaně.



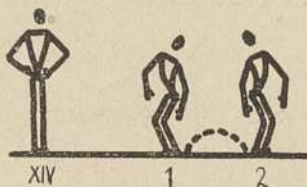
## XIII. Stoj spojný, ruce v bok.

- 2. Přednožit levou, zvolna dřep na pravé.
3. Skrčit levou přednožmo, do dřepu snožmo.
4. Vztyk. Totéž opačně.



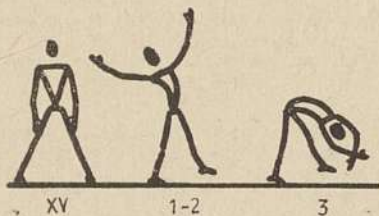
#### XIV. Stoj spojný, ruce v bok.

1. Poskoky snožmo vlevo a vpravo stranou opakovaně.



#### XV. Stoj rozkročný, připažit.

- 1.—2. Vzpažit zevnitř, hrudní záklon, nádech.
3. Uvolněný předklon, předpažit zkřížmo.



#### B. Hlavní část. 75 minut.

- a) Na louce nebo na rovné travnaté cestě. 15 min.

1. Probíhání 50m rovinek stupňovanou rychlostí. Celkem čtyřikrát, mezi každou rovinkou 50 m chůze.
2. Skákání z jedné strany příkopu na druhou nebo přeskakování malých stromků a křovin.
3. Přeskoky příkopu snožmo z místa.
4. Kotoul letmo napřed (i přes překážku do 50 cm), výskok snožmo do dřepu opakovaně.
5. Překot napřed z rozběhu závěsem o lokte dvou cvičenců s dopomocí.
6. Lehkým klusem přesun do lesnatého terénu.

- b) V lese. 15 min.

1. Slalomové obíhání stromů na rovině.
2. Přeskakování pařezů.
3. Shyby na doskočné větvi.
4. Slalomové obíhání stromů se svahu.
5. Lezení na strom.
6. Běh lesem mezi stromy asi 300 m na příkrém svahu po vrstevnici v obou směrech.

- c) Ležící kláda. 15 min.

1. Přechod napřed.
2. Přechod nazad.
3. Přeběh, na konci výskokem seskok do podřepu.
4. Přeskoky snožmo stranou vpřed s rukama v bok.
5. Přeskoky vpřed odrazem z jedné nohy na druhou.
6. Válení klády v řadu před sebou.
7. Zvedání klády v řadu.
8. Přenašení klády, polen, též jako člunová štafeta.
9. Přeskoky snožmo vpřed s ručkováním ve vzpору.

- d) Travnatý prudký svah. 15 min.

1. Výstup poskoky snožmo.
2. Seběhnout klíkatě krátkými oblouky s podobným postavením paží a trupu jako při slalomovém oblouku.

3. Výstup poskoky střídavě na pravé a na levé.
4. Seběhnout maximální rychlostí.
5. Výstup během maximální rychlosti.
6. Seběh poskoky vlevo a vpravo stranou vpřed.
7. Lehký klus uvolněně členitým terénem na vzdálenost 800—1000 m, vydechání za pochodu při přesunu.
- e) Na hřišti nebo louce, kopaná. 15 min.
1. Přihřívky v kruhu napřič.

2. Hra dvakrát 5 min.
- C. Závěrečná část. 20 minut.

- a) Uklidnění. 10 min.
  1. Hod granátem nebo kamenem na cíl.
  - b) Ukončení. 10 min.
  1. Nastup, zhodnocení cvičení.
  2. Sprchování nebo důkladné mytí.
- Materiální vybavení:** 1 pištala, 1—2 míče na kopanou, kameny, případně 10 granátových atrap.

## Práce komise mládeže při LS-KV ČSTV Plzeň

V sezóně 1958—1959 půjde již komise mládeže do 4. roku své činnosti, kterou lze nazvat opravdu činorodou. Když před třemi lety se znovu ustavovala komise mládeže při lyžařské sekci KVTVS v Plzni, nikdo neskádal v tuto komisi mnoho důvěry již proto, že se chtělo opravdu jen několika málo jedincům vstoupit do této komise u vědomí velkých a odpovědných úkolů v práci s mládeží. A nyní je tato komise jednou z nejlépe pracujících a její práce nese již ovoce.

Prvním úkolem bylo uspořádat nejen vrcholné krajské soutěže v krajském měřítku, ale především co možno nejvíce náborových závodů, a to za účinné spolupráce oddílů, aby práce s mládeží našla nejprve tam živnou a pevnou půdu. Byla to Slávia Plzeň, která začala jako zimní vlaštovka a hned zde bylo několik dalších oddílů, ať již Slavoj Masný průmysl nebo Spartak Plzeň, které jí následovaly po zjištění, že práce s mládeží nese ovoce. Dále následovaly i oddíly v Železně Rudě, v Zimním středisku, v Domažlicích, v kolébce našeho západočeského lyžařství, odkud vyšli naši i státní reprezentanti před II. světovou válkou, jako byl Honza Svatoš, bratři Kremzové atd. Zde se začali starat o mládež nejen nárazově, nýbrž celoročně. Měla tato činnost skončit prakticky tím, že se podařilo komisi mládeže za pomoci sekce rozprout život mládeže v jednotách — lyžařských oddílech — a mělo se nastoupit řízení shora, popřípadě kontrolní návštěvy a ponechat věc jen na oddílech či jednotách? To ovšem nebyl cíl komise mládeže a ani lyžařské sekce, neboť sekce sama dbala na rozvoj a systematickou přípravu mládeže.

A tak komise mládeže vytvořila na jaře v roce 1957 na zkoušku v Plzni lyžařské středisko mládeže se zaměřením na zlepšení tělesné přípravy s ohledem na celoroční přípravu. Škola se plně osvědčila, středisko pak našlo rovněž následovníky především tam, kde je toho nejvíce zapotřebí, v našich horách v Železně Rudě a Domažlicích. Všude se tam našlo mnoho pracovníků, ve kterých má komise mládeže krajské sekce zdatné pomocníky.

V čem viděla a vidí komise mládeže svou činnost? V prvé řadě v podchyzení lyžařské mládeže v oddílech, v jejich výcviku po celý rok, a to nejen v tělocvičně či na sněhu, ale získat i v letních měsících pro sportování a tím zvyšování tělesné zdatnosti. Proto nakonec lyžařské středisko mládeže uspořádalo v roce 1957 výcvikový čtrnáctidenní letní tábor, dále pak jízdu na pramičkách, což rozhodně přispělo k utužení kolektivu a ke zvýšení tělesné připravenosti. Kontrolní závody na podzim potvrdily, že organizované cvičení přináší ovoce a že ti, kteří prošli uvedenými akcemi, byli daleko lépe připraveni, než ti, kteří se na táboře a jízdě na pramičkách nepodíleli. Každotýdenní příprava dvakrát po 1½ hodině v tělocvičně úspěšně doplňovala letní přípravu a již se čekalo na sněž a vánoční soustředění.

S nebývalou péčí se opravdu starali trenéři o mládež, ať již o vánočním soustředění, či později o nedělích, pololetních prázdninách a konečně i o velikonočních. Vrcholné závody ukázaly, že i v západních Čechách a na Šumavě rostou díky obětavosti činovníků zdatní lyžaři, kteří při správném vedení mohou opravdu něco pro náš kraj dokázat.

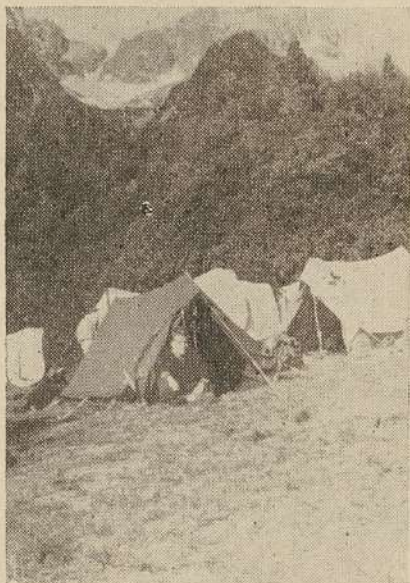
Zima skončila, ale činnost sportovních škol neustala. V Plzni byla přenesena na vodu dvakrát týdně a v Rudě, kam dojížděl soudruh Beran, na horské palouky a cesty. Ani o prázdninách se nezahálelo a za spolupráce kraje Ústí a Plzeň byl uspořádán tréninkový zájezd do Tater, kde se ukázalo, co zmůže opravdu fyzicky připravený zák, když si nesl své vybavení včetně stanu, jídla a lyží z Tatranské Lomnice do Studené doliny asi 5 hodin, aniž by ho cesta zmohla.

Čtrnáctidenní tábor ve vysokohorském terénu přinesl užitek nejen ve výcviku samotném, ale i ve sblížení s trenérem, v ideové výchově apod. Ale ani po této akci si komise neodpočinula a již ve dnech 28. 7. až 10. 8. 1958 uspořádala letní tábor v Železně Rudě za účasti 26 žáků a žákyň. I zde se pokračovalo v tréninku. Ve vedení samosprávy tábora se střídali hoši i dívky a nakonec jsou zde výsledky z jejich brigádnické činnosti — příprava přemostění dojezdu u skokanského můstku, příprava konstrukce soudcovského domku pro rozhodčí skoků a vykáčení slalomového svahu. Také na sena se táborníci dostali. Domů se vrátili s touhou po sněhu a hlavně po dalších akcích komise mládeže. Poslední letní akce byla od 14. 8. do 21. 8. jízda po Lužnici na pramičkách.

Komise mládeže si počíná opravdu aktivně a je zde na místě hodnotit i podporu lyžařské sekce, i když se najdou takoví, kteří nejen středisko, ale i celou práci podceňují a podrývají. Tyto, jakož i finanční těžkosti, se překlenou, vždyť všechny letní akce si účastníci hradí sami. Zájezdy na hory rovněž a šetřit na zimní sezónu začíná mládež již nyní.

Snad to vypadá, že vše jde hladce jako na drátku, ale není tomu tak a nemůže ani jinak být. Potíže zde jsou, byly a budou, a ty nutno překonat, i když se někdy zdají nepřeekonatelné. Musíme si přát, aby nakonec funkcionáři, ať to jsou soudruzi Sirový, Liebl, Kriesman, Liška a jiní, dostali uznání ve svých závodech za tuto činnost, aby činnost dobrovolných pracovníků v tělocvičce byla oceněna jako v ROH.

JAN ZEDNÍČEK



Stanový tábor ústeckých lyžařů. V pozadí Velká zmrzlá dolina.

## Na letním sněhu

Velká zmrzlá dolina ve Vysokých Tatrách se stává již stálým letním domovem mladých lyžařů Ústeckého kraje. Také letošního roku trenérská rada spolu s komisí mládeže uspořádala třítydenní výcvikový tábor mladých závodníků, sjezdařů i běžců, na letním sněhu. Vzhledem k velké popularitě těchto táborů na letním sněhu mezi lyžařskou mládeží mohlo být při výběru účastníků použito těch nejpřísnějších hledisek. Kromě úspěchů na lyžích bylo přihlíženo také k prospěchu ve škole či na pracovišti. Z přihlášených 58 mladých závodníků sitem daných kritérií prošlo 28. Poprvé byli do výcvikového tábora pojeti závodníci mladší 14 let, ročníky 1944, ba i 1945. Je přirozené, že všichni účastníci byli lékařem prohlédnuti, při čemž zvláštní zřetel byl kladen na prohlídku těch nejmladších.

Ústředním motivem výcvikového tábora byl vlastní závodní výcvik, důležitou část tvořila vysokohorská turistika, horolezectví a plánovaná brigáda, která měla krýt část nákladů spojených s pořádáním tohoto tábora.

Cesta do tábora byla tentokrát strastiplná. Po téměř dvoudenním cestování přibyla výprava do Tatranské Lomnice. Rozvodněný Váh zavinul přerušení jízdy v Žilíně a další pokračování teprve po celodenním pozděním. Cesta z Tatranské Lomnice na Zelené pleso také nebyla procházkou. Horské chodníky, lávky a můstky byly strhány povodněmi, a tak výprava, nesoucí všechnu potřebnou výstroj a výzbroj k třítydennímu táboření a lyžování, absolvovala namáhavou túru korytem potoka, po skalách a přes vyvrácené lesní velikány. Protože výprava se skládala převážně z velmi mladých závodníků, lze již tuto cestu hodnotit jako tvrdou zkoušku morální a fyzické vyspělosti všech účastníků.

Výcvikový program tábora byl plánován tak, aby svou náplní odpovídal pokud možno zahájení přípravného období, neměl přílišné zatížení. Výcvik na sněhu byl střídán, vysokohorskou turistikou, ukázkami zlézání některých lehčích stěn s horolezeckým zajištěním, které všichni účastníci tábora absolvovali. Vhodný doplněk tvořily kolektivní sporty a hry, jejichž pravidla byla patřičně upravena pro místní podmínky. Partnerem bylo zde pravidelné druž-

## Předsednictvo ústřední lyžařské sekce rozhodlo

Zavádíme rubriku, která vám bude vodítkem a informátorem, která vás bude pravidelně informovat o práci a rozhodnutích předsednictva ÚLS.

Dnešní informace se zabývá jednáními, která proběhla od červencové schůze. V příštích číslech »Lyžařství« budeme pravidelně pokračovat.

9. VII. 1958.

Předsednictvo hodnotilo práci trenérské rady a určilo následovně směr další činnosti ÚTR:

V trenérské práci uvádět stále v život a prohlubovat zásady demokratického centralismu. TR musí v nejbližší době určit reprezentantům osobní trenéry a tak účinně a systematicky pomáhat reprezentantům v tréninku.

Navržená státní družstva byla schválena a TR bylo uloženo stanovit kontrolní limity pro závodníky jednotlivých disciplín jako kvalifikaci pro OH.

Na soustředěních reprezentantů bude dodržován program.

Usnesení pléna LS bylo rozpracováno organizační komisí do jednotlivých úkolů, jejich plněním byly pověřeny jednotlivé komise ÚLS a jejich plnění je systematicky kontrolováno.

Školení cvičitelů, trenérů a rozhodčích má být prováděno převážně v sobotních a nedělních seminářích. U rozhodčích večer po pracovní době. Všichni se mají zapojit v přechodném a přípravném období do práce v jednotlivých oddílech.

Registrace závodníků probíhá velmi pomalu. Protože se závodní období blíží, je třeba registraci urychleně dokončit.

Byly povoleny opravné zkoušky ústřed-

ním rozhodčím a rozhodčím I. třídy, kteří při přezkoušení neprospěli.

Komise mládeže připravila pro letošní zimu propagační skládačku, která vyjde ve značném nákladu.

Ještě letos budou vyrobeny nové lyžařské odznaky a odznaky lyžařských cvičitelů, rozhodčích a trenérů, které bude možno zakoupit.

13. VIII. 1958.

Předsednictvo rozhodlo za přítomnosti zástupců jednoty potrestat Iľju Matouše za nesportovní chování důtkou, která mu bude udělena předsedou jednoty za přítomnosti zástupce krajské sekce.

Instrukční plakát o základním výcviku předložila ÚMK, byl schválen a vyjde před zimou.

Trenérskou radou navrhovaná směrná čísla pro školení dobrovolných trenérů byla schválena.

Soudruh Pácl referoval o V. plénu ÚV ČSTV. Byly zdůrazněny nejdůležitější úkoly pro další naši činnost: rozšiřovat masovou základnu, provádět dále nábořové závody, dny otevřených svahů, spolupracovat se školami, ČSM, pionýrskými organizacemi.

Předseda plánovací komise podal informaci o přípravě investičního úkolu v Modrém dole v Krkonoších a o situaci v Novém Městě na Moravě, kde květnová vichřice zničila všechny lyžařské můstky.

Jednání s ministerstvem vnitřního obchodu o snížení cen lyžařské obuvi není dosud příznivě ukončeno.

stvo plzeňských lyžařů, které se tábora rovněž zúčastnilo.

I když vezmeme v úvahu skutečnost, že přes veškerou snahu bylo tréninkové zatížení na počátek přípravného období vinou okolností spojených s pobytem ve stanovém táboře značné, přece jen je tento nedostatek mnohonásobně vyvážen nejen plnými desíti dnů tréninku na celkem dobrém sněhu. Hlavním příznivým činitelem je zkrácení přípravného období, dále pak blahodárné působení celého kolektivu v daných podmínkách na růst morálně vnitřní vlastnosti každého jednotlivce a v neposlední řadě i získání fyzické zdatnosti v přírodních podmínkách, na sněhu, bez náhražek.

Má-li podobný výcvikový tábor splnit svůj účel, je třeba zvýšené kázně od všech účastníků a samozřejmě i naprosté autority trenéra. Po této stránce lze hodnotit všechny účastníky tábora velmi kladně. Chlapci a děvčata pochopili, že kázeň a morální vyspělost ve formě, jak je od nich žádána, není ve vysokohorských podmínkách frázi, ale naprostou nutností. Tato skutečnost byla podtržena rozmary tatranské přírody, která za dobu trvání tábora vystřídala celou škálu všech svých tváří, od té nejpříjemnější sluneční pohody až do děsivé prudké bouře spojené s krupobitím a přivály vod.

Způsob, jakým se všichni účastníci vyrovnávali se všemi nesnázemi, svědčí o dobrém výběru všech účastníků pro tuto akci. Soutěžilo se na každém kroku: na sněhu při tréninku slalomu, při vyběhnutí

i odbíjené, při speciální hře »Tatranská házená«, kde soupeřem není jen družstvo protivníka, ale i terénní nerovnosti a kosodřevina. Padaly i rekordy, když zásobovací četa urazila cestu s nákladem potravin z Tatranské Lomnice do tábora za jednu a půl hodiny (11 km, 880 m terénní převýšení, 20 kg zátěže). Úměrně s fyzickým zatížením padaly samozřejmě i rekordy ve váze sněžených potravin. Zdravá chuť k jídlu měla ovšem i méně příjemnou stránku věci. Denně bylo třeba do tábora odnést 65 kg potravin. Tuto nikoli nejjednodušší záležitost likvidovali dorostenci a dorostenky, zatímco skupina mladších obstarávala služby v táboře. Namísto plánované brigády, která nemohla být uskutečněna v důsledku živelné pohromy, která tuto část Tater postihla, pracovali někteří starší dorostenci jako nosiči potravin do odříznuté chaty na Zeleném plesu a pomohli tak krýt náklady spojené s uspořádáním tábora.

Závěrem lze tento výcvikový tábor hodnotit velmi kladně. Některé dílčí nedostatky, vyskytnuvší se během trvání tábora, nemohly ovlivnit celou řadu příznivých faktorů odměňujících účastníky. Jisté je, že ani v budoucnosti neupustíme od tohoto způsobu zahájení přípravného období. Naši snahou bude rozšířit ještě více počet vyvolených k této akci a zainteresovat také větší počet trenérů tak, aby vlastní výcvik na sněhu mohl být co nejvaldnější.

HOLINGER JOSEF, krajský trenér

# KAV

Letos v létě navštívily tři skupiny československých horolezců Kavkaz. Kromě reprezentačního horolezeckého družstva to byly dvě početné výpravy našich horolezců, z nichž první pobyla v oblasti Baksanu (centrální Kavkaz západní část, oblast Elbrusu) a druhá v oblasti Dombaj (západní Kavkaz). Protože horolezci, lyžaři a vodáci jsou často jedni a tiž lidé, lze očekávat, že další zájezdy našich sportovců budou díky nově navázaným stykům se sovětskými přáteli uskutečněny napříště v daleko větší míře než letos.

Účastníci zájezdu do oblasti řeky Baksanu měli možnost spatřit britskou Huntovu expedici, která toho času právě pobývala v blízkém táboře Šhelda. Bylo v ní několik účastníků slavné výpravy, která po prvé zdolala Everest, včetně vůdce expedice Johna Hunta.

Kavkaz je velmi rozlehlým pohořím, značně větším a vyšším než Alpy. Proti Alpám je daleko hůře přístupným. Od železnice je hlavní hřeben vzdálen cca 200 km a silnice, vedoucí hlubokými roklemi podle divokých, dosud nikým nesjetých řek, jsou teprve v poslední době upravovány do lepšího stavu. Za všechny komentáře mluví to, že v celé části centrálního Kavkazu není v délce několika set kilometrů komunikace, která by spojovala sever Kavkazu s jím. Také střediska, horolezecké a turistické základny se teprve nedávno budují a vzhledem k rozlehlosti pohoří je jich stále málo.

Proto je Kavkaz rájem opravdových sportovců, horolezců, turistů a lyžařů. Na kavkazských ledovcích a firnových polích je možno i uprostřed léta vytyčit sjezdovky, které po všech stránkách překonají tatranské a alpské sjezdovky i za zimních podmínek. Bohužel výtahy a lanovky tu prozatím nejsou. Je však jisté, že po vybudování těchto za-

Cesta na Elbrus vede nejprve překrásně rozkvetlými horskými loukami, jímž tvoří pozadí sněhobílé stěny. Pak se prodírá pustými, balvanitými srázy zvětralé lávy a sopečné strusky. I zde však kvetou nevidané alpinky až do výše 3800 m. Výše je pak jenom věčný led a sníh (obr. vlevo nahoře). — Tábořiště pod Džan-tuganem ve výši 2300 m, kde se čs. výprava setkala se sovětskými lyžaři. V pozadí ledovce a firnoviska spodní části doliny Adyl-su, výška okolních štítů je kolem 4000 m (obr. vlevo dole). — Pohled z Elbrusu od »Útulku jedenácti« ve výši 4200 m na část kavkazského hřebene. Z vrcholu Elbrusu lze přehlédnout za jasného počasí celý Kavkaz a okolí v okruhu několika set kilometrů (obr. upravo nahoře). — Odpočinek na ledovci Kaška-taš (obr. upravo dole).



# PŘÍŠT LYŽA

# KAZ

řizení, jakož i příslušných středisek budou Alpy zatlačeny do pozadí a světová sjezdářská elita se přestěhuje sem.

Sovětská lyžařská elita využívá příznivých sněhových podmínek na Kavkaze k letním tréninkům. S jednou takovou výpravou se naši horolezci setkali na louce pod Džan-tuganem, kde si sovětská lyžařská elita postavila stanový tábor ve výši asi 2300 m. Odtud je jen několik minut chůze k ideálnímu sjezdářskému terénu na okolních ledovcích a firnoviskách. Nádherné lyžařské terény jsou i na úpatích Elbrusu, zde ovšem v polohách nad 4000 m je k provozování lyžování nutná aklimatizace. Za příznivých podmínek lze na lyžích vystoupit až na vrchol Elbrusu do výše 5633 m.

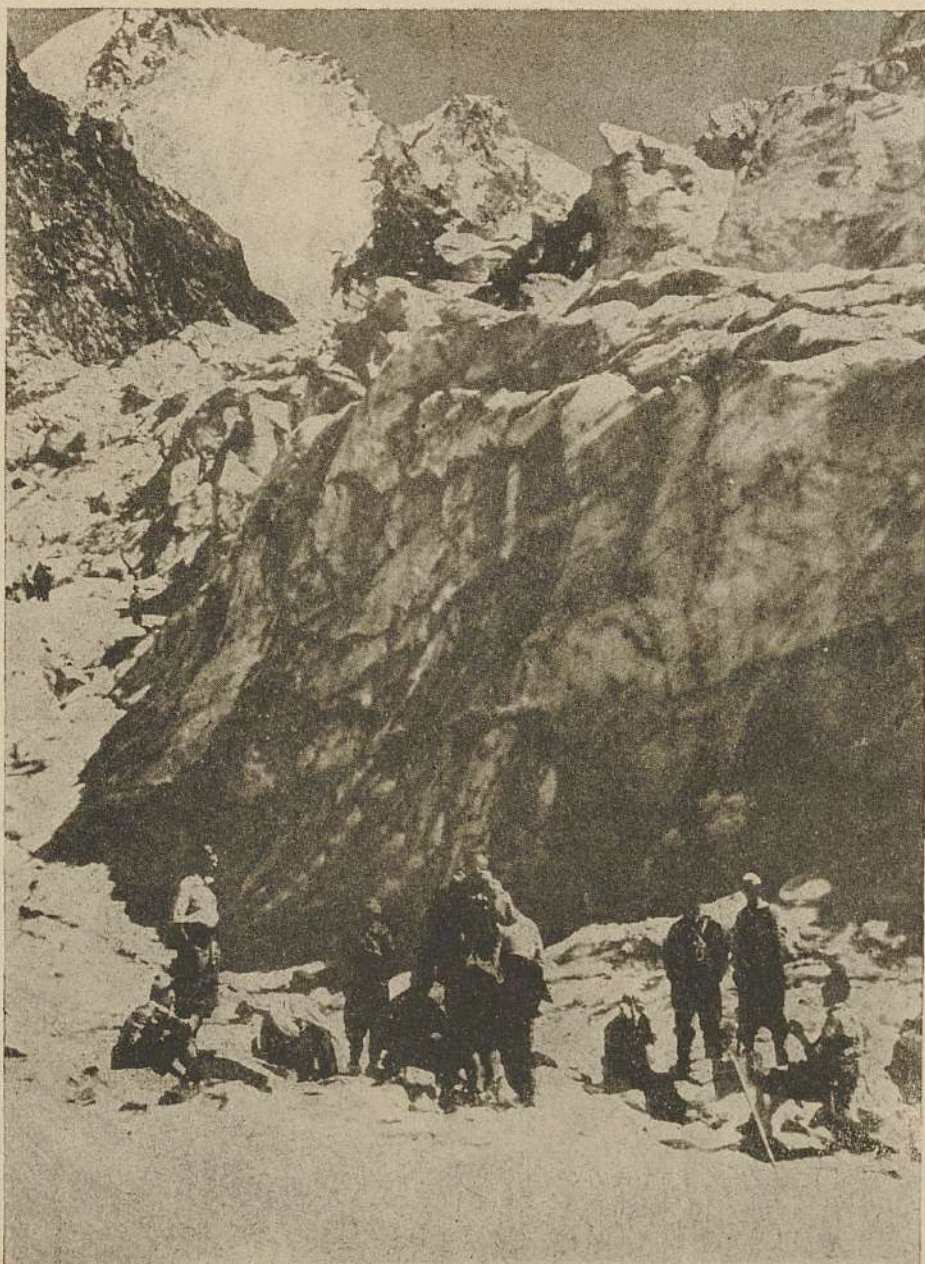
Kavkazské ledovce dosahují při severních svazích většinou do úrovně kolem 2300 m, ojediněle i pod 2000 m. Ledovce na jižních svazích začínají o několik set metrů výše. Řada vrcholů kolem 4000 metrů je dosažitelná na lyžích; je však třeba brát zřetel na nebezpečí lavin, které jsou daleko nebezpečnější než v Tatrách, a na ledovcové trhliny. Horácká služba je dobře organizována, ovšem velké vzdálenosti a značná odlehlost vyžadují větší opatrnosti a ukázněnosti než u nás.

Z Československa lze Kavkaz dosáhnout buď železnicí přes Čop, Kyjev, Rostov a Minerální vody, resp. Naččik a odtud autobusy až do horských středisek. Jedna cesta trvá 5½ dne. Druhá možnost je letecky do Lvova nebo Kyjeva, odtud je spojení na Minerální vody i do Adleru při černomořském pobřeží. Tím se ušetří asi tři dny cesty.

Každá návštěva Kavkazu v prostředí kouzelné, divoké přírody a nevidané vegetace v kolektivu sovětských přátel zanechá ve všech nezapomenutelný dojem.

Inž. JIŘÍ LÁŠEK

# Í RÁJ AŘŮ



# DĚLKA A FREKVENCE KROKU

POZNATKY Z V. ROČNÍKU MEZINÁRODNÍCH ZÁVODŮ V HARRACHOVĚ  
POKRAČOVÁNÍ ČLÁNKU Z ČÍSLA 5-1958

V rámci dlouhodobého výzkumu běhu na lyžích byla prováděna určitá pozorování a měření i při V. mezinárodních závodech v Harrachově. Tento výzkum zjišťuje především závislost mezi délkou kroku, frekvencí kroků za časovou jednotku a výsledným časem. Z pozorování lze však učinit některé závěry ihned. Rozborem běhu mužů při výstupu lze konstatovat:

Finové vyběhají prudká stoupání velmi rychlou frekvencí. Leh-tonen dokázal běžet frekvencí až 170 kroků za minutu — a to i na delším úseku (40 m). Také Jussila šel výstupy rychlou frekvencí. Odlišně si počínal Pelkonen. Tento závodník s velmi dlouhým krokem běžel skluzem všady, kde to sklon svahu jen trochu dovozoval (a to bylo i do stoupání 12—15%). Přitom jeho frekvence v těchto případech neklesla pod 130 kroků za minutu. Pochopitelně byl při výstupech nejrychlejší.

Závodníci z NDR šli výstupy sice dlouhým krokem, ale poměrně malou frekvencí. Na menších sklonech svahu se vyrovnali rychlostí našim reprezentantům; při větších stoupáních — především v závěru závodu — se jejich rychlost snížila.

Z Poláků byl zachycen jen Czerniawski s celkem průměrnými hodnotami.

Maďar Sajgo šel stoupání dobře a vyrovnal se našim reprezentantům. Českoslovenští reprezentanti-běžci byli při stoupáních v průběhu trati slabší než Finové; v závěru se Finům vyrovnali.

Spolehlivě běžel výstupy Cardal, sice poměrně kratším krokem, ale velkou frekvencí. Také Prokeš se ve výstupech dobře uplatnil, když menší frekvencí vyrovnával délkou kroku. Reprezentanti-sdružení při běhu na 15 km se celkově vyrovnali běžcům specialistům. Členové Dukly Liberec jeli stoupání poměrně delším krokem s menší frekvencí než reprezentanti. Při stoupáních v závěru tratě však vesměs velmi dobře finišovali. Z ostatních závodníků má velmi rychlé výstupy Blažiček, jedoucím dlouhým krokem s dobrou frekvencí, a Kulík, běžící kratším krokem s velkou až maximální frekvencí.

Velmi poučné jsou hodnoty zachycené na stoupání před cílem běhu na 15 km. Měření bylo provedeno na posledním úseku

prudkého stoupání asi 100 m dlouhého, kontrolovaný úsek měl délku 30 m a tento profil: 5 m — 28 %, 15 m — 18 %, 10 m — 14 %; tedy průměrně 18,5 % stupu.

Finové jeli tento úsek frekvencí o třetinu větší než na rovině, asi 135 kroků za minutu, a to poměrně vyrovnaně, s rozdílem  $\pm 2,5$  procenta. Jejich krok byl poměrně dlouhý (1,1 m). Zatímco Leh-tonen (umístění 1) a sdruženář Jusila (umístění 9) zdolali výstup během stoupavým. Pelkonen (umístění 2) dokázal v horní části stoupání jít skluzem s délkou kroku podstatně delší (1,4 m—1,5 m) při frekvenci 130 kroků za minutu. Tento závodník byl také v měřeném úseku nejrychlejší (průměrná rychlost téměř 3 m/vt.).

Závodníci z NDR jeli úsek nižší frekvencí, jen asi o pětinu vyšší než na rovině. Jejich rychlost zde byla poněkud pod průměrem. Délku kroků měli průměrnou. Nejlepší jel sdruženář Böhme (umístění 24), zatímco Körner (umístění 55) byl již značně vyčerpan.

Maďar Sajgo (umístění 10) šel stoupání dobře. Jeho rychlost byla poněkud nad průměrem. Délku kroku měl průměrnou, frekvenci o třetinu vyšší než na rovině.

Z Poláků Czerniawski (umístění 30) měl celkem průměrné hodnoty (rychlost 2,5 m/vt., délka kroku 1,1 m, frekvence 135 kroků za minutu).

Reprezentanti ČSR se zde vyrovnali rychlostí Finům. Cardal (umístění 4) stoupal velmi rychle (2,72 m/vt.), s krátkým krokem (1,0 m), ale maximální frekvencí přes 160 kroků za minutu. Prokeš (umístění 3) měl rychlost průměrnou (2,52 m/vt.), krok dlouhý (1,25 m), frekvenci nižší, 120 kroků za minutu. Hrubý (umístění 7) šel průměrně, kdežto Pospíšil (umístění 27) byl zřejmě již vyčerpan a tento poslední výstup pro něj znamenal ztrátu dvou míst v pořadí.

Reprezentanti-sdružení se celkově vyrovnali běžcům specialistům. Nejrychlejší zde byl Nüsser (umístění 25), jehož průměrná rychlost se blížila 3 m/vt. To docílil jednak dostatečně dlouhým krokem — 1,15 m — jednak frekvencí vysokou přes 150 kroků za minutu. Melich (umístění 8) měl hodnoty průměrné, kdežto Kubica (umístění 29) a Lahr (umístění 22) byli již značně unaveni.

Závodníci družstva Dukly Liberec měli zde velmi vyrovnané hodnoty. Řada běžců dosahovala délky kroku 1,1 m, při frekvenci 140 kroků za minutu, což znamenalo průměrnou rychlost nad 2,5 m/vt. Většina taktó běžících závodníků se umístila v první polovině soutěže (Holubec 11., Baluch 13., Jeřábek 15., Stibůrek 16., Pešl 18., Farský 20.). Dobře zde jeli i další (Zák 31., Klamar 34., Potměšil 37., Maleňák 40., Balatka 41. a Krupka 44.). Nevedlo se zde jen několika (Thomas 17., Hrbek 51. a Martiňák 57.).

Je tedy potěšující, že většina především mladých závodníků stoupala v závěru závodu velmi dobře, vhodně dlouhým krokem a vysokou frekvencí.

Jedno poučení z vyhodnocených výsledků přímo bije do očí. Bojovat nutno až do konce závodu!!

Na posledním stoupání v délce asi 100 m si celá řada závodníků zhoršila umístění, a to někdy i o 2 místa, zatímco jiní si dobrým závěrem umístění zlepšili. Zde si zhoršili pořadí: Okuliar, Thomas, Kubica, Pospíšil a Mejzlík o 2 místa. Naopak rychlým zdoláním tohoto úseku stoupání si zlepšili pořadí: Baluch, Stibůrek, Nüsser, Gabriel, Kulík, Zemánek, Jindra a Gabera.

Uvažujeme-li za průměrnou rychlost 2,5 m/vt. (jak vychází vyčíslením získaných hodnot), pak na tomto 100 m dlouhém úseku získali někteří závodníci až 7 vt. (Kulík!), zatímco jiní ztratili až 15 vt. (Mejzlík), ojedinelé i přes 20 vt. (inž. Kožený). Ztráta 6—7 vt. byla dosti častá (Okuliar, Thomas, Kolařík, Lahr, Hrbek, Pechal, Martiňák, Pálko); ze zahraničních závodníků zde ztratil Körner z NDR.

## VYHODNOCENÍ POZOROVÁNÍ Z BĚHU ŽEN NA 5 km A 10 km PŘINESLO TYTO POZNATKY:

Porovnání způsobu jízdy mužů a žen na stejném úseku stoupání ukázalo, že zdolávání výstupů u žen není ještě píně na výši.

Průměrná rychlost mužů ve stoupání při běhu na 30 km byla 2,9 m/vt., průměrná rychlost žen ve stoupání při běhu na 10 km byla 2,07 m/vt. Průměrná rychlost reprezentantů ČSR ve stoupání při běhu na 30 km byla 3,05 m/vt., průměrná rychlost reprezentantek ČSR ve stoupání při běhu na 10 km byla 2,23 m/vt. Je tedy diference v prvním případě 0,83 m/vt., což znamená zhoršení o 28,5 %, a ve druhém případě o 0,82 %, což znamená zhoršení o 27 %.

Jiný obraz je při porovnání celkové průměrné rychlosti u mužů z běhu na 30 km a u žen z běhu na 10 km. Zde je průměrná rychlost mužů při běhu na 30 km 4,00 m/vt., průměrná rychlost žen při běhu na 10 km 3,45 m/vt. Průměrná rychlost reprezentantů ČSR v běhu na 30 km 4,30 m/vt., průměrná rych-



Ladislav Hrubý na trati běhu na 15 kilometrů



lost reprezentantek ČSR v běhu na 10 km 3,70 m/vt. Je tedy diference v prvním případě 0,55 m/vt., což je zhoršení o 13,8 %, a ve druhém případě 0,60 m/vt., což je zhoršení o 14,0 %.

Jak patrně, jsou tyto výsledky z celkové rychlosti pro ženy podstatně příznivější než výsledky získané při výstupech. Toto neúměrné zhoršení při výstupech, které znamená asi 15 %, je způsobeno především nepoměrným zkrácením kroku a postupně snižovanou frekvencí. Ženy po celkem dobře provedeném nástupu ve stoupání brzy ztrácejí původní rytmus, takže jejich další běh se mění v pochodování.

Dalším poznatkem je zjevné narůstání únavy u našich i předních závodnic při běhu na 10 km.

Přihlédneme-li k výsledným časům v běhu na 5 km a 10 km, tu se jeví zhoršení času průměrně o 1:12 min., což znamená 2,8 % — toto zhoršení možno nazvat koeficientem únavy. U některých závodnic je podstatně větší než průměr. Jsou však i závodnice, které se nejen nezhoršily, ale dokonce zlepšily. Zlepšení je u Švédky Elofssonové o 0,8 %, Kamlerové o 1,2 %, Laškové o 0,4 % a dr. Duškové o 1,7 % (u posledních dvou je to vlivem špatného výsledku na 5 km). Poměrně značné zhoršení se projevuje u Patočkové (4,4 %), Benešové (4,7 %), Fialové (5,5 %), A. Stehlíkové (7,8 %) a N. Stehlíkové (dokonce 13 %). Je patrné, že podle výsledných časů (kromě sester Stehlíkových) nebyl koeficient únavy celkově příliš vysoký.

Podstatně jiný obraz vzniká rozбором hodnot získaných na pozorovaném úseku 1200 m před cílem jak při běhu na 5 km, tak i při běhu na 10 km. I když přihlédneme k tomu, že sněhové poměry byly při běhu na 10 km o něco horší (ale jen velmi nepatrně), přece jen zachycené údaje jsou zarážející. Bylo kontrolováno 14 závodnic. Délka kroku se zkrátila průměrně o 37 %, frekvence se sice zvýšila o 9 %, rychlost se však snížila o celých 30 %! Přitom závodnice tento úsek při běhu na 5 km absolvovaly stylově velmi dobře, kdežto při běhu na 10 km jej již nezdovaly během, ale jen zrychlenou chůzí. Téměř u všech závodnic se z přílišné únavy objevily hrubé nedostatky stylové (toporný postoj, nepatrný odraz apod.).

Uvedený rozbor znovu dokazuje, že naše závodnice nejsou dostatečně vytrvalé. Schází jim nejen tvrdší trénink s většími dávkami, ale také častější závody v běhu na 10 km.

Dr. inž. SLAVOJ SVOBODA



Heikki Lehtonen na trati běhu na 15 km

## DOBRÁ VĚC SE PODAŘILA

Od 30. července t. r. je na koupališti v Liberci-Rochlicích v provozu nové zařízení pro trénink skokanů na lyžích. Je to novinka, u nás dosud neznámá, a proto způsobila v Liberci trochu rozruchu. Celkem málo známé koupaliště v Rochlicích ožilo nebyvalým ruchem. Příčinou se o to jen málo osob. Jednání s Poslužným kombinátem města Liberce, jemuž koupaliště patří, proběhlo hladce, protože jeho

vedení má pochopení pro sport i novinky, které s sebou přináší.

Zaměřil jsem terén a vypracoval jsem rovněž ideový návrh a nejnútnejší nákrešy pro stavbu skluzavky pro trénink skoku na lyžích. Zkušeností bylo málo. Nikdo z nás čtyř, dva trenéři skoku a dva dorostenci, kteří jsme na stavbě převážně pracovali, podobnou věc neviděl. Návrh byl vypracován podle mého rozhovoru s finským trenérem

Lasse Johanssonem a podle článku v norské skokanské příručce »Alt om skihopping« od Thorleifa Schjelderupa a pak trochu podle citu a terénních možností. Finové podobného zařízení používají již několik let a trenovali na něm všichni přední skokani Finska, a to jak olympijští vítězové 1956 v Cortině Hyvärinen a Kallakorpi, tak i vítězové mistrovství světa 1958 v Lahti Juhani Kärkinen a Ensio Hyytiä a další.

V Německé demokratické republice podobného zařízení používají pro trénink sdružení, pod vedením trenéra Friedla, zatím co trenér skokanů Hans Renner dával přednost tréninku na můstcích s umělou hmotou. Finové mají skluzavku na břehu jezera v Kouvola, kde výška stolu je 3,30 m a výška vrcholu nájezdové věže je 13 m nad hladinou. To byly jediné technické údaje, které mi řekl Lasse Johansson.

Pro naši potřebu v Liberci, kde zatím nemáme vynikající skokany, jsem chtěl postavit něco menšího. Nebyl jsem si však jist, zda výška stolu má rozhodující vliv pro správné přetočení po provedeném odrazu. Zvolil jsem výšku stolu 2 m a výšku nájezdu 10 m nad hladinou vody.

Sklon nájezdové věže 30 stupňů, sklon odrazového stolu 5 stupňů, přechodový oblouk o poloměru 25 m a délka stolu 3 m, takže celková délka rozjezdu včetně stolu je 23 m. Konstrukce věže je železná, je na ní položena dřevěná podlážka, potažená folií novoduru o šířce 60 cm. Na tuto folii je středem nalepena zvládná folie v šířce 40 cm, umožňující vedení lyží. Na lyže dlouhé 50–70 cm jsou nalepeny rovněž úzké pásky zvládné folie a tím je dosaženo dobrého vedení. Celá stavba byla hotova za tři týdny.

Nastal okamžik prvních praktických zkoušek. Po vyřešení problému bezpečného vedení lyží začaly se skoky dařit. Na lyže byly upraveny dřevěné klíny pod chodidla — nejlépe 5 cm vysoké — a vyřešeno uvázání, které umožňuje uvolnění lyží po odrazu. V praxi se ukázalo, že není nutné žádné uvázání, stačí postavit se na lyže bosou nohou a zabránit pouze smekání.

Skluzavka umožňuje velmi dobrý trénink nájezdu a odrazu. Pohybové návyky v těchto dvou fázích skoku jsou stejné jako při skoku na lyžích v zimě. Dá se velmi dobře natrénovat správnost odrazu, rychlost a správná poloha pro podmínky



Před zahájením skoků je nutno skluzavku pokropit

# ROŽNOV POD RADHOŠTĚM OŽIL V ČERVENCI SKOKANY

»Horské půvabné městečko Rožnov pod Radhoštěm, rozkládající se na úpatí radhošských svahů, vítá všechny návštěvníky, kteří zde chtějí prožít krásné chvíle oddechu po plodné práci.« Tak jsme četli na vkusně vypracovaném rozpisu exhibičních skoků na lyžích.

Exhibiční skoky na lyžích, pořádané na můstku s umělou hmotou s kritickým bodem 53,5 metru na Hradisku, přilákaly několik tisíc diváků. Pro mnohé z nich, kteří viděli skoky na lyžích v létě poprvé, zanechal tento den nezapomenutelné dojmy. S napětím a obdivem pozorovali odvážné výkony našich skokanů, mezi nimiž převládali dorostenci. Dokonce i někteří rožnovští žáci se během necelého roku od dokončení definitivní úpravy a pokrytí umělou hmotou vypracovali tak, že se odvážili ke skokům na tomto pěkném můstku. Na třicet mladých nadějných skokanů, které nyní Rožnov má, vděčí všem, kdož se přičinili o výstavbu tohoto můstku, za tak dobré tréninkové možnosti. Skromným a pilným sportovcům valašských hor, kteří při budování tohoto můstku odpracovali 54.000 brigádnických hodin, budou úspěchy jejich závodníků nejlepší odměnou za jejich obětavou práci.

Velmi pěkné a vyrovnané výkony v závodě podali především Stuchlík, Melich a Ne-

vľud v mužích, Motejlek, Ulrych, Skalský a Hubač v dorostencích. Nejdelšího skoku 55 metrů dosáhl Jarek Nevľud. Stuchlík a sdruženář mistr sportu Vlasta Melich prokázali podstatně zlepšenou výkonnost proti výkonům v letošní zimě.

## Výsledky — muži:

Stuchlík (Sp. Semily) nejdelší skok 54 m, 319,9 b., Melich (J. Harrachov) 52 m, 319,8 b., Nevľud (Sl. Ostrava) 55 m, 288,2 b., Horník (Sp. Třemošná) 51 m, 239,2 b.

## Junioři:

Ríha (L. Trutnov) 46 m, 263,1 b., Osvald (L. Bratislava) 42 m, 236,7 b.

## Dorostenci:

Motejlek (J. Harrachov) 52 m, 304,8 b., Ulrych (J. Harrachov) 50,5 m, 296,6 b.

## Žáci:

Homolka (L. Bratislava) 26 m, Jakšík (B. Ostrava) 24 m.

Skoků v Rožnově využili rovněž oblastní trenéři skokanské komise ústřední trenérské rady, kteří sem přijeli se svými svěřenci a v sobotu večer se radili o nových formách přípravy skokanů a sdruženářů. Hlavní těžiště přípravy u skokanů i sdruženářů bude v oddílech. Pověření trenéři družstev sdruženářů a trenéři jednotlivých oblastí u skokanů odpovídají za organizování tréninku. Řídí se všeobecnými pokyny, které vypracovala ústřední trenérská rada, při



Pohled na můstky v Rožnově pod Radhoštěm. V popředí zleva dorostenci: Hübnér, Doubek, Hubač a Bujárek

velkého můstku. Skokan sám velmi dobře cítí, zda se odrazil správně. Za nesprávné provedení je vzápětí potrestán tím, že ho voda trochu štipne. Při správném provedení se padá po hlavě do vody. Padá-li skokan do vody po nohách, provedl odraz špatně. Skokan musí jak v zimě na můstku, tak i zde na skluzavce odrazem získat rotaci kolem svého těžiště. Při stejné po-

loze a účinnosti odrazu je na můstku rotace menší, protože má skokan na nohou boty a lyže, které představují značnou váhu. V další části letu pak lyže skýtají určitou nosnou polohu a zaoblení doskočiště umožňuje dopad na nohy. Po praktických zkouškách jsem nabyl přesvědčení, že trénink na skluzavce je pro skokany vysoce hodnotný, a mohu jej doporučit. Další velkou

výhodou je možnost velkého počtu skoků v krátké době. Tak například dorostenec Dvořák provedl za týden 70 skoků. Chybí při odrazu na skluzavce se projevují stejně jako v zimě. Při předčasném odrazu skokan přepadá, při pozdním odrazu nedotočí a padá na nohy nebo na břicho. Jelikož nájezdová rychlost je zde menší než na velkém můstku a trenér může být v bez-

prostřední blízkosti, dají se detaily odrazu mnohem lépe postřehnout a navičovat. I pro rozhoďci stylu jsou zde velmi snadno ke postřehnutí správné odrazy i drobné chyby, které při skocích v zimě jen těžko rozeznávají.

Jsem proto rád, že mohu prohlásit: »Dobrá věc se podařila!«

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK



Skoky jsme pro bezpečnost prováděli v rukavicích. První, kdo vyzkoušel dobré dílo, byl jeho spolustavitel trenér Makovec.

Spolu se sportovními výkony požadujeme u našich sportovců i morálně politickou vyspělost, uvědomělý poměr k našemu socialistickému vlastenectví, k našemu pracujícímu lidu. Proto je nezbytné nutné, aby každý náš sportovec měl svůj mateřský závod, kde je zaměstnán, aby byl stále ve spojení s pracovním kolektivem a právě za jeho pomoci a pomocí tělovýchovné organizace mu byly umožněny ty nejprůzračnější podmínky pro jeho sportovní růst. Jeho materiální závislost nemůže a nesmí být u nás již nikdy postavena na jednotlivcích, ale na společnosti — kolektivu, z něhož vyšel.

Z toho všeho je zřejmé, že není možno chápat organizování mezinárodních styků z jiných hledisek než politických a sportovních, a nikoliv jako nějakou odměnu apod. Nebo dokonce vysílat oddíly nebo jednotlivce do zahraničí jen proto, že tam ještě nebyli, že si to zaslouží apod.

Pro organizování mezinárodních styků byly vydány přesné směrnice, které je nutno všude bezpodmínečně dodržovat. Mezinárodní styky se budou v těchto zásadách plánovitě rozvíjet.

Bylo nutno zabránit chaotičnosti a velkému zbytečnému množství mezinárodních styků, kde často nebyl sledován jejich sportovní politický význam. Proto mezinárodní styky organizujeme ústředně a bez souhlasu ústředí není možno předem s nikým v zahraničí vyjednávat, jak se nám to dosud stávalo. Chceme do budoucna raději méně styků, ale lépe je organizovat.

Z referátu soudruha Fr. Vodsloně na V. plénu ÚV ČSTV.

čímž mají úplnou volnost ve volbě tréninkových forem. Všichni jsou vedeni stejnou myšlenkou — přivést své svěřence k nejlepšímu výkonu. Společně krátce srazy a soustředění, které byly na schůzi rovněž dohodnuty, jsou jen minimální a budou sloužit především k výměně zkušeností mezi trenéry jednotlivých oblastí.

Bylo dohodnuto, že skokanské družstvo bude sestaveno až podle výsledků závodů, které budou v Harrachově ve dnech 20. a 21. prosince t. r. Družstvo bude dvanáctičlenné. Prvních pět bude zařazeno přesně podle výsledků závodů, bez ohledu na stáří. Další sedm bude doplněno z mladších skokanů do 22 let, rovněž v pořadí podle umístění v závodech. Ze dvou závodů se každému bude počítat jeho lepší výkon.

Podle výkonů sdruženářů a skokanů na mistrovství republiky a na mezinárodních závodech v Harrachově bude rozhodnuto o účasti závodníků v přípravě na zimní olympijské hry 1960. Byly rovněž navrženy minimální požadavky, jako limity pro zařazení do olympijské přípravy.

Těmito rozhodnutími je dána možnost všem závodníkům, aby bojovali o čest stát se reprezentantem naší vlasti. Věřím, že této příležitosti využije většina našich skokanů. Ze zdravého soutěžení jednotlivých oblastí vyroste nám širší základna i v tak pěkné závodní disciplíně, jakou je skok na lyžích.



Nástup závodníků při zahájení »Skoků na umělé hmotě« v Rožnově pod Radhoštěm

## Ze zasedání skokanské komise FIS

Během mistrovství světa 1958 v Lahti byly uskutečněny dvě pracovní porady pléna skokanské komise FIS a dvě schůze subkomisí. Kromě toho se členové komise scházeli na kursu pro rozhodčí FIS, o němž píše soudruh Duffek.

Za předsednictví Yrjö Kaloniemiho (Finsko) se jednání zúčastnili řádní členové komise a některých subkomisí: Pelle Oehman (Švédsko), Erich Recknagel a Hans Renner (NDR), dr. inž. R. Straumann (Švýcarsko), M. Bělonožník (ČSR),

Mieczysław Kozdrań (Polsko), Heini Klopfer (NSR), Arthur Nordlie (Norsko), Earle B. Little a Gustav Raatum (USA), Luigi Flumiani (Itálie) a inž. Hartwagner (Rakousko).

Kromě běžného sledování tréninku, závodů skokanských disciplín a stavu můstku v Lahti zabývala se komise některými dalšími otázkami, s nimiž chce naši lyžařskou veřejnost seznámit.

Pokud jde o otázky týkající se rozhodčích stylu, byly diskutovány tyto dvě:

1. Na návrh Pelle Oehmana, který poukázal na znění § 86 mezinárodního závadního řádu, podle něhož se má skokan ihned po doskoku napřímit a odjíždět v klidném a jistém držení těla s úzkým vedením lyží, jinak je nutno přikročit k bodovým srážkám. V praxi při tréninku na můstku v Lahti bylo však možno pozorovat, že skoro všichni dobří skokani, kteří dosáhli délky kolem 70 m, zůstávali po doskoku v hlubokém pokleku a projížděli tak celým přechodovým obloukem. Komise rozhodla, že při dlouhých skocích, při nichž už není dobře možno, aby se skokan ihned napřímil, nemá být použito bodové srážky. Neplatí to však pro krátké skoky.

2. Na návrh předsedy komise Y. Kaloniemiho byla diskutována otázka, jak se má rozhodčí dívat na pokrčení nohou skokana v poslední fázi letu vzduchem. Kaloniemi tlumočil finský názor, že vývoj techniky skoku jde tím směrem, aby skokan setrval v maximálním předklonu co nejdéle a neprováděl napřimování těla před doskokem pozvolna. Tímto způsobem dosáhnou skokani podstatně delších skoků. Z takové polohy není však možné bezpečně doskočit jinak než rychlým podtažením nohou, což se děje jejich pokrčením. Kaloniemi navrhoval, aby tento způsob doskoku již při mistrovství světa nebyl trestán bodovou srážkou, neboť se jedná o další vývoj techniky skoku. Skokanská komise však rozhodla, že až do změny pravidel zůstane při dosavadním hodnocení a za pokrčení nohou ve vzduchu musí být dána bodová srážka.

Komise schválila uspořádání letu vzduchem v Oberstdorfu a jmenovala experty, jak určuje mezinárodní závodní řád.

Heini Klopfer byl pověřen, aby v létě 1958 zajel do Squaw Valley a přezkoušel výstavbu olympijských můstků. Rovněž bude nutné, aby byl přítomen technický expert pro OH 1960 na tak zvané předolympiádě, která se bude konat v únoru 1959.

Byla nadhozena též otázka, do jaké míry je pořadatel závodu odpověden za případná zranění závodníků, která nastanou při pořádání závodů za nepříznivých podmínek, jako přímé následky těchto špatných povětrnostních podmínek. Bylo konstatováno, že tato otázka vyžaduje právníckého přezkoušení a bude řešena na příštím zasedání kongresu FIS.

V subkomisi pro stavby můstků byla diskutována otázka norem pro stavby můstků v tabulce II pro špičkové závodníky. Tuto otázku podrobně rozebírá letos v našem časopise v 5. čísle ve svém článku zasloužilý mistr sportu arch. K. Jarolímek. Předsedovi subkomise dr. inž. Straumannovi bylo vytýkáno, že pro nová pravidla dodal tabulky, které kongres v Dubrovniku v roce 1957 neschválil. Skokanská komise tam jednomyslně schválila náš návrh, aby pro stavby můstků bylo použito zkrácení délky nájezdu o 5 %, a kongres s jednomyslným názorem komise automaticky souhlasil. Použití dvou tabulek vneslo do řad odborníků určitý chaos. Straumann vysvětlil své rozhodnutí tím, že skokanská technika je na takovém vzestupu, že i II. tabulka je pouze přechodná. Dokazoval to tvrzením, že při měření rychlostí na odrazišti špičkoví závodníci dosahují maximálně přípustných délek ještě s menší rychlostí. Dr. Straumann byl proto požádán, aby vypracoval tabulku rychlostí na odrazišti, z níž by bylo možno srovnat rychlost jednotlivých skokanů s dosaženou délkou skoku. Zatím se však nedoporučuje stavět můstky podle tabulky II, nýbrž podle tabulky I se snížením délky nájezdu o 5 %.

Byly zjištěny značné nedostatky v profilu můstku v Kulmu a proto byl pověřen pan inž. Hartwagner, aby do příštích závodů na tomto mamutím můstku zařídil odstranění všech nedostatků.

Na můstcích s umělým nájezdem je bezpodmínečně nutno, aby byly strany nájezdu pobity prkny, a to z bezpečnostních důvodů.

Při mistrovství světa musí být pro skok prostý k dispozici můstek s L nejméně 80 m.

Předseda tabulkové komise podal zprávu o stavu dosavadních prací na grafikonu a zájemcům pak pan Schmid podrobněji vysvětlil jeho používání. Praktickou použitelnost nejlíp ukáže praxe. Bylo by jen žádoucí, aby už brzy slíbené grafy dostaly všechny členské státy a mohly je v praxi vyzkoušet.

MIL. BĚLONOŽNÍK,

člen skokanské komise FIS

# NĚKOLIK POZNATKŮ z kursu rozhodčích FIS

POKRAČOVÁNÍ K ČLÁNKU z č. 5. Květen 1958.

V kursu rozhodčích FIS, uspořádaném při mistrovství světa v Lahti, přednesl Sauli Leino referát o poznatcích rozhodčích skoku FIS z mezinárodních závodů.

Ve svém referátu řekl v podstatě asi toto: Názor a náhled jedné osoby je jen zlomkem toho, co je pozorováno, zkoušeno a zjišťováno při různých závodech ve skoku v celém světě. Nezávisle na těchto všeobecných poznatcích činí každý rozhodčí svá pozorování i své uzávěry z toho, co během své praxe zažil, jaký vliv má na hodnocení pořadí skokanů a charakter závodu apod. Je nutné, aby si vybral tu cestu, která nebyla zkreslena přirozenými překážkami, ale tu, kde činovníci docílili v běžné organizaci dobrou spolupráci určitých zlepšení.

Hlediska ovlivňující výkon rozhodčích rozdělují do tří skupin:

1. Rozdíly ve známkách za styl.
2. Vliv technických zařízení na hodnocení.
3. Stav můstku a organizace závodu.

## I. ROZDÍLY VE ZNÁMKÁCH ZA STYL

Stává se, že např. při skoku se střední známku za styl 18,0 bodů je rozdíl mezi hodnocením rozhodčích dokonce až 2,5 bodu. Je jasné, že tak velký rozdíl u jednoho skoku tak dobrého by se nemohl objevit, kdyby si rozhodčí stylu předem správně osvořili názory a náhledy na pojetí celého skoku.

Podle mých pozorování vznikají největší rozdíly tehdy, jestliže při celkové dobré skoku se setkáme s nejistotou na přechodu nebo dojezdu. To jsou ovšem chyby, které mají být vždy trestány. Během posledních let roste trvale průměrná velikost můstků. Dokonce i mamuti můstky byly schváleny pro mezinárodní styl, a tak se zdá, jakoby čím dále tím větší důraz byl kladen při hodnocení delších skoků na vlastní let vzduchem. Je dlouhý a poutavý let vzduchem tak ovlivňující, že v jeho kouzlu zůstávají podřazenými činiteli i základní chyby, kterých se závodník dopustil na konci skoku a které měly být přísně potrestány? Nebo byla nastoupena doktrína, podle níž délka, síla a smělost znamenají zásluhu, zatímco vývoj skoku na lyžích, jeho estetická krása a jistota výkonu je jen zastaralým zpátečnickým ustanovením řádu?

Poslední domněnku podporuje i usnesení učiněné v roce 1957 v Dubrovniku, jímž byla schválena tzv. Straumannova metoda za rovnocennou se starým hodnocením stylu. Bezprostředním předpokladem dobrého výsledku je však dosud podle platných ustanovení krása skoku stejně jako technické provedení, přičemž jsou i dosažené metry spolehodující.

Vývoj stylu skoku a další mezinárodní styl předpokládá, že o těchto otázkách se bude hovořit a že tím bude nalezen a uchráněn jednotný mezinárodní základ, na němž bude stavěna trvalá a prospěšná spolupráce.

## II. VLIV TECHNICKÝCH ZAŘÍZENÍ NA HODNOCENÍ

Nestačí, aby jen rozhodčí stylu byli opravdu na výši, když i vnější zařízení a okolnosti mohou mít rozhodující vliv na oceňování stylu.

Třebna rozhodčích je povětšinou umístěna příliš blízko doskočiště, takže rozhodčí sledují poslední část letu téměř zezadu. Je

samozřejmě, že pak případné chyby hodnocené rozhodčím stylu jsou spíše domněnkou než faktickým zjištěním. Při dodatečné kritice skoků se obvykle zjišťuje tato holá pravda.

Třebna rozhodčích je obvykle umístěna tak, jak určuje norma  $Q = 0,25 - 0,3 \times L$ . Tato norma by měla být podle mého názoru  $Q = 0,4 - 0,5 \times L$ . To by přispělo lepšímu pozorování celého skoku a tím i větší jednotnosti v oceňování.

Při pořádání závodů ve skoku je nutno brát zřetel na požadavky diváků a povšechně zajištění řádného průběhu. Při tom ale je nutno zajistit, aby rozhodčí stylu mohli pracovat samostatně, v klidu, aby nebyli rušeni vnějšími faktory. Vždyť body za styl ovlivňují rozhodujícím způsobem konečné umístění závodníků.

Je třeba vyvarovat se toho, aby mechanická zařízení byla tak umístěna, nebo aby místa jiných činovníků byla tak určena, že by tím nebyla narušována odpovědná činnost rozhodčích. Např. činovník, který dává dále sdělení ze stanoviska rozhodčích, ruší výkon rozhodčích stejně jako rozhovor blízko stojících lidí. Rovněž je nutno zajistit, aby samostatná činnost rozhodčích stylu nebyla rušena místními reproduktory, jakož i přímým vysíláním pro rozhlas, televizi, film apod.

Často mohou tito činitelé, kteří se zdají nepodstatnými, ovlivnit činnost jednotlivce a poznamenat jeho rozhodování.

## III. STAV MŮSTKŮ A ORGANIZACE ZÁVODŮ

Pro zajištění rovnocenných podmínek pro všechny skokany je rozhodující stav můstku a soustavná péče o jeho udržování a úpravu. Již od prvního sněhu mají být jednotlivé sněhové vrstvy dobře ušlapávány, aby vzniklo vrstvení až k zemi pevné, které odpovídá velkým požadavkům závodu, aby platily pro každého závodníka tytéž předpoklady, rozhodovala obratnost a forma skokana a nikoliv štěstí při špatných podmínkách.

Jestliže je zanedbávána věčná a nepřetržitá péče, je téměř nemožné přivést můstek několik dnů před závodem do dobrého stavu. Stává se, že se tak nahromadí během zimy více vrstev různorodého neušlapaného sněhu. Úprava může být pro trénink vyhovující, ale při několikanásobném vyřízení při závodě se sněhová vrstva prolomí a závod sám, i když jinak pečlivě připravený, obdrží těžkou ránu. Při tak krátké přípravě můstku vznikají, zejména při větších mrazech, úseky různé kluznosti, čímž trpí jistota skoků a může zavinit i pády. Také příprava nájezdu pro závody a péče během závodu je neméně důležitá.

Obvykle se upraví nájezd před začátkem závodu a po několika zkušebních skocích se provádí závod. Za těchto podmínek je jasné, že skokani na začátku závodu nemají takovou kluznost jako na konci. Tak ani štěstí při losování neodstraní nebo nezlepší tuto nesprávnost. Může se stát, že nájezd právě uprostřed jednoho kola je částečně poškozen a po úpravě následující skokan je odstartován, aniž by provedení zkušební skoky (proti příslušným ustanovením).

Takovými nesprávnými poměry může být skokan již předem poražen duševně, když mu nebyly dány stejně možnosti k provedení skoku jako druhým.



Josef Jíra ve slalomu na Přeborech ČSR ve Spindlerově Mlýně

Dva lyžařští závodníci, známý sjezdář Josef Jíra a běžec Jiří Novák, se představují tentokrát československé veřejnosti trochu jinak, než jsme je dosud my lyžaři poznali.

Máme možnost seznámit se s jejich tvůrčí prací.

Akademický malíř Josef Jíra a akademický sochař Jiří Novák vystavují obrazy a sochy na své první souborné výstavě v Galerii mladých v Praze II, ve Vodičkově ulici č. 10.

Co si přinesli tito dva mladí umělci ze svého života mezi lyžaři je to, že jejich tvorba neztrácí chuť a jadrnost života, schopnost rvát se zdravě s problémy dneška. Vyjadřují touhu hledat nové formy, jak přiblížit člověku nepřetržitý proces lidského ducha a jeho touhu po poznání pravdy života v boji proti nevědomosti a tmářství. Věří, že silou uměleckého projevu a jeho novými formami přispějí svým způsobem k uskutečnění těchto našemu lidu tak drahých tradic.

Výsledky své několikaleté práce vystavují Josef Jíra a Jiří Novák od 17. září do 17. října 1958.

K zamezení těchto závad musela by být sněhová vrstva nájezdu také dostatečně pevná, aby vydržela opotřebení nejen v tréninku, ale i v celém závodě. Dovolf-li to povětrnostní poměry, měl by nájezd zůstat po závod v tom stavu, v jakém byl při posledním tréninku. Tím by bylo umožněno přesně stanovit délku nájezdu a všem skokanům by byly zajištěny stejné podmínky. I na tyto nesprávnosti poukazovali činovníci často.

Takové nejjednodušší věci mohou vyvolat zmatky a nesprávnosti, rejsou-li shodně řešeny. Je více cest, jimiž lze dosáhnout stejného cíle. Mezinárodní závodní řád je předpis, který byl dán činovníkům a organizátorům jako vodítko. Skýtá však v řadě případů možnost různého výkladu. Výměna názorů znamená nalezení cesty jednotnému výkladu a znamená také, že jednotliví vůdčí myšlenky přispějí dalšímu rozvoji skoku na lyžích na mezinárodním poli.

MILOŠ DUFFEK



## Příběh lyžaře - závodníka

## 8. pokračování

Propletli se tančícími páry ke stolu. Vedle Hofmana a Ondřeje tu už sedí Helena, Lojza i Jiří a je tu místo pro další. Medvěď otvírá láhev červeného vína. V té barvě je rudé listí jeseň, zatím co ve výškách se už šikují mraky, a ptáci, kteří se v nich při přeletu poztráceli, mají napilno, aby unikli mrazivému spáru. Proto se tu lidé shlukli v teplém houfu, aby o sobě věděli. Na horách je třeba vědět o každém živém. Lidé se musí spočítat, než přijdou dny, v nichž je více šera a tmy než světla.

Jen ať muzikanti foukají do větrkových plechů, aspoň na chvíli zakřiknou nad hřebeny kroužící severák, ať veselá nota zažene smutek a nejistotu.

A jak Richard umí v kole ještě vyvádět! Helena se ho musí pevně držet. Zná tuhle odstředivou sílu z nejprudších zatáček. Richard je ještě teď pevný jako země. Udělali kolem nich kruh, z něhož mohou uniknout jenom tancem. Pak je rozdvojil. Lojza drží Helenu, a Růženka, která byla v cíli hned druhá za Lidkou, tančí s Richardem. Muzikanti musili přidat ještě kousek, aby se všichni vystřídali, a nakonec se opět setkala Helena s manželem.

A co ty, Martine? Sedíš tu zakaboněný, jako by ti tohle veselé překáželo, podobně černému mraku, jemuž je lepší někde nad kléči a nad kamením.

To Ondřej je jiný chlapík. Ne že by si tykal s každou lahví jako Hofman, ale ta jeho sršatost a neposednost je z dobré myslí a bodré nátury. Kdepak blížící se padesátka! Jsou přece lidé, kteří život na léta nepočítají! Pravda, roky se v nich vrství jako kruhy ve kmeni, ale jsou neviditelné. Z jejich korun je stále slyšet zpěv, jejich větve stírášají slunce. Někdy to v nich i zaburácí a dlouho to trvá, než jsou si opět kořeny jisty zemí. Takový je Ondřej. Každá vráska kolem očí a úst se vysmívá početlostí času.

— Měl bys jít do kola, řekne Martinovi.

Martin neví, co na to odpovědět. Jen vyprázdní sklenku a znovu jí nalévá.

— Na co piješ, Martine? zeptá se Helena.

Martin se chce usmát, ale ústa se mu zkríví.

— Neměl bys tolik, řekne Lojza.

— Nikdy mě tak nechutnalo jako dnes, vyprázdní Martin další sklenku a dívá se na Lojzu.

Takhle nějak i oni unikají oně chvíli, která najednou přišla a vždycky si z nich někoho vybrala. Do prvních závodů je celých deset neděl a venku je podzim. Ale ty víš, že nadešel tvůj čas.

Ten Ondřejův se naplnil třeba v horkém srpnu. Co ví léto o sněhu? Ondřej věděl, že už nepojede.

— Rok se mnou nic nebylo, než jsem si na sebe zvykl. Už na jiného. Vždycky musíš něco mít, čím to prázdno zaplníš, jinak by ses zbláznil, pokyvuje Ondřej hlavou. Pak jsem začal dělat v lesní školce. A víte, že ty zelené výhonky udělaly ze mne chlapa? Jinak bych sotva rozuměl těm hromotlukům nahoře. Jestli ty stromy mají po smrti své nebe a očistec, rozhodně jim není špatně. Jsou z nich malované hračky, trumpety, panáčky, a to už stojí za to být někomu pro radost.

— Je to moc hezké vypravování, ale z nouze ctnost. Vždycky si okrašlujeme, s čím se musíme smířit, usklíbne se Eman do sklenice.

— Proto sis nechal ve své třicítce narůst plnovous, podívala se Helena vážně na Emanu.

— Nejhorší je, když něco dožiješ, že nevíš, čeho se máš hned chytit. Myslíš si, že jsi zbytečný a že jen na tom světě překážíš. Taky to na mě jednou sedlo. Právě jsme káceli stromy u pramenů. Bylo mě všelijak. Jak jsem při obědě kousal z namazaného krajíce, druhou rukou jsem rozhrabával lišejník na kameni. Jen tak pro nic za nic. Božinku, copak to ty, lišejníku, tady robíš? a podíval jsem se na jeho práci hezky zblízka, když tak dlouho vede sebe pracujeme a jeden o druhém nevíme. Lišejník si uhrýzoval z kamene a drotil jej na drobnou hlínu. Tak trochu jsem o té jeho robotě přemýšlel. Někdy za deset nebo za padesát let jí bude tolik, že semínko z jedle nebo smrku tu bude mít přichystanou koštělku. Povidal jsem si, jaká je to podivuhodná úmluva nebo shoda okolností. Inu, jak chcete. Bylo mě tak trochu hanba za tu bezradnost a malomyslnost. Přece se nedáš zahanbit takovým budičkničtem, jako je lišejník? Pak mi už bylo dobře, opravdu dobře a kdykoliv jsem kolem toho kamene šel, musel jsem se tu zastavit, dopil poslední doušek Hofman.

Všichni pohlédli na Martina, který zvolna upíjel.

— Někdo je jen chvíli sám, někomu to trvá déle, zapálil si Ondřej sváteční doutník.

— Francku, pojď si se mnou připít! zastavil Martin tančícího chlapce.

Franček se podívá na své děvče a nesměle jde ke stolu. Martin nalévá víno do obou sklenek a ti dva teď stojí proti sobě.

— Na co budeme, Francku, pit? zvedá sklenku rozohněný Martin.

— Na vítězství! vzkřikl někdo z tanečníků, kteří se s Frančkem zastavili u Martinově stolu.

Martin se zachytil židle. Ne, to nebylo ještě víno, to byl Frančkův pohled, v němž zahlédl Martin před léty sám sebe. Frančkův pohled, který Martina spálil a on se uvnitř sesul jako hromádka popeľa.

## 6.

Svahy strání zlátnou břízami, olšemi a ještě výš starčky a jestřábníky, zatím co mezi dosud kvetoucími horci svítí už první snh. Nejen podzim, ale i pozdní léto se chce pozdravit s nastávající zimou.

První snh.

To je velká zpráva, kterou přinese nejen Lojza vracející se z obchůzky, ale ještě dříve mrazivý vítr. Zatřese nedovřenými oknicemi, proleze kdejakou škvírou; i dech ti zapaluje kolem úst.

Dobře to udělali ve škole v Modrém mlýně.

Jak napadne první poprašek, přijdou mezi ty nejmenší opravdoví lyžaři. Jak by nepřišli. Vždyť těmto chlapcům, kteří se prohánějí na zasněžených stráních často až do večera, odevzdají jednou všechno, co se sami naučili. Je to krásné dědictví. Je třeba ho dávat po troškách. Najednou by to ti malí a nejmenší ani neunesli. Tolik slávy se urodilo na svazích našich pohraničních hor.

Oči mohou na tobě nechat, Martine! Jen už se neupejpej a začni. Sedni si na lavici vedle kalamáře, a už, prosím tě, povídej. Nemusíš vědět, kdo je Karlík, Frantík, Vašek, Pepík, Honza, Boženka, Olina, Jana a Vendulka. Důležitější je, že oni vědí, že ty jsi Martin.

Ze začátku je každé Martinovo slovo těžké jako kmen nasáklý vodou, ale nakonec je lehké jako tříška, která ulétne zpod sekery.

Martin vypravuje o dobách, kdy lidé na horách lyže ještě neznali, jak hájní, kteří chodili do lesů sypat zvěř, užívali sněžnice z proutí, jímž se říkalo »kropě«. O tom, jak nás Norové seznámili s lyžemi, i jak sekerník Vondrák se pokusil vyrobit první české lyže na pile ve Štěpanicích. Děti by poslouchaly do večera.

Zejména o vlasteneckém učiteli Bucharovi, který měl naše hory tolik rád a zasloužil se, že se lyže dostaly zanedlouho do kdekaké zastrčené chalupy. To už pak bylo na horách veselí. Lidé, vesnice i kopce měli k sobě blízko. Tot se ví, nebylo to jako dneska, rozpovídal se Martin i rukama, jezdilo se jen s jednou, obyčejně s jasanovou holfí. Teprve později k ní ještě jedna přibyla.

A děti jako vy, zadívá se Martin do jejich tváří, jezdily tenkrát na prkýnkách ze sudů. Kdo by tomu dnes věřil, ale když to řekne Martin, jistě to musí být pravda.

Ti malí by poslouchali do tmy a pak by si ještě s sebou Martina vzali domů. Každý by chtěl být jako on, vyhrávat závody doma i v cizině. Ale všemu je konec. Pepík s Boženkou za všechny pěkné Martinovi poděkují a řeknou mu, aby zase brzy mezi ně přišel.

Cestou domů je Martinovi trochu smutno. Jako by ho bylo méně. Snad o tu radost, kterou zahlédl v jejich tvářích, snad o ten šťastný pohled, v němž je i jejich budoucnost. Zase ten stesk, který už Martina tolikrát posedl. Tentokrát se ozývá odjinud. Ale



je to tentýž smutek. Smutek člověka, který dosud nenašel východisko, který se v sobě zastavil a neví, že ze sazenic zatím vyrostly statné smrky, že kámen uprostřed řeky, na němž sedával jako chlapec, voda omlela, že všechno kolem mění svou podobu. Sasankám a zlatohlavým lilím, které nosí na hory z údolí jaro, dávno vylápallo slunce jinou cestu. Jenom ty, Martine, jsi stále tyž. Zůstáváš v sobě jako v bludném kruhu, nevěda si s sebou rady.

Jsi šťasten, když vyhraješ svou »patnáctku« nebo maratón. Dlouhá léta už vítězíš, ale to přece není všechno. Pověz, jak se tato vítězství promítla v tobě jako v člověku, který právě táhne kmeny ke skluzům, zastaví se na lesní cestě s Hofmanem, který dočetl v novinách úvodník. To jen tak namátkou. Život je široký a z každé události tě zasáhne třeba jen nepatrné zrníčko a chce na tobě odpověď, chce slyšet tvé mínění.

Ta tvá »patnáctka« nebo »padesátka«, to není jen záležitost kázně, vůle a vypětí sil, jejichž souhrn vyjádří čas na stopkách, ale každý z těchto závodů má ještě vnitřní smysl, svou mravní hodnotu. Za hranicí vůle, tvé síly a odvahy je ještě jeden cíl, kde odloží své lyže Martin — silný a poetický člověk.

Martin stoupá po umrzlé cestě. Mohl by se zastavit u Hofmana nebo u Ondřeje. Ale takhle se jim ukazovat nebude. Oba na něho umějí políciť.

— To je dost, že jdeš, objeví se najednou Ondřej v záhybu cesty a zrovna vpadne do Martinovi nevlídné nálady.

Martin neví, co hned říci, ale Ondřej ho předejde. — Musíš se zastavit u nás, vrací ho, něco ti ukážu, bere ho pod paží Ondřej.

Kromě Ondřejovy ženy je tu ještě někdo, komu Martin podává ruku: Ondřejův syn Václav.

— Pěkně ses vytáhl, vždyť už je málem z tebe opravdovský mužský, potřásá mu Martin pravici.

— Přijel jsem na sobotu a na neděli, odpoví Václav, který v příštím roce končí studia na uměleckoprůmyslové škole.

— Ale podívej se, co přivezl, ukazuje Ondřej Martinovi něco, co se podobá hračce, ale hračka to není. Snad ozdoba, ale pěkné to je.

— To náš kluk! raduje se Ondřej z Václavovy dovednosti. Inu, jsme oba od dříví, ale na tohle naše píla a sekera nestačí.

Martin si prohlíží dřevěné předměty. Tohle by mohla být lasička, tohle liška, tohle je určitě veverka.

— Sem se podívej! obrací Ondřej Martina za ruku.

V koutě stojí dřevěný pes z velkého kořenu, který rostl do jeho podoby. Pracky zdviženy, panáčkuje na zadních nohách.

— Co tomu říkáš?

Martin si prohlíží zálibně psa i drobné věcičky.

— Je to všechno z našeho lesa. Ta zvířata i to dříví, upozorňuje Ondřej Martina. Je to dobrý nápad, ne?

Martinovi se líbí zvířátka a roztočivé postavy, o nichž slyšel naposledy v pohádkách.

Václav je vyrobil z drobných kořínků a kořenů, které rostly do podoby prohnutého hřbetu lasičky nebo štíhlého krku laně. Kořenům dal novou hmotnost, vdechl do nich jiný život. Už to je krása!

Je však tím vzácnější, že nenapodobuje skutečnost, ale nabízí člověku nový zážitek, činí ho citově bohatším a jistě i šťastnějším.

— A víš, co říká náš Václav?

Martin se mlčky otočí k Ondřejovi a poslouchá.

— Že by se takové věci mohly vyrábět třeba v nějakém družstvu nebo tak nějak a prodávat. Každý si chce něco odnést z hor domů na památku. Václavovi se nelíbí to, co se prodává v chatách i dole v obchodech. Řekni to sám, Václave, já to tak nedovedu povědět.

— No, my jsme už o tom hovořili ve škole, že každý kraj má své zvláštnosti. Jinou rázovitost má krajina a její lidé v Krkonoších, jinou v Tatrách, jinou na Beskydech. V každé drobnosti, kterou by si lidé od nás na památku odnášeli, by ta rázovitost měla být. To, co se ve většině našich chat prodává, to se dostane kdekoli jinde. Ale udělat takové upomínkové předměty, na nichž by nemusilo být nic napsáno a každý by věděl, že jsou odtud! podíval se Václav na tátu i na Martina, jako by je vyzýval.

— To je pravda, otevřel Ondřej skříň a vyndal z ní vázičku, na níž bylo napsáno: Pozdrav z Jitřní hory. Třeba tohle, ukázal Ondřej vázičku Martinovi.

— Zatím je odněkud z vnitrozemí a tam vyryli taky ten ozdobný nápis. Na jinou dáli třeba: Pozdrav ze Šumavy nebo z Poděbrad. Já bych si něco takového nikdy nekoupil. A přece je tady tolik věcí, jimiž bychom se mohli pochlubit a zároveň vytvořit opravdu něco nového.

— Já myslím, že kluk tě dřevařině uteče a on je v ní taky po uši, třeba jinak, směje se Ondřej. Ale já už, Martine, tak trochu rozumím. My jsme tu hrubou práci musili dělat, aby ti, co po nás přijdou, vymyslí zase tyhle věci. Víš, mně se zdá, že to dřevo má ještě jeden život. S člověkem je to taky tak. Nikdy mě nenapadlo, že bych o těch kořenech, co se nám vřívají pod sekerou, mohl mít slušnější mínění. Krouť se to, prevít, a ty si myslíš, že jsou dobré tak do ohně. A zatím tohle! Stačí se jen podívat jinými očima.

— Je to dobrý nápad, pochválí Martin Václavovu práci.

— To je jen začátek. Jak vyjdu školu, hned se do toho pustíme.

Já bych chtěl, aby v těch hračkách a maličkostech byly celé tyhle hory i s táhou, s vůlí, se všemi.

— I se mnou? podívá se Martin na Václava.

— Ano, i s vámi, Martine! Co říkáte tomuhle, ukazuje mu započatý reliéf lyžaře ve dřevě.

— I tohle dovedeš? prohlíží si Martin s podivem zblízka započatou práci. Vždyť v pozadí je Jitřní hora, rozsvítily se najednou Martinovi oči.

— Je, řekne Václav suše, ale potřeboval bych vaši pomoci, Martine.

Martin zvedl oči.

— To jsem teprve v začátcích. Jak víte, moc jsem těm prkynkám nedal a tak jsem se chtěl s vámi poradit.

— Líbí se mi to, prohlíží si Martin postavu závodníka a obrysy Jitřní hory.

— Ale ten lyžař musí být pravdivý zrovna jako ta Jitřní hora, řekne Václav.

Tomu Martin tak docela nerozumí.

— Víte, Martine, ten závodník je v jízdě. Ruce, nohy, sklon těla, všechno musí být správně vystiženo. Tohle, co vidíte, je podle mé představy.

Martin se na obraz pozorně zadívá.

— No, vypadá to, jako by běžel s odpichem soupaž, hovoří Martin odborně.

Ale tomu zase Václav nerozumí.

— Ale něco bych na tom přece jen opravil, zamyslí se Martin nad postavou lyžaře.

— To právě potřebuju. Kde je chyba, Martine?

— Obě hole jsou správně ve sněhu, pravá noha vpředu, levá mírně pokrčená vzadu. To by šlo, prohlíží Martin pozorně nedokončený reliéf. Ale to tělo se mi nezdá, odvrátí oči od obrazu, jako by si chtěl sám sebe představit v podobné situaci na trati. Hlava musí být víc nakloněna dopředu a tělo taky. Ten závodník je přece v plné jízdě, vysvětluje Martin.



— Asi tak? snaží se Václav dokreslit tužkou to, co Martin právě říká.

— Právě tak! Jen tu hlavu ještě víc dopředu. Na tom závodníkoví přece musí být vidět, jak se rve, že jsou za ním i před ním soupeři, rozehrál se Martin najednou, jako by sám stál Václavovi modelem.

— To je moc důležité, Martine, co mi říkáte.

— Myslíš, že je to opravdu důležité? Vždyť je to jen obraz, pochychtuje Martin.

— A co kdybyste to byl právě vy na trati. Jistě by vám to nebylo vhod, kdyby někdo o vás řekl, že špatně držíte tělo a špatně jezdíte.

— To je pravda, přizná Martin.

— Ta Jitřní hora musí být taková, jaká doopravdy je. Ten závodník ale taky. Kdybych ten reliéf nechal tak, jak je, možná, že by lidé řekli: Ty hory jsou tam krásné, ale lyžaři tam neumějí jezdit.

— Musíš to opravit, Václave! To je pravda, co říkáš. U nás jsou přece dobří lyžaři.

— Panečku, udělat takovou věc, to je zrovna tolik jako dobře jezdit na lyžích, pokyvuje Ondřej hlavou a nenápadně se podívá na Martina. Václav má dobrou hlavu a ty, Martine, rozumíš dřevu jako lyžím. Co kdybyste dali hlavy dohromady? Vždyť bys to byl stejně ty na tom obraze. Jednou bys jel z kopce, po druhé do vrchu, jindy bys pelášil na rovince a všelijak. Jistě byste si s Václavem rozuměli.

(Pokračování)

# SPORTOVNĚ TECHNICKÝ AKTIV

Ve dnech 7.—8. června 1958 proběhl v tělovýchovném středisku v Klánovicích celostátní aktiv předsedů sportovně technických komisí KV a MV ČSTV. Přestože interní umístění aktivu dovolilo pracovat v sobotu až do 23 hodin, ukázala se stanovená doba pro aktiv krátká k podrobnému projednání všech otázek, které zajímají lyžařské pracovníky tohoto úseku. Účast pozvaných nebyla dostatečná. Chyběli zástupci kraje MV Bratislava, Nitra, Banská Bystrica, Vysoké Tatry, Prešov. omluveny byly kraje Gottwaldov a Košice.

Diskuse k předneseným referátům byla rušná. Jednalo se podrobně o otázce úspornosti na úseku soutěží a hlavní pozornost byla zaměřena na úsek práce s mládeží.

Z hlavního referátu předsedy ÚSTK soudruha M. Duffka o zhodnocení uplynulého zimního období 1957—1958 z hlediska sportovně technického uvádíme:

## ORGANIZAČNÍ ZÁKLADNA

Krajské sekce pracovaly vesměs dobře. STK jsou ve většině krajů nejlépe pracujícími komisemi. Jejich činnosti je možno výtknout, že si zvykli pracovat jen na svém úseku. Je nutno pomáhat a zasahovat všude tam, kde je toho v lyžování třeba. Výsledky z hlediska vytváření široké organizační základny nejsou uspokojivé. Jistě přes 1 milión našich občanů lyžuje, a podle poslední statistiky máme 945 oddílů a v nich organizováno jen 23.263 členů. To je mizivé procento všech lyžařů.

## MASOVÁ ZÁKLADNA

Dobře se rozvíjejí akce Spartakiádní vložky. Podle dosud došlých hlášení bylo provedeno 528 závodů s 86.218 účastníky. A to nám ještě neposlalo hlášení několik slovenských krajů. Pravděpodobně žádné náborové závody neorganizovaly.

Velmi dobře zpracovaný přehled předložila plzeňská sekce se jmenovitým uvedením nositelů odznaku Spartakiádní vložky. Tak by měla pracovat každá lyžařská sekce.

## HLEDISKO VYKONNOSTI

Podíváme-li se na tabulku zpoždění nebo bodového zhoršení na mistrovství ČR, mohli bychom být zdánlivě spokojeni. Velká část závodníků se umístila do 20 % zpoždění proti vítězi, což by mohlo svědčit o hromadném vzestupu výkonnosti. Zdá se však, že výsledek je zkreslen poměrně špatnou výkonností špičkových závodníků. U žen lze pozorovat malý vzestup výkonnosti a je zarážející malá účast dívek a žen v přebornických soutěžích.

## SOUTĚŽE

Kalendář byl v uplynulém roce vydán všemi složkami správně a včas. Dodatečné požadavky a návrhy změn kalendáře narušují celý plán soutěží, způsobují i zbytečné difference a rozladění u pořadatelů i závodníků a nebudou příště prováděny.

Rozpisy soutěží měly ještě velmi často hrubé nedostatky, ačkoli podle pravidel je lze snadno přesně sestavit. Pro příští rok bude ústřední sekce schvalovat jen rozpisy vrcholných soutěží, ostatní budou schvalovat krajské a okresní sekce. Ústřední rozpisy obsahují ovšem jen rámcové pokyny, pořadatelé musí vydávat ve formě »Zpravodaje« podrobné pokyny.

Mistrovské odznaky a přebornické plakety jsou nevhodné.

## ROZHODČÍ A TECHNICI

Přezkušování rozhodčích se ukázalo jako dobře volená akce na zvýšení úrovně rozhodčích a zaktivizovala jejich činnost. Mnohde ale přezkušování nadešlo hodně zlé krve. Práce rozhodčích byla ve většině případů kvalitnější a obětavější. Technici byli opět nejobětavějšími pracovníky, varovnými dříči, kteří za každého počasí zajišťovali poctivě a obětavě všechny úkoly.

## VÝCHOVNÁ A PROPAGAČNÍ PRÁCE

Na výchovnou činnost soutěží je ve většině případů zapomináno. Jak velký důraz je

kladen na morální výchovu všech příslušníků ČSTV ukázalo III. plenární zasedání ÚV ČSTV 13. a 14. II. 1958. Hlavní referát z tohoto pléna, přednesený soudruhům Vodsloňem, je nutno projednat na všech organizačních stupních v komisích všech lyžařských sekcí. Těžiště výchovné činnosti je v oddíle a v jednotě. Tam musí být soustředěna všechna naše pozornost a pomoc. A právě zde se projevují nedostatky nejen jednot, ale i řídicích orgánů. Každá nedůslednost na vrcholných soutěžích se promítne mnohonásobně do jednot. Jestliže se v naší činnosti setkáváme s primadonstvím, klubismem, se špatným chováním některých třebas i špičkových sportovců, svědčí to o nedostatečné politicko-výchovné práci a jejím špatném řízení. Vinu nesou nejen trenéři, ale všichni pracovníci. Nestačí ovšem jen odhalovat nedostatky, chyby a jejich příčiny, ale současně je třeba ukázat, jak lépe provádět ideově politickou výchovu.

## LÉKÁŘSKÁ ZDRAVOTNÍ SLUŽBA

Lékaři, jako již téměř tradičně, pracovali bez chyb, obětavě a svědomitě. Je třeba věnovat plnou péči úpravě sjezdových tratí nejen pro závody, ale i pro trénink. Podle hospodářských směrnic je provozovatel výtahu povinen věnovat 5 % výnosu lanovky na stálou úpravu sjezdových tratí u lanovky. Dodržování této směrnice je třeba vyžadovat a kontrolovat. Sami musíme také přispět i při úpravách můstků a ostatních lyžařských zařízení. Již podruhé v závodě na Štrbském Plese byl vyrazen jeden z nejlepších skokanů. Tyto případy se již nesmějí opakovat. Trenéři musí zakázat trénink na místních nedostatečně upravených.

V další části svého referátu provedl soudruh Duffek podrobné zhodnocení průběhu vrcholných soutěží a účasti našich závodníků na mezinárodních závodech.

Bylo poukázáno na nutnost řešení formy vrcholných soutěží žactva, aby byly zhoště podárně, aby odpadlo zbytečné a hlavně obtížné a nákladné daleké cestování. Je třeba zamezit zbytečné absenci ve vyučování při splnění požadavků co nejširší účasti na závodech. Vhodnému vyřešení problému pořádné oblastní přebory žactva byla věnována také velká část diskuse.

## O NÁBORU MLÁDEŽE DO ODDÍLŮ A O JEJÍM VEDENÍ

referoval soudruh Bejček asi v tomto smyslu:

Dnes jezdí na lyžích desítky tisíců mládeže a úkolem lyžařských pracovníků je zvládnout a usměrnit tuto masu mládeže.

Hlavní těžiště práce s mládeží spočívá v oddílech. Určili jsme si počet účastníků náborových závodů mládeže. Víme, že tento počet byl splněn a ověřili jsme si tak veliký zájem mládeže o lyžařský sport. Uspořádání náborových závodů není však cílem práce s mládeží, nýbrž jejím startem. Tuto mládež musíme získat ke vstupu do oddílů a zapojit do systematického výcviku pod odborným vedením. Vezmeme-li v úvahu počet účastníků závodů o Spartakiádní vložku i číslo 173.000 účastníků náborových závodů mládeže v roce 1958, vidíme, že vlastně zapojení mládeže do oddílů jsme zůstali ještě hodně dlužni.

Je přirozené, že oddíly v horských oblastech mají výhodnější pozici proti oddílům, které musí za sněhem dojíždět. Avšak některé dobré úspěchy mimohorských závodníků na přeborech žactva ukázaly, že ta-

lenty nutno hledat všude a umožnit mládeži ze všech krajů provozování lyžařského sportu. To bude úkolem komisí mládeže.

Náborové závody nejsou také jediným prostředkem k získávání mládeže do oddílů. Jsou tu ještě tzv. otevřené svahy, kde oddíly provádějí výcvik mládeže svými cvičiteli, případně cvičiteli přidělenými vyšší složkou. Větší pohotovost musí prokázat opět oddíly mimoohorské a využívat každé chvíle mimořádných sněhových podmínek pro organizování lyžařských akcí.

Důležitým činitelem je spolupráce se školami, které provádějí zájezdy mládeže do hor. Výcvik na těchto zájezdech není vždy dosti odborně veden, a proto splní snad účel osvěžení horským vzduchem, ale lyžařsky není plně využit. Je jisté, že pod odbornějším vedením by se mohlo objevit více nadějných talentů.

Navázat širší spolupráci se školami, to bude úkolem komisí mládeže. Jmenovaný patron pro školu z řad lyžařských pracovníků má být spojkou mezi školou a lyžařskou sekcí, rádcem při organizování a provádění lyžařských zájezdů školy a výcviku mládeže. Bude organizátorem náboru školní mládeže do lyžařských oddílů. Mládež si vytvoří v oddílech dobrý kamarádký kolektiv, kterému pak zůstává již věrna i při opuštění školy a při odchodu do zaměstnání. Práce s mládeží v oddílech musí být vedena svědomitě. Je nutno vytvořit z mladých členů lyžařská družstva, zajistit jim celoroční přípravu, pořádat pro ně hodné soutěže a v mimohorských oddílech jim umožnit zájezdy — i jen nedělní — za sněhem. Mnoho oddílů již prokázalo, že je to dobře možné.

Palčivou zůstává otázka výzbroje a její ceny, stejně jako umožnění výhodného užívání lyžařských zařízení mládeží.

Výchova lyžařské mládeže je jedním z našich prvořadých úkolů. Musí se do ní zapojit lyžařští pracovníci všech složek.

## SOUTĚŽE II. CELOSTÁTNÍ SPARTAKIÁDY

Z referátu soudruha Feixe o přípravách: Celá naše široká sportovní veřejnost žije již nyní v přípravách na uspořádání II. CS v roce 1960. Je třeba si uvědomit, že úspěšné provedení II. CS není jen otázkou sportovní a tělovýchovnou, ale hlavně také otázkou politickou. Jde o celostátní sportovní událost, kterou budou sledovat nejen statisíce našich občanů, ale se zájmem i příslušníci tábora lidově demokratických států, a co více — jistě velmi kriticky — i lidé v kapitalistických zemích. Pod tímto zorným úhlem vstupujeme do vrcholného nástupu příprav na II. CS. Lyžařští pracovníci musí okamžitě přistoupit k projednávání všech příprav v oddílech, výběrech, komisích atd. Přitom je nutné, aby se všichni podíleli na podnětných návrzích, aby lyžařské soutěže, které budou v rámci II. CS provedeny, měly skutečně slavnostní rámeček odpovídající této vrcholné události, a aby prokázaly, že lyžařství si toto své zařazení do rámce II. CS opravdu zaslouží.

Všechny lyžařské soutěže v rámci II. CS budou prováděny pod heslem »Za největší masovost«. Nejdůležitější součástí těchto soutěží budou soutěže o největší účast mládeže na lyžařských závodech. Spartakiádní vložka se musí stát prvořadým úkolem všech pracovníků v oddílech, okresech i krajích. Je nutno soutěžit mezi kraji a okresy na získání největšího počtu účastníků a závodů.

Přebory oddílů, jednot, okresů, krajů a mistrovství ČR v roce 1960 budou uspořádány jako součást II. CS, a je úkolem organizačních složek provést tyto závody co nejsvědomitěji.

Na závěr aktivu vyhlásili účastníci usnesení, které zajišťuje prohloubení a zlepšení práce na úseku sportovně technickém. Jeho dodržování všemi lyžařskými složkami bude zárukou dalšího zlepšení a prohloubení práce ve prospěch našeho lyžařství. -fi-

# Saně a boby

## Poznámky z Polska

Na pozvání G. K. K. F., vrcholného orgánu tělovýchovy v Polsku, zúčastnil jsem se jako host mistrovství světa v jízdě na saních v Krynici. Z Krynice jsem pak odjel do Karpacze, kde se konala mezinárodní mistrovství Polska v jízdě na skeletonu a na bobech.

O mistrovství světa v Krynici byl již uveřejněn článek s. Beldy.

Vlastní organizace mistrovství světa byla skoro dokonalá a měla opravdu rámec světové soutěže. Tak například stanovené začátky jednotlivých jízd byly dodržovány, počet činovníků byl dostatečný a jejich práce byla na výši. Dráha byla velmi dobře připravena, čemuž nesporně přispělo i příznivé počasí. Díky velmi dobré propagaci zhlédlo mistrovské jízdy veliké množství diváků, na naše poměry v sánkařství nebývalé. Měření času bylo prováděno foto- buňkou, nebylo to však měření přímé jako ve Švýcarsku, nýbrž fotobuňkou byly zastaveny normální stopky. Vtipné bylo řešení odstartování závodníka. U startu byly světelné signály, červené, žluté a zelené světlo. Červené světlo znamenalo, že na dráze je závodník nebo je dráha jinak obsazena. Žluté světlo znamenalo, že se má závodník připravit ke startu a zelené světlo bylo povel k startu. Jakmile byl dán zeleným světlem povel ke startu, závodník odstartoval bez dalšího povelu a přitom odklonil lehce ovladatelnou tyčku, která uvedla v chod stopky u cíle a to elektricky, kabelem. Uvedená tyčka se sama vrátila do původní polohy a rozsvítilo se červené světlo.

Zakončení závodů bylo velkolepé, při úplné zaplněném náměstí, tím spíše, když Poláci získali tolik úspěchů.

Pak jsem nastoupil dlouhou cestu přes Varšavu do Karpacze. Tady jsem se cítil jako doma, byl jsem pod Sněžkou v Krkonoších.

Po mém příjezdu do Karpacze ještě stále pěkně mrzlo. Moje první cesta byla na bobovou dráhu, která byla dobře upravena a celá, i v rovinkách, byla ledová. Je 1500 m dlouhá, má čtyři velké zatáčky, labyrint a pět menších zatáček při celkovém spádu cca 150 m. U cíle je domek pro časoměřiče a malá tribunka pro diváky, dojezd končí v protisvah. Start s cílem je spojen venkovním telefonem na sloupech. Část dráhy má vodovod s hydranty. Boby byly dopravovány saněmi s koňským potahem, podobně jako v Tatranské Lomnici. Je výhodně položena, neboť je celá ve vysokém lese a není nebezpečí, že ji slunce poškodí. Je na ní jeden dřevěný přechod pro diváky a jeden podjezd pod silnici.

Dráha a její okolí bylo již vyzdobeno, přestože závody měly být zahájeny za tři dny. I když jsem se cítil v Karpaczu velmi dobře, skoro jako doma, věřím, že si dovedete představit, jaký jsem měl milý pocit, když jsem jak u cíle, tak i po trati viděl červenobílá vlajka s modrým klínem mezi vlajkami německými a polskými, i když uvážíte, že naši bobisté nebyli vůbec přihlášení.

Velmi srdečně a kamarádsky jsem byl na dráze přivítán s. Kurtem Kreuselem ze Zella-Mehlis u Oberhofu, kterého znají účastníci loňského závodu o »Pohár Tater«. Němci z NDR přijeli se dvěma dvojicemi a dvěma čtyřkami, jejichž konstrukci znáte z loňska. Vedoucím bobistů NDR byl předseda sekce s. Erhart Feuerhans.

Když jsem šel druhý den na bobovou dráhu podívat se na tréninkové jízdy, byl jsem překvapen místním rozhlasem, který po celém Karpaczu vyhrával dechovou pražského rozhlasu.

V závodech v jízdě na skeletonu startovalo celkem 9 závodníků. Mistr Polska na rok 1958 se stal Kozubek Lech celkovým časem ze tří jízd 4 min. 09,3 vt. Nejlepší čas měl v první jízdě 1 min. 34,4 vteř., třetí jízdou se jela pro špatný stav dráhy v důsledku oběvy na zkrácené dráze.

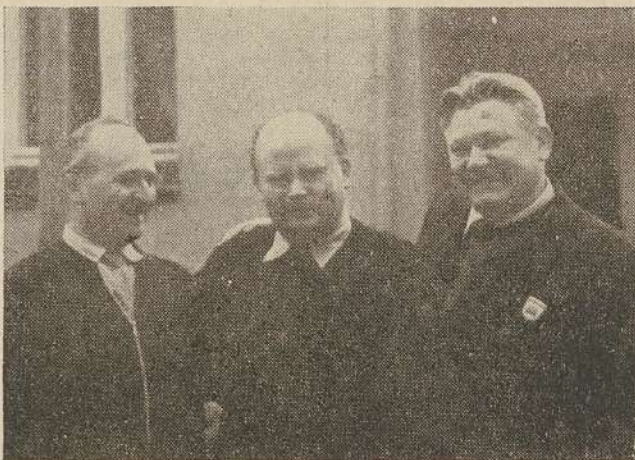
V závodech na dvousedadlových bobech startovalo celkem 8 dvojek v kategorii juniorů a čtrnáct dvojek v kategorii seniorů. Mistr Polska se stali po třech jízdách Ciapala Stefan a Szymanski Jozef celkovým časem 2 min. 56,5 vteř.; jednotlivé jízdy 1.16,5—0,50,2—0,50,0 (druhá a třetí jízdou se jely na zkrácené trati). Druhé místo obsadila posádka NDR ss. Kerusel a Wiegand celkovým časem 3,00,7; jednotlivé jízdy 1,19,1—0,50,4—0,51,2. Třetí byla dvojka NDR Winkler—Geinitz celkovým časem 3,01,6; jednotlivé jízdy 1,19,1—0,51,5—0,51,0. Na čtvrtém místě byla dvojka Konieczny Alexy a Zygmund celkovým časem 3,05,1. V kategorii juniorů zvítězila dvojka Ciupa—Dybicki celkovým časem 3,08,9.

Pro závod čtyřsedadlových bobů bylo přihlášeno do kategorie juniorů 5 čtyřek a v kategorii seniorů 12 čtyřek. Závod čtyřsedadlových bobů se však nejel vzhledem ke špatnému stavu dráhy v důsledku oběvy. V soutěži družstev zvítězili Němci s dvaceti třemi body, na druhém místě byla jednota Olsza se sedmnácti body, na třetím místě jednota Dunajec s dvanácti body, na čtvrtém místě jednota Sniezka (místní jednota v Karpaczu) a na pátém místě jednota Orzel (za jednotu Dunajec startuje Ciapala).

Na devátém místě dvousedadlových bobů v kategorii seniorů se umístil Królak jako řidič, známý polský závodník ze závodu Waršava—Berlín—Praha.

Do Karpacze jsem byl pozván »Polskim związkiem sportów sanieczkowych« jako člen mezinárodní jury na polská mezinárodní bobová mistrovství. Jelikož však instalované elektrické měření času nefungovalo, byl čas měřen stopkami, a proto jsem působil se s. Feuerhensem jako časoměřič.

Němci startovali, jak jsem již uvedl, na bobech, jejichž konstrukci známe z Tatranské Lomnice. Poláci startovali na bobech většinou typu »Feierabend«, převážně starší konstrukce, jen Ciapala jel na novém bobu. Některé boby byly opravdu staré a mám dojem, že pamatují počátky bobového sportu v Polsku. Mezi startujícími boby nebyl ani jeden nový bob vlastní konstrukce.



Předsedové sekce saní a bobů zleva E. Feuerhans, NDR, L. Swiderski, Polsko a inž. J. Miňovský, ČSR

Jak jezdili Poláci? Dle mého názoru v celkovém průměru jsou horší než naši, vyniká jen Ciapala, který dosahuje i v zahraničí slušných úspěchů — na ZOH v Cortině 1956 byl ve dvojkách šestnáctý z dvaceti s celkovým časem 5 min. 46,55 vteř. při čase vítěze 5 min. 30,14 vteř. — na loňském mistrovství světa ve Sv. Mořici 1957 byl sedmý z dvaceti s celkovým časem 5 min. 24,96 vt. při čase vítěze 5 min. 17,94 vteř. — na ZOH v Cortině řídil též čtyřku, která se umístila na patnáctém místě z dvaceti.

Mohu však bezpečně prohlásit, že naši bobisté v Karpaczu byli mezi prvními třemi a posuzují to z toho, že naše dvojky či čtyřky mají daleko klidnější jízdy než Poláci včetně Ciapaly i než Němci.

oprava poškozené dráhy trvala mnohdy dlouho, takže nepříjemné mezery mezi jízdami nejsou snad jen československou zvláštností. Používáním mrazicích aparátů jsme ve snaze urychlit průběh jízdy dáte než Poláci.

Popularita bobového sportu v Karpaczu je větší nežli popularita v Teplicích nebo v Tatranské Lomnici. Důkazem toho je jednak skutečnost, že »Sportowy klub Sniezka v Karpaczu« vlastní pěknou vilku, kde má nejen místnosti pro schůzování, ale má tam i pěkně zařízenou noclehnárnu ve všech ostatních pokojích. Jednak tuto popularitu dokazuje velké množství ukázněných diváků jak z Karpacze, tak i z Jelenie Góry a dalšího okolí.

Při svém pobytu v Karpaczu jsem jednal jak s polským předsedou s. Swiderským, tak i s předsedou z NDR s. Feuerhensem o společných otázkách. S předsedou NDR bylo jednáno také o otázce vyloučení NDR z mezinárodní federace na kongresu v Ga-Pa.

Mohu s radostí prohlásit, že loňský závod »O tatranský pohár« získal mezi polskými i německými bobisty své dobré přátele. Všichni vzpomínali na krásné přijetí, na milé prostředí i dobrou dráhu a všichni měli velký zájem, zda budou závody v příštích letech zase konány. Stejně tak měl Poláci zájem o vzájemné styky s našimi bobisty, hlavně to byl »Sportowy klub Sniezka« z Karpacze.

Zakončení závodů, které byly vzhledem k oběvě nedokončené, bylo velmi pěkné a zástupci Polska i NDR oficiálně srdečně zvali československé bobisty do Polska i NDR. Je to nesporně důsledek dobrého přátelství, které bylo navázáno s Němci v Oberhofu a s Poláky v Tatranské Lomnici.

I když situace v našich sportech je v současné době velmi nepříznivá, musíme svoji prací přesvědčit činitele ÚV ČSTV, že je nutné zachovat to, co bylo již vybudováno a na tom dále pokračovat, tak jako to bylo požadováno účastníky schůze předsedů sekce dne 30. května t. r. Budeme proto usilovat, aby tyto dobré styky byly udržovány.

Ing. JOSEF MIŇOVSKÝ



## Současný stav sáňkařského sportu

Závodní jízda na saních předpokládá značné znalosti jak praktické, tak i teoretické a je náročná po stránce tělesné i duševní. Pro svou sportovní hodnotu byl tento sport zařazen do zimní části olympijských her. Každoročně se jezdí střídavě mistrovství světa nebo mistrovství Evropy.

Přesto, že je oblíbený, nedosahuje dosud v ČSR vyšší sportovní úrovně. Jednou příčinou je nedostatek dobrých saní, který je postupně odstraňován zavedením nových typů, splňujících alespoň základní požadavky ovladatelnosti a bezpečnosti jízdy.

Dalším důvodem je neinformovanost široké veřejnosti o jízdě na saních jako sportu a přehlížení toho »sáňkovaní«, a to i se strany ČSTV, který saně a boby zařadil do třetí skupiny sportu. To že jde opravdu o sáňkovaní prováděné na široké základně, kterému je třeba pomoci, o tom vědí jen dobrovolní pracovníci ústřední sekce saní a bobů. Bohužel ale tisk, rozhlas a televize i tělovýchovné složky a národní výbory jsou hluchí a nevidí potřebu organizačně a technicky tomuto masově, ale dosud živelně prováděnému sáňkovaní pomoci.

Jistě musí dát každý za pravdu, že by pro naši společnost a hlavně pro naši mládež velmi prospělo, kdyby byly v městech vyhrazeny pro provozování zimních sportů taková místa, která by měla vyšší sportovní hodnotu a tím i přitažlivost pro sportovce, než je tomu dosud. Odstranili bychom tak dosavadní poměrně vysokou úrazovost, způsobenou nevhodnými, mnohdy frekventovanými prostory. Mládeži by se tak dostalo hodnotnější zábavy. V tomto směru může každý z vás pomoci. Náklady nebudou nikterak velké. Stačí své požadavky a spolupráci realizovat buď pomocí uličních výborů, školy, tělovýchovné složky, národních výborů, ROH, závodních výborů atd.

Velmi nepříznivým zjevem je naprostá neorganizovanost dosud prováděného sáňkovaní. Například uvádím sáňkovaní dětí v Seminářské zahradě v Praze. Desítky dětí se saněmi krížem krážem sjíždějí všechny možné terénní vlny, jak se komu zlíbí. O bouráky není nouze, hlídači hubují, že děti ničí ovocné stromy, chodí lají dětem, které jezdí po cestách a znemožňují tak pražským občanům vyjít si na svou nedělní procházku, aniž by riskovali upadnutí na uježděném sněhu. A pomoc je tak snadná! Zcela malými zemními úpravami daly by se vybudovat sáňkařské dráhy, odstupňované podle obtížnosti. Ti malí i větší by byli nadšení. Maminky by měly po starosti.

V neposlední řadě by bylo prospěšné, kdyby byly vyráběny pořádné saně ve větším měřítku, mající větší stabilitu, se sešikmením a prohnutím skluznic, zajišťujícím říditelnost a ovladatelnost na sněhu i ledu. Pohodlná, dozadu skloněná sedáčka, vyrovnávající spád dráhy a mírný náběhový oblouk saniček, umožňují snažší a rychlejší přejíždění malých i velkých nerovností dráhy. Dále bytelnější provedení konstrukce s kováním z hlazené oceli by ocenili zvláště spotřebitelé. Použitím dobrých saní se sníží úrazovost a měl bychom předpoklad pro zvýšení sportovní úrovně sáňkařského sportu na nejšířší základně.

Dnes již se technika jízdy na saních stala na padesátí výběrových školách řádnou náplní výuky tělesné výchovy. Stejně tak se počítá se sáňkařskými kursy při zimní rekreaci škol a ROH, jak je tomu již v lyžování. ÚV ČSTV vydal malý propagační plakátek »Mládeži — sportovní sáňkařství«. Zbývá opravdu jen realizovat výstavbu sáňkařských drah, uvést v život nové typy saní a organizačně podchytit tu dnes již sáňkující širokou základnu z řad mládeže i dospělých. Na tak veliký úkol dosavadní síly a možnosti dobrovolných pracovníků ústřední sekce saní a bobů nestačí. Prosím, pomozte nám a rozšířte naše řady!

KOV.

## Soutěž na nové druhy spotřebního zboží

Naskýtá se možnost všem příznivcům lyžařského, sáňkařského a bobového sportu uplatnit svoje odborné znalosti ve prospěch celku i svůj. Je to jedna z cest, kdy můžeme prosadit do výroby naše požadavky na sportovní potřeby podle nejnovějších poznatků.

Nebudete-li schopni se přímo sami zúčastnit této soutěže z časových nebo jiných důvodů, zasilejte svoje připomínky, návrhy a třeba jen požadavky dílčí na vlastnosti některých sportovních potřeb na Technickou komisi Ústřední lyžařské sekce a sekce saní a bobů při ÚV ČSTV Praha 3, Na poříčí 12. Konstruktivní řešení provedou pracovníci komisi, nebo se těchto požadavků využije k doplnění připomínek, které pro výrobu již sekce připravily. Dále uvádíme podmínky soutěže:

Komise pro zavádění nových druhů zboží, zlepšení jakosti a balení ve smyslu usnesení vlády ze dne 2. IX. 1954 č. 1838/299, podobně jako v minulých letech vypisuje i pro rok 1958 tematickou soutěž na vývoj a zavedení výroby nových druhů spotřebního zboží. Hlavním účelem této soutěže je rozšíření sortimentu výrobků a obnovení našeho trhu, popřípadě zařazení fondů zboží pro export.

Pracovní kolektivy nebo jednotlivci, kteří budou předkládat návrhy na řešení, musí je doložit podle povahy dostatečnou dokumentací (technickým popisem, rozbořem, vzorkem, výkresem apod.).

Návrhy projednají předem v příslušné výrobní hospodářské jednotce, nebo doporučené příslušnou ústřední sekci ÚV ČSTV, která k nim podá své vyjádření a potvrdí na předepsané přihlášce návrhu, že jde o nový druh spotřebního zboží ve smyslu podmínek tematické soutěže, jehož výroba bude realizována a požadována v předepsaném termínu a potvrdí osobní data řešitelů. Odměna může být připsána pouze takovým řešením, kde je předpoklad sériové výroby, a to i když jde o vývojové úkoly. O udělení odměn za vyřešení tematických úkolů rozhoduje vládní komise pro zavádění nových druhů zboží, zlepšení jakosti a balení. Řešiteli není dotčeno výplatu odměny právo na udělení odměny z titulu podaného ZN, nebo za úspěšné řešení soutěžního úkolu jiného orgánu. Sekretariát komise v Praze I, Národní třída 25, telefon 23-36-35, zašle na požádání podrobnější vysvětlení k tematickým úkolům a formuláře přihlášek soutěžních návrhů.

Z přihlášených tematických úkolů uveřejňujeme pouze tu část, která se týká sportovních potřeb.

Sportovní potřeby. Sortiment sportovních potřeb je nutno doplnit o nové druhy, které rozšíří dosavadní sortiment nebo nahradí nové výrobky novými dokonalými typy ve vyzkoušeném, jakostním provedení, úpravě a balení, srovnatelné se zahraničními výrobky, požadované a schválené vnitřním a zahraničním obchodem, např. rybařské pruty z laminátu, nové druhy stanů, kolečkové brusle, nové druhy lyží, saní atd.

Odměna za pět nových schválených druhů podle společenského významu a vyráběného množství, jejichž sériová výroba bude zahájena v rámci kolekce 1959, 5000 Kčs.

## K výstavbě první jihočeské sáňkařské dráhy Čes. Krumlov

V Československé republice má sportovní sáňkařství dobré podmínky. Závodním sáňkařem se může stát každý, kdo se nebojí, je zdravý a navičí základní pohyby. V několika krajích republiky vyrostli již dobří reprezentanti, v mnoha krajích však nemají možnost vyrůst proto, že nejsou domácí dráhy, na nichž by trénovali. Větší rozmach sportovního a závodního sáňkařství je nutně podmíněn budováním sáňkařských drah v každém kraji.

V kraji České Budějovice se do roku 1957 nesáňkařilo. Teprve koncem roku 1957 byla při lyžařské sekci krajského výboru čs. tělesné výchovy ustavena komise saní a bobů, která si ve svém programu vytyčila vybudování sáňkařské dráhy Český Krumlov a krajské sáňkařské dráhy mládeže v Habří v Českých Budějovicích. Výhledově se také počítá pro jižní Čechy s výstavbou sáňkařské dráhy Vimperk a v Zadově u Stach.

Myšlenka výstavby sáňkařské dráhy v Českém Krumlově vznikla již dříve. Prakticky ji však navrhl až v roce 1957 Petr Ziegrosser, obětavý pracovník pro rozvoj sáňkařství v jižních Čechách.

V lednu letošního roku uspořádal OV ČSTV v Českém Krumlově náborový veřejný závod mládeže na Křížové hoře v Č. Krumlově. Závod, který měl u dětí úspěch, se jel přibližně v těch místech, kde má být postavena řádná dráha.

Původní návrh trasy předpokládal prudké zatáčky na Křížové hoře. Vzhledem k očekávaným technickým obtížím bylo však od této alternativy upuštěno na návrh Inž. Kovandy, inž. Hanáka a dr. Luňáka, kteří trasu zhlédli při příležitosti besedy o sáňkařství v Českém Krumlově dne 23. února 1958. Místo toho byla navržena zemní úprava trasy v délce 1100 m, o průměrném spádu 13,5 %, s 9 zatáčkami, jejichž poloměr oblouku není nikde menší než 15 m.

Dne 18. března 1958 vyvolal OV ČSTV v Č. Krumlově řízení, jehož se zúčastnili zástupci rady ONV a MNV v Č. Krumlově a zástupci KV ČSTV z Českých Budějovic. Zápis o tomto řízení ustanovil za investora nově založenou jednotu Tatran v Českém Krumlově. Zástupce rady ONV i MNV přislíbil pomoc akci, již OV ČSTV a Tatran v Č. Krumlově hodlá zahájit svépomocí již letos. Vytyčení tratě, jež se bude stále vylepšovat, bylo určeno na jaro 1958. Zástupce KV ČSTV doporučil vypracování komplexního projektu na výstavbu dráhy, sedačkového výťahu a sociálního zařízení staveniště. Komplexní výstavba je zárukou, že bude vybudováno zařízení, jež bude mít i mezinárodní úroveň. Na tratě mohou být tak uskutečňovány nejvyšší celostátní i mezinárodní sáňkařské soutěže. Pro nejbližší dobu se počítá s takovou úpravou dráhy, aby

1. hlavně v zatáčkách bylo využito přirozené konfigurace terénu,
2. výstavbu dráhy nebyly příliš porušovány zájmy zemědělské výroby — dráha se vyhýbá orné půdě,
3. trať byla přehledná jak s ohledem na bezpečnost závodníků a diváků, tak s ohledem na dobrý výhled návštěvníků na velký úsek dráhy i na krásné panorama středověkého města, jež je jako městská rezervace obnovováno a chráněno, a na Šumavu,
4. blízkost středu města s velkou možností ubytování v zimních, měsících v hotelích, jež jsou velkým nákladem adaptovány, a snadný příjezd aut k cíli dráhy podmiňoval příliv domácích i zahraničních návštěvníků.

Vybudování sáňkařské dráhy Český Krumlov je důležitým podnětem k rozvoji sáňkařství dětí i dospělých v jižních Čechách a turistického a cizineckého ruchu v jihočeském pohraničí v zimním období.

Inž. M. LANDA

## Zbytečná sensace kolem Sailerů

Rada západních lyžařských časopisů přináší různé úvahy o amatérismu či profesionalismu T. Sailerů. Francouzský časopis *Skis Français* uveřejnil článek »Sailerův případ«, který otiskujeme ve volném překladu soudruhy K. Pittlové:

Sportovní tisk celého světa vzrušuje již po šest měsíců otázka, je-li Toni Sailer profesionálem. Není to poprvé, kdy problém amatérismu vyvolal diskuzi; ale dosud nikdy tak ostrou, dlouhou a znepokojující.

Toni Sailer má všechny předpoklady pro to, aby vzbudil takový rozruch. Kromě výjimečného sjezdářského talentu, který mu dopomohl k tomu, že je nejlepším sjezdářem na světě, je skutečně mužem, před kterým se otevírá široká kariéra. Má atletickou postavu, je dobrým zpěvákem, má slávu, stal se hercem, ale nemůže uniknout pochybnému pravidlu, které z něho dělá aktuální případ pro řešení otázky amatérismu.

Má své odpůrce i příznivce. Jeho případ byl několikrát přezkoumán nejrůznějšími organizacemi: Rakouskou lyžařskou federací, Kvalifikační komisí FIS, Olympijským výborem a v Curychu opět smíšenou komisí FIS — CIO (Mezinárodní olympijský výbor), která se měla dohodnout na konečném stanovisku. Během tří hodin obháje Toniho Sailerů zastávali jeho názor: Totiž že i filmový herec má právo závodit na lyžích jako amatér pro svou zábavu.

Porota zhlédla několik němých scén jeho příštího filmu. Výrobce filmu dlouze objasňoval a zdůraznil, jak Sailerovy sportovní úspěchy slouží k jeho popularitě ve filmu. Avšak během promítání filmu a jednání nebylo z žádné strany námitek proti Sailerovi jako filmovému herci.

Zasedání nepřineslo závěry. Rozhodnutí padne až na podzim, kdy bude předveden celý film a znovu přezkoumána jeho smlouva s producentem.

Zdá se, že FIS je na straně Toniho Sailerů. Naproti tomu je FIS odhodlána podnikové doby národních družstev. Je odhod-



Toni Sailer před tréninkovou jízdou u startu sjezdové dráhy v Badgasteinu

## O PŘÍŠTÍCH VÍTĚZÍCH OH?

Boj o titul mistra světa ve slalomu byl v Badgasteinu velmi vyrovnaný. Rieder, Sailer a Igaya skončili časovým rozdílem menším než jedna vteřina. Jaké překvapení vyvolala zpráva, že předjezdec Karl Schranz, rakouský junior, dosáhl v obou kolech čas o vteřinu lepší. Toni Sailer zlomil, hrot neoficiální slávy svým sebevědomým vyjádřením, že jako předjezdec by zvítězil vždy. V Rakousku se opravdu stává, že mladý předjezdec, nezátížený odpovědností, dosáhne nejlepšího času. Vítězství v tak velkém závodě je především otázkou stavu nervové soustavy a v tom věřil trenér Spiss spíše zkušeným závodníkům Sailerovi, Moltererovi, Riederovi a Hinterseerovi než devatenáctiletému debutantu Schranzovi.

V dalším průběhu sezóny měl Schranz příležitost dokázat, že je nejen skvělým lyžařem, ale i závodníkem a svými výsledky se zařadil do čela alpské elity. Nejcnějším je jisté dvojnásobné vítězství v letošním Kandaharu v St. Antonu. Pomocníkem mu bylo domácí prostředí, neboť pořadatelem byl jeho mateřský klub SC Arlberg. Závod byl co do účasti téměř reпрisou mistrovství světa. Na startu chyběli pouze Sailer, Molterer a Werner. Sjezd vyhrál Schranz o 0,9 vt. před Riederem. Třetí byl Roger Staub z Arosy a čtvrtým Hias Leitner z Kitzbühlu. V prvním kole slalomu byl Schranz o 1,9 vt. před Francoisem Bonlieu. Třetí čas měl Igaya. Čtvrté místo z druhého kola stačilo Schranzovi k vítězství. Tuto taktiku mu umožnilo vyšší startovní číslo. Igaya upadl a tak skončilo pořadí ve slalomu: Schranz, Bonlieu, Pravda a Leitner. Kombinace tohoto slavného a největšího závodu byla následující: 1. Karl Schranz (SC Arlberg), 2. Hias Leitner (SC Kitzbühel), 3. Francois Bonlieu (Chamoix), 4. Roger Staub



Karel Schranz a Hias Leitner jako diváci na MS v Badgasteinu

(SC Arosa), 5. Christian nerem, Zimmermannem a Riederem. Nic mu neubraly na elánu ještě nezhojené rány v obličeji, které utrpěl při pádu v Cervinii. V druhém obřím slalomu počítaném do kombinace, v Oberguriu, byl šestý. Vítězství se stalo kořistí jiných příslušníků rakouské mladší generace Granshammera a Toniho Marka. Na dalších místech byli Francois Bonlieu (Francie), Hias Leitner, Egon Zimmermann a Karl Schranz (Rakousko). Ale i toto umístění stačilo k vítězství v kombinaci před Zimmermannem a Bonlieuem.

Vyhrál i další obří slalom 1. května na Patscherkofelu. Druhým byl Egon Zimmermann, reprezentant Rakouska v obřím slalomu na MS, třetím opět mladý Pepi Granshammer a čtvrtým Firtz Wagnerberger z NSR.

V dubnu dokázal své kvality v obřích slalomech na »Mezinárodních jarních závodech v Ötztalu«. Dosáhl nejlepšího času dne v prvním obřím slalomu před Obereig-

nerem, Zimmermannem a Riederem. Nic mu neubraly na elánu ještě nezhojené rány v obličeji, které utrpěl při pádu v Cervinii. V druhém obřím slalomu počítaném do kombinace, v Oberguriu, byl šestý. Vítězství se stalo kořistí jiných příslušníků rakouské mladší generace Granshammera a Toniho Marka. Na dalších místech byli Francois Bonlieu (Francie), Hias Leitner, Egon Zimmermann a Karl Schranz (Rakousko). Ale i toto umístění stačilo k vítězství v kombinaci před Zimmermannem a Bonlieuem.

Vyhrál i další obří slalom 1. května na Patscherkofelu. Druhým byl Egon Zimmermann, reprezentant Rakouska v obřím slalomu na MS, třetím opět mladý Pepi Granshammer a čtvrtým Firtz Wagnerberger z NSR.

ZDENĚK ELIÁŠ

lána bojovat také v okruhu své působnosti proti všem vtrajícím se finančním zájmům. Mladým sjezdářům doporučuje dokončit svá studia nebo vyučit se řemeslu.

FIS je pravděpodobně připravena postavit se proti nejpřísnějšímu rozhodnutí, které ji chce vnútit CIO. Jestliže CIO odmítne povolit účast na olympijských hrách v r. 1960 ve Squaw Valley závodníkům prověřeným FIS, není pochyby o tom, že by FIS odvolala i svou účast.

Rozluštění »Sailerova případu« může vést k politováníhodnému nedorozumění mezi FIS a CIO.

V podstatě jde o vážné problémy vlastně proto, že někteří představitelé CIO prosazují zastaralé názory o tzv. »čistém amatérismu«, který si vymysleli angličtí lordové pro sebe. Je předností FIS, že tyto otázky řeší velmi rozumně a v duchu současného vývoje sportu.

Podívejme se též na celý případ z jiného hlediska. Komu se asi hodí, že se ve světě tento případ »rozmažává«? Západoněmecká filmová společnost chce co nejvíce vydělavat na slávě nejúspěšnějšího rakouského sjezdáře, proto využívá Sailerovy popularity i tímto originálním způsobem k propagaci tak, aby byl zajištěn maximální zisk.

Z buržoazního hlediska apolitičnosti sportu pomáhá celý případ také k odvádění pozornosti lyžařů a dalších sportovců od palčivých otázek dneška.

Nebylo by lepší místo těchto diskuzí rozvinout akce pro další sblížení sportovců všech zemí, pro navázání přátelství a pro společný boj za světový mír? Boj za mír, to je hlavní úkol všech na světě, kteří to myslí s rozvojem sportu poctivě. Bez míru na světě nebude možný další rozvoj a rozkvět lyžařství. Lyž.

# O štěstí v neštěstí

Proč padáme na lyžích? Lze zabránit pádům? Existuje umění padat? Na tyto otázky a ještě na mnohé jiné najde jednu čtenář odpověď v obsáhlém lyžařském díle. Jeho autorem bude osobnost, spojující v sobě moudrost lyžařské teoretika, metodika, biomechanika, psychologa, lékaře s životními zkušenostmi trenéra a závodníka. Nejlepší předpoklady k této práci by měl jistě sjezdář nebo skokan, i když netvrdíme, že běžci nepadají.

Když a kde dojde k sepsání tohoto díla, nelze předem určit. Protože každé solidní dílo vychází z historie, doporučuji autorovi, aby ve své studii pádů uvedl, že i toto odvětví lyžařského umění má své dějiny.

Stačí si vzpomenout na počátky běžeckých závodů a tehdejší techniku zdolávání sjezdů pomocí pádů, nebo se vrátit do doby tzv. »Sturztechnik«, nahrazující kdysi techniku zatáčení ve slalomu.

Dnešní pády (a padající) je možno, mluvíme-li o dělení po disciplínách, rozdělit na dvě kategorie: První tvoří pády veselé a druhou pády smutné.

Lyžařům laikům připadají zpravidla všechny lyžařské pády (a padající) velmi směšně, i když jde o ně samé. Jedná se právě o tu první kategorii padajících, kterým je pád asi tolik, jako tečka za větou. Jsou lyžaři, kteří padají vždycky a za všech okolností i když nemusí, kterým jsou pády nezbytným doplňkem jejich lyžařského umění. Padají pro své potěšení a pro zábavu svých bližních. Mají z pádů radost a jsou šťastní, mohou-li jimi obveselovat jiné.

Nám připadá v dnešním článku úloha všimnout si spíše té druhé kategorie.

Smutné jsou ty pády, které končí úrazem, nebo které mění v nic měsíce a roky poctivé přípravy na závody. Pády zavinené jediným špatným pohybem, záklonem, předklonem, špatným zatížením a zařiznutím lyží, nesprávným odhadem rychlosti, zachycením špičky lyže o branku atd.

Měsíce a léta nás mrzí pády, které nám způsobily diskvalifikaci, které nám prohrály závody. Neradi o nich mluvíme a neradi se k nim ve vzpomínkách vracíme. Je to ovšem chyba, protože pádům, i když je nelze z lyžařského slovníku vymazat, je nutno čelit, a to můžeme jedině tehdy, když poznáme jejich příčiny a způsob jak tyto příčiny odstranit.

Bránit se pádu do posledního okamžiku, padat tak, aby časová ztráta byla co nejmenší. Uvědomit si taktiku pádů, která ovšem nespočívá v tom, že čekáme, až upadne náš soupeř, ale v tom, že se umíme ve zlomku vteřiny rozhodnout, jak a zda máme v jízdě co nejrychleji pokračovat, nebo zda je nutno závod vzdát. Ve většině případů se jistě rozhodneme pro dokončení závodu, což je věcí závodnické etí. Není však správné dojet závod za každou cenu, třeba se zraněním, nebo, jde-li například o státní reprezentaci, při pádu s neúnosnou časovou ztrátou.

To vše musí závodník vědět předem. Je to součástí tréninku — to znamená všestranné uvědomělé přípravy na závody.

Uvedený výčet příčin pro které dochází k pádům, není však zdaleka úplný. Domnívám se, že dvě třetiny pádů nezavinuje nedostatek techniky nebo neobvyklé podmínky závodu, jako vítr, sněžení, mlha, zmrzlý nebo rozbředlý sníh, neupravená nebo těžká trať atd., jako spíše celková tělesná a duševní indispozice, nevyčleněná nebo obnovená zranění, přetřénovanost, strach, třema pramenící z vědomí špatné připravenosti, zůlášť při nedostatku startu na závodech s velkou konkurencí a na náročných tratích.

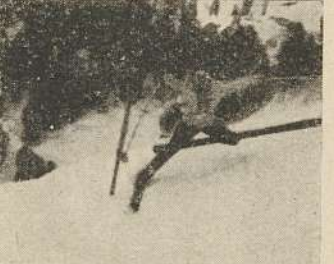
Každý lyžařský závod má své drobné i větší tragédie zavinené pády, jejichž počet roste většinou úměrně s výškou startovních čísel.

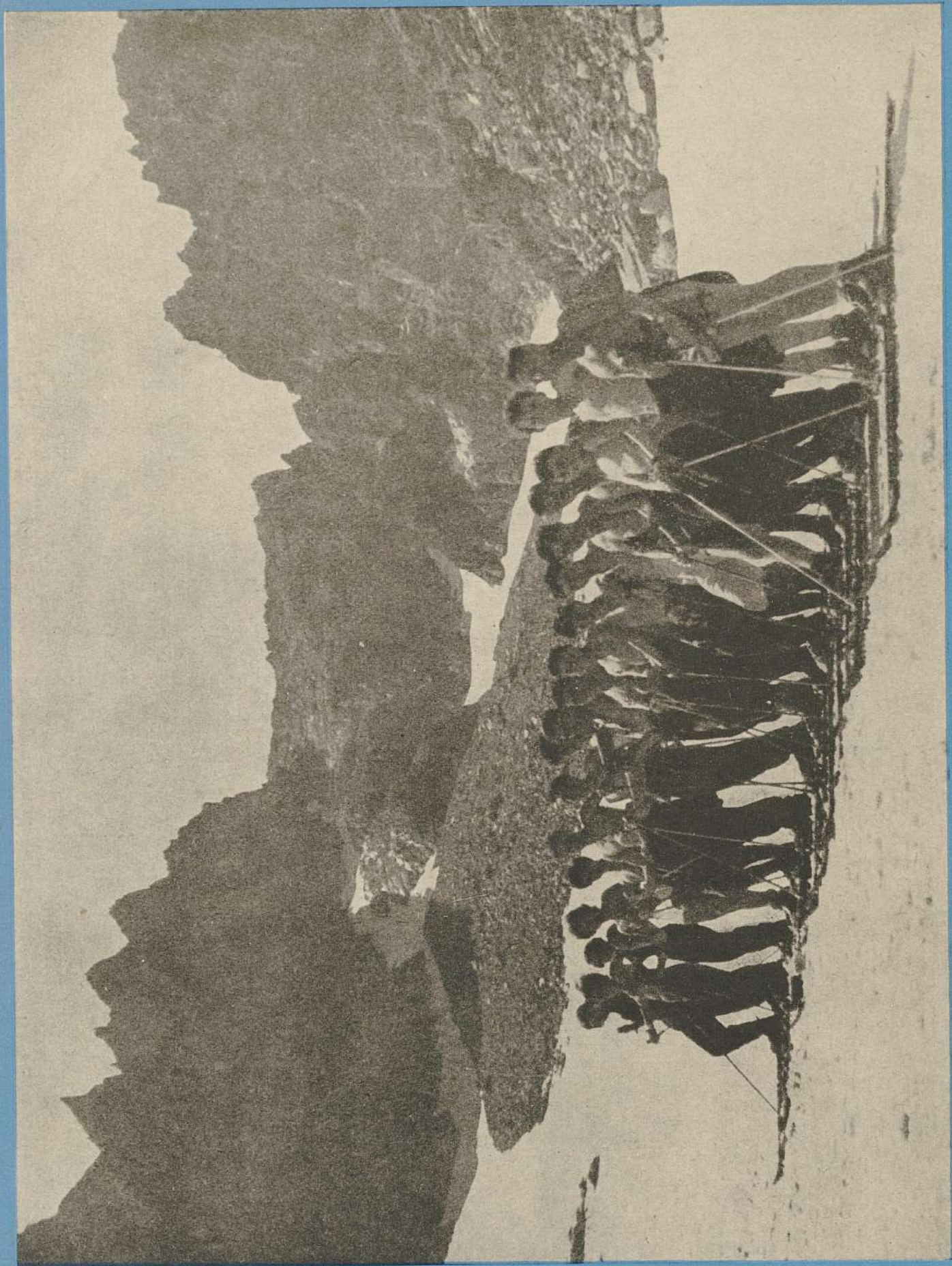
Naše pády, které jsme zachytili na kinogramech jsou z prvního kola slalomu mužů na mistrovství světa v Badgasteinu. První zachycuje pád u nás dobře známého Bulhara Jiřího Dimitrova, druhý nepatří nikomu jinému, než samotnému Moltererovi.

Příčina pádu J. Dimitrova je nepřesné najetí branky. Několik cm stačilo, aby si špička jeho lyže našla svou vlastní cestu mimo bránu, což by znamenalo diskvalifikaci. Na druhé straně stažení lyže zpět, přivedilo známé »hodiny«, které skončily pádem a značnou časovou ztrátou, a ta odsunula závodníka na 32. místo.

Pád Moltererův vyplynul z jeho rychlé, ale nervózní a celkově neurovnané, nezvládnuté jízdy. Rychlost, kterou najížděl na branku, umístěnou na prudkém svahu, nasvědčovala tomu, že jí musí minout, zejména, když na zlomu svahu byl vyhozen do vzduchu. Prudké zahranění způsobilo »ustřelení« lyží. Pád, byť sebeakrobatičtější absolvovaný znamená vrácení do branky a ztrátu nejméně pěti vteřin. (Vrácení do branky neznamená jen ztrátu času způsobenou zastavením a vrácením, ale i ztrátu vyplývající ze ztráty rychlosti.) Molterer měl přesto v prvním kole čas 61,5 vt. a byl osmý. (Vítěz Rieder měl čas 57,7 vt.)

Kinogramy a text Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA





*Mladí lyžaři Ústeckého a Plzeňského kraje na letním sněhu ve Velké zmrzlé dolině ve Vysokých Tatrách*

# Lýžarství

ROČNÍK 44

ŘÍJEN 1958



10

# PŘECHOD Z BĚHU S ODPICHEM SOUPAŽ DO BĚHU STŘÍDAVÉHO



# Lyžařství

ROČNÍK 44

ŘÍJEN 1958

## OBSAH

- Vysoká vyznamenání lyžařských pracovníků
- Mládež — držitelka rána i v lyžařství — str. 2—3
- Za zvýšení odborné a technické vyspělosti lyžařských cvičitelů a zkvalitnění jejich práce v jednotách — str. 4
- Cvičení pro dorost — str. 5—6
- Speciální napodobivá cvičení běžců — str. 6
- Novinka pro sjezdaře — str. 7
- Čtvrthodinky z učební osnovy — str. 8—9
- Běžci v listopadu — str. 10
- Lyžaři na jehličí — str. 11
- Na stráňech nad Kremnicou
- Přátelské zápolení lyžařů v Jilemnicích — str. 14
- Na Ostravsku je živo — str. 15
- Intenzivní přípravy lyžařů v Mlynkch — str. 16
- Další poznatky z kursu rozhodčích FIS v Lahti — str. 17
- Startovní povel a způsob startu ve sjezdových disciplínách — str. 18 a 19.
- Hory mají srdce v člověku — str. 20—21
- Sáně a boby — str. 22—23
- Zrychlování jízdy v oblouku
- Přechod z běhu s odpichem soupaží do běhu střídavého — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: Dr. J. Götz, J. Janovský, L. Jakšík, V. Heckel, P. Karásek, V. Pácl, J. Šmíd, E. Tolar.

Na titulní straně: Zima klepe na dveře. Sportovní prodejny jsou dobře zásobeny lyžařskou výzbrojí. Velká zásoba poskytuje velké možnosti výběru. Kdy si přijdete vybrat i vy?

Foto P. Karásek

**V.** LYŽAŘSTVÍ — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Vedoucí redaktor Milan Špaček. Redakce Praha I, Národní t. 33, tel. 22-60-71. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha.

Praha, říjen 1958.

A 085798

Člověk, národy, celé lidstvo procházejí ve svém vývoji údobími, která hluboce zasahují do jejich osudů. Ony je pak nutí k zamyšlení nad cestou a dílem, kterou ušli a vykonali. V těchto dnech jsme prožívali a prožíváme několik významných výročí, které nám připomínají cestu, po níž šel náš lid v nedávné minulosti.

Před jedenačtyřiceti lety se podařilo ruskému proletariátu s konečnou platností uvést v život stát sovětů a tím vysoko zvednout prapor svobody všech utlačovaných k vítěznému pochodu za osvobozením a zrovnoprávněním člověka. Byla uvolněna cesta, pro kterou po tisíceletí bojovali a umírali nejlepší synové všech národů. Byla proražena hráz mezinárodního komplotu vykořisťovatelů všech forem.

Hvězda svobody zazářila na východě. Její světlo povzbuzovalo i náš lid v boji za národní nezávislost. Povstal a po třistaleté porobě opět volně vydechl ve svém novém státě. Avšak během těch dvaceti let první republiky stál pracující člověk tváří v tvář novým zkouškám. Čím dál víc se přesvědčoval, že nepřítel může být i ve vlastním národě. Poznával a seznamoval se s těmito novými měřítky na nepřátelství. Naučil se chápat morálku, poznávat pravou tvář vykořisťovatele z řad české a slovenské buržoazie. Přesvědčoval se o nutnosti boje proti zlu a násilí, ověřoval si pravdu a sílu učení marxismu-leninismu.

Československá buržoazie zrazovala lid hned od zrodu nového státu. Chopila se moci a šla proti těm, z jejichž práce nesmírně bohatla. Dvacet let se učili pracující rozpoznávat přátele od nepřátel. Tato draze placená zkušenost dozrála mnichovskou zradou. A v těchto chvílích poznali, že to byla Komunistická strana Československa, která správně učila milovat opravdové přátele a nenávidět nepřátele. Jako jediná stála pevně v boji za jednotu lidu v době nejtěžší zkoušky Československé republiky. Jako jediná dovedla věrně střežit čest a svobodu národa, když se rozhodovalo o jeho bytí a nebytí. Viděla, upozorňovala a varovala před zradou Západu i před zrádci ve vlastním národě. Věřila v sílu našeho lidu a ve věrnost Sovětského svazu. Nebylo v té době v její moci, aby svou víru a pravdu plně uplatnila. Národ byl donucen západními spojenci a vlastní buržoazií složit bez boje zbraně a vydat se na pospas nepříteli. Historie ukázala, že Sovětský svaz byl jediný, kdo stál už tehdy věrně po boku našeho lidu.

Léta okupace a masové vyhlazování nejlepších lidí českého a slovenského národa německými fašisty jen dotvrdily nesmyslnost ústupu před násilím vykořisťovatelů.

Po létech vlády fašismu v našich zemích byl to právě Sovětský svaz a jeho lid, který nám opět vrátil čest a svobodu. Prolitá krev v boji proti společnému nepříteli nás zavazuje střežit na život a na smrt svazek našich národů, upevněný československo-sovětskou smlouvou o přátelství a vzájemné pomoci.

Dnes poučení z naší minulé i nedávné historie stojíme spolu s ostatními státy tábora míru pevně, jednotně a silně proti imperialistům. Proti náporu a choutkám vykořisťovatelů jsme postavili nepřekročitelnou hráz sil míru, bojujících za pokrok a štěstí lidstva. Zvelebili jsme naše hospodářství, upevnili jsme svazek dělníků a rolníků v naší zemi, zúčtovali jsme s vykořisťovateli a zrádci ve vlastních řadách. Jsme po Sovětském svazu prvním státem na světě, který dokončuje výstavbu socialismu. S úspěchem procházíme školou výchovy nového, socialistického člověka.

Takové jsou naše zkušenosti, taková je naše cesta, taková je naše hrdost v době, kdy americký imperialismus útočí na světový mír!

Už nikdy nebudeme couvat před násilím! Síla lidu, který jde za ideami svobody a pokroku, je ve službách míru a života na zemi. Ona si vybojuje právo všech národů na svobodu, na státní hospodářskou nezávislost a na život v mírovém soutěžení.

## VE SLUŽBÁCH MÍRU

# VYSOKÁ VYZNAMENÁNÍ



VYZNAMENANÍ TRENÉŘI

V budově ČSTV se konala 30. srpna malá, téměř rodinná slávnosť. Účastnili se jí soudruh dr. Mathé za predsedníctvo ÚV ČSTV, členové predsedníctva ústrední lyžařské sekce v čele s predsedou soudruhem Smolou a zasloužilí lyžařští pracovníci, kteří dostali veřejné uznání za svoji práci.

Přítomně pozdravil krátkým proslovem předseda ÚLS soudruh Smola. Po něm hovořil soudruh dr. Mathé, který jménem ÚV ČSTV vyznamenaným poděkoval za dosavadní činnost a přál mnoho úspěchů do další práce. Po projevech byly předány odznaky s diplomy a jmenováním.

Mezi vyznamenanými byli pracovníci, z nichž někteří již po desetiletí jsou oporou lyžařského sportu, přední trenéři a cvičitelé.



ZÁSTUPCE ÚV ČSTV MUDr. MATHÉ PŘEDÁVA VYZNAMENÁNÍ SOUDRUHU M. DUFFKOVI

ZASLOUŽILÝM CVIČITELEM BYL JMENOVÁN:  
doc. dr. JELÍNEK JIŘÍ

VEŘEJNÝM UZNÁNÍM ZA ZÁSLUHY O ROZVOJ  
ČESKOSLOVENSKÉ TĚLESNÉ VÝCHOVY I. STUPNĚ

byli vyznamenaní tyto soudruzi:

DUFFEK Miloš — Praha  
KADLEC Jiří — Jihlava  
KRŇOUL Rudolf — Praha  
Inž. NĚMEČEK Zdeněk — Olomouc

## Mládež - držitelka rána i v lyžiarstve

Koľko burcovania je v jednej zo slôh slávneho Hviezdoslava, ktorou sa obracia na mládež. V nej je i teraz všetka pravda — veď ktože iný ako mládež môže dokončiť smelé perspektívy nášho dneška? Preto toľko starostlivosti — nielen slovom — či už na historickom XI. sjazdu KSČ, alebo i na jednotlivých plénach najvyšších orgánov ČSTV — ale i skutkom, a to na každom kroku. Áno, mládež naša, lyžiarska — tys držiteľkou lyžiarskeho rána.

Touto problematikou sa dnes, ba už i skôr, zaoberá každé lyžiarske snemovanie. Napríklad kým na pléne lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV pred dvoma rokmi sa riešili veci, ktoré majú slúžiť k výstavbe čo najväčšieho počtu vyhovujúcich lyžiarskych zariadení — teda hlavne pre mládež — vlni sa hovorilo hlavne o základnej práci v lyžiarskych

oddieloch a tohto roku (4. a 5. októbra) na plenárke v »lyžiarskej« Kremnici hovorilo sa k problematike perspektív v pretekovom lyžovaní. Tu zase do popredia vystúpia záujmy lyžiarskej mládeže, keďže sa veci budú riešiť z aspektu uznesení XI. sjazdu KSČ, III., ako aj IV. a V. pléna SÚV ČSTV so všetkými sprievodnými zjavmi.

Na srdci nám všetkým leží skutočnosť, aby jednak čo najviac mládeže dokonale ovládalo základy jazdy na lyžiach a ďalej aby z tohto kvanta bolo možné vyzískat čo najväčšie percento dobrých a bojovných pretekárov a pretekárov s neustále rastúcim výkonom. I tu musíme dokumentovať, že lyžiarstvu na Slovensku sa nadarmo nehovorí »národný« šport!

V zásade nejde len o strohé osvojenie si fines lyžiarskeho pretekania a potom

— lyžovať si pre lyžovanie! Hoci tento činiteľ hrá úlohu v celkovom snažení, preda nám — v snahe čo najhodnotnejšie splniť veľké úlohy lyžovania pri výstavbe našej vlasti — záleží tiež na tom, aby sme vedeli v mládeži vycibriť zmysel pre čínorodé spájanie kladov lyžiarstva napríklad pri plnení hospodárskych úloh na rozličných pracoviskách v JRD, štátnych majetkoch, v lesnom hospodárstve a vôbec všade tam, kde silná a športuchtivá mládež skutočnými konštruktívnymi podujatiami môže dokumentovať vďaka svojmu ľudu za možnosti športového rastu. Nuž, a to jednak vďaka formou zo dňa na deň stupňovanou výkonnosťou a jednak tiež — a to mierou zo dňa na deň väčšou — vďaka vyjadrovanej úprimnou snahou po spájaní dobrého s užitočným!

Badat už aké-také krôčky vpred. Tisícly maličkých lyžiarok a lyžiarov pripínalo si lyže minulej zimy na nohy, majúc na prsiach pretekárske čísla. Iste ich bude zo dňa na deň viac, i keď



# lyžařských pracovníků



SKUPINA VŠECH VYZNAMENANÝCH

VEŘEJNÝM UZNÁNÍM ZA ZÁSLUHY O ROZVOJ  
ČESKOSLOVENSKÉ TĚLESNÉ VÝCHOVY II. STUPNĚ

byli vyznamenáni tito soudruzi:

ĎOUBALÍK Karel — Liberec  
HENNRICH Jan — Liberec  
KAŠPAR Oldřich — Praha  
LANG Norbert — Plzeň  
Inž. PARÝZEK Josef — Ostrava  
PROCHÁZKA Miloš — Praha  
ŠNOBL Jaroslav — Praha  
ŽŮREK Karel — Brno

ODZNAKY VZORNÝCH TRENÉRŮ OBDRŽELI:

Sýkora Bohuslav, Praha — Tvrzník Bohuslav, Praha —  
Husák Antonín, Praha — Pácl Vladimír, Praha — Skrbek  
Josef, Ostrava — dr. Čtvrtečka Jaroslav, Praha — Inž.  
Kumpošt Jaroslav, Liberec — Kosour Bohuslav, Gottwald-  
dov — Smutný Jaroslav, Liberec.



DLOUHOLETÍ OSVĚDČENÍ LYŽAŘSTÍ  
PRACOVNÍCI R. KLEPÁČ, K. ŽŮREK, R. KRŇOUL,  
N. LANG, J. ŠNOBL

VZORNÝMI CVIČITELI BYLI JMENOVÁNI:

Inž. Mohr Zdeněk, Brno — Klepáč Rudolf, Ostrava —  
Inž. Raclavský Jan, Olomouc.

Mezi vyznamenanými vidíme bývalé závodníky, organi-  
zační pracovníky a velmi úspěšné cvičitele. Jsou to obětaví,  
poctiví pracovníci, kteří pracují pro rozvoj lyžování.

Za vyznamenané poděkoval soudruh Lang a slíbil,  
že jim bude dosažená pocta pobídkou do další usilovné  
práce.

Nám všem, kteří mají lyžování stejně rádi jako vyzna-  
menaní, nezbyvá, než jim poděkovat ještě jednou srdečně  
a chlapsky za dosavadní práci a do další přát hodně zdaru  
a úspěchů.

například v Kremnici štartovalo vyše  
tristo, v Žiline vyše dvesto a v Námesto-  
tve vyše sto účastníkov. Nedali sa za-  
hanbiť ani Vysoké Tatry, kde konečne  
pozerajú tiež otvorenými očami na  
miestne mládežnícke zdroje. Tak sa to  
črtá i v ďalších horských centrách.  
Treba len vydržať a uplatňovať výcvik  
vysokej športovej morálky s prechodom  
na konkrétnejšie formy pomoci máš ly-  
žiarov — svojmu ľudu!

Něbolo by radno zabúdať prítom i na  
účelne riešené formy súťaží s príhľad-  
nutím na miestne možnosti — najmä  
pokiaľ ide o masu!

Sme presvedčení, že takýchto snaže-  
ní bude viac od Mlynkov až po Námesto-  
tovo. Nuž a slová veľkého básnika ne-  
zostanú hlasom volajúceho na púšti!  
Pre skoré zvládnutie týchto snáh musí  
priniest i kremnické rokovanie lyžiar-  
stva na Slovensku svoj kladný prínos!

-os-

## Předsednictvo

### ústřední lyžařské sekce rozhodlo

NA 11. SCHŮZI BYLY PROJEDNÁNY  
TYTO ÚKOLY:

Spartakiádní vložka (odznak i záznamní  
list) bude vydána do 15. prosince, aby  
ještě letos splnila svůj úkol. Koncem lis-  
topadu bude svolán aktiv předsedů prop.  
výchovných komisí krajů, kteří na akti-  
vu dostanou přesné směrnice pro práci.  
Ústřední komise dostala dále úkol ještě  
v letošním roce vydat přednáškovou  
osnovu prop. výchovné práce. Komise bu-  
de rozdělena na pracovní úseky a počet  
členů komise bude rozšířen.

Spolupráce s odborem turistiky nebyla  
shledána uspokojivou a byly proto pro-  
jednávány návrhy na zlepšení. Tato otáz-  
ka nebyla však dořešena, bude znovu  
projednávána a bude nutno se k ní vrátit  
a rozebrat ji z širšího hlediska.

Je třeba, aby všichni pracovníci pomá-  
hali při dalším rozšiřování časopisu Ly-

žařství, jak o tom bylo jednáno s před-  
sedy organizačních komisí.

Redakční rada čeká i na příspěvky  
z krajů i oddílů, aby obsah byl pestrý  
i přitažlivý.

Jednání o snížení cen lyžařské výzbroje  
pokračuje. Jeví se reálná možnost získání  
slev pouze u obuvi pro mládež navržením  
nových jednoduchých vzorů. Ukládá se  
plánovací komisí urychleně navrhnout no-  
vé typy obuvi a projednat s příslušnými  
místy zavedení její výroby.

Byly schváleny počty zahraničních  
účastníků pro start na mezinárodních zá-  
vodech v Harrachově a na VCS.

TR se ukládá projednat znovu návrh  
pěče o reprezentanty s tím, aby sjezdá-  
rům byly poskytovány volné jízdenky na  
lanovky.

Rozpis spartakiádních soutěží vypra-  
cuje soudruh Duffek do 30. 9. 1958.

Lyžařství 3

# Za zvýšení odborné a technické vyspělosti lyžařských cvičitelů a zkvalitnění jejich práce v jednotách

EVŽEN TOLAR

Práce lyžařského cvičitele je jedním z hlavních pilířů, na němž závisí rozvoj našeho lyžařství. Bohužel, není vždy chápána, a to i samými cvičiteli, jako práce vysoce odpovědná, které musíme věnovat daleko více času než nějaký ten týden v zimním období na horách. Má-li své přechodné, přípravné a hlavní období závodník, proč by je neměl mít také cvičitel, a to tím spíše, že je jeho práce daleko rozsáhlejší a náplň působnosti bohatší. Cvičitel má být na výši po stránce morální, ideové a má se po technické stránce přiblížit výkonu závodníka. Musí také znát dokonale metodický postup výcviku a jeho bezvadně předvádění.

V posledních letech jsme byli svědky toho, jakým tempem proběhl například vývoj u sjezdových disciplín. Snad to bylo způsobeno také tím, že jsme ho nemohli bezprostředně sledovat a museli jsme být odkázáni jako cvičitelé na naše přední závodníky, kteří nám zkušenosti z mezinárodních zájezdů předávali. Sdělování vrcholných prvků sjezdové techniky bylo chápáno mnohými z nás po svém způsobu, a tudíž si každý, ve snaze zvládnout moderní způsob jízdy, dělal svou metodiku sám.

Zde bych chtěl poukázat na dobu, kterou potřeboval závodník, než si moderní způsob jízdy osvojil, a v jaké době se s ním seznámil cvičitel. Závodník, který je v neustálém styku jak při závoděch nebo při společném tréninku s lepšími partnery, sám fyzicky velmi dobře připraven, přijímá nové prvky daleko rychleji a snáze než cvičitel.

Cvičitel svým dosavadním způsobem práce je odtržen od činnosti závodní tým, že vede výcvik sám a nemá, buď pro nedostatek času nebo z pouhé pohodlnosti, možnost soustavného osvojování pohybových návyků, a také tím, že neustálý pobyt mezi těmi, které učí, nepřináší jemu samému nic nového. Také fyzická zdatnost cvičitele není uspokojivá.

Není pohaněn jako závodník určitou ctižádostí být lépe připraven a pak mu pochopitelně seznámení s něčím novým trvá daleko déle. To je jeden z velkých nedostatků našich cvičitelů, totiž provozování celoroční přípravy nejen s těmi, které učí, ale především sám se sebou. Neboť jen tím, že zvýší svou odbornou kvalifikaci a fyzickou připravenost, může vést mladé a být jim vzorem.

Podzimní srazy cvičitelů, pořádané ÚMK MV ČSTV Praha, mají kromě jiného za úkol doplnit a seznámit cvičitele s novinkami v metodice výcviku, po případě s posledními novinkami ve výstroji a výstroji. Ale nebylo by toto nic platné, neprováděl-li cvičitel individuálně svou přípravu tak, aby na první sněh, podobně jako závodník, přicházel dokonale fyzicky připraven.

Celoroční práci lyžařského cvičitele si představujeme takto:

## PŘECHODNÉ OBDOBÍ

Začátek přechodného období je zpravidla určován odchodem sněhu z našich hor. Bývá to obvykle konec dubna, začátek května. Délka přechodného období zahrnuje v sobě čtyři měsíce: květen, červen, červenec a srpen.

V tomto období se vyžívá každý cvičitel individuálně v různých druzích sportu. Není zde rozhodující, který sport provádí, ale ze své zkušenosti doporučuji kolektivní míčové hry, košíkovou, odbíjenou, jako doplňkové sporty, gymnastiku, cyklistiku, lehkou atletiku. První dva sporty i závodně!

Tento aktivní odpočinek je velkým přínosem především proto, že dává cvičiteli možnost jiného pohybu než při dosud prováděném sportu. Po duševní stránce je to také odpočinek po vyčerpávající bohaté sezóně. Činnost cvičitele v jednotě neustává, naopak snaží se vhodnou formou spojit zájem jednotlivých členů v jeden společný, napří-

klad vodácké zájezdy spojené se stanovaním. Na těchto zájezdech má možnost hlouběji poznat povahové stránky cvičenců, jejich zájmy apod. Využívá zájmu mladých a získává je pro lyžařský sport formou filmů, besed neb organizovaným nábojem mezi školní mládeží, přímo ve škole.

Dosavadní průzkum práce lyžařských cvičitelů v jednotách během letních měsíců nebyl uspokojivý. Nechceme, aby se práce LC řídila podle papírových směrnic, ale aby byla udávána možnostmi jednoty, ve které lyžařský oddíl existuje. Je hodně připomínek, že není v zimním období finančních prostředků na zakoupení toho či onoho zařízení.

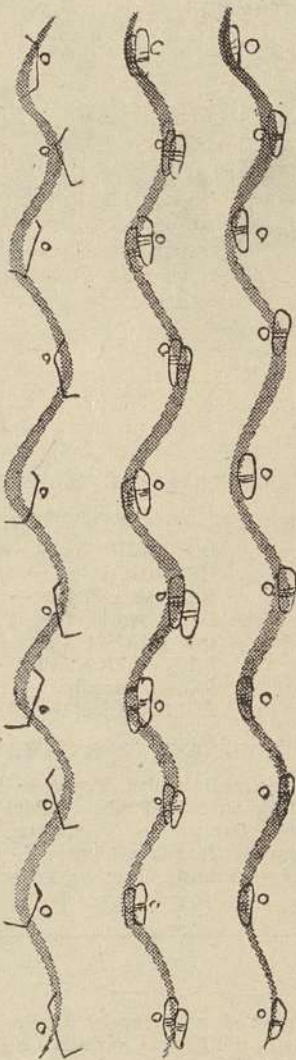
Zde vidím příležitost, jak může oddíl za pomoci svých členů zřídit výtah nebo jiné důležité zařízení na chatě i kolem ní. Osvětlení lyžařského svahu, které umožňuje provádět výcvik ještě v den příjezdu při sobotních zájezdech. Tyto akce mají být vedeny právě cvičiteli, neboť záleží jenom na jejich iniciativě v létě, jaké podmínky budou mít v zimě pro školení svých svěřenců.

## PŘÍPRAVNÉ OBDOBÍ

Přípravné období cvičitele začíná měsícem září a končí listopadem. Na začátku tohoto období svolává cvičitel všechny členy k pravidelným tréninkům, zpočátku jednou týdně, v druhé polovině přípravného období 2krát týdně. Brigádnické práce na lyžařských svazích a úpravě terénu, chaty, lanovky urychleně dokončuje a přechází na nedělní tréninkové zájezdy se svými členy do terénu, kde formou vycházek, her, běhů, tréninkových slalomů atd. posiluje fyzickou zdatnost svěřenců. Pořádá filmové večery, přednášky o novinkách v metodice, výstroji a výstroji atd. Cvičebních hodin využívá k individuálnímu odstraňování chyb a pohybových návyků a prohlubuje teoretické znalosti cvičenců. Náplň cvičební hodiny věnuje velkou péčí, neboť zde má největší možnost působit po-

moci průpravných cviků na utváření potřebných návyků cvičence (viz obrázky průpravných cviků).

(Pokračování na 9. straně)



# Cvičení pro dorost

Dr. MIROSLAV PROKŠ

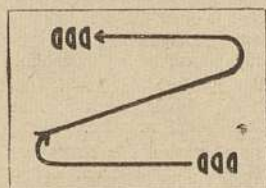
Pokročilý podzim nám stále méně umožňuje cvičení v přírodě. Uchylujeme se proto občas do tělocvičny a využíváme jejího zařízení pro cvičení všeobecné tělesné zdatnosti i speciálních lyžařských prvků. Lyžařské speciální prvky zařazujeme do cvičení s bližším se hlavním obdobím stále v hojnější míře. Pro uvedené cvičení předpokládáme běžně zařízenou tělocvičnu.

**Téma:** Udržování tělesné a psychické zdatnosti, cvičení speciální pohyblivosti.

**Cíl:** Cvičím v podmínkách tělocvičny udržet tělesnou a psychickou kondici, cvičit speciální cvičení jako přípravu k přechodu na snh.

## A. Úvodní část. 20 minut.

- a) Zahájení. 2 min. Nástup, hlášení, pozdrav, vytčení úkolů.
  - b) Zahřátí. 10 min.
    1. Pochod kolem tělocvičny.
    2. Honička ve třech. (Cvičenci jsou rozděleni do trojic. Každá trojice hraje samostatně, jeden honí zbývající dva.)
    3. Pochod — čtyři pochodové kroky, dřep čtyři kroky v dřepu.
    4. Poklus, na povel dvojný obrat a pokračovat v kľusu.
    5. Poklus, na povel celý obrat, avšak pokračovat v témže směru poklusem nazad.
    6. Poklus s vysokým skrčováním přednožmo.
    7. Pochod skřížný s dalekým překročováním.
    8. Cval stranou, čelem dovnitř tělocvičny, na povel čelem vzad pokračovat zády do středu tělocvičny.
- Poklus napříč tělocvičnou (Viz obr. 1) a 3.—8. v opačném směru.



Obr. 1

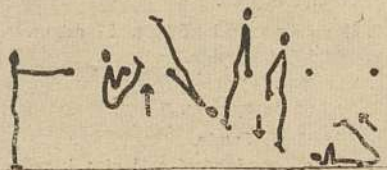
## c) Průpravná část. 16 min.

Do průpravné části zařadíme cviky procvičující všeobecnou pohyblivost, cviky posilující svalstvo nohou, paží, břicha a zad a cviky pro pohyblivost pánve a kloubů nohou. Zde odkazují na výběr cviků, které jsou uvedeny v průpravné části cvičení pro dorost v Lyžařství č. 9.

## B. Hlavní část. 75 minut.

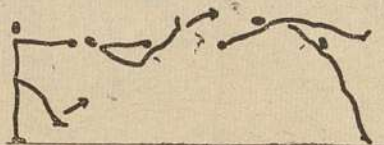
### a) Hrazda po hlavu. 10 min.

1. Vzepření závesem v podkolení vně, přešvih únožmo nazad, seskok.
2. Vzepření závesem v podkolení uvnitř, toč nazad v podkolení, přešvih únožmo nazad, seskok.
3. Výmyk předem, seskok, kotoul nazad. (Viz obr. 2.)



Obr. 2

4. Z naskoku odrazem střídnož podmet. (Viz obr. 3.)

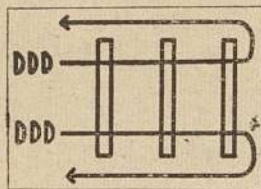


Obr. 3

5. Z rozběhu naskok a odrazem střídnož podmet.

### b) Lavičky na šíř. 5 min.

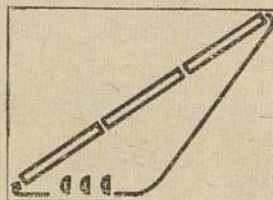
1. Přeskoky během odrazem levé a pravé. Vzdálenost laviček 2 m (viz obr. 4).



Obr. 4

2. Přeskoky během odrazem levé, dopad na pravou, odraz z pravé, dopad na levou atd. Vzdálenost laviček 1 m.
3. Z rozběhu lehce výskok pravou, seskok na levou, krok, odrazem pravé přeskok. Dvě lavičky na sobě a jedna 2 m vzdálená.
4. Z rozběhu prostý přeskok. Tři lavičky na sobě.

Každé cvičení cvičíme dvakrát, cvičenci se vrací na místo poklusem.



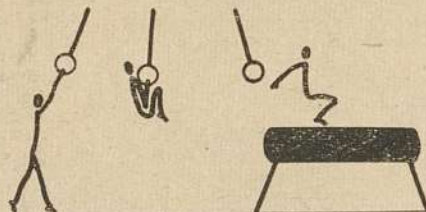
Obr. 5

### c) Lavičky na dél (tři i více za sebou). 15 min.

1. Přechod napřed.
  2. Přechod nazad.
  3. Přeběh napřed.
  4. Přeběh nazad.
  5. Přechod po čtyřech, kolena těsně nad lavičkou.
  6. Přechod po čtyřech ve vzporu vřadu nohama napřed.
  7. Ručkování ve vzporu ležmo roznožmo, nohy se sunou po zemi.
  8. Přeskoky stranou vpřed odrazem s jedné nohy na druhou.
  9. Přeskoky stranou vpřed, odraz vnitřní (bližší k lavičce), přešvih vnější, doskok na vnější (vzdálenější od lavičky).
  10. Přeskoky snožmo stranou vpřed s rukama vbok.
  11. Přeskoky schylmo stranou vpřed s ručkováním ve vzporu.
- Cvičení 1.—6. též na obrácených lavičkách.

## c) Kruhy v hupu dosažené. 10 min.

1. Houpání odrazem snožmo, u záhupu seskok.
2. Houpání odrazem střídnož, u předhupu seskok.
3. Houpání odrazem snožmo, u předhupu celý obrat vlevo, u záhupu celý obrat vpravo, u záhupu seskok.
4. Houpání odrazem snožmo, u předhupu shyb, u záhupu svis, opakovaně.
5. Před kruhy kůň na dél — z rozběhu odrazem střídnož zhoupnout do shybu, skrčit přednožmo, výskok na koně, pustit kruhy, seskok, kotoul napřed. (Viz obr. 6.)

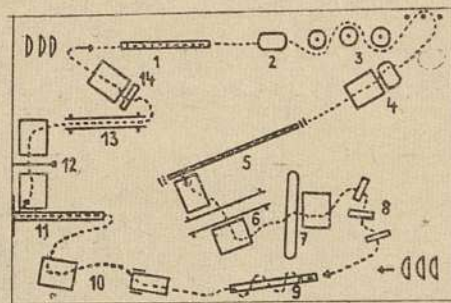


Obr. 6

6. Stejně výskok do sedu roznožmo, ze sedu roznožmo roznožka.

## d) Překážkový závod. 15 min.

- I. Probíhání slalomu mezi cvičenci.
- II. Překážkový závod přes náradí. (Viz obr. 7.)



Obr. 7

1. Přeběh lavičky.
2. Prolézt pod kozou.
3. Slalom mezi stojany ke skoku a šplhádly.
4. Roznožka přes kozu, kotoul napřed.
5. Přeběh vysoké kladiny.
6. Prolézt přes bradla po hlavu, seskok.
7. Odbočka přes koně na šíř.
8. Proběhnout díly švédské bedny.
9. Přeskoky schylmo stranou vpřed s ručkováním ve vzporu přes lavičku.
10. Skok vysokodaleký odrazem s pružného můstku.
11. Vyběhnout po lavičce zavěšené na žebřinách, seskok.
12. Ručkování ve vzporu pokos na bradlech po boky.
13. Na hrazdě po hlavu z rozběhu odrazem střídnož podmet.
14. Kotoul letmo přes vrchní díl švédské bedny 50 cm vysoký.

Před závodem podle potřeby ukážeme způsob zdolávání jednotlivých překážek, případně jej nacvičíme a během závodu důsledně vyžadujeme. Závod provádíme jako závod družstev i jako závod jednotlivců s měřením času. Pokračování na str. 6.

# Speciální napodobivá cvičení běžců

ZPRACOVALI: M. VAVŘÍN A VL. PÁCL

(Dokončení)

V poslední části našich poznámek si probereme cvičení bez použití náradí a náčiní. Tato cvičení můžeme prakticky provádět všude — v tělocvičně, na hřišti i v terénu.

Nejdříve si popíšeme několik cviků, ve kterých napodobujeme důležité prvky nebo fáze běhu na lyžích: odraz nohou, šroubovité přetáčení pánve a ramenou, atd.

Upozorňujeme jen na některé, neboť rozsah článku nedovoluje probrat systematicky všechny:

a) odraz nohou:

- výskoky střídavě na levé a pravé noze s doskokem na odrazovou nohu. Odraz musí být silný až do napnuté nohy (obr. č. 1);
- totéž cvičení s odrazem do dálky, ale s dopadem na švihovou nohu. Začínáme ze základního běžec-kého postroje a po doskoku uděláme několik kroků vpřed nebo navazujeme jednotlivé skoky na sebe. Střídáme v odraze levou a pravou nohu (obr. č. 2) — fáze těsně po odrazu;



(Obr. 1)



(Obr. 2)



(Obr. 3)



(Obr. 4)



(Obr. 5)



(Obr. 6)



(Obr. 7)

- výpady se vzpažením a máchnutím paží do zapažení (obr. č. 3). Při chůzi i běhu v terénu a na hřišti vždy myslíme na to, aby odraz byl dokončen až do napnutí nohy.

b) šroubovitě přetáčení pánve a ramenou:

Tento cvik zdůrazňujeme, protože mnozí běžci a běžkyně mají nedostatečně uvolněnou pánev a a pletenec ramenní.

- chůze s překračováním střídavě levé a pravé nohy předkročmo dovnitř, současně vytáčíme ramena s aktivním pohybem paží na druhou stranu (obr. č. 4);
- poskoky střídavě se čtvrtobratem vpravo a vlevo s přetáčením trupu proti pohybu boků a nohou. Paže aktivně pomáhají v pohybu trupu (obr. č. 5);
- chůze v hlubokých výpadech s hmitáním ve výpadu. Ramena a obě paže se tří na stranu výpadové nohy (kresba 1.).

c) cvičení přenášení váhy na jednu nohu.

- z podřepu výskoky střídavě pravou a levou nohou vpřed jako

při napodobení odrazu (viz obr. č. 2). Dopadneme na švihovou nohu a zůstaneme stát na dopadové noze. Dochází k velkému zatížení přední nohy.



d) práce paží a její detaily.

- napodobení střídavé práce paží. V podřepu (chodidla rovnoběžně u sebe) provádíme střídavé pohyby pažemi z předpažení do zapažení a s vytočením dlaně ruky při zapažení dovnitř. Důraz klademe na energické provedení zapažení;
- práce paže při odpičhu soupaž. Z předpažení jdeme podřepem do zapažení (obr. č. 6 a 7).

Dále napodobujeme celý pohyb střídavého běhu a běhu s odpičem soupaž tak, jak vidíme na kinogramech uveřejněných v Lyžařství č. 8 a 9.

## Telovýchovný život do každé dediny

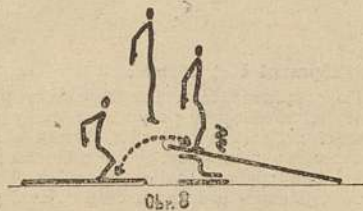
V pretekovom lyžiarsťve sú už tu prvosiensky — výsledky snáh kolektívov i jednotlivcov. Tak v klasických disciplínach, konkrétnejšie, v behoch si dobre vedú v Kremnici a vo Važci, kým v skokoch badať výsledky systematickejšej práce v Bratislave a v Bystrici a zjazdárske nádeje sa ukazujú striedavo v Krompachoch, v Bystrici, v Žiline, v »čiernej« Handlovej i v Bratislave.

Nemožno v pár riadkoch vyčísliť snahy odvšadiaľ. Je radosťná z roka na rok sa zlepšujúca bilancia. Mládež má chuť do pretekania. Sú tu však ešte »polia neorané«. Ladom stoja po stránke vedenia hlavne naše podhorské dediny. Tam sa žiada práca funkcionárov — učiteľov i trénerov. Nuž a v tomto smere sme si zaiste všetci zajedno s heslom, ktoré povedal predseda SÚV ČSTV súdruh Richard Nejezchleb na V. pléne SÚV ČSTV: »Naším heslom v tomto období musí byť — ihrisko a telovýchovný život do každej dediny.

Pokračování ze str. 5.

e) Pružný můstek. 10 min.

1. Z rozběhu odrazem jedno nož výskok, dopad na neodrazovou, pokračovat v běhu.
2. Z rozběhu odrazem jedno nož výskok, dopad do podřepu mírně výkročněho (telemarský postoj).
3. Z rozběhu odrazem snožmo výskok, dopad do podřepu mírně výkročněho.
4. Výskoky snožmo na konci můstku, čelem k šikmé ploše můstku. Po dopadu ztlumit pružení můstku.
5. Opakované výskoky a seskoky s můstkem na žíněnku, zády k žíněnce. (Viz obr. 8.)



Obr. 8

6. Odrazem snožmo výskok s celým obrátem.

f) Cvičení obratnosti na zemi. 10 min.

1. Kotoul letmo přes překážku 50 cm.
2. Kotoul nazad se zášvihem.
3. Pád napřed prohnuté z kleku.
4. Poklus a stoj o rukou.
5. Přemet napřed.

C. Závěrečná část. 17 minut.

a) Uklidnění. 10 min.

1. Vybíjená.
2. Pochod se zpěvem.

b) Ukončení. 7 min.

1. Nástup, zhodnocení cvičení a kázně cvičících.
2. Sprchování.

# NOVINKA

## pro sjezdaře

Stejně jako v jiných sportech jsou úspěchy v lyžařských závodních disciplínách při dnešní technické vyspělosti a vyrovnanosti otázkou fyzické zdatnosti závodníka.

Proto hledají v přípravném období závodníci a trenéři i ti, kteří nemají možnost stálého tréninku na sněhu (závodníci z rovin, měst a podhůří) doplňkové sporty a cvičení, aby si zvýšili svou fyzickou zdatnost a v době, kdy nemohou na sněh, si ji udrželi. Jedním z cvičení, a to zvláště pro sjezdaře velmi vydatné, je cvičení na trampolině. Toto cvičení je uznávané, ale trampolina je u nás náradí tak vzácné, že jsme se rozhodli napsat tento článek ne jako radu, jaké cvičení provádět na trampolině, ale jako malou radu, jak trampolinu zhotovit. (K úvaze velkým jednotám, tělových. střediskům apod. i všem dovedným lyžařům v ČSR!)

Trampolina je koberec dělaný z popruhů, připevněný gumovými (i jinými) pružnými lany k pevné konstrukci. Při skocích na ní jste vyhazováni do výšky pružením těchto lan.

Zobrazená trampolina je výrobkem n. p. START a majetkem ITVS v Praze. Její zhotovení by jistě nebylo problémem pro pár zručných rukou. Kromě trubkové konstrukce je i ostatní materiál dosažitelný: vypletený střed — koberec z popruhů, oka pro upevnění gumových lan a konečně gumová lana. Otázka ok pro upevnění lan a vypletení koberce není jistě těžko řešitelná. Gumová lana v tak malém množství snad by se dala sehnat ze Svazarmu z vyřazeného materiálu (lana na »vystřelování« kluzáků).

Data vyobrazené trampoliny:

Koberec 2×4 m.

Gum. lana, délka 1,20 m, počet 30.

Velikost i s konstrukcí 5×4 m.

Výška konstrukce cca 1,20 m.

Konstrukce trubková, svařovaná.

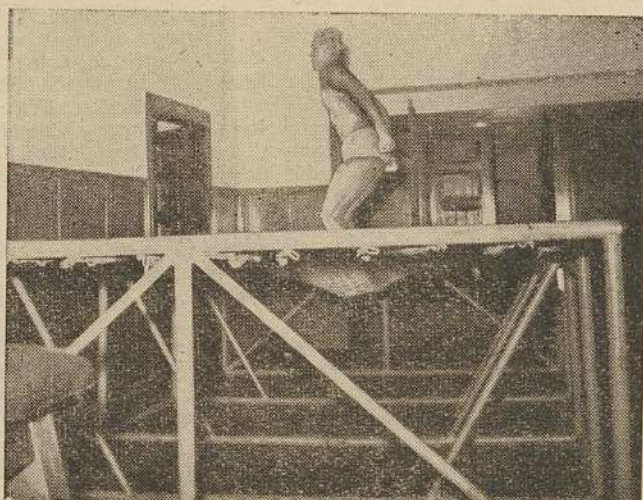
Neříkáme, že tato konstrukce je ideální. Schopný konstruktér by mohl vyřešit i problém skládací trampoliny. Konstrukce v ITVS je svařena z trubek o Ø 60 mm, pevná. Nevýhoda: zabírá mnoho místa v tělocvičně. Přes některé nedostatky, které tato trampolina má, cvičení na ní je jednou z hlavních náplní tréninku našich chlapců a věříme, že i vy jí přijdete na chuť.

Kdo hledá, najde, a zhotovení trampoliny není jistě problémem a její využití stojí za námahu s jejím zhotovením.

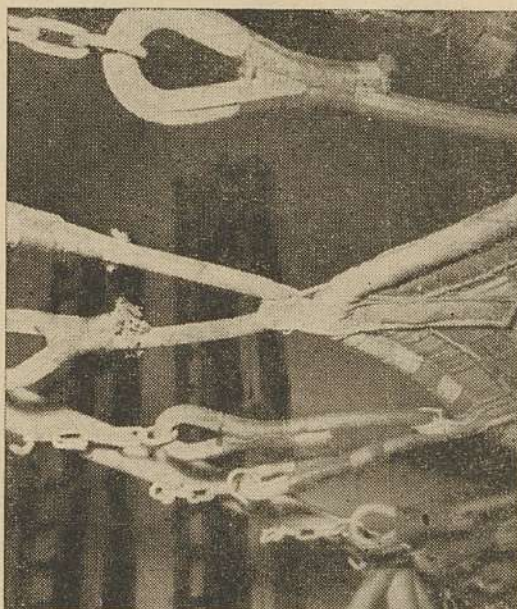
Míla NOVÁK a  
J. JANOVSKÝ,  
ITVS Praha



Krátké skoky — fáze v odraze



Doskok — fáze, kdy se odrážíme



Detail upevňovacích ok. (Pohled zdola nahoru.)



Výskok — uvolněný pohyb s možností kontroly

# Čtvrthodinky z učební osnovy



## PLUH ZÁKLADNÍ VÝCVIK

Tímto příspěvkem zahajujeme další velmi důležitou skupinu cviků, které mají nejen značný význam metodický, ale jsou hlavně často používanými a účelnými cviky v terénní jízdě. Jsou to pluh, oblouky v pluhu a přívratné oblouky.

Cílem cvičení této skupiny je přívratný oblouk, který je snadno dosažitelný převážně většině všech lyža-

rů, kteří mohou zvládnout pomocí něho a sjezdu šikmo svahem všechny možné druhy terénu i na velmi těžkém sněhu. Tím je spolu s přívratným smykem, který je jeho vyšší dokonalejší formou, jakýmsi ústředním cvikem lyžaře-začátečníka, kterému jeho zvládnutí skýtá nejenom možnost bezpečných vyjíždek do neporušeného terénu, ale vytváří i základní pohybové návyky potřebné pro další výcvik.

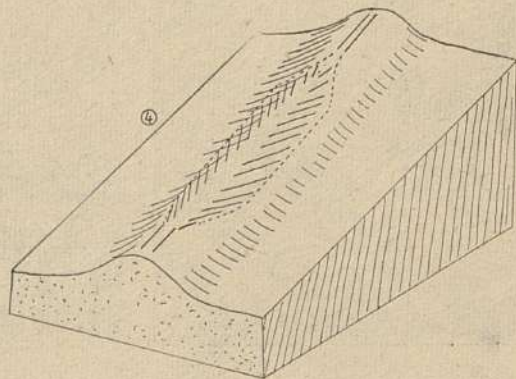
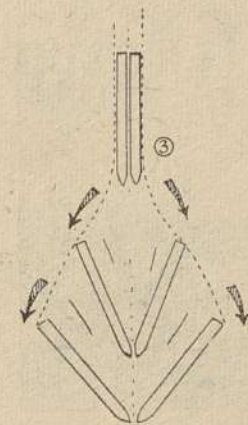
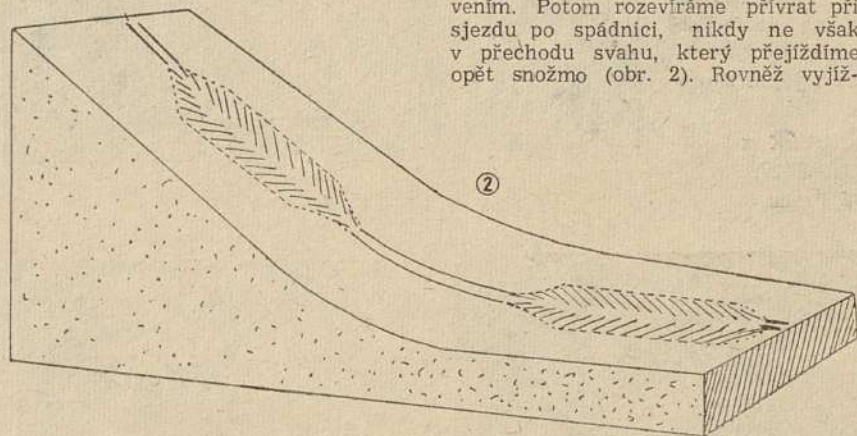
Zabývejme se však nejprve pluhem. Z metodického hlediska je sjíždění v pluhu velmi cenným cvičením proto, že se při něm učíme vedení lyží v oboustranném přívratu po plochách a po vnitřních hranách. Tím získáváme správný cit pro jemné hranění, kdy rychlost sjezdu téměř nezmenšujeme, a pro silnější hranění, kdy vydatně rychlost zmenšujeme. Tím dáváme cvičenci možnost brzdění při sjezdech po lesních cestách i kdekoliv v terénu při sjezdu přímo, čímž podporujeme jeho sebedůvěru. Učíme se tedy nejprve sjezdu v pluhu po plochách a pak teprve brzdění při jízdě v pluhu po vnitřních hranách lyží.

Při cvičení postupujeme tak, že se učíme provádět oboustranný přívrat v jízdě (obr. 1). Nejlépe cvičíme na upraveném svahu s přechodem do roviny, kde po sjezdu přímo provedeme nejprve přívrat nedlouho před zastavením. Potom rozevíráme přívrat při sjezdu po spádnicí, nikdy ne však v přechodu svahu, který přejíždíme opět snožmo (obr. 2). Rovněž vyjíz-

dění z místa v oboustranném přívratu necvičíme, protože je velmi nesnadné.

Za pohybu je rozevření přívratu snazší. Přívrat rozevíráme tak, že tlačíme patky lyží od sebe, při čemž špičky lyží zůstávají u sebe (obr. 3). Velmi dobrou terénní pomůckou je táhlý mírný hřbet po spádnicí, po kterém sjíždíme a střídavě rozevíráme přívrat. Patky lyží velmi snadno sklouznou po obou stranách svahu níže než špičky lyží (obr. 4).

Postoj při sjezdu v pluhu musí být uvolněný, klidný a při tom pružný (obr. 5). Toho dosáhneme tím, že kolena obou nohou vytlačujeme dopředu k sobě, tím silně ohýbáme kotníky. Pánev není vysazena, je asi nad patami nohou. Tělo držíme vzpřímeně, hole směřují šikmo stranou vzad, lokty spíše u těla než odtážený. Ihned z počátku se snažíme o uvolněné postavení, o pružné nohy a odstraňujeme každou topornost. Tomu napomáhá nejlépe střídání sjezdu přímo a sjezdu v pluhu. Rovněž pomocné hmitání v kolenu odstraňuje ztrnulost a křečovitě držené tělo. Snažíme se zatím o sjíždění po plochách lyží, tedy více kloužeme než brzdíme. Délku sjezdu v pluhu po plochách stále prodlužujeme.



Brzdění se učíme tím způsobem, že za stále stejně širokého rozevření přívratu zvětšujeme zahrnutí. Tím méně či více brzdíme a zároveň se učíme jemnému ovládnutí vnitřních hran lyží v přívratu. Výsledkem je brzdivý pluh. Brzdit můžeme rovněž tak, že ještě více rozevíráme přívrat, aniž zesílíme zahrnutí. Nakonec požadujeme, aby cvičenci zastavovali před překážkou a učili se tak odhadování vzdálenosti nutné pro zastavení, jakož i větší či menší míře hranění (obr. 6).

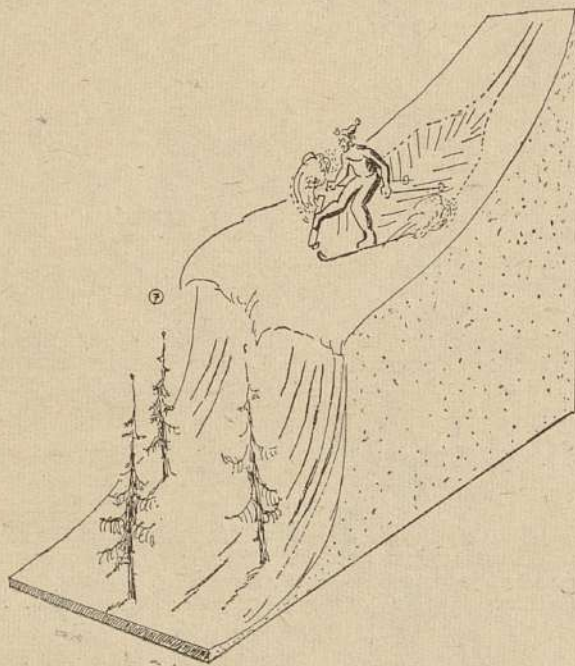
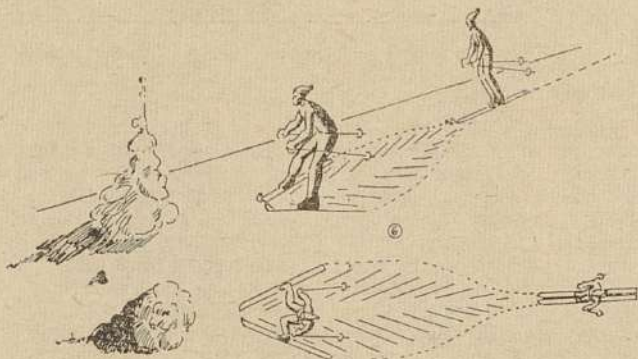
Je tedy nutno dbát na

- uvolněný postoj s vytaženými koleny dopředu a celkově vzpřímený
- nasazování oboustranného přivrátu ze sjezdu přímo svahem
- odstraňování každé ztrnulosti v postoji
- to, aby byly oddalovány pouze patky lyží a špičky zůstávaly u sebe
- to, aby se cvičenec naučil jak klouzavému, tak brzdivému pluhu.

Chceme ještě upozornit na jednu okolnost, která se objevuje při velmi vydatném zabrzdění pluhem. Dochází k tomu, že přivrát je velmi široký a zahrnutí je vydatné, čímž vlastně spojujeme oba způsoby brzdění. Postavení těla je však odlišné od toho, kterému jsme se chtěli naučit dříve. Nohy

jsou více nataženy v kolenou a »tlačí« lyže před tělem, které se nachyluje více vpřed (obr. 7). Dochází i k mírnému vysazení. Tento postoj je pro vydatné zabrzdění potřebný, protože by jinak došlo z náhlé změny rychlosti brzděním k pádu dopředu. Kromě toho nedosáhli bychom nikdy tak vydatného zahrnutí, které je v tomto případě nezbytné. Tento postoj je však poněkud toporný a tím i unavující, proto rychle opět snožíme a brzdění opakujeme, čímž udržujeme rychlost sjezdu v potřebných mezích. Velmi dobře se osvědčuje při sjíždění strmých zledovatělých lesních cest po spádnici.

Zpracoval: Inž. MIROSLAV CHLOUBA.  
Obrázky kreslil: TOMÁŠ FALTYS,  
členové ÚMK LS ÚV ČSTV



Pokračování ze str. 4.

Postupně zvyšuje tréninkové dávky a zařazuje co nejvíce prvků podobných jízdě na lyžích. Vyžaduje nezbytnou kázeň při cvičební hodině a provádí ke konci každé cvičební hodiny hodnocení.

#### HLAVNÍ OBDOBÍ

Začátek hlavního období, podobně jako jeho konec, určuje sníh, a ten bývá začátkem prosince. Období radostné, neboť k němu směřovalo všechno naše snažení v obou předchozích. Zde se také ukáže přednost celoroční přípravy. Byla-li dělána poctivě, ponese určitě ovoce, a to je největší odměna cvičitelovy práce. Vlastním postupem metodické práce na sněhu se zde nebudou zabývat, ta je dána učební osnovou, jen bych chtěl zdůraznit, že cvičitel ani v tomto období nemá přerušit pravidelné cvičení v tělocvičně, kde odstraňuje tu či onu vadu na sněhu objevenou opět pomocí průpravných cviků. Cvičební hodiny, prováděné i během hlavního období, pomáhají osvojování dynamického stereotypu.

Průběhem celého roku je v neustálém spojení s ÚMK a s oblastním neb krajským trenérem, kterému připravuje nadané

jedince k nejvyšší fázi provádění tohoto sportu, k závodění.

Pořádá v druhé polovině sezóny do oblasti Nizkých a Vysokých Tater zájezdy, kde podniká s nejvyspělejšími cvičenci vysokohorské túry. Jeho spolupráce se neomezuje jen na ÚMK a trenéra. Během celého roku pracuje v jednotě a může rovněž spolupracovat s horolezci a zúčastňovat se jejich letních i zimních akcí. Také absolvování 2–3 veřejných závodů není na škodu, naopak, zde si může ověřit svou fyzickou a technickou zdatnost mezi lepšími, než je sám.

Krátce řečeno, není zde cvičitel ve své iniciativě omezován, záleží tedy především na něm, bude-li jeho práce bohatá a zajímavá. Nejvyspělejší cvičitelé jsou dále školeni ÚLS, a to na instruktory a lyžařské vysokohorské cvičitele.

Vývoj lyžařství v poslední době ukázal, že potřebujeme cvičitele vyspělé po všech stránkách, kteří by nám mohli vychovat mladé nadějně lyžaře a postarat se tak o proniknutí našeho lyžařství v budoucnu na mezinárodním poli, ať už ve formě závodní nebo na poli učebně metodické. K tomu má také sloužit navrhovaná celoroční příprava, jako jedna z forem zvýšení odborné vyspělosti našich lyžařských cvičitelů.

## SNPL K 40. VÝROČÍ VZNIKU ČSR

Doporučujeme našim čtenářům k prostudování několik aktuálních publikací Státního nakladatelství politické literatury:

**Anatol Dobrý: Kdo vládl v předmnichovské republice.**

Jde o stručný, srozumitelný výklad několika hlavních skutečností z hospodářského a politického vývoje v kapitalistické ČSR. Autor vychází ze situace, v níž bylo naše hospodářství po rozpadu Rakouska, vystihuje machinace české buržoazie, která si hleděla v novém státě získat ihned od počátku všechny mocenské pozice a ukazuje, k jakým důsledkům přivedl tento vývoj. Autor úspěšně spojuje analýzu ekonomických skutečností s politickými a podává tak dobrý marxistický výklad své tematiky.

(Stran 32, cena 1,10 Kčs.)

**Jindřich Veselý: Vznik a charakter předmnichovského Československa.**

Stručně a populárně vysvětluje autor všechny nejdůležitější okolnosti vzniku Československé republiky, hodnotí, jaký vliv na vznik Československé republiky měla Říjnová revoluce a naše zahraniční emigrace. Zabývá se třídním bojem mezi českou buržoazií a mezi dělnictvem, bojem, v němž se podařilo buržoazii dočasně zvítězit. Toto vítězství vtisklo pak svou pečeť celému dalšímu vývoji republiky, který vedl k Mnichovu a ke ztrátě samostatnosti.

(Stran 24, cena 0,90 Kčs.)



# Běžci v LISTOPADU

V. PÁČL

Na horách je sychravo a nedočkavě čekáme na první sněh. Minule jsme si řekli několik poznámek k tréninku v říjnu. Znovu zdůrazňujeme nutnost švihové práce a zvýšené intenzity práce v tréninku. Dosavadní výsledky běžců na různých závodech a přespolních bězích ukázaly dobré výsledky jednotlivců, ale nedostatečně kvalitní výsledky v průměru. Dnes pokračujeme poznámkami k tréninku v listopadu.

Nejprve k trenérům: každý trénink venku i v tělocvičně zahájíme nástupem a pozdravem. Trenér nebo určený závodník velí:

Závodníci (družstvo, běžci, oddíle atd.) v řad (dvojřad) nastoupit! Velící závodník po nástupu vystoupí před útvar a hlásí: Soudruhu trenéře (předsedo, vedoucí) družstvo (oddíl lyžařů) nastoupeno k zahájení tréninku. Stav 15.

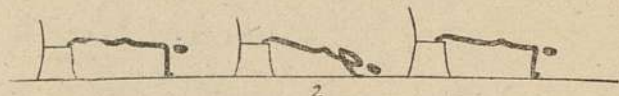
Trenér zdraví: Nazdar soudruzi!

Závodníci odpovídají: Zdar soudruhu trenéře (předsedo, vedoucí atd).

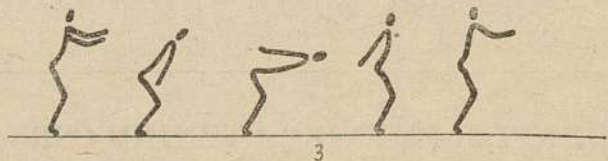


Trenér velí: Pohov! a krátce oznámí náplň a význam tréninku. Totéž opakujeme po tréninku, kdy připomeneme také nejbližší úkoly.

Nezapomínáme, že v naší organizaci používáme vždy správného oslovení tak jak o tom hovořil předseda ÚV ČSTV soudruh F. Vodsloň: »V celé naší dnešní společnosti



se již vžilо oslovování — soudruhu, soudružko. Proto i na našem ustavujícím sjezdu ČSTV bylo usneseno oslovovat se v našich jednotách soudruzi, soudružky. (Je třeba vymýtit všechny oslovování a tituly jako: pane, kolego, bratře apod.)

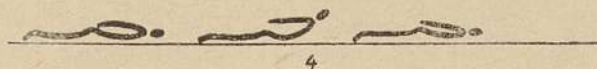


Většina z vás jistě pravidelně denně cvičí a ti co nezačali začnou nejspíše dnes. Denní cvičení je nezbytnou součástí přípravy každého běžce. Posledně jsme si popsali strukturu takového cvičení. — Rozproudění krve, posilování a napodobivá cvičení a několik cvičení na uklidnění a uvolnění.

Dnes doplňujeme: kdo má možnost, zahájí toto cvičení během na 1—2 km. Přinášíme další komplex důležitých cviků, které se dají dobře provádět za pomoci židle a stolu. Jsou opět zaměřena na posílení pletence ramenního, zádoových a břišních svalů.

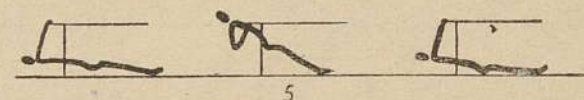
1. 10krát opisování kruhů (obr. č. 1).
2. 10—15krát kliky (obr. č. 2).
3. 30—50krát napodobení odpichu soupaž. Je to vědomá příprava pro odstranění nedostatečného používání tohoto způsobu na sněhu (obr. č. 3).
4. 10krát z lehu základy a zapažit (obr. č. 4).
5. 10—15krát shyby (obr. č. 5).
6. 10krát ze sedu přednožování (obr. č. 6).
7. 20krát výskoky střídavě na levé a pravé noze s malým mezískokem (obr. č. 7).

Tento komplex provádíme 2—5krát za sebou. Po ukončení cvičení jednoho komplexu provedeme několik pohybů na uvolnění svalů, paží, pletence ramenního a nohou.



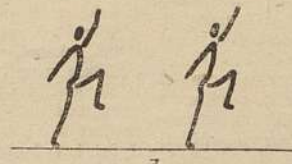
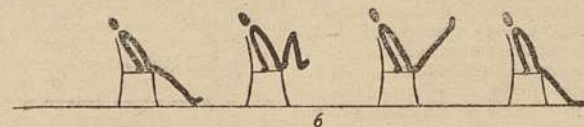
Závody — závody.

Vyslovení těchto slov vzbuzuje v nás již nyní neklid. Existuje umění závodit, a tomu se musíme učit již nyní na podzim. Závody plní dva důležité úkoly — jsou prokoukou naší připravenosti i práce schopnosti vnitřních orgánů a zároveň zvykáme organismus na vysoké zatížení a učíme se závodit. Je třeba, aby každý běžec a běžkyně se zúčastnili nejméně dvou až pěti přespolních nebo lesních běhů (účasť na závodech považujeme za trénink). Pokud to není všude zvykem, je třeba doporučit pořadatelům, aby se startovalo v intervalech 15—30 vteřin tak, aby se vytvořily podmínky jako při závodech v zimě. Velmi hodnotné jsou takové závody, při kterých je určena podmínka — absolvování trati s dvěma normálními běžeckými holemi bez kroužků.



Nepodceňujeme rozcvičení.

Mezi některými běžci se stalo nedobrým zvykem, že rozcvičení na začátku tréninku zkracují na 5—10 minut, což je nedostatečné. Cílem úvodní části tréninku (rozcvičení) je důkladné procvičení všech svalů těla a především těch, které jsou nejvíce namáhány. Zároveň tímto cvičením posilujeme ty svalové partie, které nejsou v tréninku dostatečně namáhány. Délka dobře provedeného cvičení se pohybuje od 20—30 minut. Zvláště důležité je zařazovat do rozcvičení cviky, při kterých provádíte pohyby v maximálním rozsahu.



Pokud v listopadu napadne sněh, využíváme všech možností k rozježdění. A ani zde nezapomínáme, aby všechny pohyby na lyžích byly pružné a švihově provedené. Zařazujeme velmi často běh s odpichem soupaž. Příště si řekneme o rozježdění více.



# Lýžari na jehličí

ZPRACOVAL JAROSLAV ŠMÍD,  
odborný asistent TL lékařské fakulty v Plzni

Snaha zlepšit výkonnost závodníků v běhu na lyžích se projevuje u všech lyžařských trenérů i u závodníků samých.

Ukolem tréninku je hlavně zvýšení fyzické zdatnosti. Základem stále zůstává běh v terénu, rychlá chůze do kopce a gymnastika. Příklady z jiných sportů přiměly však i lyžaře, že začali klást důraz na posilování a napodobivá cvičení.

A tak se k nám v poslední době dostaly zprávy z jiných zemí o tréninku vynikajících běžců, zprávy, které nám potvrzují směr, jakým se i u nás musíme dále ubírat. Jsou to kolečkové lyže a jízda přímo na lyžích po vhodném podkladě, např. jehličí, tráve, slámě neb umělé hmotě. Odborníky tyto novinky překvapily také v tom, že jsou většinou ze severských zemí, kde mají dlouhou zimu a dostatek sněhu a přesto přikročili k takovým formám tréninku.

Je škoda, že u nás jsme v podobných metodách zůstali značně pozadu. Je to škoda tím více, že jsme si nevzali příklad z naší starší generace, která dobře pochopila nutnost takového tréninku, a pro kterou lyže na kolečkách nebyly žádnou novinkou.

Ještě před patnácti lety byl u našich běžců předsezónní trénink jen formální záležitostí. Čekalo se, že na horách napadne sníh, a pak se zahájilo s opravdovým tréninkem. Závodníci z hor, kteří měli možnost každodenního proběhnutí po sněhu, byli výkonnostně značně lepší než ti, kteří museli za sněhem dojíždět, někdy jen jednou týdně. Druzí přišli na myšlenku kolečkových lyží a tréninkem na nich chtěli kamarády ve výkonnosti dohonit. Nejsou tedy lyže na kolečkách u nás ničím novým. Vždyť se dlouho vyprávěla historka, jak jeden z těchto průkopníků jel po Praze pronásledován houfem kluků, a jak jeho cesta skončila u Národního divadla v rukou policisty, poněvadž jel na křižovatce na červenou. Na kolečkových lyžích se u nás jezdilo po asfaltových silnicích, kde všude působily velkou senzací, a právě pro tu senzací tento trénink běžci opouštěli. To byl jeden důvod a druhý byl ten, že trénink přímo na sněhu začal být různými soustředěními postupně značně zpřístupněn a jakákoli náhražka přicházela v nemilost.

Některí sovětské běžci trénují na připravené dráze ze suché trávy a jehličí přímo na stadióně, jiní na kolečkových bruslích.

*Běh s odpichem soupaž jednodobý po suchém jehličí*



*Běh dvoudobý střídavý po suchém jehličí*

Jsme jedni z prvních, kteří zkoušíme trénovat na umělé hmotě.

Musíme mít stále na mysli, čeho můžeme tréninkem na kolečkových lyžích, tráve, jehličí či umělé hmotě dosáhnout. V první řadě takový trénink musíme považovat za formu posilovacího a napodobivého cvičení.

Bylo by pošetilostí chtít pouze na těchto náhražkách učít někoho běžeckou techniku nebo stylovou vybroušenost. Proto jezdit na jehličí nebo umělé hmotě jen po rovině je podle mého názoru neúčelné.

Čerpejme z poznatků běžeckého závodu. Na trati budu srovnávat technickou zdatnost běžce s fyzickou zdatností. Hodně zhruba bych to vyjádřil takto: po rovině jede běžec 60 % technikou a 40 % fyzickou zdatností, do kopce 20 % T a 80 % FZ, na sjezdu 70 % T a 30 % FZ. Každému je jasné, že nejvíce energie vydává běžec ve stoupání a k tomu musí být zaměřena celoroční tréninková příprava, od běhu a chůze do kopce až k jízdě na přiměřeně klouzácím podkladě.

*Sjezd po suchém jehličí*



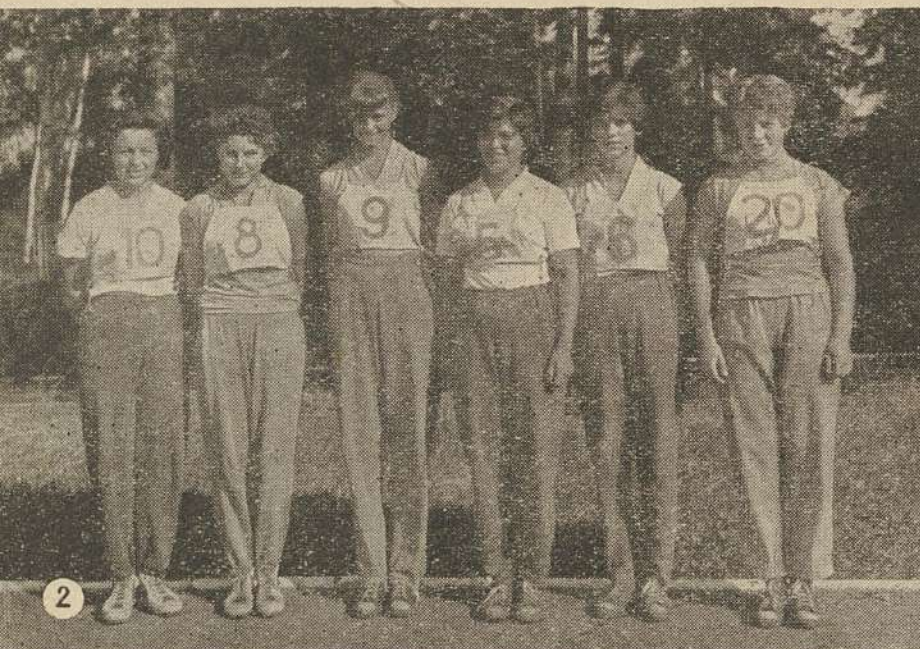
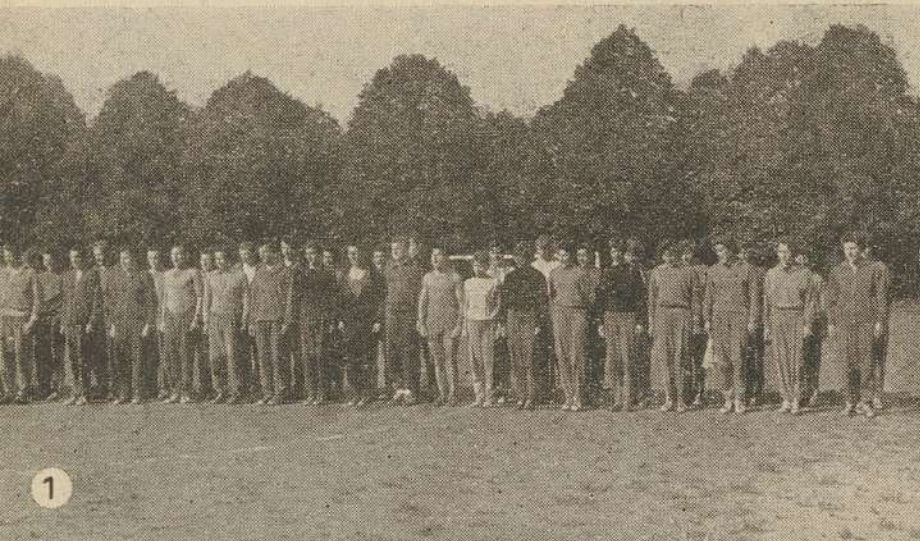
*Běh střídavý čtyřdobý po suchém jehličí*

Jakou cestou se tedy ubírat? Kromě terénních kolečkových lyží, které čekají u nás na konstruktéra, chtěl bych ukázat na možnost jízdy po jehličí, jak jsem ji vyzkoušel s několika dobrými běžci.

K tréninku se hodí nejlépe borový les, mírně zvlněný, kde skluznost suchého jehličí se rovná takřka tupému sněhu. Po smrkovém jehličí nejdou lyže tak dobře, nehledě k tomu, že smrk má často kořeny vyčnívající nad zem a půda nebývá tak vyschlá. Dráha v borovém lese se nemusí vůbec připravovat. K tréninku můžeme použít starší lyže, dobře očistěné, které občas «namažeme» přeštěněním jemným smrkovým papírem. Hole jsme použili bez talířů. Poněvadž běhání po jehličí je vlastně zpeštěním tréninkových forem, zaměřujeme se proto hlavně k těm prvkům, které nám při tréninku bez lyží chybějí. Na úseku 20—40 m vybíháme mírný kopec dvoudobým střídavým krokem a rozloženým čtyřtáctem. Zpět jezdíme jednodobým či dvoudobým, při čemž dbáme hlavně na správné a mohutné odpichy soupaž.

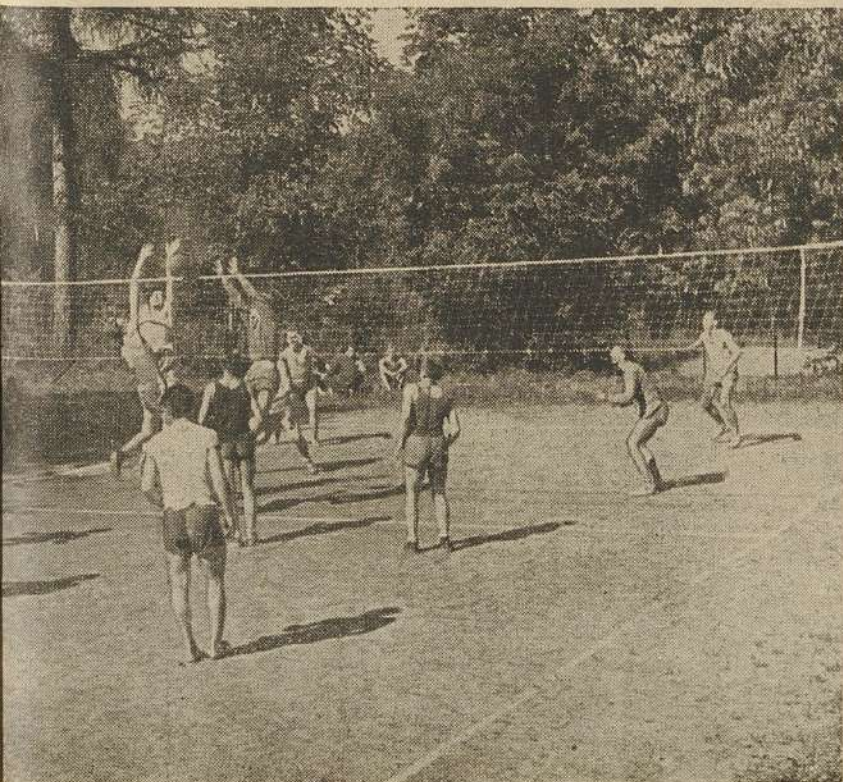
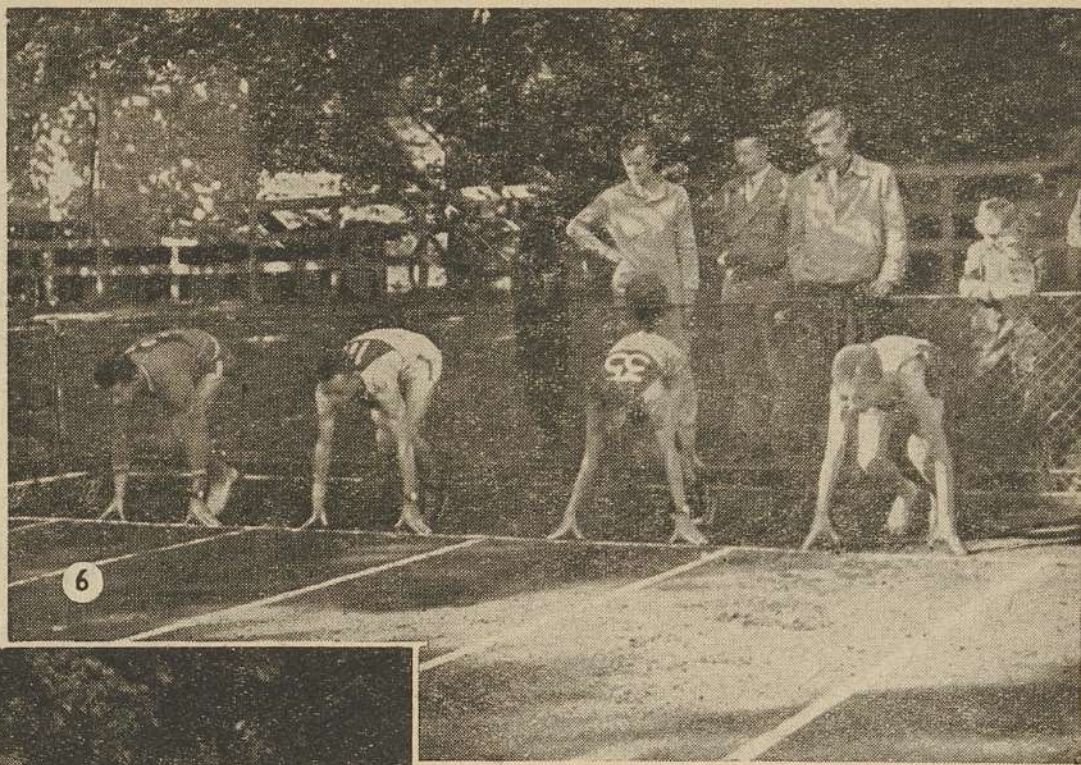
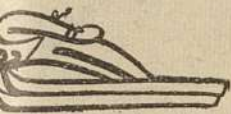
Závěrem bych chtěl shrnout dosavadní poznatky o předsezónním tréninku lyžařů-běžců. Kromě základního tréninku, běhu v terénu, rychlé chůze do kopce, zařazují všichni vynikající běžci do tréninku četná posilovací a napodobovací cvičení. Ukazuje se, že nejvýhodnějším doplněním základního tréninku je jízda na terénních kolečkových lyžích nebo jízda do stoupání přímo na lyžích po klouzácím podkladě. Zdůvodnil jsem, že je málo účinné jezdit po rovině, trénink musí být přenesen výhradně do stoupání, kde fyzicky výdej energie bývá největší. V našich podmínkách, kde máme četné borové lesy, doporučuji jízdu po jehličí. Skluznost borového jehličí je velmi dobrá, dráha se nemusí nijak připravovat, terén je bez kořenů, lyže můžeme použít normální. Takovým tréninkem odstraňujeme chyby na nejpomalejších úsecích v běžeckém závodě, které bývají většinou pro výsledný čas závodníka rozhodující. Bude-li mít běžec nahromaděnou energii a nebudou-li jej stoupání v závodě vyčerpávat, pojedou rychleji i po rovině a s kopce, neboť jeho technická reakce nebude únavou nijak snižována.

# HRADEC KRÁLOVÉ: LIBEREC =



Jedenáctka kraje Hradec Králové měla v brance předsedu trenérské rady soudruha Petříka a zvítězila. (Obr. 3.) Skupinu dorostenců v běhu na 1000 m vede s. Hanuš z Liberce. Vítěz Stehlík z kraje Liberec běží s číslem 107. (Obr. 5.) Družstvo hradecských dorostenek zleva: Boháčová, Janderová, Hamplová Vl., Sátorová M., Sátorová H., Hamplová Zd. (Obr. 2.) Slavnostní nástup krajů před utkáním. (Obr. 1.) Start dorostenců na 100 m. (Obr. 6.) Ottová Stanislava získala Hradecským nejvíce bodů. (Obr. 7.) V odbijené zvítězil kraj Liberec. (Obr. 4.)





# NA STRÁŇACH NAD KREMNICOU

Akoby v objatí hôr — po nej nazvaných — rozkladá sa staré banské mesto Kremnica. Má krásnu polohu a priam ideálne te-  
reny pre lyžiarsky šport. Nuž nečudo, že už po niekoľko desaťročí  
sa tu lyžiarstvo udomácnilo a zapustilo hlboké korene medzi miest-  
ne obyvateľstvom. Už pár rokov pred prvou svetovou vojnou rok čo  
rok sa mihali postavy lyžiarov na stráňach nad Kremnicou. Boli  
to vojaci vtedajšieho k. u. k. vojska a medzi najznámejšími inštruk-  
tormi bol oficer Bilgeri.

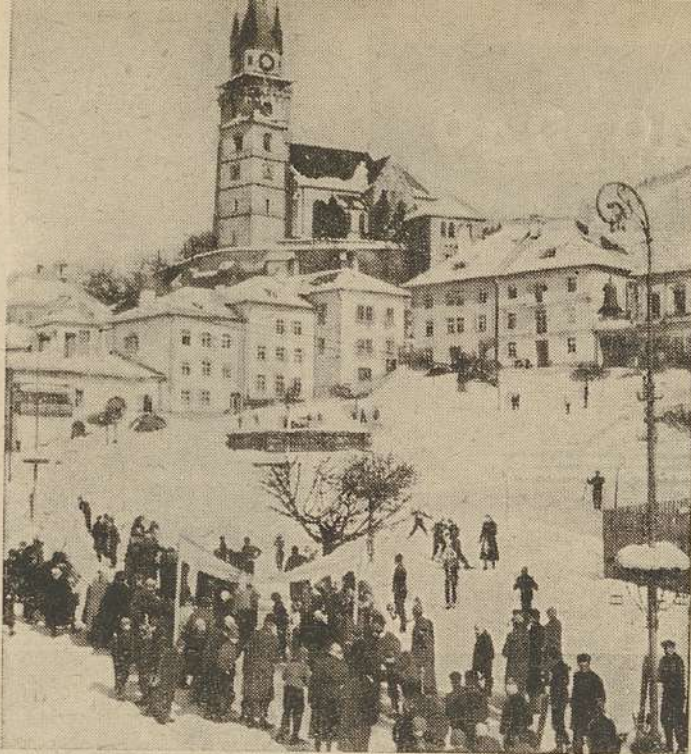
To bolo už dávno. Od tých čias sa veľa vzácných rúd vykuto-  
lo spod povrchu zeme v tomto kútiku našej vlasti. Veľa sa zmenilo,  
hojne ľudí vyrástlo — naučilo sa i prestalo lyžovať a je tu nová  
mládež v ľudovodemokratickej republike. Tá má i v Kremnici dobré  
podmienky a starostlivé ruky trénerov, ktorí ju vedú z roka na rok  
k väčším a krajším výsledkom na lyžiarskych pretekových stopách.

Úspechy mladých kremnických lyžiarov sú lákavé i pre lyžiarov  
z iných mestečiek a dedín — nuž a preto padlo rozhodnutie pred-  
sedníctva lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV konať tohoročnú plenárku  
práve v Kremnici.

S menami kremnických pretekárov-lyžiarov možno sa častejšie  
stretnúť v histórii lyžiarstva na Slovensku. Pretekové lyžovanie —  
hlavne klasické disciplíny — majú tu ideálne podmienky. Preteky,  
ktoré tu usporadúvali, tešili sa značnej obľube medzi pretekármi.  
Nie snáď preto, že sa tu robili priam zázraky. Veď kremnické  
osemnástky sa bežali často pod hodinu — to asi pre tie stráne —  
ale hlavne preto, že každý sa rád prizrel krásam zimnej baníckej  
metropoly, ktorá si dávala honorosné meno slovenský Semmering.  
Nuž ale my ju radšej poznáme pod menom Kremnica! Oblačská  
čierneho dymu sa valili za bufkajúcimi vlakmi a to všetko kontras-  
tovalo s modrou farbou oblohy i so strakatými lesnými priestran-  
stvami. Možno že práve to bolo, čo lákalo bežcov. Nuž a čo lá-  
kalo skokanov — to naozaj ťažko povedať. Mostík tu má už  
dávno obstojný. Skákalo sa z neho — jedna radosť. Ba neinfor-  
movanému divákovi sa zdalo, keď sa dával kdesi spreď železnič-  
nej stanice — že skokan letí priamo na strechu nádherného krem-  
nického kostola, ak nie priamo doň!

Na mostíku a v jeho okolí rástli skokanské generácie. Nadše-  
ným lyžiarskym pracovníkom už dávno sa zdal byť — i teraz  
v dobrom stave jestvujúci lyžiarsky mostík — malým! Hľadali  
možnosti, kde a ako nájsť vhodné miesto a vybudovať mostisko  
veľké! To je problém, s ktorým sa moria ešte i dnes. A dúfajme,  
že sa im podarí — veď »placa, plány i chuť do roboty majú — no  
a to ostatné sa dá snáď len voľako zabezpečiť!

V uplynulých zimách i v Kremnici nebolo snehu priveľa. No  
vždy sa našlo toľko, že mohli usporiadať preteky. Robievali i robia  
ich vždy s láskou a radí. Odmenou snaživým pracovníkom sú vždy



obrovské počty štartujúcich. Býva ich pravidelne niekoľko stoviek.  
Prím čo do počtu majú bežci. Tam je v posledných rokoch najlep-  
šie vidieť vplyv lyžiarskej športovej školy. Majú však i svoje svet-  
lé vzory. Z nich najmä meno Ruda Čilika je dobre zapísané medzi  
reprezentantmi československého lyžiarstva. Kiež by nebolo posled-  
né! Zaiste sa nájde ešte veľa jeho nasledovníkov z radov jeho  
odchovancov. No dobre si počína i súdruh Hanks v práci s mladý-  
mi skokanmi. A vedľa Hrica určite čoskoro objavia sa na lyžiár-  
skom »skokanskom nebi« i ďalší kvalitní pretekári, ktorých pripraví  
na kremnickom mostíku.

To všetko sa robieva zima čo zima na stráňach nad Kremnicou  
— nuž a radi by sme boli, keby sa takýchto stráni našlo nad kaž-  
dým mestečkom a dedinkou. Chceme veriť, že tomu tak bude a že  
cesta všetkým lyžiarom, ktorá vykonajú do krásneho zákutia  
Kremnice, nebude nadarmo!

Mládeži patrí budúcnosť i v lyžiarstve a slovenské lyžiarstvo, po-  
zdravujúce lyžiarsku Kremnicu, je presvedčené, že stopami lyžiár-  
skej práce s mládežou z Kremnice dôjdeme k najvyšším metám.

## PŘÁTELSKÉ ZÁPOLENÍ LYŽAŘŮ V JILEMNICI

UTKÁNÍ V LEHKÉ ATLETICE, KOPANÉ A ODBÍJENÉ — TRENÉŘI JDOU PŘÍKLADEM

Krásné podzimní počasí a útulný stadión v Jilemnici byly svěd-  
kem 13. a 14. září neobvyklé události. Sluníčko vykukující od  
Černé Hory vidělo nastupovat přední lyžařské závodníky našich  
dvou lyžařsky nejsilnějších krajů, aby ukázali, »kdo s koho«. V ra-  
dostném a přátelském zápolení prověřili svoji připravenost — na  
draze rychlost, v přespolním běhu vytrvalost, vrh koulí změní  
sílu, skoky do dálky a výšky, obratnost. Míčové hry pak ukáží  
bystrost, rozhodnost a šikovnost.

»Kdo chce zapálit — musí sám hořet« — tuto pedagogickou  
pravdu J. A. Komenského si vzali k srdci trenéři obou krajů.  
Vyhřnuli si rukávky a šli opravdu s chutí do toho. Olympijskou  
štafetu vystřídal vrh koulí, »mistrovství Evropy v odbíjené« a na  
závěr běh za míčem mezi dvěma brankami. Jim ke cti je třeba  
řici, že mnozí mladší by se za jejich výkonnost nemuseli stydět.

Utkaní se koná tradičně každým rokem vždy na podzim. Po-  
řadatelem je střídavě jednou kraj Liberec, podruhé Hradec Krá-  
lové. Letošní utkaní je již v pořadí sedmé a znamenalo rekordní  
účasť závodníků a trenérů: 149 žen, mužů, dorostenek a dorostenců  
se dostavilo obhájoval barvy svých krajů. Do utkaní se počítá  
umístění tří nejlepších závodníků z každého kraje. Boudje se  
10, 6, 4, 3, 2, 1 bod. Odbíjená a kopaná 20 a 10 body. Každý  
účastník se musí zúčastnit minimálně tří disciplín tak, aby pro-  
kázal svoji rychlost, vytrvalost a sílu.

V lehké atletice mužů zvítězil Liberec 127:72 bodům, rovněž  
v odbíjené zvítězil 3:1, prohrál ale v kopané 3:7. Utkaní mužů  
skončilo celkem 104:159 bodů pro Liberec.

V lehké atletice žen zvítězil zase Hradec Králové poměrem bodů  
133:32, rovněž v odbíjené 2:1. Utkaní žen skončilo celkem 153:44  
bodů pro Hradec Králové.

Utkaní dorostenců (jen lehká atletika) vyhrál Liberec 96:34 bo-  
dům, utkaní dorostenek rovněž Liberec 79:76 bodům.

Utkaní trenérů bylo velmi vyrovnané, jako lepší se však ukázali  
hradečtí trenéři, kteří zvítězili počtem 62:51 bodům.

Celkový výsledek mezikrajového utkaní byl velkým překvapením,  
avšak spravedlivým ohodnocením sil obou krajů. Prvně v historii  
těchto střetnutí skončilo utkaní nerozhodně

FELIX CHOVANEC

V jednotlivých disciplínách zvítězili:

Dorostenci:	100 m	Bret, Liberec	12,2 vt.
	1000 m	Stehlík, Liberec	2:44,0 min.
	vrh koulí	Winter, Liberec	11,85 m
	skok daleký	Bauer, Liberec	559 cm
Dorostenky:	skok vysoký	Šrajbr, Liberec	160 cm
	60 m	Vašková, Liberec	9,1 vt.
	600 m	Hamplová, Hradec Kr.	1:56,5 min.
	kriketový míček	Sátorová, Hradec Kr.	48,82 m
Muži:	vrh koulí	Sátorová, Hradec Kr.	8,09 m
	skok daleký	Mašková, Liberec	392 cm
	skok vysoký	Bucharová, Liberec	125 cm
	100 m	Seifert, Liberec	12,2 vt.
	1000 m	Kubát, Liberec	2:42,0 min.
	chůze 3000 m	Adam, Hradec Kr.	18:06,6 min.
	400 m	Láhr, Liberec	55,1 vt.
	přespolní běh 5000 m	Weber, Liberec	15,59 min.
Ženy:	štafeta 10krát 160 m	Liberec	3:34,8 min.
	vrh koulí	Inž. Kumpošt, Liberec	11,26 m
	skok vysoký	Seifert, Liberec	155 cm
	100 m	Ottová, Hradec Kr.	13,9 vt.
	800 m	Ottová, Hradec Kr.	2,55 min.
	skok vysoký	Inž. Merendová Hr. Kr.	120 cm
	skok daleký	Ottová, Hradec Kr.	420 cm
	vrh koulí	Ottová, Hradec Kr.	8,62 m
štafeta 4×60 m	Hradec Králové	35,4 vt.	

# NA OSTRAVSKU JE ŽIVO

## Nepracovali jsme marně

Myslím, že hospodářská situace každé lyžařské sekce byla letos stejná. Počátkem roku oznámil předseda, že rozpočet bude krácen asi o 50 procent proti minulému roku. Heslo »Dvakrát měř a jednou řež« bude nutno stále více zdůrazňovat a náklady na všechny plánované závody a přebory musí být sníženy. Setřilo se, jak se dalo. Krajský přebor byl pořádán na náklad vysílajících jednot. Tato praxe se plně osvědčila a dokázala nám, že někteří členové krajských družstev jsou v jednotlivých pouze jako přispívající členové, v jednotě nepracují a pravidelné cvičení a příprava je jim naprosto neznáma. Pochopitelně takovým závodníkům jednoty ničeho nedaly, a proto někteří se prý z finančních důvodů nemohli, hlavně u sjezdových disciplín, celých přeborů zúčastnit.

Setřilo se na rozhodčích a funkcionářích, nevyplácelo se ošatné. Utkání moravských krajů v klasických disciplínách pořádalo sedm činovníků, včetně rozhodčích, ale všechno marně. Počátkem dubna jsme se konečně dozvěděli dvě zprávy. Jednu radostnou a druhou smutnou. Ta radostná byla, že je již schválen rozpočet a jsou přiděleny peníze na činnost. Ta druhá zpráva byla již méně radostná, poněvadž přidělená částka byla již vyčerpána, takže do konce roku veškerá podpora závodní lyžařské činnosti se rovnala nule. Bylo před prázdninami a tak jsme se rozešli a doufali, že po prázdninách situace vyřešíme.

Poněvadž účtárna KV ČSTV se dostala do ažurity, zjistili jsme na našem kontě zaknihované položky, které tam nepatřily. Zjištění nám však nestačilo k tomu, abychom mohli upřesnit slíbenou letní přípravu našich skokanů na umělé hmotě v Rožnově pod Radhoštěm.

Společná schůze s trenérskou radou měla bouřlivý průběh hlavně proto, poněvadž se doufalo, že při letošním úsporném systému bude možno vyslat špičkové závodníky na větší závody v ČSR, umožnit letní přípravu skokanů a rozježdění sjezdářů a běžců na prvním sněhu. Tyto všechny akce nejsou uskutečnitelné, poněvadž finanční podpora na závodní činnost byla již v dubnu přerušena.

I když zde byla dobrá rada drahá, bylo v sekci jednomyslně rozhodnuto: musíme si vydělat a slíbené akce uskutečnit. Daly se hlavy dohromady a již zde byla společná schůzka s TJ Rožnov, na které bylo dohodnuto, že 31. srpna se uspořádají společné závody ve skoku na umělé hmotě za účasti nejlepších skokanů. Poněvadž na uspořádání závodů bylo jen deset dnů, byly rozděleny funkce a propagace se rozjela na plný plyn.

Přihlášených bylo 59 skokanů. Závodů se zúčastnilo celkem 56 závodníků: 15 mužů, 10 juniorů, 25 dorostenců a 10 žáků. Žáci skákali na malém můstku s kritickým bodem 23 m.

Byli zde nejlepší naši skokani ve všech kategoriích a výkony byly velmi dobré. Bylo dosaženo těchto výsledků:

**Muži:** Remza Z., Spartak Čákovice, 332,7 bodu (57,5, 52, 51), Martišák M., Dukla Liberec, 332,5 bodu (56, 56,5, 56), Vašut V., Dukla Liberec, 320,2 bodu (54, 58,5, 58).

**Juniori:** Mazánek Jar., Dukla Liberec, 509,7 bodu (51, 52, 52,5), Farský Karel, Dukla Liberec, 307 bodů (50, 51, 48), Bojda J., Sokol Ostravice, 276,4 bodu (44, 45,5, 47).

**Dorostenci:** Ulrych E., Jiskra Harrachov, 310,6 bodu (50,5, 51, 51), Fabián J., Slávia Olomouc, 296,1 bodu (47,5, 48, 52), Doubek R., J. Vysoké nad Jizerou, 278,9 bodu (42, 42, 45).

**Žáci:** Rázl Jiří, Jiskra Harrachov, 328,6 bodu (29, 27, 26), Ulrych J., Jiskra Harrachov, 326,2 bodu (29, 28, 28), Jakšík Aleš, Baník Ostrava, 291,4 bodu (26, 25, 25).

Nejdelšího skoku dosáhl V. Vašut 58,5 m, za který byl odměněn pravým valašským írgálem.

3000 platících a hodně neplatících diváků byli s podanými výkony velmi spokojeni a čekali i po skončení závodu na oficiální vyhlášení vítězů a rozdělení cen.

*Děvčata a chlapci Ostravské lyžařské základny se zúčastnili přespolního běhu ve Frenštátě p. Rad.*



Po sportovní stránce byl tento závod velmi hodnotný a propagačně udělal velký kus práce, poněvadž v parkovišti jsme viděli auta a autobusy i z hodně vzdálených míst naší republiky.

A závěrem: Po odečtení režie byl rozdělen čistý zisk 7000 Kčs na 50 procent mezi TJ Rožnov a lyžařskou sekci KV ČSTV Ostrava. Tato částka nám umožnila nejen zaplatit letní třídní přípravu našich skokanů před závodem, ale také další jejich nedělní soustředění až do konce roku.

LAĐA JAKŠÍK

## Ostravská lyžařská základna v létě

Lyžaři ostravského Baníku se věnují hlavně mládeži. Několikaletá krátká tradice tohoto mladého lyžařského oddílu přinesla již v uplynulé sezóně značné úspěchy. — Několik krajských přebornických titulů u mládeže a dobré umístění na celostátních výběrových závodech žactva jsou velikým příslibem pro ostravské závodní lyžování. Do pravidelného cvičení lyžařského oddílu dochází průměrně 50 chlapců a děvčat ve věku 9—14 let. Velmi potěšitelným zjevem je to, že děvčat je více než chlapců.

V srpnu se zúčastnilo 46 chlapců a děvčat letního soustředění v Piešťanech. Toto soustředění trvalo devět dnů a bylo umožněno hlavně pochopením okresního školského referátu a soudr. insp. Chlapíka v Piešťanech, kterým patří náš dík.

Hlavní náplní denního programu bylo plavání, plnění BPPOV, lehká atletika, slalom na suchu a závodivé hry. Zpestřením byly procházky po lázních a nohejbalový turnaj dvojic. Závěrem se konaly plavecké závody na 25 a 50 m, ve kterých většina účastníků splnila hladce limity pro BPPOV.

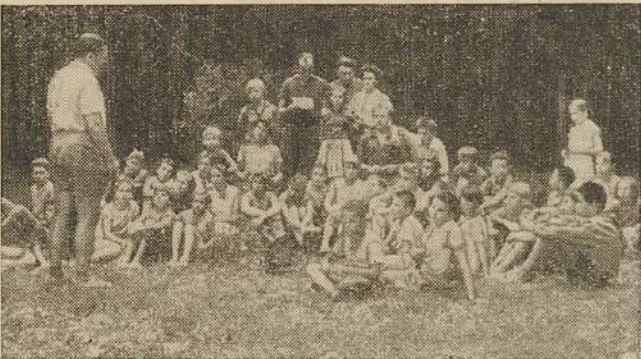
Tohoto soustředění mladých lyžařů se zúčastnilo také 10 dětí patronátního Sokola Horní Datyně, které se plně zapojily do celého programu.

Celkem bylo splněno u chlapců a děvčat 13—14letých 29 nových odznaků BPPOV.

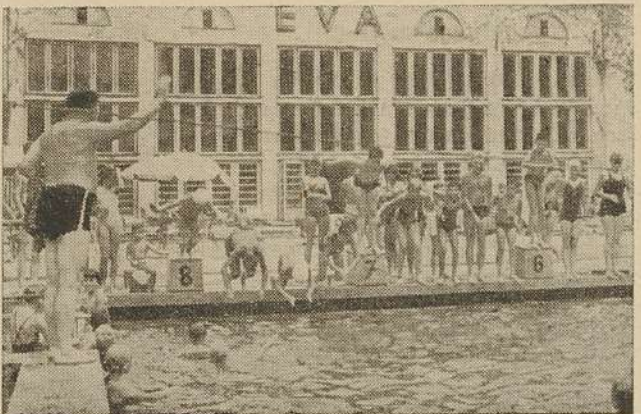
Velikou výhodou bylo, že ve stejné době byli soustředění v Piešťanech nejlepší plavci ČSR, kteří každé dopoledne v polovině bazénu trénovali. Děti zde měly ty nejlepší vzory na doplnění svých technických plaveckých zkušeností.

Účastníci byli dopraveni tam i zpět vlastním autobusem na náklad jednoty. Na zpáteční cestě si prohlédli Luhačovice a Gottwaldov. V září jsme začali také s pravidelnou přípravou v tělocvičně, aby nás první sníh nepřekvapil.

*Poslední připomínky před slalomem na suchu*



*Odstartováno a další disciplína BPPOV splněna*



# Intenzívne prípravy lyžiarov v Mlynkoch PRE NASTÁVAJÚCU SEZÓNU

Lyžiarsky oddiel v Mlynkoch, založený hŕstkou nadšencov »bieleho športu«, je známy svojou, i keď zatiaľ iba dvojročnou, no úspešnou činnosťou, hlavne v Košickom kraji. Už v prvom roku jeho založenia položili základy tradície »Mlynčan-skeho lyžiarstva« usporiadaním prvých ročníkov pretekov v behu na lyžiach o putovný »Pohár Slovenského rudohoria« a v obrovskom slalome o putovný »Kahanec bane Mlynky«. Za vzorné prevedenie spomínaných pretekov a viacerých pretekov náborových udelil Baníku Mlynky pochvalu KV ČSTV v Košiciach. To bolo mocným impulzom k ešte dôslednejšej práci na poli usporiadateľskej a výchovnej činnosti. Výsledkom bola skutočnosť, že v nasledujúcom roku lyžiarsky oddiel v Mlynkoch usporiadal nielen spomínané preteky o »putovné trofeje« (Pohár Slovenského rudohoria a Kahanec bane Mlynky), ale aj okresné prebory a »Prebory Košického kraja a Vysokých Tatier« v bežeckých disciplínach všetkých kategórií na novovybudovanej štandardnej bežeckej trati na Bielych Vodách. Okrem toho usporiadal asi pätnásť náborových pretekov vo všetkých lyžiarskych disciplínach pre mládež. Odmenou za túto úspešnú činnosť bolo čestné uznanie udelené opäť KV ČSTV v Košiciach. Celkovo možno povedať, že usporiadanie i samotný priebeh pretekov v Mlynkoch má vynikajúcu úroveň. Ved' len skutočnosť, že bežecka trať počas pretekov je telefonicky spojená a rozhlas hlási medzičas popredných pretekárov, napríklad zo šiesteho a desiateho kilometra, hovorí sama za seba. Vynikajúcou rozhlasovou službou je tiež charakterizovaný obrovský slalom o »Kahanec bane Mlynky«. Veľkým nedostatkom sú však značné finančné ťažkosti, v dôsledku ktorých výchovná činnosť členov lyžiarskeho oddielu ani zďaleka nedosahuje úroveň činnosti usporiadateľskej.

Nastávajúca lyžiarska sezóna bude naozaj bohatá. Započala cezpoľným behom v rámci osláv »Dňa baníkov« za účasti našich bežcov-atletov a bude pokračovať tradičným jesenným »Lesným behom lyžiarov«. Samotná činnosť na snehu započne tak ako po minulých rokoch — silvestrovským »Prebrom Mlyniek« v slalome a v behu na lyžiach. Na mesiac január je plánovaný Okresný prebor v bežeckých a zjazdových disciplínach a hlavne III. ročník »Pohára Slovenského rudohoria«, ktorý s najväčšou pravdepodobnosťou bude prebiehať ako »Memoriál hrdinu SSSR kpt. Jána Nálepku« (kpt. Nálepka bol učiteľom na Bielych Vodách, kde mu bola nedávno odhalená pamätná tabuľa). Do miest, ktorými teraz vedie bežecka trať, podnikal výlety, ba dokonca nimi prechádzal, keď sa vraciaval domov do rodných Smíčan.

Vo februári s najväčšou pravdepodobnosťou budú opäť »Prebory Košického kra-

ja a Vysokých Tatier« v bežeckých disciplínach usporiadané v Mlynkoch. Zimná sezóna vyvrcholí III. ročníkom obrovského slalomu o teraz už populárny »Kahanec bane Mlynky«, ktorého doterajším držiteľom z oboch ročníkov — i keď po tuhých bojoch — je Michal Šoltýs. Právom sa teda očakáva zvlášť v tomto preteku boj vynikajúcej úrovne.

Okrem vyššie uvedených podujatí hlavnou časťou činnosti budú náborové preteky mládeže vo všetkých lyžiarskych disciplínach, poriadané dotiaľ, pokiaľ to len snehové podmienky dovidia.

Keďže v Mlynkoch na Bielych Vodách je v nepretržitej prevádzke zimné výcvikové lyžiarske stredisko školskej mládeže a v neďalekej Palmanskej Maši (2 km) pod Hníleckou vodnou nádržou zimné stredisko dospelých a každý takýto výcvikový turnus končí pretekmi v slalome a behu (resp. pretekmi brannej zdatnosti), budú sa týchto pretekov zúčastňovať hlavne mladí členovia lyžiarskeho oddielu v Mlynkoch, aby sa ich preteková vyspelosť zvýšila. Za takejto »domorodej« účasti tieto preteky zaiste splnia svoje pravé poslanie a súčasne zvýši sa ich samotná úroveň.

Z perspektívnych plánov hodno spomenúť zamýšľané využitie blízkej Kráľovej hole usporiadaním ďalšieho obrovského slalomu v jarnom období. Uvažuje sa tiež o využití ideálnych terénnych podmienok

Babinej (3 km od Mlynok), ktorá dosahuje až 600 metrov výškového rozdielu, avšak oplýva väčšiu časť zimy pomerne menej priaznivejšími snehovými podmienkami pre svoju vysokú polohu (neustále fúkajúci vietor).

Ako z uvedeného vyplýva, v Mlynkoch sú všetky reálne predpoklady a možnosti k tomu, aby sa stali významným lyžiarskym strediskom. Aby sa tak stalo, je nutné vybudovať niekoľko prostriedkov technického rázu, z ktorých momentálne priamou nutnosťou je to, čo chýba celému nášmu zjazdárstvu k dosiahnutiu zvýšenia svojej úrovne vo svetovom meradle — výťahová technika. I keď v Mlynkoch boli prevedené pozoruhodné akcie, týkajúce sa materiálnych a finančných prostriedkov, naše finančné sily na spomínaný čin — výstavbu výťahu, resp. vleku — nielenže nestačia, ba sú nemysliteľné, ale ako situácia ukazuje, vôbec nebudú stačiť ani v budúcnosti. Preto jediným reálnym riešením tejto chúlостivej otázky je konkrétne materiálne alebo finančné pomoc príslušných kompetentných orgánov. V prípade uskutočnenia vyššie uvedenej pomoci je jasné, že by tieto »investície«, vložené do lyžiarstva v Mlynkoch, priniesli svoje ovocie v prospech rozvoja a zvýšenia úrovne lyžiarstva nielen v Košickom kraji, ale možno i celého nášho lyžiarstva vôbec.

EADISLAV DENEŠ

## Celostátní sportovní kalendář vrcholných soutěží na rok 1959:

Sekretariát ÚV ČSTV schválil tento kalendář vrcholných lyžařských soutěží na rok 1959:

- |                 |   |
|-----------------|---|
| 15. II.         | *Mistrovství ČSR v běhu na 50 km — muži — Jilemnice (kraj Liberec); uzávěrka přihlášek (jmenovitě) 13. II.  |
| 24. II.—1. III. | *Mistrovství ČSR v klasických disciplínách (mimo běh na 50 km) — muži + ženy + junioři + juniorky   |
| 24. II.—1. III. | *Dorostenecký přebor ČSR v klasických disciplínách — starší + mladší dorostenci, dorostenky — Špindlerův Mlýn (kraj Hradec Králové) — pořadatel MV ČSTV Praha; uzávěrka přihlášek (jmenovitě) 22. II. |
| 5.—8. III.      | *Mistrovství ČSR v sjezdových disciplínách — muži + ženy + junioři + juniorky — Vrátná dolina (kraj Žilina); uzávěrka přihlášek (jmenovitě) 3. III.   |
| 12.—15. III.    | *Dorostenecký přebor ČSR v sjezdových disciplínách — starší + mladší dorostenci, dorostenky — Chopok (kraj Žilina); uzávěrka přihlášek (jmenovitě) 10. III.   |

### OSTATNÍ SOUTĚŽE:

- |              |   |
|--------------|---|
| 15. II.      | *Celostátní soutěž neslyšících sportovců — muži + ženy — Gottwaldov                 |
| 19.—22. II.  | Celoslovenské dny školní tělesné výchovy — Ružomberok a Lipčevský Hrádek            |
| 1.—3. III.   | Mistrovství Slovenska — junioři + juniorky + dorostenci + dorostenky                |
| 13.—15. III. | *Mezinárodní závody v klasických disciplínách — muži + ženy — Harrachov             |
| 22.—24. III. | Velká cena Slovenska (mezinárodní závody ve sjezdových disciplínách) — Vysoké Tatry |

Podrobná termínová listina ostatních soutěží bude uveřejněna v měsíčníku »Lyžařství« v příštím měsíci. Žádáme krajské sekce, aby nám zaslaly své krajské kalendáře ve stanoveném termínu.

M. DUFFEK

### SKLADBY PRO II. CS

(popisy i hudba) byly již vydány ve Sportovním a turistickém nakladatelství. Jsou k dostání v krajských Sportovních prodejnách ODSZ a v prodejně STN, Hybernská 34, Praha 3. Poštou je bude zasílat na dobírku expedice STN, Klimentská 3, Praha 3, kde si můžete skladby objednat.

**R**eferát »Cesta ke zlepšení hodnocení skoku na lyžích« vypracoval a přednesl předseda všesvazové lyžařské sekce a místopředseda FIS soudruh Viktor Andrejev. Rekl asi toto:

Hodnocení skoků a výchova rozhodčích stylu jsou vlastně prostředkem k ustávenému vývoji skoku na lyžích. Závodníci i trenéři zdokonalují a prověřují techniku skoku stejně jako odborníci, kteří se zabývají vynalézáním nových prostředků k vývoji skoku. Úloha rozhodčích skoku má také bezesporu přispívat k urychlení vývoje techniky skoku a nikoliv být brzdou jeho vývoje. Je známo, že činnost rozhodčích někdy zdržovala tento vývoj.

Tak např. nemohla dosáhnout schválení rozhodčích nově se vyvíjející technika tzv. finské školy a teprve při mistrovství světa ve Falunu v r. 1954 se podařilo finskému skokanu Pietikäinenovi skvělou technikou přesvědčit rozhodčí, že nový směr techniky je vynikající a tím přimět k jeho oficiálnímu uznání.

Dnes je v mnoha zemích k dispozici kladný vědecký materiál, jak působí držení těla a vedení lyží během letu na známky za styl. Současně výsledky vědecké práce určují hranice, v jejichž rámci skokan může změnit poměr mezi držetím těla a vedením lyží během letu, a ukazují, že změna polohy během letu určuje změnu známky za styl (podle tabulky).

Nedostatek materiálu ztěžuje naproti tomu určení těchto jednotlivostí během letu:

1. nedostatečný předklon těla,
2. špičky lyží jsou příliš zdviženy,
3. špičky lyží směřují příliš dolů.

Lze proto pochybovat, zda při hodnocení chyb odrazu je známo, že směr odrazu je základem skoku. Každopádně není tato fáze dostatečně vyjádřena v bodové tabulce. Se zřetelem na vývoj techniky bylo by správné, aby byl hodnocen směr odrazu a nikoliv držení těla skokana při opuštění odrazistě. Pochybnosti povstávají také při hodnocení různorodého doskoku. Zdá se účelným vypracovat novou bodovou tabulku pro trenáři jednotlivých chyb, která by se zakládala na teorii i praxi.

Ve druhé části svého diskusního příspěvku řekl soudruh Andrejev:

K zajištění bezpečnostních norem je nutné pro každý závod určit přesně a objektivně vyšší startovního bodu. Zkušenost ze závodů provedených v roce 1957 ukazuje mnoho chyb, jimiž se pořadatelé prohřešili proti tomuto základnímu požadavku.

Při německo-rakouském skokanském turné stal se v Ga-Pa zcela neobvyklý případ, že rozhodčí zrušili skoky prvního kola údajně proto, že nájezd byl příliš krátký a nařídili prodloužení nájezdu a opakování skoků prvního kola.

Z tohoto zvýšeného startu skočil Šamov 91 metrů na můstku s  $P = 80$  m. Během tohoto závodu dělal soutěžní výbor současně tři chyby:

1. nesprávné určení výše nájezdu,
2. zrušení skoků 1. kola bez jakéhokoliv důvodu,
3. zvýšení nájezdu pro druhé kolo.

Při závodech v Lahti v roce 1957 byl nájezd rovněž stanoven vysoko a tak Kirjonenův vynikající skok 77 m dlouhý skončil pádem.

Při závodech v Zakopaném při padesátiletém výročí Polského lyžařského svazu byl nájezd prodloužen bez zřetele na povětrnostní podmínky a sněhovou vrstvu a tím polský skokan Grón-Gasienica, Fin Leitinen a mnoho dalších skokanů bylo těžce poškozeno.

Praxe tudíž ukazuje, že rozhodnutí ve skokanských soutěžích za nepříznivých povětrnostních podmínek a za špatné sněhové vrstvy na nájezdu i dojezdu může poškodit skokany, což bývá způsobeno zejména prodloužením nájezdu. Jestliže za normálních meteorologických poměrů a při

## Další poznatky z kurzu rozhodčích FIS v Lahti

dobré sněhové vrstvě jsou dovoleny skoky do  $P + 8\%$ , je zcela jasné, že délka skoků z důvodů povětrnostních a ve vztahu ke stavu sněhové vrstvy má být zkrácena. Proto je nutné zjistit předem přesně povětrnostní podmínky pro dobu závodů a tím i dovolenou délku skoků.

Na podkladě uvedených skutečností navrhuji, aby povětrnostní poměry a stav sněhové vrstvy byly rozděleny do pěti skupin, a to:

1. Teploměr ukazuje  $-15$  až  $-20^\circ$  C, dobrá viditelnost, slabý vítr zepředu nebo zezadu, sněhová vrstva nerovnoměrná,
2. Teploměr ukazuje  $0$  až  $-1^\circ$  C, slabý vítr, sněží, nezřetelná stopa na nájezdu, dojezd není úplně v pořádku,
3. Teploměr ukazuje  $-2$  až  $-15^\circ$  C, žádný vítr, nesněží, dobrá viditelnost, dobrá sněhová vrstva na celém můstku,
4. Teploměr ukazuje  $0$  až  $-5^\circ$  C, žádný vítr, dobrá viditelnost, sněhové vrstva na celém můstku nestejně,
5. Teploměr ukazuje  $+5^\circ$  C, slabý vítr, sněží, sněhová vrstva nestejně. Je nutno použít chemických prostředků k udržení soudržnosti vrstvy.

Jako dovolenou nejvyšší délku skoků na základě této situace navrhuji:

- Skupina 1 =  $P + 8\%$   
Skupina 2 =  $P + 4\%$   
Skupina 3 =  $P$

Skupina 4 =  $P - 4\%$   
Skupina 5 =  $P - 8\%$

Musi být samozřejmě ještě vyměněny názory k přesnému stanovení těchto skupin a tím k určení délek.

Používaný způsob určení délky nájezdu zkušebními skoky závodníků vede často k chybným závěrům. K docílení objektivního řešení této otázky bylo by radno použít přesných přístrojů, jimiž by mohl být přesně měřen čas na kontrolním úseku a tím i průměrná rychlost. Tento návrh by měl být prozkoumán v komisi FIS a měla by být stanovena platnost těchto zásad proto, že vinou pořadatelů byli často skokanů poškozeni.

V závěru řekl soudruh Andrejev:

Nedostatek potřebného materiálu z praxe nedovoluje provést zevrubnou analýzu objektivnosti rozhodčích stylu, o čemž hovořil inž. Straumann. Když studujeme materiál, který je k dispozici, ptáme se:

Metodika tzv. S-hodnocení (S-metody) vede k určitým závěrům. Čas »t«, který je změřen na kontrolním úseku nájezdu, měří se přístrojem. Délka skoků se měří obvyklým způsobem. Počet bodů za skok se určuje podle vzorce:  $N = t \times L$ . Vezměme příklad:

Skokan A měl  $t = 1,4$  vt. a  $L = 80$  m,  $N = 1,4 \times 80 = 112$  bodů,  
skokan B měl  $t = 1,6$  vt. a  $L = 70$  m,  $N = 1,6 \times 70 = 112$  bodů.

V daném případě vychází z doby úseku nájezdu a délky skoků tázavá hodnota, i když B ztratil proti A 10 m délky. Tato skutečnost by měla pravděpodobně opačný vliv na vývoj skoků, tzn. že skokan by nebyl veden k dosahování dlouhých skoků, ale zaměřil by se k získání výhodných koeficientů.

Je možné také použít současně obou způsobů, tzn. běžného hodnocení stylu a S-metody a vypočítat průměr. Stanovení výsledků tímto způsobem by také nevedlo k správné objektivní metodě.

Abychom mohli správně posoudit doporučenou S-metodu, bylo by nutno uspořádat řadu závodů, které by byly hodnoceny jen podle Straumannovy metody za předpokladu, že skokanů budou skákat tak, aby dosáhli nejvýhodnějšího koeficientu. Teprve pak vyjdou najevo pozitivní i negativní stránky této metody.

Pokračování příště.

## Žebříček nejlepších sjezdařů světa v roce 1958

Sestavit světový žebříček je vždycky velký problém. Dělal se letos z výsledků docílených na závodech: Lauberhorn, Hahnenkamm, MS Badgastein a Kandahar Arlberg. Dále byly přibrány pro obří slalom závody v Adelboden, obnovené jako generální zkouška pro mistrovství světa. Tak Toni Thiel v letošním světovém žebříčku došel k zajímavým výsledkům.

O prvé místo v celkovém hodnocení se dělí Toni Sailer a Josl Rieder. Dosud dominoval vždy Sailer sám. Sailerovy pády na Lauberhornu a Hahnenkamm a jeho nedokončení závodu v Badgasteinu, umožnily Riedrovi, že ho dohonil. Oba Rakušané by ale byli v průměrném hodnocení předstíženi Švýcarem Rogerem Staubem, kdyby nedostali zvláštní bodovou bonifikaci za svá vítězství na mistrovství světa. Zajímavé také je, že roku 1955 se na druhém místě objevuje již čtyřikrát Roger Staub a jednou Chiharu Igaya, tj. ne Rakušané. A podobně dvě velké rakouské naděje Karl Schranz a Peppi Stiegler nedopadli v letošním žebříčku tak, jak si zaslouží, protože oba mohli být hodnoceni jen ze závodu Kandahar Arlberg.

**Celkové hodnocení:** 1. Sailer a Rieder (Rakousko) 180 bodů; 3. Staub (Švýcarsko) 171 bodů; 4. Hias Leitner (Rakousko) 152 bodů; 5. Bud Werner (USA) 136 bodů; 6. Molterer (Rakousko) 123,5 bodu; 7. Zimmermann (Rakousko) 104,0 bodu; 8. Igaya (Japonsko) 101,5 bodu; 9. Bonlieu (Francie) 94,5 bodu; 10. Hinterseer (Rakousko) 92,0 bodu.

**Sjezd:** 1. Sailer, Staub, Rieder a Molterer po 40 bodech; 5. Zimmermann 39; 6. Leitner 31,5; 7. Werner 30; 8. Duvillard (Francie) 28,5; 9. Forrer (Švýcarsko) 28; 10. Bonlieu 28.

**Slalom:** 1. Rieder a Igaya 40 bodů; 3. Leitner 38; 4. Hinterseer 36; 5. Pravda (Rakousko) 35,5; 6. Bozon (Francie) 35; 7. Staub 33; 8. Werner 31; 9. Bonlieu 30,5; 10. Molterer 28.

**Obří slalom:** 1. Sailer 60 bodů; 2. Staub 51; 3. H. Leitner 39,5; 4. Rieder 34; 5. Werner 33; 6. Suter (Švýcarsko) 30; 7. Hinterseer 30; 8. Igaya a Bonlieu 21; 10. Molterer 19,5.

**Kombinace:** 1. Rieder 40; 2. Staub 39; 3. Werner 38; 4. Sailer 33; 5. Leitner 32; 6. Molterer 31; 7. Igaya 28; 8. Zimmermann 27; 9. Hinterseer a Pravda 22; 10. Schranz (Rakousko) 20 bodů.

MILADA PROKEŠOVÁ-MEČÍŘOVÁ

# Startovní povel a způsob startu

Na kongresu FIS v Dubrovniku v červnu 1957 byla schválena řada změn v pravidlech lyžování. Většina z podstatných se týká sjezdových disciplín. A z těchto změn je nutno jmenovat na prvním místě nový startovní povel a způsob startu. Rovněž naše pravidla byla změněna přizpůsobena a to ve čl. 406, kde se říká: »Startér dá 10 vteřin před startem povel k přípravě »Pozor!« Po 5 vteřinách začne počítat 5, 4, 3, 2, 1 a pak následuje startovní povel »Teď!« Startér drží hodinky tak, aby je startující závodník mohl sledovat.«

Uvedený text je celkem shodný se zněním mezinárodních pravidel. V našich pravidlech byla navíc přidána věta: »Startovní povel při použití elektrického měření je stejný jako při ručním měření.«

Změna startovního povelu proti dřívějšímu »5 vteřin, připraven, teď!« umožňuje závodníkovi lepší koncentraci a přípravu na přesné odstartování a je proto uznávána. Horší to již bylo s další změnou, která se objevila v našich pravidlech v článku 408/a: »Závodník může startovat 1 vteřinu před časem „0“. Odstartuje-li dříve, je diskvalifikován«. Toto ustanovení, umožňující závodníkovi prakticky, aby startoval při startovním povelu již na slovo »jedna«, vyvolalo značnou odezvu mezi rozhodčími, kteří ve velké většině s čl. 408/a nesouhlasí. Uvádějí — a celkem správně — že je proti duchu pravidel, aby závodník startoval vědomě dříve než na vlastní, výkonný povel »Teď!«. Že se tím závodník učí chytračit, využívat nelogického ustanovení. Naposledy se vyvinula rozsáhlá debata na toto téma při červnovém aktivu rozhodčích v Klánovicích.

Abychom si vysvětlili, jak ke znění

čl. 408/a došlo, řekněme si z čeho ustanovení vycházelo. Především z toho, aby závodníci měli jednotný, startovní povel pro ruční i elektrické měření a aby je tento povel nepletl při startech v zahraničí! Podkladem byl § 116 mezinárodních pravidel sjezdových disciplín, který pojednává o »Různých způsobech měření času«. Poslední odstavec tohoto § zní v doslovném překladu: »Při startu v časových intervalech platí start — v přesném překladu: doba přetnutí startovní čáry — pokud leží v mezích následující hranice: 1 vteřina před a 1 vteřina po oficiálním startovním čase. Dřívější start je nutno hodnotit jako chybný start. Jestliže závodník přetne startovní čáru později než 1 vteřinu po oficiálním startovním čase, vezme se pro propočtení jeho času, jako by startoval 1 vteřinu po startovním čase.«

K tomu je nutno ještě připojit text předcházejících dvou odstavců zmíněného §, které znějí rovněž v doslovném překladu: »Pro všechny závody ve sjezdu, slalomu a obrím slalomu má se používat elektrického měření se spojením mezi startem a cílem. Dodatkem k elektrickému měření se má provádět v každém případě měření ruční.«

Ve všech případech, též při startu v intervalech, je nutno držet se přesných časů přetnutí startovní a cílové čáry jak při elektrickém, tak ručním měření. Každý závodník má odstartovat na startovní znamení.«

Pro informaci jen poznamenávám, že mezinárodní pravidla zásadně nepoužívají i v nasprosto jasných věcech slůvka »musí«, nýbrž vždy jen »má se«, »má být«.

A ještě než dojdeme k určitým zá-

věrům, je nutno si objasnit účel elektrického měření a především důvody, které vedly k možnosti propočítávání odchylek plus—minus 1 vteřina při startovním povelu. Při dnešní technice jízdy a především vyrovnanosti závodníků je absolutně přesné změření času předpokladem k správnému vyhodnocení soutěžících. Požadavkem je, aby se změřila skutečně čistá jízda závodníka s vyloučením všech vlivů, které mohou jeho jízdu zdržet, ať už je to pozdní reakce na startovní povel samého závodníka, anebo — a to je především — časově nepřesné vyslovení povelu startéra, resp. startérova špatná reakce na pohyb ručičky startovních stopek. Odstranění toho umožňuje právě elektrické měření, které se zapíná až při opravdovém startu závodníka, tj. při otevření vrátek, resp. vyčíslení nám odchylky plus nebo minus jeho skutečné jízdy proti pevně určené startovní době. To je hlavní důvod, proč byla volena forma tolerance plus—minus 1 vteřina u startu, neboť kdyby tomu tak nebylo, nemohli bychom odpočítávat odchylky při pozdější reakci (ať už závodníka nebo startéra) a naopak připočítávat odchylky, kdy závodník sice přesně odstartoval na startovní povel, ale dodatečně se zjistilo, že startér výkonný povel vyřkl o nějakou tu desetinu dříve, což by nám pochopitelně startérovy stopyk při elektrickém měření ihned ukázaly. A že i tyto desetiny jsou rozhodující, stačí uvést, že se uvažuje již o měření na setiny vteřiny, anebo letošní případ mistrovství ČSR ve sjezdu mužů.

Z toho všeho je zřejmé, že tolerance plus—minus 1 vteřina má jediné oprávnění u elektrického měření, kde je jí možno zjistit přesně. Nemůže platit u měření ručního, kde

## Zhodnotenie tréningového zrazu v dňoch 30. - 31. 8. 1958 oblasť Malá Fatra

Z písomných hlásení, ako i z tréningových plánov nedala sa overiť tréningovosť zjazdárov patriacich do oblasti Malá Fatra. A hlavne dva mesiace prázdnin zvädzali pretekárov k pohodlnému životu.

Preto som sa rozhodol zvolať všetkých 8 pretekárov na kontrolu tréningovosti na 30. 8. 1958 od 13.00 hod. na štadión Dynama Žilina. Treba hneď úvodom spomenúť, že všetci na štadióne presne o 13.00 hodine nastúpili, takže bol plný predpoklad presne splniť celý program. Ťažkosť nám však spôsobila tá okolnosť, že z bazénu na štadióne vypustili 2 dni predtým vodu a nezostávalo nám nič iného, ako disciplíny plávanie a skoky do vody previesť v Rajeckých Tepliaciach. To sa dalo uskutočniť len tým, že Cotiofan a Blaho vlastnia motocykle a vzali na tandém Novotného a Tomáša a v aute trénera Kiššu

sa viezli proti predpisu piati, ale nedalo sa to ináč riešiť.

Prvý deň začal teda na atletickej dráhe Dynama týmito disciplínami:

Beh na 80 m 4x, skok znožmo 3x, skok ďaleký 5x, vrh guľou 3x, beh na 1500 m (800 m ženy a mladší dorast).

Od 16.00 hod. v Rajeckých Tepliaciach: plávanie na 100 m, skoky do vody z dosky, saltá z veže.

V Rajeckých Tepliaciach sme skončili o 17.00 hod. a veru po tréningu chutil všetkým horúci čaj, pretože nebolo priam najteplejšie a na pláži bolo niekoľko ľudí, ktorí sa veru nekúpali, ale len prizerali na deviatich otužilcov. Počasie bolo už ako v jeseni a do vody sa nechcelo nikomu.

Musel to začať niekto či už s plávaním, alebo skokmi do vody. A keď sa nechcelo ozaj nikomu, začal to tréner. Potom ostatní a bolo na nich badať radosť a osvieženie z čerstvej vody. Najhoršie to bolo pre baníka Blahu, veď v Handlovej nie je možnosť plávania, takže veľká voda v bazéne mu robila ťažkosť.

Skončilo sa to dobre a z Rajeckých Teplíc sme odchádzali plne motorizovaní do Vrátnej.

Vo Vrátnej sme sa uložili v ubytovni Elektrární a ešte v ten deň pred večerom sme si zahráli volejbal. Večera po tak bohatom dni chutila každému a chatárka v chate pod Sokolím ju pripravila ozaj dobrú.

Po večeri bolo hodnotenie. Zdravá diskusia, ako i pripomienky trénera prispeli



# ve sjezdových disciplínách

na změření času nemá vliv. Že nemůžeme při ručním měření brát v úvahu jednu vteřinu před startem jako u elektrického měření, vysvítá analogicky — do určité míry — i ze samých našich pravidel, kde článek o pravidlu tolerance jedné vteřiny po startu a v článku 408/b, mluví jen »při elektrickém měření«. Rovněž ve čl. 407/b, kde se mluví o odchylkách (a to prakticky tolerance až jedné vteřiny před startem) je výslovně uvedeno, že toto ustanovení platí pro elektrické měření.

Bylo by proto snad dobře, aby se uvažovalo o tom, zda první věta čl. 408/a\* by neměla platit v příštích pravidlech jen pro elektrické měření a to v textaci mezinárodních pravidel, tj. »start platí, pokud leží v hranici plus—minus jedna vteřina oficiálního startovního času«, namísto našeho textu: Závodník může odstartovat 1 vteřinu před časem »0«, což závodníka k tomu přímo vybízí. U elektrického měření to není žádné chytračení, protože tam mu event. desetinky před oficiálním startovním časem přičtou. Při ručním měření je to však opravdu chytračení, které nemá s logickým odstartováním na skutečně výkonný povel »Ted!« nic společného.

Myslím, že to bude i ve shodě s mezinárodními pravidly, neboť ta zřejmě uvažují, že by se při sjezdových závodech elektrického měření nepoužívalo. Tomu ostatně nasvědčuje první věta § 116 a pak to, že mezinárodní pravidla jsou určena zejména pro mistrovství světa a olympijské hry, jakož pro mezinárodní závody, kde nepřichází v úvahu, že by elektrické měření nebylo k dispozici. Ale i znění druhého odstavce zmíněného § dá se vyložit tak, že se startuje až na výkonný povel »Ted!«.

O startovním povelu mluví též § 113, který říká: »Startér je odpovědný za návěstí (přípravná znamení) a startovní povel, jakož i za přesnost časových intervalů mezi těmito znameními.« Zde snad přicházejí v úvahu dvě námitky. První, že závodníci při ručním měření startují na povel »Ted!«, kdežto při elektrickém mohou už na znamení »jedna«. Ale to je jen zdánlivé. Závodníci budou vždy startovat na povel »Ted!«. Rozdíl bude jenom v tom, že při ručním měření se budou muset plně soustředit na výkonný povel »Ted!«, protože při předčasném startu by byli ihned diskvalifikováni a naopak každé zdržení by pro ně znamenalo časovou ztrátu. Kdežto při elektrickém měření se nemusí tak plně soustředit na výkonný povel, když prakticky mohou bez újmy na dosaženém čase startovat v rozmezí dvou vteřin. Zato se mohou plně soustředit na dokonalé provedení startu, tj. mohutný oddech se správným vyjetím na trať. A to je vlastně také jeden důvod, proč používáme elektrického měření, jak jsme si o tom řekli výše.

Druhá námitka by se snad mohla vyskytnout ta, že při předčasném startu na povel »Ted!« bude závodník při ručním měření ihned diskvalifikován, kdežto při elektrickém měření nikoliv. Ale to je jen relativní. Zrovna tak by byl diskvalifikován při předčasném startu, kdyby závodníci mohli startovat už na slovo »jedna« — a jistě by si všichni na to brzy zvykli. Navíc pak, jen při ručním měření, možno zjistit mnohem přesněji, zda se závodník ulil či nikoliv při krátkém výrazném povelu »Ted!« než při rozvlácném slově »jedna«. Bude-li to pro všechny závodníky stejné, nebude zde nakonec velkých rozdílů při startu. Pochopitelně, po-

kud neuvažujeme o event. zpožděné reakci na povel, jak jsme se již o tom zmínili, ale to se už týká zásadního rozdílu mezi elektrickým a ručním měřením. Kromě toho bude mít tento způsob startu ještě jednu výhodu. A to, že pro ruční časoměřiče bude změřený čas správnější, protože závodníci budou startovat skutečně na povel »Ted!«, tedy současně, kdy ruční časoměřič zmáčkne stopky a nikoliv, jak se letos stávalo, že závodník odstartoval už na znamení »jedna« a časoměřič zmáčkl stopky až na povel »Ted!«. Tím pak vznikaly velké difference proti elektrickému měření, což se prakticky projevovalo při vynechávání elektrického měření během závodu. Pro propočítávání časů dalších závodníků, kterým se měřilo jen ručně, se muselo použít průměrných odchylek, zjištěných proti měření elektrickému u předchozích závodníků, a ty bývaly značné a hodně nepřesné.

A ještě jednu poznámku nakonec. V této věci, tj. ve způsobu startu, není jasno ani v cizině, pokud se používá jen ručního měření. Mezinárodní pravidla nejsou nějaká dogmata, která by byla neomylná. Jistě nebude těžké, aby naši zástupci ve FIS podali návrh na změnu, resp. doplnění dosavadních pravidel, jestliže tím výklad bude zpřesněn a odstraní možnost výkladu dvojího. Chce to jen, abychom si problém vyřešili jednoznačně u nás. K tomu dopomůže každý, kdo se tím bude zabývat a svůj názor sdělí ústřední sekci. Nemusí to být jen rozhodčí, ale i trenéři a především závodníci, vždyť těch se to týká nejvíce.

JIRÍ ČEJKA

k dobrému ukončení prvního dne strettutia.

V nedel' ráno sa vstávalo o 7.00 hod. — rozcvička, raňajky, a o 8.00 hod. sme nastúpili všetci na stavenisko Horskej služby, ktorá vo Vrátnej stavia domček HS. Dvojhodinová brigáda skončila sa o 10.00

hod., potom sme sa vyviezli lanovkou na hrebeň Malej Fatry, odkiaľ sa spravila rýchla hrebeňová túra cez Chleb—Hromové—Steny—Grúň—chata pod Sokolím, kde bol spoločný obed.

Odpoludnia po spoločnej prestávke sme si pohovorili o príprave na zimu, rozpra-

covali sa tréningové plány a tréner predviedol zhodnotenie celého strettutia, ako aj tréningovosti každého jednotlivca.

Odchádzali sme v nedel' o 17.00 hod. s pevnou vôľou zlepšiť svoju prípravu dôslednejším plnením predpísaného tréningového plánu.

## HODNOTENIE PODLA DISCIPLÍN

Meno	80 m	Skok	Skok	Vrh	1500 m	Pláv.	Obratnosť		Prac.	Hreb.	Celkom	Celkom
	4X	znož.	ďal.		do	do	pies.	do				
		3X	5X	gul.	*800 m	100 m		vody	brig.	túra	bodov	poradie
1. Blaho Stanislav	5	8	8	4	3	8	5	8	1	3	53	6
2. Cotiofan Ján	2	4	1	3	2	7	2	4	4	1	25	2
3. Herman Hugo	6	7	5	6	1*	1	8	8	8	7	53	5
4. Králik Marián	7	6	6	7	3*	3	8	7	7	5	60	8
5. Novotný Ivan	3	2	4	5	4	2	4	6	6	8	41	3
6. Šoška Viktor	4	1	2	2	1	4	3	2	2	2	23	1
7. Tomáš Miloš	1	3	3	1	5	5	8	3	3	6	43	4
8. Livorová Helga	8	5	7	8	2*	6	1	5	5	4	54	7

Z celkového hodnotenia vidieť, že najlepšiu všestrannú prípravu majú Šoška a Cotiofan. U ostatných je veľký rozdiel v bodoch od spomenutých dvoch, a preto musia svoju prípravu podstatne zlepšiť, hlavne čo do obratnosti.

Oblasťný tréner Malej Fatry JOZEF KIŠSA

# Hory mají srdce v člověku

Příběh lyžaře-závodníka

## 9. pokračování.

Martin mlčí a soustředěně se dívá na Václavův nedokončený relief.

— Ještě tu přední nohu bych maličko posunul dopředu, naznačil Martin pohyb lyžaře celým svým tělem.

Rozloučili se.

— Ty, táto, požíval se syn zvidavě na otce, když za Martinem zapadly dveře, ty jsi stejně myslel ještě na něco jiného.

## ČÁST DRUHÁ

### P a t n á c t k a

Lyžařská trať na patnáct kilometrů seděla právě tak dobře v terénu jako v Martinovi. Znal z ní každý záhyb, přesně odhadl místo, kde se země zvedala z roviny do ještě neznatelného stoupání. Věděl, z které strany vyrazí vítr, obezpečně dovedl hospodařit se silami v úseku mezi druhým a třetím kilometrem, kde bylo první obtížnější stoupání a závodník obvykle prodělával první krizi.

Sjezdy na této trati byly příliš rychlé a nedovolovaly odpočinek; naopak, vyžadovaly soustředěnost a bystrého postřehu. Bylo výhodou, že měly dostatečně široké zatáčky a bezpečné dojezdy. Stoupání na této trati, která většinou vedla lesem nebo mezi stráními, mohl zdolat skluzem.

Znal záudnost a obtížnost terénu ve třetí čtvrtině dráhy — bylo to mezi jedenáctým a dvanáctým kilometrem — kde prudký vzestup se střídá s pozvolným a musel vyčerpávat každého závodníka, který nebyl na závod dostatečně připraven.

Na této trati měl velký podíl Richard s Lojzou. Byly v ní uloženy jejich dlouholeté zkušenosti. Když tuto trať zvládl, byl dobrým závodníkem. V tom byl také její smysl a hodnota. Tato trať prozrazovala talenty a z nenápadných chlapců na ní vyrůstali dobří i výborní běžci.

Donedávna byla o tři kilometry delší. Teprve před dvěma roky dostala svou nynější podobu. Richard s Lojzou volili její jednotlivé úseky tak, že měly přibližně stejné povětrnostní podmínky — tutéž jakost sněhu. Nejvyšší bod stoupání dosahoval v její první třetině — asi sto padesát metrů.

Martin znal tuto trať ve všech jejích proměnách. Dovedl při



různé jakosti sněhu a za rozdílných teplot odhadnout rychlost sjezdu, věděl, kolik sil musí vynaložit, aby zdolat stoupání. Tato trať tkvěla v něm tak pevně, jako raná vzpomínka na první cestu do sousední vesnice, kam šel s otcem na pouť. Měla i výhodu, že většinou vedla lesem a dlouho se na ní udržel sníh přibližně stejné jakosti.

Předvánoční »patnáctka«, která se po ní jela, byla zahajovacím závodem nastávající zimy. V té době tu bylo obvykle už dostatek sněhu a závod vyhovoval svou délkou požadavkům závodníků na začátku zimního období.

Ten večer před závodem byl Martin nespělý.

Také Borek byl neklidný.

Nervozita z Martina se přenášela i na něho. Martin ani mnoho nejedl. Byl bez hladu a bez chuti. Před každým závodem chodil pravidelně po deváté spát. Tentokrát neměl na spánek ani pomyslení.

Ještě se vrátil do předšňky pro boty a pro lyže. Potěžkával obuv, prohlížel lyže, jsou-li dobře očištěny a vysušeny. Všechno bylo v pořádku jako vždycky, jenom v Martinovi bylo více nevěřery než obvykle.

Bylo už málem deset hodin, když vyšel s Borkem před stavení a pozoroval oblohu a vítr. Věděl, že v těchto polohách se může počasí několikrát do rána změnit. Po obloze se táhly lehké čmouhy mraků, pod nimiž temně nebe jiskřilo hvězdami. Vál jihozápadní vítr. Ani to mnoho neřikalo, neboť do rána bylo ještě dlouho.

Martin odtud vidí jen do výšek. Hluboko dole leží pod ním trať ztřešněného závodu. Nejraději by se byl rozběhl cestou v porostu, která v polovici svahu dráhu přetíná. Otřásl jím chlad a uvědomil si, že je vlastně jen lechce oblečen.

Vrátil se do stavení a snědl několik kousků vánočního pečiva, které mu poslala Helena po Lojzovi. Jeho chuť mu připomněla, že za necelestý týden jsou svátky a aspoň na okamžik se odpoutal od zítřka.

Umyl se a šel spát. Dlouho však nemohl usnout, stále se převlával z boku na znak a opět na bok. Po chvíli vstal a posvítil si na hodinky. Ukazovaly pět minut po jedenácté. Přistrojil se a znovu vyšel před chalupu. Pozoroval oblohu.

Byla stejná jako před hodinou. Jen vítr změnil směr a vál od jihu. Martinovi se zdálo, že se oteplilo. Posvítil si na teploměr. Ukazoval deset stupňů pod nulou. Tedy beze změny. Horko se mu hrulo do tváří a teprve teď si všiml, že má i zvýšený puls.

Cítil, že se o něho pokouší horečka. Znepokojen, rychle se odstrojil a vklouzl do postele. Ani teď spánek nepřicházel. Usnul pozdě. Nikoliv ze zdravé únavy, ale z malátnosti. Byl to spánek přerývaný sny, které se trhaly jako filmový pásek.

V jedné chvíli se mu zdálo, že sjíždí na závodní trati poslední sjezd. V zatáčce se proti němu vyřítilo z lesa chlapisko v nadpřirozené velikosti, s napřaženou dřevařskou sekyrou. Martin se marně snažil zabrzdit. Už je mu na dosah lyží a zavírá oči před děsivým úderem dopadajícího ostří. Vtom se zpocen probouzí, rozbušené srdce až v hrdle. Nahmatá na stole lampu a rozsvítí. Převlékne se do suché košile a obrátí navlhlou peřinu. Pak usíná klidným spánkem.

Probudil se pozdě. Na hodinkách bylo několik minut po osmé. Měl radost, že se přece jen vyspal. Nepocítoval tělesné únavy. Zbýval v něm ale přece jen pocit úzkosti a neklidu. To bylo v den závodu povážlivé. Zůstal ještě v posteli a odpočíval. Býval by snad zapomněl na Borka i na koně, kdyby se sami nebyli přihlíželi.

Borek, který už od večera věděl, že s pánem není něco v pořádku, začal u postele křučet. Připomněl Martinovi nejen sám sebe, ale také koně. Oba čekali na snídani i na Martina.

Martin se důkladně přistrojil a šel dopoledne s Borkem na procházku po zasněžené cestě až k místu, kde protínala trať odpoledního závodu.

Sníh byl suchý. Již slehl a nekystalizoval. Bylo-li v noci deset stupňů pod nulou, je pravděpodobné, že odpoledne vystoupí teplota tak pět stupňů pod bodem mrazu.

Swix modrý, Kiva č. 2, Bratlie Nisne, Ostbye Mix, Vauhti, myslí Martin na mazání lyží exotickými názvy. Teď by bylo i ve vzduchu všechno v pořádku.

Martin se uklidnil. Kéž by byl už na trati. Strojí se a Borek ho radostně obskakuje, jako by pochopil i on změnu k dobrému, která se s pánem stala. Takhle pomáhal Martinovi před každým závodem.

Pohyboval se v prostoru ohraničeném Martinem, botami a lyžemi, jako by chtěl naznačit, že rozumí významu chvíle a důležitosti nadcházejících hodin. Ještě trochu čaje a Borkovi kůži ze slaniny.

Martin vykročil pravou.

Borek, opřený nohama o práh, ztlumil v hrdle štěkot na rozloučenou. Věděl, že tentokrát zůstane doma.

Martin, v každé ruce lyži, jde dolů pěšky. Když přechází závodní trať, plívne na ní pro štěstí. Pak už je to slabých deset minut. Až do lesa doléhají hlasy. Dopoledne se běží štafeta žen třikrát pět kilometrů. Martin se podívá na hodinky a odhadne, že poslední závodnice vítězné štafety musí být v cíli kolem půl dvanácté.

Přidá do kroku a za chvíli je na silnici, z níž odbočuje široká lesní cesta vedoucí na louku, kde je start a zároveň cíl. Všichni se tu s Martinem znají. Zdraví ho i neznámí. Vždyť je to i jejich Martin, který jako oni pochází z těchto hor. Martin, který nechal za sebou závodníky z Alp i dalekého severu.

Tyhle jejich kopce, které by si kterýkoliv alpský veličán strčil do kapsy, najednou stouply Martinovými vítězstvími v ceně a samozřejmě, že je přijeli okouknout i zahraniční závodníci. Na závodní dráze tu byla kolikrát opravdu mela a ještě větší v cíli, kde jásootu nebylo konce; div, že ty kopce nevyvrátil z kofene, když domácí projížděl v mezinárodních závodech první cílem.

Pokoukují po Martinovi a mnozí se dívají trochu starostlivě. Nestárne jim ten Martin? Vydrží ještě letošní zimu? Právě tuhle zimu, kdy je na pořadu několik důležitých mezinárodních závodů? Martin se usmívá.

Zná ty jejich pohledy a ví také o jejich obavách. I ty starosti jsou společné. Všechna ta ohlédnutí, pozdravy, slova a slovíčka sem tam pronesená, se slévají v pocit důvěry, který je teď živnou půdou Martinova sebevědomí. Martin vejde do přízemní dřevěné restaurace, která patří k Hubertusu.

Medvěd ví, co může jíst Martin tak tři hodiny před těžkým závodem.

— Jak ses vyspal? — podívá se na něho přes páru, která vychází z hrnců se silnou polévkou.

Martin ví, co je v této otázce. Nálada, pocity před závodem. Mávne rukou. Kdybys věděl, ty starý Medvěde, jaká to byla noc. Horší než za největších sněhových bouří.

Medvěd právě nemá na Martina kdy. Volají ho z lokálu. Za chvíli tu bude znovu. Omrkne závodníky a mohl by určit vítěze před závodem.

Zvění se ozývá volání a potlesk. Patří Lidce, která v posledním úseku štafety doběhla náskok soupeře a štafeta její jednoty vyhrála a dokonce překonala dosavadní rekord. Martin jde Lidce blahopřát a stisknout jí ruku. Ale tu už drží Petr. Předešel Martina o krůček, o dva, jak to bývá při závodech. Je to nepřijemný pocit. Právě dnes je Martin citlivější a nedůtklivější.

Petr, Petr... opakuje si Martin jméno vítěze z letošního přespolního běhu. Nezní ani lépe, ani hůře, než: Francek. Oba s ním dnes poběží. Copak může vyhrát zajíc? Copak může mladý vítr předejnat vichřici? Martin je sám se sebou spokojen, ale přece, jako by byl v něm ještě někdo, kdo se nechce dát jen tak ukonejšit. Dva Martinové v jedné osobě. Teď slyší jasně hovořit toho druhého Martina, který má chvíli hlas Lojzův nebo Richardův, který má také jejich myšlenky. Těžko se dá ten druhý Martin umlčet.

Martin se dovedl rvát na trati. Tisíce kilometrů projel na lyžích. Ale rvát se se soupeři a ještě se sebou? Co je to za nesmysl?

Na čele mu vystoupil pot. Cosi z nepřijemného pocitu uplynulé noci. To se zalekl ten první Martin, který tu stál tváří v tvář tomu druhému Martinovi — svému srdci a svědomí.

Předvánoční »patnáctka« měla zvláštní příchut. Téměř vždycky objevila nové talenty, s nimiž se počítalo i do nastávající sezóny. Byla úvodem k vrcholnému závodu — »padesátce«, která se jela koncem února. Byla to dobrá trať tahle Lojzova a Richardova »patnáctka«. Kdo jí projel, měl jistotu do nastávajících závodů.

Na louce před startem je opravdu živo. Rušno je i uvnitř restaurace, kde závodníci mažou lyže. Richard je mezi těmi nejmladšími, ale zastaví se i u zkušených závodníků. Přesně dovede povědět o kvalitě sněhu, zná dopodrobná stav trati a teď musí znát i vnitřní rozpoložení svých svěřenců.

Martin není mezi ostatními. Nedaleko restaurace je chalupa a na její závětrné straně se připravuje Martin. Chce být sám. Zde maže lyže. Občas sáhne na sněh. Stiskne jej a vychutnává jako zkušený vinař, který najde v nápoji nejménější odstín chuti a síly.

Do začátku závodů je necelou hodinu, tedy jakost sněhu se už nemůže podstatně změnit. Ihned proti závětrné straně stavení je malý svah. Martin zkouší mazání a projíždí se. Zkusí i kopec vyběhnout. Zdá se mu však, že se lyže smekají. Sjíždí svah a zase se mu zdá, že lyže k němu přilíhly inou a sjezd zpomalují. Vrací se k chalupě, lyže sundává a znovu přimazává. Teprve potřeší je spokojen. Výstřel do svahu i sjezd odpovídá lyžařskému citu zkušeného jezdce.

Dívá se na hodinky. Do startu zbývá ještě půl hodiny. Martin sundává lyže a vrací se do restaurace mezi ostatní.

— Jak ses vyspal, Martine? — udeří ho kdosi zezadu do ramene. Zase ta všetečná otázka, která má několikýrý smysl a kterou už dnes Martin slyšel. Martin se nemusí ohlížet, protože Eman se startovní listinou ho už předběhá. Dřív, než si mohl vymyslet odpověď, ztrácel se mezi diváky a závodníky.

— Hodně štěstí, Martine, volá na něho přes hlavy ostatních z verandy restaurace Helena.

Slyší známé hlasy, odpovídá na pozdravy a děkuje za povzbuzení. — Vyhraješ, pojeděš-li klidně, přistupuje k Martinovi Lojza a vážně se mu zahledí do tváře.

Martin přikývne a najednou je rád, že není sám, že je tu Lojza, Helena, Eman, Richard, Medvěd i všichni ostatní. Cítí, jak ze všech vyzařuje hřejivé teplo, které právě teď potřebuje.

Závodníci se nedaleko startu rozjíždějí. Losují se čísla.

Martin má devátku a hned dvě čísla za nim je Francek — má jedenáctku.

Mezi nimi je Petr, pak těsně za Franckem je Oldřich. Francek má červenou čepičku a oba chlapi modrou.

— Pojedu skoro za vámi, přistupuje Francek k Martinovi, šťasten, že mu bude tak nablízku. Usmívá se jako tenkrát, když se s Martinem poprvé setkal. Snad mi daleko neujedete. Budu se vás držet...

— A co kdybys mě předejel? zeptal se Martin a rovněž se na oplátku usmívá.

Ale je to úsměv odkudsi z pochyb a nejistoty.

— Na to nemyslím. Teď ještě ne! Určitě ne, odpovídá Francek upřímně.

— Tak hodně štěstí, Francku! zvedá Martin hůl na pozdrav.

— Vám taky, Martine; moc se těším...

Martin se tentokrát před startem nerozjíždí, šetří síly. Ta noc ho tíží ještě teď.

Startér vyvolává prvních deset závodníků, kteří vyjedou za sebou po třiceti vteřinách.

## 8

Martin se staví do řady.

Minutu před startem shazuje bundu. Lojza pro ni nastavil ruce. Teď tu stojí ten starý Martin v černozeleň kostkované košili, jako by nesl na hrudi barvy svých hor a lesů, na hlavě šedou pletenou čelenku.

To startérovo počítání patří už jemu.

Martin vyrazil předčasně a startér ho vrací. Znovu prožívá Martin několik nervózních vteřin.

Až teď — prudce vyrazí!

Ano, je to ten starý Martin, který se vždycky prudkým startem oboří na trať, číhající na něho s výstupy a sjezdy i zálužnostmi, třebaže zná dokonale její terén.

Metr po metru vystupuje z jeho paměti, pro každý úsek má nastřádáno dosti dechu. Jeho tělo je citlivé na sebemenší změnu v terénu. Zanedlouho předjíždí první dva závodníky a nedaleko před ním jsou další dva.

Na konci prvního kilometru se trať zvedá do příkré vlny. Martin zná ono místo. Ví, jak odpovědět na tuto výzvu terénu, který se tu poprvé dostává se závodníkem do křížku.

Martin nasazuje dech, ale ten najednou selhává, jako když zpěvák chce nasadit k vysokému tónu, z něhož se zříí. Martin se zalekne a ozve se v něm opět vzpomínka na probdělou noc. K dýchacím potížím se přidává i bolest v boku. Martin zpomaluje tempo. Ti dva, které měl už na dosah ruky, se vzdalují.

Napadne ho ohlédnout se. Ze záhybu v porostu se vynořila červená čepička. Francek! Martinovi se rozbušilo srdce. Ohlédl se ještě jednou. Vzdálenost mezi ním a Franckem se zatím nezvětšovala. Byl to přirozený odstup dvou závodníků, kteří vyjeli těsně za sebou.

K dýchacím potížím a bolesti v boku se přidal ještě strach ze soupeře. Martin, který mohl jet tuto trať takřka se zavřenýma očima a znal každou reakci těla na jednotlivé úseky, je najednou zmaten. Obvyčejně se krize přihlásila až po třech kilometrech. Ne, Martin opravdu neví, co se to s ním děje.

Zakolísal a ztratil rytmus.

S velkým sebezapřením překonává první prudší výstup. Oba závodníci, které měl před sebou, se ještě více vzdálili.

Na druhé straně za kopcem je Francek. Svah i stromy mu brání, aby ho teď zahlédl. Až vyjede do roviny, zjistí, co se děje za jeho zády. Ani teď, kdy překonal potíže z prudkého výstupu a jízda už nevyžaduje takového vypětí, není mu o mnoho lépe. Hlava je zastřena, myšlenky jsou nejasné, před očima se mu dělají mžítky, jako kdyby už poslední úsek vyčerpávajícího závodu a musel se až do cíle bit o první místo.



Musí se vzpamatovat, musí! zatne Martin zuby a zamlžené oči zaostří na mírný svah, který před ním vystupuje. Jako by si jej chtěl přitáhnout a ukázat, kdo s koho. Zbytky všech sil se opěl do nové překážky.

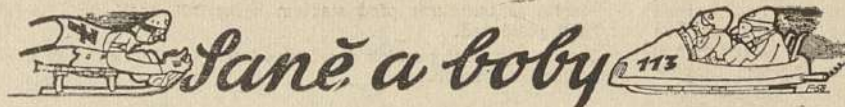
Asi ve dvou třetinách stoupání se mu kupodivu zdálo, že bolest v boku polevila, stažené hrdlo se uvolnilo a také v hlavě je jasněji.

Ohlédně se.

Za sebou má v dobrém přehledu značný kus trati. Francek nikde. Také nikdo jiný. To Martina uklidnilo. Klid na něho působí jako blahodárny lék. Martin se dostává znovu do tempa. Je spokojen sám se sebou a dokonce si myslí, že běží lépe než kdykoliv jindy. Ale jak je to možné, že ti dva, které měl už dávno dohnat, dovedou udržet stále tutéž vzdálenost?

Martin se trochu zalekl.

(Pokračování)



## Podélný tvar skluznic

Podélný tvar skluznic pokládám za velmi důležitý jak pro sanice bobů, tak saní. V dalším rozvedu teorii o podélném zakřivení skluznic a současně uvedu některé praktické poznatky a řešení.

Především je nutno vycházet z předpokladů, které známe. Víme již, že podélný tvar skluznice nám ovlivňuje a působí na:

- Dopředný odpor a tím nepřímo na rychlost saní a bobů.
- Ovladatelnost neboli na jejich říditelnost.
- Specifický tlak, tj. zatížení na 1 cm plochy skluznice.

Při řešení je nutno zajistit nejdůležitější požadavky, které jsou: Dosáhnout maximální rychlosti a ovladatelnosti, a to jak na rovných úsecích tratě, tak i v zatáčkách. Při tom ve všech konstrukčních řešeních nutno neustále brát zřetel na bezpečnost, jednoduchost a bytelnost.

Snižít dopředný odpor, aby byl co nejmenší, znamená dosáhnout maximální možnosti zvýšení rychlosti a o to nám v první řadě jde! Řekněme si proto, co to tento dopředný odpor je. Ve skutečnosti se skládá ze dvou odporů, z odporu třením ve skluzu a z tak zvaného »profilového odporu«. Z toho vyplývá, že vedle nám dosud známé problematiky se správnou volbou vhodné jakosti materiálu (oceli) na skluznici, který má mít co nejmenší tření, a vedle jeho vhodné vnější a tepelné úpravy, můžeme získat na rychlosti při skluzu též geometricky vhodným tvarem skluznice. Tento pro nás nový parametr, ovlivňující rychlost, spočívá hlavně v zakřivení náběhového oblouku, ale do určité míry též i v podélném prohnutí celé skluznice.

Pro snazší pochopení sáhneme opět k tomu, co již je obecněji známo. Při pohybu, třeba letadla v ovzduší, můžeme velmi účinně zmenšit profilový odpor trupu nebo křidel tím, že jim dáváme aerodynamické tvary. Stejně je tomu při snižování aerodynamických odporů při jízdě na saních i na bobech, které však přicházejí v úvahu teprve při rychlosti nad 70 km/hod. To však nemám na mysli. Chtěl bych tím ale poukázat na analogické poměry i při pohybu skluzem, kde jde také do jisté míry o »brodění« at již třeba lyží sněhem, bruslí na ledu, nebo v našem případě sanic na sněhovém, místy ledovém povrchu dráhy. Sanice svojí třecí plochou, zvanou skluznicí, se v každém případě alespoň částečně zařezávají nebo boří do povrchu dráhy. Proto i zde můžeme příznivě ovlivnit dopředný odpor vhodným tvarem náběhového oblouku i podélným prohnutím celé skluznice!

Odbočují, když napíší, že určité malé zaboření je nutné a potřebujeme je pro stranové tření, abychom mohli saně nebo bob zase ovládat — řídit! Jakmile již dojde ke skluzu, zmenší se koeficient tření (za pohybu je značně menší než koeficient za klidu) a saně nebo bob jsou jen těžko ovladatelné. To se často stává na tvrdším úseku dráhy. Zvláště u normálních výrobků saní, které svojí rovnou plochou skluznic vůbec nevedou a jsou neovladatelné. Proto u sportovních saní děláme skluznice mírně jakoby na vnitřní hranu postavené. Toto uspořádání dovoluje automaticky vždy najít optimální styčnou plochu, odpovídající váze posádky a tvrdosti dráhy, aniž by došlo ke skluzu nebo zase k zaboření. To se ale vymyká tematice tohoto článku.

Vraťme se proto k profilovému odporu při skluzu, který, jak jsme si řekli, snižujeme vhodným tvarem náběhového oblouku.

Ad C: **Odpor proti skluzu** můžeme také snížit tím, že zabráníme zbytečnému boření, čímž vlastně snížíme vliv působení profilového odporu. Menší boření dosáhneme snížením specifického tlaku mezi skluznicí a dráhou. Při tomto řešení váhu posádky nelze zmenšovat, poněvadž tu chceme naopak co největší, neboť je to jediná hnací síla. Musíme tudíž zvětšit dosedací plochu, to znamená širší, nebo delší skluznici. Poněvadž zešikmenou plochu šířky skluznice využíváme k vyrovnávání tvrdosti dráhy, zbývá pouze možnost prodlužovat délku skluznic! Ze zkušenosti víme, že jak lyže, brusle, tak saně, jsou-li delší, tak rychleji jedou. Je to tedy tím, že pro stejné těžké jezdce mají větší dosedací plochu, čili menším specifickým, nebo měrným tlakem působí na povrch dráhy a tím se méně proboří. Tím se snižuje odpor »brodění« a nepřímo nepříznivý odpor profilový.

Krátké lyže a saně jsou naopak zase pohyblivější, zvláště v zatáčkách a pro lehkého jezdce. Mnohdy však domnělá snazší ovladatelnost je na úkor klidnosti jízdy, hlavně v rovných úsecích tratě, které jsou rozhodující pro rychlost, neboť vždy číni alespoň dvě třetiny délky dráhy. Není to tedy tak jednoduché, ale naopak! Jisté však existuje jakési nejvýhodnější (optimální) řešení, to však je ovlivněno mnoha činiteli a ty musíme hledat. Neplatí jisté úplně obecně, a proto vyžaduje ještě individuálních úprav od každého jednotlivce.

Dalším požadavkem je ještě stejnoměrné rozložení tlaku po celé délce dosedající styčné plochy skluznice a rovnoměrného zatížení obou sanic! Splnění tohoto požadavku, jak by se zdálo, je u saní a bobů jednodušší než u lyží. Lyže jsou dlouhé, pružné a váhu je

nutno rozvést z jednoho bodu. Sanice jsou naopak tuhé, a proto musí mít již výchozí tvar co nejvýhodnější. Provedeme-li shrnutí všech těchto požadavků, zůstávají v platnosti následující:

1. Vhodně tvarovat náběhový oblouk saníček, aby se co nejvíce zmenšil dopředný odpor, což má velký význam pro přejetí menších i větších nerovností dráhy.

2. Mírně na vnitřní hranu postavené sanice, aby si skluznice na různě tvrdých úsecích dráhy našla vždy optimální měrné zatížení a nebořila se, nebo zase naopak, aby se nesmekala a tak dobře vedla.

3. Kluzné plochy co nejdelší v zadní části skluznice, po které se na rovných úsecích tratě nejvíce jezdí.

4. Mírně podélně bombírování celé skluznice, znemožňující negativní prohnutí skluznice a umožňující dobrou říditelnost saní.

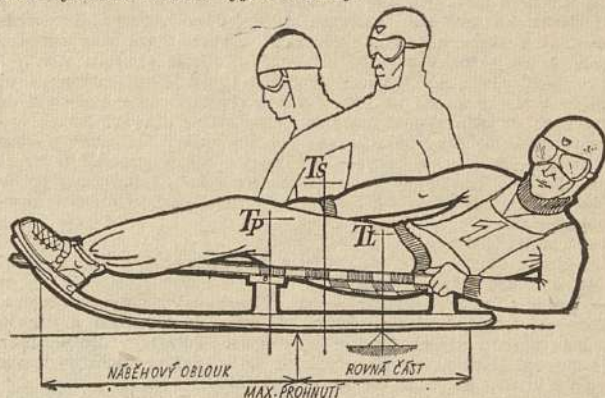
5. Rovněž zaoblení konců saníček má také svůj význam při najíždění a vyjíždění na stěny klopených zatáček. Ostrými konci se mnohdy dráha v místech nájezdu, výjezdu i terénních vln ničí, neboť tyto konce se při přejetí zarývají. Tím se ovšem také ztrácí na rychlosti, zatím co vhodným tvarováním těchto konců se naopak i v těchto případech může získávat. Objeví se však nevhodné pro případ nutného zabrzdění!

6. Podélný tvar obou sanic musí být naprosto stejný, aby saně nezajížděly neboli netáhly k jedné straně.

7. Podélný tvar saníček musí být vhodně volen jak vzhledem k velikosti zatížení, tj. váhy posádky, tak také vzhledem k poloze těžiště při jízdě v záklonu a v sedě, aby váhové rozložení bylo rovnoměrné i stejnoměrné po kluzné ploše obou saníček.

Ad B: **Ovladatelnost saní.** Skluznice dosedající v celé své délce velmi dobře saně vedou v rovných úsecích tratě a jistě rychle jedou, ale zase při zatáčení, jak známo z běžně vyráběných typů saní, je zapotřebí (jde-li to někdy vůbec), velké námahy a dochází většinou buď ke skluzu nebo k zařezávání konců sanic. A to ať se jedná o zatáčku neklopenou, přírodní nebo umělou.

Pro řízení saní v zatáčkách a ovládání i na rovných úsecích tratě je tudíž nutné mírně podélně prohnutí, zvané »bombírování« skluznice, činící asi 2 procenta délky styčné plochy. Toto prohnutí v klopené zatáčce by se mělo většinou na prohnutí zatáčekové stěny, čili podle poloměru zatáčky. To proto, že potřebujeme zvětšit dosedací plochu, poněvadž i adheze se vlivem odstředivé síly v zatáčce několikanásobněkrát zvětšila. Dále také proto, aby lokálně zvětšeným tlakem se skluznice nebořily a neporušovaly dráhu, čímž se ztrácí nejvíce na rychlosti. Nadto je to nebezpečné, neboť zařeznutí znamená okamžitě neovladatelné saně a ten mnohdy při velké rychlosti stačí k vyjetí z dráhy.



Vhodně by se však dalo onoho zvětšení váhy vlivem působící odstředivé síly v zatáčkách konstrukčně využít právě k onomu potřebnému prohnutí skluznic, které zase v rovných úsecích tratě by mělo být co nejmenší, pro dosažení minimálního odporu. To je právě tajemství úspěchu italských bobů, ale o tom až na jiném místě.

Ovladatelnost saní dnes řešíme účinnějším způsobem, například pohyblivost saníček, ale o tomto až jindy. Inž. KOVANDA

## V Liberci bude nová bobová dráha!

Členové oddílu bobů Jiskry Textilana Liberec se rozhodli, že svůj zajímavý a odvážný sport přiblíží občanům města Liberce. Vybudují novou bobovou dráhu přímo v Liberci, Lidových sadech. Dráha bude vzdálena 300 m od tramvaje. Povede z Liberecké výšiny do Lidových sadů a bude měřit 1100 m. Členové oddílu se pustili do práce ihned, aby již letošní sezónu mohli na nové dráze zahájit. A tak žádný z členů nešel se závazkem pod 100 brigádnických hodin. Je to jisté na začátek dost, protože lze počítat s tím, že ostatní veřejnost nezůstane v této práci stranou. A tak bude Liberec přičiněním členů oddílu bobů jedním z mála měst, kde se bobové závody pořádají ve městě.

## Kongres mezinárodní sánkarské federace

Během III. mistrovství světa v jízdě na saních v polské Krynici se konal v pořadí již VI. kongres mezinárodní sánkarské federace FIL. Kongresu se zúčastnili zástupci těchto 13 států: ČSR, Polsko, Jugoslávie, NDR, NSR, Holandsko, Francie, Itálie, USA, Norsko, Rakousko, Řecko, Švýcarsko. Dále byli kongresu přítomni pozorovatelé z Belgie a Bulharska. Bylo tedy zastoupeno 15 států, což je od založení FIL největší účast.

Poprvé byl také kongres rozdělen na dvě části: předporadu s delegáty dne 30. ledna 1958 a vlastní kongres 31. ledna 1958. Účelem předporady bylo projednání vlastního programu kongresu, připomínek a návrhů delegátů. Dá se říci, že tato předporada byla pracovním zasedáním kongresu, kdežto vlastní kongres pouze slavnostními zasedáními. Důležitost kongresu byla ještě podtržena účastí zástupců Olympijského výboru USA pp. Allana Bartholemy a Mr. Kerse ze San Franciska, kteří přijeli zhlédnout mistrovství světa v jízdě na saních. Průběh obou jednání VI. kongresu byl veden snahou dalšího rozšíření sánkarského sportu.

Nesporným úspěchem VI. kongresu bylo zvolení p. Lucjana Swiderského jako II. vicepresidenta FIL. Tím se dostává lidově demokratickým státům významného zastoupení v této federaci. Dále to bylo utvoření zvláštní technické komise, která by se zabývala otázkou rozhodčího propagace. Bylo navrženo, aby předsednictví v této komisi převzalo Československo. Na VI. kongresu FIL bylo zvoleno nové předsednictví v tomto složení:

- president FIL — Bert Isatitsch (Rakousko)
- 1. vicepresident — Karl Riedmann (Itálie)
- 2. vicepresident — Lucjan Swiderski (Polsko)
- 3. vicepresident — Mr. Kerth (USA)
- pokladník — dr. Bernt (NSR)
- předseda komise mládeže — Stichling (NDR)
- čestný vicepresident — p. Mayer (Švýcarsko).

V dalším programu VI. kongresu FIL bylo schváleno přijetí Řecka a Španělska za členy. Zástupce Bulharska, který byl jako pozorovatel, oznámil, že Bulharsko podá přihlášku v příštím roce.

Předseda komise pro mládež p. Stichling z NDR podal zprávu o průběhu juniorského mistrovství Evropy, které se konalo týden před mistrovstvím světa v německém zimním středisku Oberhofu. Na startu tohoto mistrovství byli závodníci-juniři z osmi zemí. V soutěži družstev bylo toto konečné pořadí:

- 1. NDR, 2. Rakousko, 3. NSR.

VI. kongres FIL určil také místa konání vrcholných soutěží:

Mistrovství světa — sáně: Villard u Grenoblu, Francie — 1959.  
Juniorské mistrovství — sáně: Weissenbach u Imstu, Rakousko — 1959.

Juniorské mistrovství — sáně: Mikulášovice, Polsko — 1960.

V případě, že jízda na saních nebude zařazena do programu zimních OH 1960 v USA, bude uspořádáno mistrovství Evropy. Místo konání bude sice určeno až na VII. kongresu FIL 1959, ale již v Krynici se o toto mistrovství ucházely následující státy:

- Západní Německo (Garmisch-Partenkirchen)
- Rakousko (Badgastein)
- Jugoslávie (Bled)
- Norsko (Oslo).

Schválen byl také návrh Polska na uspořádání »Pohárů národů«, který by se jel během každého mistrovství světa nebo Evropy. Pro příště však bude nutné určit pro tento závod vhodnější termín, než tomu bylo v Krynici.

V závěrečný den III. mistrovství světa v jízdě na saních se sešli delegáti všech zemí s generálním sekretářem Olympijského výboru USA p. Allanem Bartholemym ze San Franciska, který osvětlil jejich poslání v Evropě a na závěr seznámil přítomné s výstavbou Squaw Valley. Velmi živě se při této příležitosti zajímal o plány výstavby Ještědské dráhy, hlavně o řešení výstavby zatáček.

VI. kongres FIL byl zakončen přáním zdárného uspořádání III. mistrovství světa v jízdě na saních. MILOSLAV BELDA

## Sánkované — šport, na ktorý sa zabúda!

Veru tak je tomu — ale len v našej telovýchovnej organizácii, poťazne v niektorých jej zložkách. Mládež — hlavne ten drohzig — na sánkované nezabudne! Len čo prídje prvý sneh — zvyčajne to býva na Martina, ak ovšem prídje na »bielom koní« — a už sa znižajú z povaly prerôzne výrobky sánociek. Nuž a potom sa sánkuje celučičku zimu. Tej býva veru nebodaj dosť. Nienadarmo hovorí príslovie: »Do svätého ducha — nespúšťaj kozucha, a po svätom duchu — zas dobre v kozuchu.« Ešte šťastie, že sa celkom duch tohto príslovia nezohoduje so skutočnosťou. Veď — i keď z roka na rok máme volakosi menej snehu a začína padať čo rok neskôr, predsa jesto dosť času na to, aby sa nadšenci túžiaci po sánkach a sánkovaní poriadne »pošmýkali«.

Také sú možnosti a aká je skutočnosť. Sánociek je v každej horskej i podhorskej dedinke nadostač. Chuť a elán do sánkovaní pri mládeži je! Pomaly pribudnú do obchodov i štandardné polo-závodné sánociky — taktó rodičia kúpia svojim ratolestiam priamo vyhovujúce športové rekvizity, bez toho, že by o tom vedeli. Veď

sa domnievajú, že kupujú len náčinie pre zábavu. Nuž a — kde je tu chyba? Prečo nám na Slovensku nevyrastá generácia sánkárov takých kvalit ako napríklad v susednom Rakúsku alebo v Poľsku? I organizovaným sánkárom v českých krajoch sa darí. Naši pracovníci prehládajú význam sánkovaní pri získavaní nových členov do našej masovej organizácie! Ide v tomto prípade o členov z radov najmladších — teda o mládež! Je to tá mládež, o ktorej sa hovorí vo všetkých posledných prijatých zásadných uzneseniach plén ÚV i SÚV ČSTV. Sama sa núka na športovanie — do hnutia! Športuje v tisíckach, ak nie v desiatistíckach v každom okrese — ale žiaľ nie pretekove — len rekreačne. Telovýchovné jednoty nechcú — česť výnimkám — akosi brať na vedomie jestvovanie tohto druhu športu. Naozaj len tak možno konštatovať fakt, že napríklad len v Košickom kraji zúčastnilo sa na pionierskych a školských pretekoch v sánkovaní za uplynulej zimy vyše 10.000 aktívnych sánkárov. A kto spočíta tých, ktorí sa radi sánkujú, išli by i na preteky — a tým i do jednot — ale »hlučiaci i slepič« sú voči nim skoro všetci.

Sme presvedčení, že čoskoro sa zlepši skutočnosť. Veď pribudnú ďalšie šťastné mestčeka i dedinky, kde sa nájde pár nadšencov, ktorí pripravujú mládeži podobné preteky, ako to urobili funkcionári v Námestove a konečne, že sa i v bilancií ČSTV objaví prajnejšie čísla o sánkovaní — teda že sa nájde zakopaná hrivna a dúfame, že i možnosti čínorodej práce oddielom ZTV v dedinských jednotách!

## Co pripravujú brněnští sánkaři a bobisté pro další rozvoj našeho sportu

Městská sekce bobů a saní se rozhodla připravit se na letošní zimní sezónu opravdu důsledně a všemi prostředky začala již v přípravném období rozvíjet snahu o další rozšíření hlavně sánkarského sportu v brněnském kraji. Pravidelných tréninků sánkarského oddílu Slávia Žabovřesky se zúčastňovalo přes léto na hřišti Pod lesem v Žabovřeskách průměrně na 60 % všech členů oddílu. Chybou bylo, že této letní přípravy se v nedostatečné míře zúčastňoval dorost, i když jeho vedení bylo svěřeno našim tělovýchovným pracovníkům, učitelům manželům Neugebauerovým. Náplň tréninkové hodiny byla sestavena z disciplín a cviků, které mají vliv na zvyšování funkčních schopností těch orgánů, které jsou nejvíce namáhány při přímém závodění. Největší zájem u závodníků byl však o míčové hry, jímž byla věnována též největší část tréninkové hodiny. Celkové můžeme říci, že pravidelný celoroční trénink brněnských sánkařů a bobistů se již vížil, je však teprve v začátku dalšího zlepšování. Sáně byly přiděleny dorostenčům, o které pečuje trenér inž. Špelec Hrubeš. Soudruh Peloušek, předseda nově se vytvořivšího sánkarského oddílu TJ Spartak První brněnská vede úpravu sánkarské dráhy v Pisárkách, která bude jistě hojně navštěvována v zimě brněnskou drobtinou. Inž. Pavelka a Matějčiček provádějí technický dozor nad stavbou dětské sánkarské dráhy na Kraví hoře, organizovanou ONV. Manželé Neugebauerovi mají za úkol ve spolupráci se soudružkou Tančevovou, pracovníci Pionýrského domu, uvést v život sánkarský oddíl TJ Žižka, kde je soustředěna pionýrská mládež. Jsou definitivní přísliby založení sánkarských oddílů v listopadu a v prosinci v TJ Slávia Vysoké školy a TJ Spartak Nedvědice. Materiálové zajištění pro nové sánkaře vzal si za svůj úkol Spojený velkoobchod, který na zimní sezónu připravil dostatečnou zásobu sportovní-závodních saní ve skladech svých sportovních prodejen a zahájil jednání s nář. podnikem Súlou v Bytčích o dodávce závodních saní, které tento podnik jako první v republice začal systematicky vyrábět.

Na podzim připravují brněnští sánkaři a bobisté opět besedu pro veřejnost spojenou s promítáním filmů v Domě Osvěty, relaci v brněnském rozhlase o významu sánkarského sportu a jeho praktické provádění a konečně promítání diapozitivů nebo krátkého filmu před týdeníkem v premiérových kinech. Na diapozitivu bude fotografie sánkaře nebo bobisty a stručné oznámení, které jednoty v Brně tento sport provozují. Bude též navázána úzká spolupráce s výběrovými školami na Hybešově ulici, v Husovicích a Táboře, kde je v učebních osnovách tělesné výchovy zařazeno i sánkařství, zejména po stránce propagačních a náborových závodů, které brněnská sekce připravuje jak do Pisárček, tak na dráhu na Kraví hoře a v Nedvědici u Brna. V nastávající závodní sezóně chtějí brněnští sánkaři a bobisté získat dvě první výkonnostní třídy, osm druhých výkonnostních tříd, patnáct třetích a deset výkonnostních tříd mládeže. Uspořádají kurs rozhodčího a cvičitelů a tak zajistí další rozvoj a rozšíření našeho sportu. Vzbuzení zájmu o tento sport v Jihlavském kraji je také jeden z hlavních úkolů, který čeká brněnskou sekci. A že výsledek bude jistě úspěšný, o tom svědčí ta skutečnost, že sánkarská buňka v Jeseníku, kterou uvedla před dvěma léty v činnost naše sekce, se rozrostla v sánkarský oddíl Jiskry Jeseník, který již úspěšně uspořádal několik závodů na své nově vybudované dráze i za účasti našich závodníků a závodníků Dukly Mariánské lázně. Uskutečnění všech těchto úkolů, velmi důležitých pro rozvoj sánkařství a bobismu v brněnském kraji, bude vyžadovat od všech dobrovolných pracovníků městské sekce a jednotlivých oddílů obětavou a nezištnou práci.

INŽ. L. PÁSEK,

předseda městské sekce saní a bobů, Brno

# Zrychlování jízdy v oblouku

V článku »Účelně vyjždět nebo zkracovat« jsme poukázali na dva typy sjezdářů a dvojitý způsob zrychlování jízdy ve sjezdových a zejména slalomových závodech.

Dnes se zaměříme na zrychlování jízdy průběhem vyjždění oblouků, a sice na tzv. »pumpování« a píchání.

Tak jako lze zrychlit přímou jízdu pumpováním, je možno obdobného způsobu zrychlení použít i v oblouku. Předpokladem je pevná opora lyží v poddajném nebo nahromaděném sněhu. Účinnost tohoto zrychlovacího prvku závisí mimo jiné na rychlosti a rozsahu snížení a zvýšení těžiště — tj. odlehčení a zatížení lyží — a na schopnosti a technické způsobilosti lyžaře umět převést rychlost snížení do rychlosti jízdy. Toto »pumpování« logicky navazuje na provádění oblouků moderní technikou a nemá nic společného se známým samoučelným pumpováním prováděným před několika lety v tzv. Are-obloucích. (Viz článek »Krátký oblouk ve vlásece« — Lyžařství č. 5.)

»Pumpování« v oblouku provádí závodník tím způsobem, že po velmi rychle provedeném stáčívém odsunutí pat lyží vně oblouku, doprovázeném přiměřeným přikloněním boků dovnitř oblouku a odklonem trupu směrem vně, dostane chodidla až před těžiště. Prudké zahranění při ukončení snižování těžiště způsobí, že se během následujícího zvedání zastavuje další vysouvání lyží. Úmyslný nepatrný záklon, do něhož se tělo dostalo, se vyrovnává, takže na konci zvedání je tělo opět v původním sjezdovém postoji. Rychlost snižování těžiště ve směru vertikálním se tím přeměňuje v rychlost působící směrem dopředu. Ta pak zvětšuje celkovou rychlost jízdy závodníka. Všeobecně lze celý pohyb snížení a zvýšení těžiště spojený s odrazem přirovnat k pádu a odrazu gumového míče.

Na zrychlování jízdy během oblouku navazuje zrychlování docílené využitím pružnosti lyží zejména v korytech brank. Pohyb těžiště směrem dolů a odstředivá síla způsobují při zatačení značné prohnání lyží. Při zahranění na konci snižování těžiště začne pružina lyží působit zpětně, tj. ve směru nové dráhy. Je-li snížení těžiště provedeno do mírného záklonu, pak nově získaná síla působí směrem dopředu.

Užití všech popsaných způsobů zrychlování slalomové jízdy v obloucích je účelné, zejména, jede-li se slalom ve velkých korytech. Zde je pumpování usnadněno tím, že výjezd z koryta umožňuje zvonubytí rovnováhy lyžaře, který byl až dosud v záklonu. Síla, jež v důsledku zvednutí a pružnosti lyží působí směrem vzhůru, usnadňuje přejetí bouli, které zůstávají mezi koryty vyjetými v brankách.

Popsané způsoby zrychlování slalomové jízdy během vyjždění oblouků vyžadují velmi citlivé ovládní hranění, smysl pro rychlost a rychlou reakci. Není-li zvedání těžiště prováděno naprosto přesně a včas nebo je-li navázáno na prudké zahranění, může vyhodit závodníka na vnější stranu následující branky nebo mu nenechá dostatek času ke správnému nasazení následujícího oblouku. Je dobře, když závodník zná zrychlovací účinek »pumpování« v obloucích a umí ho používat. Nesmíme však zapomínat na to, co bylo uvedeno ve zmíněném článku: že většina zrychlovacích prostředků (odšlapování i pumpování) vyžaduje silné hranění, zatímco v mnohých zatačkách, zejména ve sjezdu a v obřím slalomu, je v zájmu zvýšení rychlosti daleko výhodnější hranění co nejmenší, tj. smyk po plochách skluznic.

Použití zrychlování pomocí popsaného pumpování musí být proto stále kontrolováno a srovnáváno pomocí stopek s ostatními způsoby jízdy.

Kromě toho, že píchání holí v obloucích umožňuje přesnější určení dalšího směru jízdy, může i ono mít značný zrychlující účinek. Při provádění oblouku směřuje vnější hůl stranou dolů. Zabodává se v okamžiku snížení. Aby vznikla síla, směřující dopředu, stačí, aby byla hůl zabodnuta mírně šikmo vzad a aby odraz holí byl co nejúčinnější. Odraz musí být proveden přesně v okamžiku, kdy se lyže při zakončení zatačení dostávají do směru další jízdy. Je-li proveden příliš brzy, může odhodit lyžaře stranou se svahu. Pozdě provedený odraz je málo účinný.

Odrazu oběma holemi se používá hlavně při vyjždění z oblouku. Provádí se zejména tam, kde se závodník po předchozím pumpování dostal na konci oblouku do velmi nízkého postoje. Prudce provedené zvýšení postoje směrem šikmo vzhůru vpřed má pak charakter skoku z místa do dálky. Obě paže jdou přitom rychlým spodním obloukem dopředu. V okamžiku natažení těla šikmo vpřed zapíchnou se obě hole. Odrazem provede lyžař skok někdy 3—4 m dlouhý.

Na našem kinogramu sledujeme Japonce Igayu (startovní číslo 8) v dlouhém oblouku doleva, který provádí na dvakrát, využívaje přerušení oblouku jednak k jeho zkrácení, jednak — což je u oblouku prováděného na dvakrát v této fázi celkem neobvyklé — ke zvýšení rychlosti pumpováním. Toto pumpování je zřejmě zejména na obr. č. 3, kdy dochází k nej-

většímu zlomení v pase, tedy i snížení těžiště, k rychlému odsunutí pat a mocnému zahranění. Z tohoto poměrného záklonu vyrazí tělo při následujícím zvedání prudce vpřed.

Na jízdě Igayově je charakteristické kromě jeho osobitého způsobu jízdy i použití zabodnutí hole v okamžiku největšího snížení i zahranění a odpich touto holí při narovnání, kterého jiní závodníci nepoužívají. Zabodnutí a odraz vnější holí umožňují kromě udržení rovnováhy účinné převedení odstředivé síly a síly odrazu směrem dopředu.

Pro srovnání je ve stejné fázi oblouku zachycen náš závodník Kurt Henrych (startovní číslo 45). Postranní zapíchnutí vnější hole (obr. 13—14) nemá podobný účel jako v jízdě Igayově. Podobného rytmického píchání vnější holí během oblouku, jaké vidíme u Henrycha a který markantně vynikal např. už v jízdě Sailerově v obřím slalomu na OH v Cortině, užívají dnes téměř všichni závodníci v dlouhých obloucích. Píchání vnější holí se podobá jemným dotekům bodce nebo kroužku o sněh. Vychází z poohnuté vnější paže, která zůstává v téže poloze jako při normálním oblouku a provádí se pohybem zápěstí. Počet těchto píchnutí během oblouku je různý. Řídí se většinou rytmem jízdy (ve slalomu), délkou oblouku a rychlostí jízdy. Účelem píchání není zvyšování rychlosti, ale udržení slalomového rytmu v dlouhotrvajícím strnulém sjezdovém postoji při vyjždění dlouhého oblouku, dále zajištění rovnováhy a správného postoje s vnějším ramenem vzadu.

Kinogram a text dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

## Přechod z běhu s odpichem soupaž do běhu střídavého

Kinogramy a text: JOSEF JANOVSKÝ A MILADA PROKEŠOVÁ, ITVS

Kinogram předvádí vítěze letošních mezinárodních závodů v Harrachově v běhu na 15 km km, jednoho z nejlepších finských běžců — Heikki Lehtonen — jak ve čtrnáctém kilometru ekonomicky využívá zvlnění terénu ke zrychlení jízdy. Záběh je záměrně vzat z posledního kilometru před cílem, kde již většina závodníků nejede po únavu tak technicky dobře jako ze začátku závodu.

Aby závodník mohl po celou trať vědomě nejhodněji využít technické prvky pro zrychlení své jízdy, musí být na to předně dobře fyzicky připraven. Ovšem vedle toho je nutné tomuto reagovali na terén, čili »čtení terénu« — jak říkali staří závodníci — věnovat dostatek času při náviku techniky.

Po základním zvládnutí jednotlivých způsobů běhu lze třeba zaměřit se na nácvik spojování a na-

vazování těchto způsobů. Přechod z běhu s odpichem soupaž do běhu střídavého nebo naopak musí být proveden plynule a v místě, aby samotný terén závodníku přímo pomohl ke zrychlení jízdy. Každá změna způsobu jízdy musí přinést vždy zrychlení a oživení jízdy závodníka.

K našemu kinogramu: Lehtonen dokončuje mírný krátký sjezd, za kterým následuje krátká rovinka s terénní vlnou.

Na obrázku 1—2 závodník dokončuje sjezd a současně se připravuje na krok s odpichem soupaž, kterým chce přechod do roviny urychlit. Obr. 3—6 ukazuje provedení odrazu nohou a přístavu pro odpich paží. Vidíme jak Lehtonen správně využívá nalehnutí a zavešení trupu na hole k mocnému odpichu. Po provedení zatažení snižuje postoj (zatežuje obě lyže), a energicky do-

končuje odpich rukou (viz obr. 7—8).

Na dalších obrázcích je zřejmé, že se Lehtonen připravuje již ke kroku střídavému. Protože se však v terénu naskytla malá vlna, využije ji, vyhoupne se na ni pravou nohou, přeneše na ni váhu těla a teprve dalším krokem rozvíjí úplný střídavý krok. Je třeba si povšimnout přechodu na obr. 9—11, kde paže ze soupažné práce přecházejí do střídavé; těžiště je sníženo a noha (levá) se připravuje k odrazu.

Závodník Lehtonen přešel tento zdánlivě snadný úsek trati téměř jediný tímto způsobem, zatímco většina závodníků nevyužila zrychlení odpichem soupaž, ale po sjezdu navázala přímo na krok střídavý dvoudobý (případně střídavý s vynechaným píchnutím jedné hole), který uvedeme přistě.

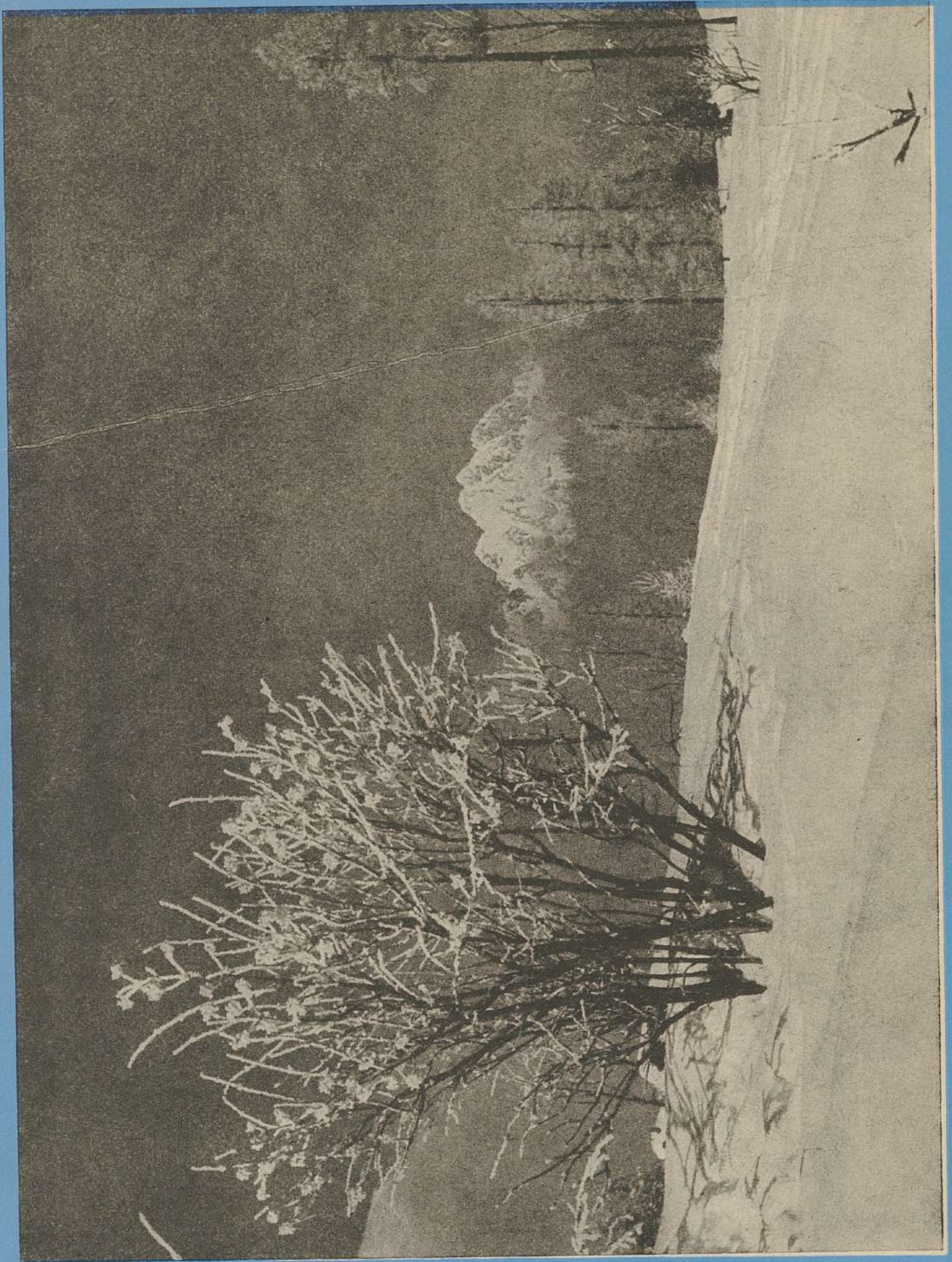
Kinogram  
na 2. str. obálky

URYCHLETE DOKONČENÍ REGISTRACE ZÁVODNÍKŮ!

# DLOUHÝ OBLOUK předvádějí: Chiharu Igaya a Kurt Hennrich



Gollisch ~~Heckel~~ 2



POHLED NA VELKOU VYSOKOU OD ŠTRBSKÉHO PLESA

(Foto Vilém Heckel)



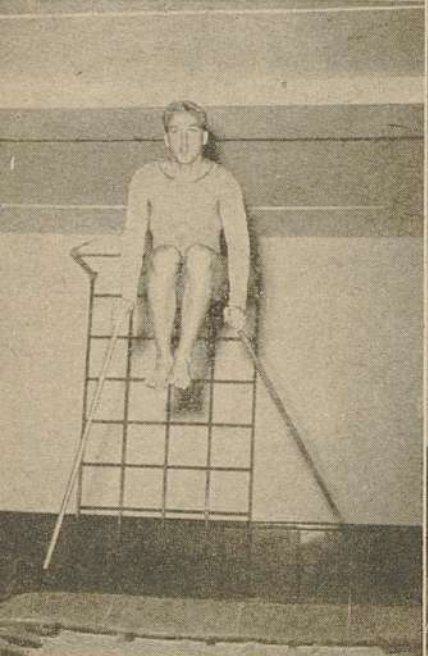
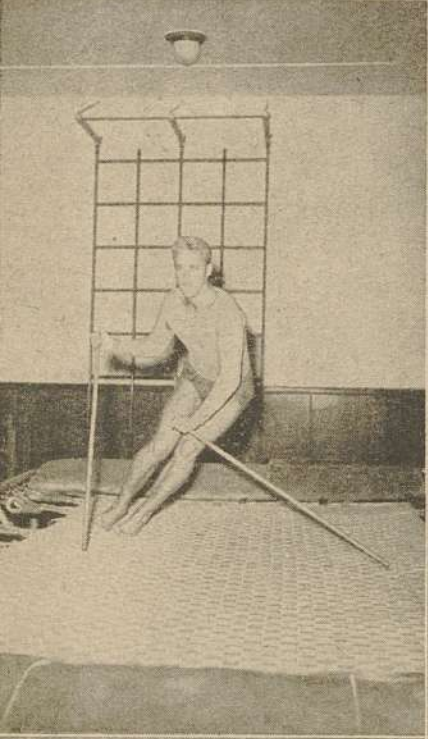
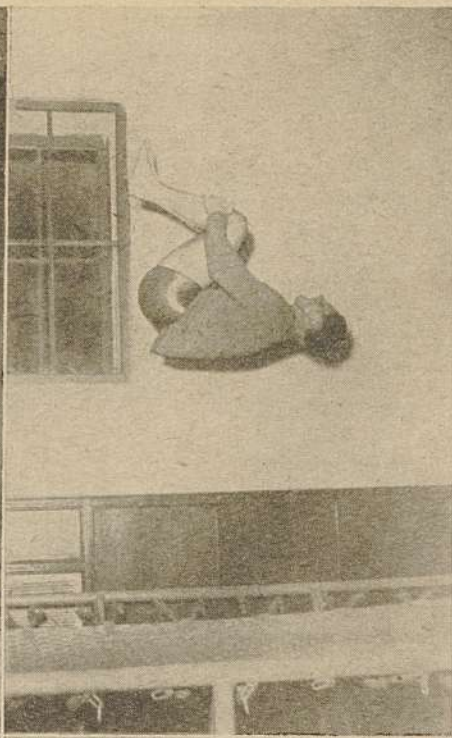
00110

# Lýžarství

ROČNÍK 44

LISTOPAD 1958





## OBRATNOST A SÍLA

### — základy úspěchů lyžařů

V posledním čísle Lyžařství jsme uveřejnili informační článek a trampolině. Víme, že trampolina u nás nepatří do běžného vybavení tělocvičen, ale chceme v tomto článku poukázat na bohatost cvičení speciálně pro sjezdáře. Věříme, že se užití trampoliny rozšíří.

Jestliže sjezdaři z alpských zemí mají výhodnější podmínky pro své disciplíny, a přesto cvičí, tím více se musíme snažit vyrovnat tuto jejich výhodu zvýšenou celoroční přípravou. V této přípravě se právě velkou měrou uplatní trampolina.

Vyžadují-li závodní sjezdové disciplíny od závodníka, aby byl silný, obratný, vytrvalý atd., musí si závodník ve svém tréninku vhodným cvičením tyto vlastnosti vytvářet, rozvíjet a upevňovat.

Do celoroční přípravy musí tedy sjezdař zařadit cvičení pro získání obratnosti, síly a vytrvalosti (cvičení posilovací) a cvičení podobná pohybu při jízdě na lyžích (cvičení napodobivá). Všechny tyto tři skupiny cvičení je možno provádět na trampolině.

**Obratnost:** Pružnost trampoliny nám umožní provádět všechny přetáčivé pohyby ve vzduchu kolem všech os, umožní nám provádět různé pohyby nohou, trupu, paží, skrčování, otáčení, vzpřimování. Při provádění těchto cviků dáváme zároveň cvičenci za úkol, aby z jakékoli polohy a za všech okolností se snažil dopadnout vždy alespoň na jednu nohu, z které pak získává rovnováhu na obě, anebo přechází do jiného cviku nebo určené polohy.

Napodobivá cvičení mají v době, kdy ještě nenapařl sníh, udržovat nervosvalovou koordinaci. Jsou to taková cvičení, která jsou podobná pohybu na sněhu. Tato cvičení jsou zejména důležitá pro zlepšování techniky, pro získání správného návyku pro pohyb na sněhu. Mají velký význam pro uvolnění pánve, pro správné postavení boků, ramen, paží apod.

Posilovací cvičení na trampolině jsou převážně cvičením nohou, jak je tomu pro sjezdaření třeba. Při všech cvicích se provádějí stále přechody z dřepu nebo podřepu do vzpřimu. Jsou proto velmi vydatná.

Je pochopitelné, že uvedené skupiny cviků se vzájemně prolínají a nelze je od sebe oddělovat. Pak samozřejmě jeden cvik může podle užití plnit případně všechny tyto úkoly: dává nejen obratnost a prostorovou orientaci, ale je také cvičením napodobivým a podle dávky se může stát i cvičením posilujícím.

Protože hodnotu tohoto cvičení lze měřit velice těžko, musíme věřit subjektivním pocitům, které máme po půl roce cvičení na trampolině. Jsou rozhodně dobré a nadto je toto cvičení zábavnější a přitažlivější než dosavadní užívané formy tréninku. Ovšem teprve zima ukáže, zda toto cvičení přinese úspěch závodníkům-specialistům, kteří si toto speciální cvičení zařadili do svého tréninku.

MÍLA NOVÁK, JOSEF JANOVSKÝ

# Lyžařství

ROČNÍK 44

LISTOPAD 1958

## OBSAH

- 55 let od založení Svazu lyžařů v Království českém — str. 2  
Zdravíme sovětské lyžaře — str. 3  
Snemovali sme v Kremnici — str. 4—5  
Lyžaři v přípravě na II. CS — str. 6—7  
Sjezdaři před novou sezónou  
Nábor mládeže do lyžařských oddílů — str. 8—9  
Trénink sjezdaře v tělocvičně — str. 10  
Běžci v prosinci — str. 11  
Čtvrthodinky z učební osnovy — str. 12—13  
Kritické poznámky k technice a metodice lyžařského nezávodního výcviku — str. 14  
Umelá lyžařská dráha vo Vysokých Tatrách — str. 15  
Rozhodčí se chystají na novou sezónu  
Jmenování instruktorů lyžařských cvičitelů — str. 16  
Výcvikové kurzy na Dvorské boudě očima frekventanta — str. 17  
Další poznatky z kursu rozhodčích FIS v Lahti — str. 18  
Hory mají srdce v člověku — str. 19—20  
Kraje hlásí — str. 21  
Saně a boby — str. 22—23  
Kontrola připravenosti — přespolní lyžařské běhy — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli: Archiv, Jan Čejka, V. Heckel, J. Janovský, P. Karásek, O. Nehera, Ján Poljak, Říha, Winter.

Na titulní straně: Lyžařské běžecké úrady se uplatnily. Naši běžci najezdili letos již desítky km na umělé hmotě.

Foto P. Karásek

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis. Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze. Vedoucí redaktor Milan Špaček. Redakce Praha I, Národní t. 33, tel. 22-60-71. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ, Praha. Praha, listopad 1958.

A-06547

V těchto dnech končí tradiční Měsíc přátelství a za krátkou dobu budeme oslavovat 15. výročí uzavření československo-sovětské smlouvy o přátelství, vzájemné pomoci a poválečné spolupráci. V tyto významné dny se naskýtá příležitost znovu promyslet, jak životodárné je pro nás přátelství a spolupráce s bratrským Sovětským svazem.

Využíváme těchto krásných oslav, abychom si také řekli několik poznatků o našich vztazích k sovětské fyzikultuře, k sovětským lyžařům.

Již minulost nás hodně poučila. Od samých počátků styků pokrokových sportovců a funkcionářů je charakteristická sdružská spolupráce a vzájemná pomoc. Za buržoazní republiky každé vystoupení sovětských sportovců u nás se stalo manifestací revolučního proletariátu, vedeného KSČ — za upevnění spolupráce se Sovětským svazem, za boj proti imperialismu. Každá naše návštěva v SSSR byla cenným přínosem pro poznání tělesné výchovy a sportu — nedílnou součástí komunistické výchovy sovětské mládeže a všech občanů. Tyto návštěvy byly také důležité pro poznání Sovětského svazu, sovětských lidí — budujících první socialistický stát ve světě. Za těžkých podmínek, za perzekuce, byl zájem o poznání sovětské fyzikultury velmi značný.

Styky lyžařů jsou mnohem mladšího data, ale stejně významné. Zopakujeme si nejdůležitější z nich. První zkušenosti, první poznání jsme získali prostřednictvím časopisů a knih po roce 1945. V roce 1949 došlo k prvému osobnímu setkání se sovětskými soudruhy na kongresu FIS v Oslo. Prvé závodnické střetnutí bylo na Zimních světových akademických hrách v Poianě v Rumunsku. Tam jsme poprvé poznali sovětskou praxi a byli jsme nadšeni výsledky sovětských běžců i běžkyň. Naše setkání a výměna zkušeností byla rok od roku bohatší a poznatky cennější. Tak např. v letošním roce jsme se setkali celkem čtyřikrát na běžeckých závodech, sedmkrát na skokanských závodech a třikrát na závodech sdružených, třikrát ve sjezdových disciplínách. Každé setkání závodníků, trenérů, delegátů na pracovních poradách FIS se vyznačuje přátelským duchem a vzájemnou pomocí. Jaký je všeobecný přínos sovětské teorie a praxe našemu lyžování? Především je třeba zdůraznit, že při zachování všech našich dobrých a pokrokových zkušeností a při respektování našich národních tradic, budujeme po vzoru SSSR socialistickou tělesnou výchovu a sport — socialistické lyžování. Není možné poukázat na všechny detaily spolupráce a vzorů, které jsme použili. Zdůrazňujeme ty úseky, kde sovětský vzor pomohl podstatně odstranit různé dohady a tápání. Jsou to: příklad práce trenérů, především výchovné práce, celoroční plánování a dávkování tréninkového procesu a otázky zpracování techniky, zvláště klasických disciplín.

O tom, jak pracovat a kam obrátit hlavní pozornost při budování socialistického lyžování, nám ukazuje několik vět geniálního spisovatele M. Gorkého. Na nás záleží, jak je dovedeme aplikovat na lyžařský úsek. »Hrdinou našich dnů je člověk z masy, prostý dělník kultury, řadový straník, dělnický a rolnický dopisovatel, vojenský dopisovatel, vedoucí kolchozní čítárny, volený funkcionář sovětu, vesnický učitel, mladý lékař nebo agronom pracující na vesnici, aktivista, dělník-vynálezce — zkrátka člověk z masy. Na masu a na to, aby v ní byli vychováni takoví hrdinové, je nutno obrátit hlavní pozornost.«

Za necelé dva roky, v roce 1960, budeme oslavovat 15. výročí dokončení hrdinného boje sovětského lidu a jeho slavné Sovětské armády, která porazila německý fašismus, jeho společníky a osvobodila naši krásnou vlast a hlavní město Prahu. Nejmohutnější částí těchto radostných oslav bude II. celostátní spartakiáda, která bude přehlídkou československé tělesné výchovy a sportu v posledním roce druhé pětiletky. II. celostátní spartakiáda v období příprav i v samém vyvrcholení bude nezapomenutelným výrazem lepšího a šťastnějšího života našeho lidu, jeho lásky a oddanosti k naší republice a k sovětskému lidu.

Na nás, lyžaře, zde čekají čestné úkoly. Věřím, že tisíce lyžařů vystoupí na okresních a krajských spartakiádách a také na Strahově. Očekávám, že desítky tisíc mladých lyžařů splní podmínky Spartakiádních vloček. Jsme přesvědčeni, že spartakiádní soutěžení přinese dobré výsledky i v růstu výkonnosti v okresech, krajích i ve státní reprezentaci.

Vyzýváme všechny lyžaře, trenéry, rozhodčí, cvičitele a ostatní funkcionáře, aby se plně zapojili do práce a pomohli uskutečnit velké úkoly II. CS.

## PŘÁTELSTVÍ, KTERÉ POMÁHÁ

# 55 LET od založení Svazu lyžařů v Království českém

Dne 21. listopadu t. r. to bylo již 55 let, kdy byla založena naše národní lyžařská sportovní organizace, nazvaná zpočátku Svaz lyžařů v Království českém, od roku 1918 pak Svaz lyžařů republiky Československé. K ustavení schází v hotelu »Ráje« v Jablonci nad Jizerou se dostavili zástupci tři tehdejších lyžařských spolků (ČSK Praha, založen jako Lyžařský kroužek v roce 1887, Český krkonošský spolek Ski Jilemnice, založen 15. 4. 1895 a ČSK Vysoké nad Jizerou, založen 28. 10. 1903).

Iniciativa ke spolupráci vyšla od ČSK Praha, respektive od jeho agilního starosty Josefa Reslera-Ořovského, ČSK Praha vstoupil v roce 1897 do tehdy ustavené České atletické amatérské unie, která ve svých počátcích sdružovala mimo veslování a cyklistiku všechna tehdejší sportovní odvětví. Veslování a cyklistika, jako nejstarší české sporty (již v roce 1875 byl v Praze založen jako první sportovní klub u nás Český veslařský a bruslařský klub), měly ustaveny své vlastní svazy již v roce 1883 — Českou ústřední jednotu velopedistů a Ústřední jednotu veslařů v Čechách. Tyto sportovní svazy byly vůbec první v celém Rakousko-Uhersku a jen o rok »mladší« než německý veslařský svaz — Ruderverband.

Lyžařské zájmy a rozšíření lyžařského sportu bylo nutno postavit na jednotnou základnu. Dochází proto v roce 1898 k dohodě mezi ČSK Praha a ČKSS Jilemnice o pořádání mezinárodních závodů v Jilemnici v roce 1899, ke kterým však pro nedostatek sněhu nedošlo.

Po zdařilých mezinárodních závodech o mistrství Království českého v r. 1903 ve Vysokém nad Jizerou dochází k založení vysokého lyžařského klubu. Tim byl dán vlastně základ k utvoření Svazu lyžařů.

U kolébky svazu stálo jen málo nadšenců — řidiči učitel Jan Buchar, pražský velkoobchodník Josef Resler-Ořovský, učitel J. Aleš-Lyžec a další, jejichž historickou zásluhou zůstává, že správně viděli význam i budoucnost lyžařského sportu.

Tito první průkopníci museli bojovat nejen o přiznání veřejnosti, ale i proti zaujatým, ba mnohdy nepřátelským názorům vůči sportu vůbec, které byly tehdy zejména ve vedení Sokola. Rozvoj sportu a sportovních klubů brzdila rovněž ta okolnost, že Sokol byl pokládán za vlasteneckou organizaci, a kdo se cítil vlastencem, vstoupil do Sokola.

Z těch málo zpráv, které se nám dochovaly, lze usuzovat, že rovněž Svazu lyžařů se v jeho počátcích příliš nedařilo, že se rozvíjel jen velmi zvolna a skromně.

Stanovy Svazu lyžařů, ve kterých je původně navrhovaný název Svaz českých lyžařů změněn na Svaz lyžařů v Království českém, jsou schváleny c. k. mistodržitelstvím v Království českém až dne 5. 12. 1906 pod č. 293.366.

Jednatelská zpráva ČSK Vysoké nad Jizerou z roku 1906-1907 však hovoří o Svazu ještě jako o volném sdružení lyžařských spolků. Z této zprávy také vysvitá, že ČSK Vysoké nesouhlasil s návrhem stanov, »...protože veškeré vedení a rozhodování ponechává se pražskému klubu«.

Od roku 1907 nastává nečekáný a úspěšný rozvoj Svazu. Na valné hromadě Svazu dne 6. 1. 1907 přistupuje za čtvrtého členu Svazu Lyžařský odbor SK Plzeň, za odstoupivšího předsedu Jana Buchara je zvolen J. Resler-Ořovský. Další rychlý rozvoj Svazu dokresluje těchto několik čísel: v r. 1908 sdružuje Svaz již 8 spolků, v r. 1909 18 spolků s 860 členy, v r. 1910 28 spolků a 1500 členů, v r. 1911 je ve Svazu již 44

spolků a 3200 členů. Před první světovou válkou dosahuje počet spolků sdružených ve Svazu čísla 61 se 7483 členy. Uvážíme-li, že např. Švýcarský lyžařský svaz měl v té době 74 spolků a 3676 členů a Rakouský lyžařský svaz měl 48 spolků a 6322 členů, pak oceníme organizovanost a vyspělost našeho lyžařství v době, kdy politická, národnostní i hospodářská situace byla velmi neutěšená.

Chtl bych se alespoň ve stručnosti zmínit o těch nejpodstatnějších akcích Svazu lyžařů v jeho počátcích.

Svaz rozvíjel a podporoval národní uvědomění mimo jiné tím, že zřizoval v českých chatách tzv. Staniční knihy, do kterých lyžaři zapisovali a kreslili své dojmy a zážitky z lyžařského sportu. Vybízel své členy, aby navštěvovali jen české chaty apod. Svaz vydal v r. 1907 legitimace, do kterých každý lyžař zapisoval své vyjádření s udáním počtu kilometrů atp. Velmi úspěšně se Svaz zasadil o slevu na železnicích a tím značně pomohl rozvoji lyžování.

Úroveň závodní činnosti se snažil Svaz zajistit ustavením technického odboru. Zřídl od 1. ledna 1914 listinu soudců: a) pro závody distanční (v běhu na lyžích), b) pro skok a krasojízdu. Jen soudci »zanešení v této listině« byli oprávněni rozhodovat na veřejných závodech. Závodníky rozdělil na několik kategorií, dospělí závodníci pak na seniory a juniory.

Od roku 1907 vydával Svaz terminovou listinu. Uvádím přehled jednotlivých závodů. Do roku 1910 bylo u nás pořádáno celkem:

- 13 závodů mezinárodních o mistrství,
- 3 závody u Prahy,
- 5 závodů na 50 km,
- 9 závodů místních ve Vysokém nad Jizerou, Jilemnici, Štěpánicích a Mrklově,
- 2 závody na Špičáku,
- 16 závodů dětských a školních v Krkonoších.

Později každým rokem počet závodů stoupal a v sezóně 1912—1913 bylo uspořádáno již 12 závodů, zejména v Krkonoších, dále v Novém Městě na Moravě a na Šumavě. Dalšíh pět proponovaných závodů bylo odřeknuto pro špatné sněhové podmínky.

Lyžařské závody té doby měly na programu nejen řadu různých disciplín, ale také nejednotná pravidla. Svaz proto vydal lyžařská pravidla v roce 1911 a stále je doplňoval podle směrnic mezinárodní lyžařské komise.

Významnou úlohu sehrál náš lyžařský

svaz v dějinách mezinárodní spolupráce evropských lyžařů. Byl to zejména Josef Resler-Ořovský, který byl od roku 1906 tajemníkem Českého olympijského výboru a měl v tom směru hodně zkušeností a mezinárodních známostí a podával podnětné návrhy norským a švédským lyžařským představitelům k založení mezinárodní lyžařské organizace. Bylo také jeho zásluhou, že Svaz lyžařů se stal přes četné a ostré protesty zástupců Rakouského a Německého lyžařského svazu členem mezinárodní lyžařské komise založené v roce 1910. Vybojoval tak právo na samostatné zastoupení českého lyžařství v mezinárodním styku.

V té době, s ohledem na boj našeho lidu za sebeurčení, měl každý úspěch tohoto druhu obzvláštní význam, jako doklad vyspělosti našeho lidu na sportovním poli.

Vzpomínáme-li dnes počátek našeho lyžařství a založení Svazu lyžařů, děje se tak proto, abychom si ujasnili základní otázky našeho poměru k minulosti lyžařského sportu v českých zemích. Dosud jsme se jen málo zabývali tradicemi našeho lyžařství.

Vedle kusých časopiseckých článků nemáme dosud souhrnnou, věrohodnými údaji doloženou publikaci, stručným a vyčerpávajícím způsobem zhodnocující tradice a vývoj našeho lyžařství. Doufejme, že komise, která je Lyžařskou sekcí ÚV ČSTV pověřena touto prací, se zhostí úspěšně co nejdříve svého úkolu.

Důkladným studiem a rozбором dějin lyžařského sportu zjistíme, že nelze zamítat vše, co souvisí s činností bývalého Svazu lyžařů. Je nutno jasně diferencovat záporné rysy od kladných.

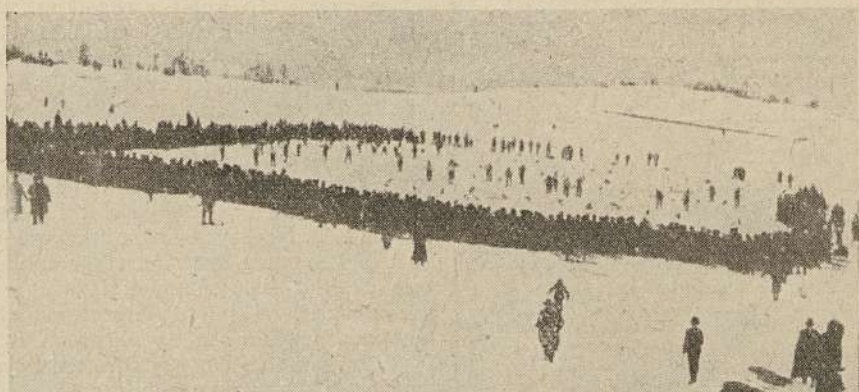
Nejmarkantnějším jevem nejen lyžařství, ale i ostatních sportovních odvětví byla samoučelnost, hlásání zásady »sport pro sport«. Vedoucí činitelé Svazu, často příslušníci nejvyšších vrstev naší buržoazie, neměli zájem, aby se masý lyžařů zabývaly aktuálními otázkami. Za předmnichovské republiky to byly jedině lyžařské odbory dělnických tělovýchovných organizací FDTJ a FPT, které vedly boj za lepší zítřek, vedly boj proti kapitalismu.

Na druhé straně musíme vyzdvihnout pokrokovost a demokratičnost, které prolínají a převládají v dějinách lyžařského sportu. Musíme si cenit lidovosti, masovosti a obětavé práce ve prospěch lyžařství, ocenit vyspělost a vysokou organizovanost lyžařských organizací. Dnes využíváme dobrých zkušeností závodníků, cvičitelů, trenérů a dalších pracovníků bývalého Svazu lyžařů.

Při dalším budování našeho lyžařství nemůžeme dnes vystačit jen s využitím našich pokrokových tradic bývalých organizací. Tyto tradice sice dále rozvíjíme a tvořivě uplatňujeme. Musíme však sami vytvářet nové formy a metody práce odpovídající naší cestě k socialistické tělesné výchově a sportu.

FELIX CHOVANEC

Záběr ze závodů na Vysokém v běhu na 100 m. Obdivuhodný je zájem tehdejší veřejnosti o lyžařské závody



# Zdravíme

## SOVĚTSKÉ LYŽAŘE

Je to teprve 5 let, kdy se sovětská skokani a sruženáři poprvé po druhé světové válce uvedli na mezinárodních závodech v rakouském Semmeringu na X. zimních světových akademických hrách. Byla to nejsilnější zahraniční delegace jak počtem, tak i výkony. Především to byly běžky a běžci, kteří již tehdy vynikali nad všechny ostatní svými nádhernými výkony. Tím cennější bylo vítězství našich mužů ve štafetě 4x10 km. Ale i skokani a sruženáři byli rovnocennými soupeři všem ostatním. Tam jsem se také poprvé sešel a osobně seznámil s Pavlem Děmentěvem, trenérem skokanů, a s Viktorem Andrejevem, který již tehdy byl členem mezinárodní lyžařské federace FIS a v Semmeringu byl ve funkci vedoucího výpravy. Při tréninku na můstku jsme především obdivovali velikou autoritu trenérů. Sovětská skokani ještě tehdy používali na lyžích velkého spodního tahu, ale vynikali mohutným odrazem. Velmi brzy jsme se sprátelili, protože mnozí z naší výpravy uměli dosti dobře rusky, a bylo vždycky o čem mluvit, a to nejen o našem oblíbeném sportu a tréninkových metodách, ale i o poměrech v SSSR a ČR. Naše výprava byla pozvána do hotelu k sovětské výpravě, a tam při hudbě a tanci se přátelství ještě utužila. Od této doby uplynulo pouze 5 let, ale zdá se, že je to již mnohem déle, neboť sovětská skokani a sruženáři nechybují na žádných významnějších mezinárodních závodech a svými výkony si získávají stále větší a větší respekt u soupeřů.

Každý rok jsem se sešel se sovětskými skokany a s trenérem Děmentěvem. Chtěl bych jen krátce vzpomenout některých zážitků a výsledků.

Na mistrovství světa v roce 1954 ve Fallunu jsme bojovali se stejným počtem skokanů a obstáli jsme trochu lépe, neboť náš nejlepší skokan Felix byl tehdy 19. a sovětský nejlepší skokan Kamenskij byl 22. Po těchto závodech jsme se sešli s P. Děmentěvem a V. Andrejevem v hotelu Malmö ve Stockholmu a slíbili jsme si vzájemně, že budeme ve svých vlastních vychovávat skokany každý jak nejlépe dovedeme a ve vzájemném soutěžení postupně dosáhneme i světové špičky. O tom, jak se to komu povedlo, nejlépe svědčí výsledky nejdůležitějších mezinárodních závodů, které uvádím.

### 1954 Fallun — mistrovství světa.

SSSR — 22. Kamenskij, 25. Moškin, 31. Skvorcov.

ČSR — 19. Felix, 54. Jebavý, 37. Remsa.

### 1955 30. I., Moskva.

SSSR — 2. Trusov, 3. Skvorcov, 6. Kudrjašov.

ČSR — 15. Nüsser, 22. Jebavý, 39. Chroust.

### 18. XII. Špindlerův Mlýn (na ukončení společného soustředění).

SSSR — 2. Kamenskij, 4. Trusov, 5. Afanasjev.

ČSR — 1. Vašut, 3. Remsa, 7. Rieger.

### 1956 6. I., Innsbruck.

SSSR — 1. Cagadze, 4. Šamov, 6. Kamenskij.

ČSR — 13. Remsa, 14. Bulín, 19. Rieger.

### 7. I. Bischofshofen.

SSSR — 1. Skvorcov, 4. Kamenskij, 6. Šamov.

ČSR — 2. Stuchlík, 7. Bulín, 10. Remsa.

### 5. II. Cortina, OH.

SSSR — 16. Šamov, 30. Cagadze, 34. Moškin.

ČSR — 28. Stuchlík, 29. Bulín.

### 30. XII. Innsbruck.

SSSR — 1. Šamov, 2. Kamenskij, 4. Cagadze.

ČSR — 9. Remsa, 19. Jebavý, 21. Bulín.

### 1957 1. I., Garmisch Partenkirchen.

SSSR — 1. Kamenskij, 4. Šamov, 5. Cagadze.

ČSR — 13. Remsa, 27. Jebavý, 36. Bulín.

### 3. II. Moskva.

SSSR — 1. Šamov, 2. Skvorcov, 3. Kamenskij.

ČSR — 7. Remsa, 11. Bulín, 22. Rieger.

### 24. II. Lahti.

SSSR — 17. Skvorcov, 18. Kamenskij, 25. Kajak.

ČSR — 14. Remsa, 66. Lahr.

### 26. XII. Oberhof.

SSSR — 3. Cagadze, 6. Šamov, 7. Kamenskij.

ČSR — 4. Bulín, 21. Felix, 48. Nevlud.

### 29. XII. Oberstdorf.

SSSR — 1. Kamenskij, 7. Šamov, 8. Bykov.

ČSR — 6. Bulín, 21. Felix, 24. Remsa.

### 1958 1. I., Garmisch Partenkirchen.

SSSR — 2. Šamov, 5. Nikolajev, 7. Kamenskij.

ČSR — 9. Bulín, 12. Remsa, 28. Felix.

### 5. I. Innsbruck.

SSSR — 2. Kamenskij, 7. Bykov, 9. Šamov.

ČSR — 27. Nevlud, 28. Remsa, 31. Bulín.

### 6. I. Bischofshofen.

SSSR — 3. Cagadze, 6. Šamov, 12. Bykov.

ČSR — 23. Bulín, 25. Remsa, 40. Nevlud.

### 9. 3. Lahti — mistrovství světa.

SSSR — 9. Kamenskij, Šamov, 19. Bykov.

ČSR — 43. Remsa.

To je tedy bilance našich vzájemných střetnutí od mistrovství světa 1954 do mistrovství světa 1958. Dopadla pro nás nepříznivě, neboť v 16 závodech, kde jsme se během čtyř let setkali, byli naši závodníci pouze třikrát lepší. Je tedy jasné, že sovětská trenérská pracovala lépe a že splnil již slib, který jsme si dali v roce 1954 ve Stockholmu — pokusit se společně o dosažení světové špičky ve skoku. Výsledky na mistrovství světa v Lahti totiž neodpovídají skutečné úrovni.

## K historii vzájemných styků českých a sovětských lyžařů

Styky našich sportovců-lyžařů se sovětskými jsou staršího data, než je všeobecně známo. Bude to pro mnohé překvapujícím faktem, že naši lyžaři navázali spojení se sovětskými lyžařskými závodníky již v roce 1928.

Za předmnichovské republiky to byly jediné dělnické sportovní organizace, a to Federace proletářské tělovýchovy, které navazovaly vzájemné styky se sovětskou fyskulturou.

Mnohé jednoty FPT, zejména v oblasti Krkonoš, měly své lyžařské odbory a pořádaly lyžařské závody.

V rámci II. spartakiády FPT v roce 1928 byly rovněž uspořádány v pořadí již III. lyžařské závody FPT v Desné u Tanvaldu ve dnech 14.—15. ledna 1928.

K těmto závodům, které byly velmi početně obsázeny českými a německými lyžaři, bylo přihlášeno i pět sovětských závodníků. Úřady demokratického Československa jim však odmítly vydat povolení ke vstupu.

Zájezdy sovětských sportovců k nám se staly totiž vždy manifestací našeho revolučního proletariátu proti reakční protisovětské politice buržoazie, oslavou Sovětského svazu. Vedle toho byly cenným prostředkem, tak jak je tomu dodnes, vzájemného poznání a výměny zkušeností.

Tak tomu bylo při prvním zájezdu sovětské delegace na zemskou spartakiádu FPT v Brně již v r. 1922 a při prvním vystoupení sovětských lehkých atletů u nás v roce 1923.

Vládnoucí kruhy u nás si plně uvědomovaly dosah těchto zájezdů a znemožnily proto po celých dalších deset let (placně až do podepsání prvním vystoupení sovětských svazem v roce 1935) zájezdy sovětských sportovců do Československa.

Tímto způsobem znemožnily naše úřady i první start sovětských závodníků na našich lyžařských závodech.

V roce 1928 však přece jen došlo k setkání našich a sovětských lyžařů. O tomto se-

tkání však nemáme bohužel žádných bližších zpráv. Snad se ještě najde mezi našimi lyžaři pamětník zájezdu lyžařů Federace proletářské tělovýchovy do Oslo v roce 1928, který by nám mohl o něm sdělit něco bližšího.

Kromě II. spartakiády FPT v Praze v r. 1928 konala se ještě v roce 1928 mezinárodní zimní spartakiáda v Oslo, kterou pořádala norská dělnická sportovní svaz (AIF — Arbeiter Idrett Forband) ve dnech 17.—27. února 1928.

Jak píše Vilém Mucha ve svých Dějinách dělnické tělovýchovy, zúčastnilo se této spartakiády mimo jiné osmdesát sportovců ze SSSR a také několikačlenná výprava Federace proletářské tělovýchovy, mezi nimiž bylo i několik lyžařů.

Tolik jen ve stručnosti o těch prvních krátcích k vzájemnému poznání našich a sovětských lyžařů, ke kterým došlo za tak svízelných a nám dnes těžko představitelných podmínek.

FELIX CHOVANEC



Sovětská lyžaři u startu slalomu na VCS ve Vrátne

Sovětská skokani jsou lepší. Dokázal to za týden po mistrovství Kamenskij vítězstvím v závodech na Holmenkollen v Norsku. Myslíte, že jsou již jejich trenéři spokojeni? Nejsou! Chtějí víc, a tak to má být. Tím méně však můžeme být spokojeni my. Nezbyvá nám než najít chyby, kterých jsme se dopustili. Jednu nám odkrývá shora uvedený přehled výsledků. Je nutné dávat příležitost mladým skokanům i v těžkých závodech po boku zkušených reprezentantů. Od roku 1954 přibyl mezi osvědčené skokany SSSR mladý Kondratjev, Bykov, Nikolajev a Dvinskij a mezi naše pouze Nevlud, a to ještě v posledním roce. Tento nedostatek jsme již letos odstranili. Věříme, že se nám podaří odstranit i ostatní jako nežádoucí v tréninkové práci a další, budeme-li dále utužovat naše přátelství, budou-li nám sovětská lyžaři, kteří nemají tajemství a ochotně nám nabízejí své zkušenosti, nadále vzorem a my když je budeme následovat. N. BĚLONOŽNÍK

# Snemovali sme v Kremnici



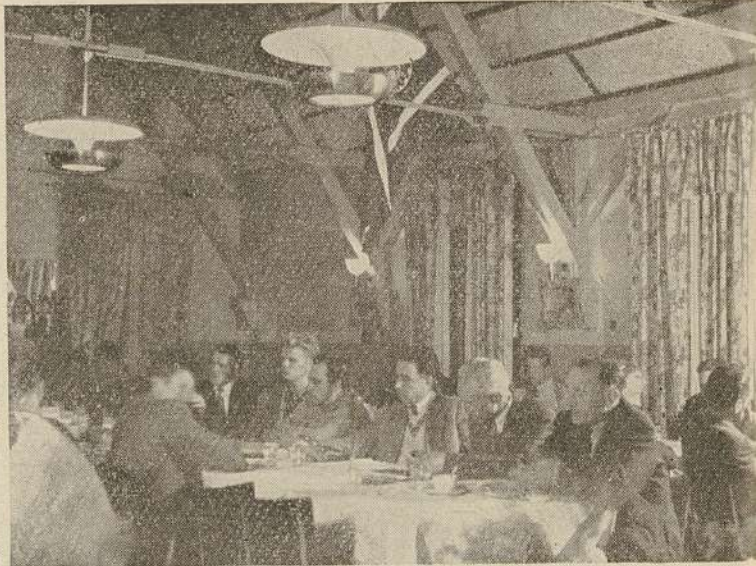
Veru nemohlo byť šťastnejšieho riešenia ako to, ktorým sa rozhodlo, že tohoročná plenárna porada lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV bude v Kremnici. Predpoklad nás nesklamal. Kremničania s plnou vervou pripravili jesenné rokovanie vrcholnej ustanovizne

slovenských lyžiarov. Vydarilo sa im to. Výstižne spojili názornou propagáciou históriu bývalého »slobodného banského mesta« so súčasným snažením nášho ľudu — vybudovať socializmus a v ňom silné a mohutné lyžiarstvo. Samozrejme nezabúdajúc pri-

tom ani na veľké úlohy, pri ktorých musí pomáhať každé športové odvetvie našej masovej organizácie — Československého sväzu telesnej výchovy. Medzi prvoradámi je to príprava a nácvik na II. celoštátnu spartakiádu 1960.

Po dva dni bola Kremnica naozaj ly-

*Za predsedníckym stolom vidíme predsedu slovenskej lyžiarskej sekcie súdruha Jano Mráza, podpredsedu súdruha L. Hottáka a zástupcov LS ÚV ČSTV súdruhov Vl. Páča a R. Krňoula (vľavo). Predsedovia jednotlivých krajov počúvajú referát súdruha Mráza (vpravo).*



žiarska. Všetko a všade hovorilo za úspech lyžiarskeho rokovania. Takú reč bolo počuť v mestskom múzeu i v archívnych zbierkach MNV. Pracovníci týchto ustanovizní sprítomnili nám zo svojich bohatých zbierok kremnické lyžiarstvo spred troch — štyroch desaťročí! Ruky k dielu priložili aj kremnickí minciari. Oni totiž poslúžili plénu — na ukážku prvé lyžiarske odznaky LS ÚV ČSTV. No a vďaka za prekvapenie patrí účastníkom — frekventantom miestnej lyžiarskej športovej školy. Tí kyticami kvetov vniesli pri pozdrave náladu domáceho rokovania. To naostatok priklincoval v úvitacom prejave i nestor miestneho lyžiarstva a dobrý »lyžiarsky pismár«, riaditeľ miestnej JŠŠ súdruh Štefan Jánošík.

Dôstojnosť a váhu celému rokovaníu dala i prítomnosť predstaviteľov miestneho politického a verejného života. Aj tu zastupoval miestne orgány lyžiar — dobre známy skokan súdruh Hankes. Takto na každom kroku sa účastníci pléna stretávali so »svojimi«.

V dvojdielovom rokovaní sa dopodrobna rozobrali všetky problémy a úlohy, ktoré lyžiarstvu na Slovensku plynú z uznesení V. pléna SÚV ČSTV, ako aj z aktuálnej ústrednej témy — ako pomôcť rastu pretekového lyžovania.

★

Veľké sú teda úlohy nás lyžiarov. Nuž ale veľké výsledky sa zrodia len zo splnenia veľkých úloh. Sme zajedno v tom, že tieto úlohy do litierky splníme!

Končiac ešte slovom vďaka tým, ktorí LS SÚV ČSTV účinne pomohli, sami však stáli v ústraní. Sú to súdruhovia Miško Žiarny, R. Čillík a pracovníci OV ČSTV v Kremnici.

## Menovanie vzorných trénerov

Veru to je už tak. Dničky letia a na plenárnej porade LS SÚV ČSTV 4. a 5. októbra t. r. sa nám ani veriť nechcelo, že by sačet týchto dníčov dával už peknú hrbku rôčkov a počas nich i slušný kúsok práce, ktorú vykonali menovaní vzorní tréneri. Nebolo ich veľa zatiaľ. Sú len traja, ktorým sa dostalo tej vysokej pocty:

Igor Benko

Elemír Nemeszeghy

Štefo Slivka.

Nuž a na okraj tejto významnej udalosti nielen v živote našich vzorných trénerov, ale i ostatných, ktorým majú slúžiť za vzor, žiada sa popriať všetkým veľa úspechov do ďalšej práce!



## Plénium lyžiarskej sekcie Slovenského ÚV ČSTV zahájila mládež

### VAŽENÍ SÓDRUHOVIA

*Prinášame vám vrelý pozdrav našich hôr a našej mládeže. Sme hrďi, že rokujete u nás, v obklopení našich lesov i pláni, svedkov to hrdinského boja našich pracujúcich za Slovenského národného povstania, tých lesov a pláni, ktoré máme radi a ktoré nám poskytujú nepreberné možnosti športu i krásy.*

*Prosíme vás, aby ste vo vašom rokovaní nezabudli na mládež, na tých, ktorí chcú uplatniť svoju odvahu i silu v lyžiarstve, ktorí však potrebujú pomoc pri výcviku.*

*My mladí chceme byť pevní, odhodlaní, silní — aby sme pomohli pri dovršení socialistickej výstavby našej drahej vlasti.*

*Chceme mier, krásnu budúcnosť, chceme mať radosť z pohybu a z našej prírody.*

## Z predsedníctva ústrední sekce

Odznaky »Spartakiádní vločka« budú dohotoveny v prosinci t. r. a záznamní listy zozbierané krajům co nejdříve. Doporučuje se krajským sekcím připravit materiály o splněných limitech, aby mohly po obdržení formulářů a odznaků urychleně provést jejich rozdělení.

★

Předsednictvo připravuje soutěž o nejlepší oddíl. Bylo předneseno několik návrhů. K podrobnějšímu zpracování byl doporučen návrh, podle něhož bude rovnoměrně hodnocena závodní i nezávodní celoroční činnost oddílů.

★

O možnosti získání slev lyžařské obuvi pro mládež bylo opět jednáno s příslušnými orgány. Z jednání lze soudit, že mládež bude uspokojena.

★

Nové lyžařské odznaky vyráběné mincovnou v Kremnici dostanou lyžaři ještě letos. Jubilejní malé odznaky budou v prodeji pro organizované lyžaře. Dále jsou vyrobeny odznaky pro trenéry, rozhodčí a cvičitele. Distribuci provedou krajské sekce prostřednictvím oddílů.

★

Tradiční závody s mezinárodní účastí budou uskutečněny jako obvykle v Harrachově v klasických disciplínách ve dnech 13.—15. III. 1959 a v Tatranské Lomnici v alpských disciplínách VCS ve dnech 22.—24. III. 1959.

Jednotlivým lyžařským svazům byly odeslány předběžně pozvánky a počítá se s dobrou mezinárodní účastí.

★

Všem členům se doporučuje řádně připravit výroční schůze oddílů i jednot a zajistit předpoklady spolupráce v jednotě.

Dosud nepřízkoušení instruktoři lyžařských cvičitelů, kteří chtějí být přízkoušeni, se přihlásí co nejdříve na LS ÚV ČSTV, Praha 3, Na poříčí 12, aby mohly být stanoveny termíny zkoušek.

★

UMK provedla rozbor dosavadní činnosti a předložila podklady pro další zlepšení práce na jejím úseku. Předložený materiál bude sloužit jako podklad pro práci krajských komisí.

★

Ústřední lyžařská sekce vypisuje VIII. ročník dálkové školy dobrovolných trenérů lyžování II. třídy. Škola proběhne ve dvou seminářích. První v době od 11. do 18. ledna 1959 v tělovýchovném středisku Harrachov, druhý 9.—12. července 1959, místo bude určeno později.

Do školy mohou být přijati lyžařští závodníci nebo cvičitelé, kteří prokáží alespoň dvouletou závodní činnost, ve které dosáhli výkonnosti nejméně III. třídy, složí s úspěchem praktickou přijímací zkoušku na počátku prvního semináře a jejichž charakterové vlastnosti dávají předpoklady pro dobrou vychovatelskou činnost.

Od požadavku III. výkonnostní třídy může být upuštěno u zkušených a osvědčených lyžařských pracovníků.

Hromadné přihlášky zašlou krajské lyžařské sekce ústřední sekci nejpozději do 15. XII. 1958. Při výběru řídí se plánem školení dobrovolných trenérů (příloha zpráv sekce č. 9). S podáním přihlášky přebírají současně odpovědnost za účast přihlášených a dokončení školy. V případě jejího přerušení se strany posluchače bez závažných důvodů budou vznikle náklady vyúčtovány krajským sekcím.

Veríme, že výběr bude prováděn pečlivě a odpovědně.

# LYŽAŘI V PŘÍPRAVĚ NA II. CS

V říjnu naplnil naše tělocvičny nový ruch — začal nácvik spartakiádních skladeb. Jistě v řadách cvičenců je také hodně lyžařů. Chceme ale aby lyžařů bylo víc, aby vytvořili případně samostatná oddílová družstva, která by vedle vlastní oddílové činnosti navrhovala spartakiádní skladby společně s ostatními cvičenci. A aby při vystoupeních na okresních a krajských spartakiádách i na Strahově bylo mezi cvičenci hodně a hodně lyžařů.

Začali jsme celkem dobře. Ihned v prvních přípravách na II. CS jsme vyhlásili účast na II. CS od masové akce »Spartakiádní vložku« až po zimní část II. CS, kdy vyvrcholí naše mistrovské a přebornické soutěže roku 1960. V prvním roce se podařilo našim pracovníkům v oddílech, jednotách, okresech a krajích zajistit velký počet závodů, jichž se zúčastnilo přes sedmdesát tři tisíce mladých závodníků. Akce bude v tomto roce pokračovat a jistě přiláká na start závodů další desetitisíce závodníků. Vždyť mládež si ráda hraje a stejně ráda bojuje. A bojové závody o »Spartakiádní vložku« přilákají jistě

velké počty i těch, kteří dosud nezavodili, pomohou otužovat naši mládež a tak ji lépe připravit pro další život.

Nyní je nejpříhodnější doba k získání velké části z těch sedmdesátí tři tisíc k pravidelnému cvičení a sportovní průpravě. Konečně se podařilo vydat průkazy o splnění limitů »Spartakiádní vložky«. Využijte této příležitosti v oddílech, zorganizujte besedy spojené s lyžařskou přednáškou a filmem, na nichž slavnostně odezvejte potvrzení o splnění limitů. Další takovou příležitostí bude vydávání rukávových odznaků »Spartakiádní vložka«, které budou distribuovány jen prostřednictvím oddílů v prosinci t. r. A při té příležitosti se vám jistě podaří získat mládež do naší velké rodiny sportovců. A nácvik spartakiádních sestav bude dobrým přínosem k doplnění fyzické i morální přípravy mladých závodníků před nastávající zimou, před nastávajícími závody, přispěje k vytvoření jednotlivého kolektivu jak oddílu, tak celé jednoty a pomůže naopak získat další cvičence a sportovce pro lyžařský sport.

Již je nejvyšší čas začít opět s pří-

pravou dalších náborových závodů o »Spartakiádní vložku«.

Soutěž bude pokračovat až do roku 1960, kdy bude vyhodnocena a uzavřena a nejlepší závodníci budou odměněni v rámci zimní části II. celostátní spartakiády.

Naše účast na II. CS vyvrcholí ve spartakiádním roce 1960, kdy vedle akce »o Spartakiádní vložku« budou provedeny v rámci zimní části II. CS všechny naše mistrovské a přebornické soutěže. Od přeborů jednot (dospělých i dorostu) přes přebory okresů a krajů až po mistrovství ČSR a dorostenecký přebor ČSR ve všech disciplínách. Je třeba již letos začít s přípravami, aby průběh zimní části II. CS měl opravdu důstojný ráz, odpovídající významu toho svátku všech našich sportovců. Nejen mistrovství ČSR, ale i přebory jednot, okresů a krajů musejí mít vysokou úroveň.

Mistrovství ČSR včetně přeborů dorostu ve všech disciplínách bude provedeno hromadně pravděpodobně v době od 28. února do 8. března 1960 v rámci zimní části II. CS. Kromě

## Provolání ústředního výboru ČSTV k zajištění II. CS

Zahajujeme vlastní přípravy II. CS, která musí svým politickým významem, pojetím, programovou náplní a organizačním zajištěním překonat nezapomenutelnou I. celostátní spartakiádu.

Připravujeme II. CS v době, kdy spolu s námi bojují stamilióny lidí celého světa za udržení světového míru. Bude se konat v roce patnáctého výročí našeho osvobození Sovětskou armádou jako projev lásky a oddanosti všeho lidu k naší lidově demokratické vlasti i k Sovětskému svazu. Vyjádří pevně odhodlání, že svou práci v továrnách a na polích, v úřadech a ve školách, vybudujeme socialismus v naší vlasti a tím nejlépe posílíme mír v celém světě.

S Československým svazem tělesné výchovy se na přípravách II. celostátní spartakiády podílí celá Národní fronta, její orgány a složky masové a společenské organizace a ministerstva. Toto velké dílo vyrůstá v součinnosti se Svazem pro spolupráci s armádou, s Revolučním odborovým hnutím, Československým svazem mládeže, Československým červeným křížem, s ministerstvy: školství a kultury, národní obrany, vnitra,

zdravotnictví, dopravy, vnitřního obchodu, jakož i s národními výbory všech stupňů.

Rozhodujícím článkem úspěchů II. celostátní spartakiády jsou tělovýchovné jednoty. Výbory tělovýchovných jednot se proto musejí zaměřit k propagaci II. celostátní spartakiády mezi členstvem a v celé veřejnosti, na zajištění nácviku spartakiádních skladeb, na přípravách masových i vrcholných sportovních soutěží a turistických akcí. Musí směřovat rozšiřovat — za účinné spolupráce především ČSM a ROH — členskou základnu zejména v řadách mládeže, která dosud nepěstuje pravidelnou tělesnou výchovu.

II. celostátní spartakiáda neznamená jen závěrečné slavnosti v Praze. Výrazem připravenosti tělovýchovného hnutí na ní budou veřejná vystoupení tělovýchovných jednot a okresní spartakiády v roce 1959 a krajské spartakiády v roce 1960.

Jimi ukážeme masovost naší tělesné výchovy, morální sílu a ukázněnost všech účastníků II. celostátní spartakiády, pohybovou připravenost cvičenců základní tělesné výchovy, tech-

nickou úroveň sportovců a organizovanost turistů.

Využijme proto každé příležitosti, každé cvičební a tréninkové hodiny k pravidelné a cílevědomé přípravě na II. celostátní spartakiádu.

Velká práce čeká výbory tělovýchovných jednot, okresní a krajské výbory ČSTV. Bude třeba získávat cvičence, především dorostence a muže, doplňovat počty cvičitelů, trenérů a dalších pracovníků, zkvalitňovat jejich práci. S tím souvisí správné hodnocení jejich práce jako společensky důležité a významné.

I když jsme si vytyčili jako hlavní cíl naší práce II. celostátní spartakiádu v roce 1960, nedílnou součástí přípravy je plán činnosti na rok 1959, příprava výročních schůzí tělovýchovných jednot, okresních a krajských konferencí, i slovenského sjezdu ČSTV.

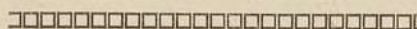
Ústřední výbor ČSTV se obrací ke všem členům a činovníkům tělovýchovného hnutí, aby v těsné spolupráci se všemi složkami Národní fronty, národními výbory i širokou veřejností pomohli ze všech sil co nejodpo-



toho budou v rámci zimní části II. CS provedeny ještě mezinárodní závody, a to v klasických disciplínách od 11. do 15. března 1960 a ve sjezdových disciplínách od 20. do 22. března 1960.

Tam, kde jste dosud zaháleli, zapojte se urychleně do příprav II. CS. Připravte náborové závody o »Spartakiádní vložku«, přiveďte mládež do tělocvičen ke kondiční přípravě na zimu a k nácviku spartakiádních skladeb. Nebojte se té práce, nebojte se toho, že vám snad mládež nepřijde. Mládež ráda bojuje, ráda závodí. Jde jen o to, umět ji poprvé získat, k prvnímu nasmělelému startu. Pak již jen připravit dostatečný počet závodů, aby byla využita každá příznivá neděle. Až se objeví na rukávech chlapců a dívek první vložky, bude zájem o závody ještě větší. A pak bude záležet zase jen na vás, na osvědčených lyžařských pracovnících, abyste tuto mládež vedli správně dále, připravili jí dostatek možností k závodění, ukazovali jí správnou cestu a abyste tak vychováli lyžařské závodníky, kteří budou schopni čestně reprezentovat naši vlast. A to bude také náš další nemalý přínos II. celostátní spartakiáde.

-ff-



vědněji připravit II. celostátní spartakiádu jako slavnost všeho našeho lidu.

Příslušníci ČSTV, tělovýchovní pracovníci, cvičitelé a trenéři, cvičenci základní tělesné výchovy, sportovci a turisté!

Úspěch II. celostátní spartakiády je věcí každého z nás!

Přičiňte se o bohatý a radostný život v tělocvičnách, na hřištích a cvičištích!

Zúčastněte se pravidelně cvičení základní tělesné výchovy, sportovních tréninků a turistické činnosti!

Zpřístupněte všechna tělovýchovná zařízení, aby byla plně využita zejména mládeží! Budujte svépomocí další!

Naděným úsilím se nám podaří uskutečnit mohutnou oslavu naší společné práce a tím přispět k dalšímu rozvoji socialistické tělesné výchovy v naší zemi!

Kupředu k uskutečnění hesla II. celostátní spartakiády: »Za široký rozvoj tělesné výchovy a sportu, za vítězně dovršení socialismu v naší vlasti, za mír a přátelství mezi národy!«

ÚSTŘEDNÍ VÝBOR  
ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU  
TĚLESNÉ VÝCHOVY

# Spartakiádní vložka

Ať se tě, mladý lyžaři, letošní zima zeptá, cos dělal před rokem, jistě radostně odpovíš a pochlubíš se. Mnohému se totiž dobře dařilo ve stopě, na můstku nebo na svahu – a už vloni se mu sypaly vytoužené vložky z oblohy úspěchů.

Je pravda, sypaly, sypaly, ale pak zmizely jako ty opravdové, sněhové. Škoda, že jsme slib o odznaku nemohli dodržet. Letošní vložky se už nerozplynou v zapomenutí, ale objeví se jak v záznamním listě, tak na rukávech a budou hýřit všemi slibovanými barvami.

Soutěže mládeže o Spartakiádní vložku se může zúčastnit všechno žactvo a dorost od 10 do 18 let. Za dobré umístění a splnění požadovaného limitu v označených závodech získává každý vložku červenou, za tři úspěšné závody vložku modrou a za hodnotu tří vložek modrých – nejvyšší stupeň, vložku zlatou.

Počítají se výsledky na přeborech i jiných soutěžích všech stupňů při veřejných závodech, také při závodech náborových a propagačních. Je, ovšem, třeba dosáhnout těchto limitů:

– v běhu – času ne horšího než o  $\frac{1}{8}$  (12,5 %) výkonu vítěze téže kategorie,

– ve skoku – skoku o délce aspoň  $\frac{3}{4}$  (75 %) délky výkonu vítěze téže kategorie, při čemž se sice nehodnotí styl, ale skok nesmí být s pádem,

– ve sjezdu – času ne horšího než o  $\frac{1}{5}$  (20 %) výkonu vítěze téže kategorie.

Potvrzení o tom zanáší se do záznamního listu. Je už vytištěn a kraje jej dostaly do konce října. Požádejte především o zaznamenání uznávaných výsledků z uplynulé sezóny a pak se starejte, aby i letos úspěchů přibývalo.

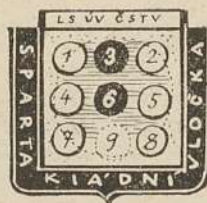
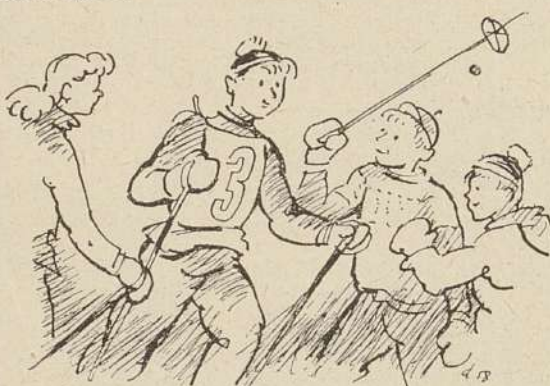
Látkové odznaky na rukáv se budou rozesílat již v prosinci, aby se mohly ještě před hlavní sezónou našít. Abyste se s nimi už dnes blíže seznámili, otiskujeme v tomto čísle aspoň kresbu, která ukazuje, jak se základní terč podložky postupně plní přiříváním získávaných vložek a jak na konec vypadá ta vytoužená »zlatá«.

Nositelé Zlaté vložky budou odměněni a vyznamenáni v rámci oslav při dnech mládeže na Druhém celostátní spartakiáde.

Proto, hurá, na lyže a do boje! Nedejte se odradit tím, že někteří začali už vloni a mají náskok. Pusťte se do poctivé přípravy v tělocvičně i na sněhu, dožeňte je a předběhněte!

Na shledanou na horách a na Strahově.

VLADIMÍR DOHNAL, člen ústřední komise mládeže



## JMENOVÁNÍ VZORNÝM CVIČITELEM

*Za dlouholetou obětavou a úspěšnou činnost v lyžování byl spolu se všemi první vyznamenanými dne 30. srpna 1958 jmenován vzorným cvičitelem také*

SOUDRUH RUDOLF VYVIAL — GOTTWALDOV.

*Blahopřejeme mu k udělenému vyznamenání a přejeme mnoho zdaru a hodně úspěchů v další práci pro rozvoj lyžování v Gottwaldovském kraji.*

## Nábor mládeže do lyžařských oddílů

Je třeba, aby činnost všech složek ČSTV byla prováděna v duchu zásad a perspektiv usnesení XI. sjezdu KSČ a plenárních zasedání ÚV ČSTV. Těmito usneseními se zabývalo velmi podrobně i plénum Lyžařské sekce ÚV ČSTV v Klánovicích v červnu 1958. Pro všechny pracovníky krajských a okresních sekcí lyžování a zvláště lyžařských oddílů vyplývá zde řada důležitých úkolů. Především zlepšit práci lyžařských oddílů a získat nové členy zvláště z řad žactva a dorostu.

Většina bodů plánu práce komise mládeže Lyžařské sekce ÚV ČSTV se zabývá přímo tím, jak zlepšit práci s mládeží. Některé z hlavních úkolů jsou:

1. Věnovat soustavnou péči všem opatřením, která by umožnila zařazení co největšímu počtu dětí do cvičení v základní tělesné výchově.

2. Připravit cvičence z řad mládeže pro aktivní účast na II. celostátní spartakiádě, a to jak v její zimní lyžařské části, tak i pro veřejné masové vystoupení mládeže.

3. Z neorganizovaných závodníků žactva a dorostu získat nejméně 5 procent z účastníků veřejných, náborových a jiných závodů (o získání odznaku »Spartakiádní vločka«) do pravidelné a organizované práce v lyžařských oddílech.

4. Zlepšit výchovnou práci mezi lyžařskou mládeží, a to na poli politické výchovy, kulturní výchovy i výchovy mravní. Pomáhat v práci všem složkám, které mají naše lyžařské žactvo a dorost vychovávat.

5. Usilovat o zlepšení práce v odděleních mládeže lyžařských oddílů. Propagovat a uplatňovat zkušenosti s celoroční plánovitou prací v těchto oddílech a získávat osvědčené trenéry a cvičitele pro tuto práci.

6. Pomáhat zřizovat lyžařské oddělení mládeže při těch oddílech, kde dosud nejsou, a vést v tomto úsilí i činnost krajských a okresních komisí mládeže.

7. Zlepšit propagační práci na úseku mládeže všemi dostupnými prostředky, jako tiskem, rozhlasem (i místním), filmy, v televizi a podobně.

8. Pomáhat zajištěním akcí a opatřeními, na základě kterých by se dostalo co největšímu počtu mládeže pobytu a lyžařského výcviku v horském prostředí (výhody v nákladu za přepravu drahou a autobusy, ubytování, nákup lyžařských potřeb, organizace zájezdů a kursů mládeže nebo kursů pro cvičitele mládeže ...).

9. Důslednou osobní patronací a rozdělením úkolů dosáhnout úzkou spolupráci s odbory školství, se školami, Československým svazem mládeže a s Pionýrskými domy.

10. Na úseku závodního lyžování:

a) organizovat co nejvíce a dobře připravených závodů a soutěží pro mládež jak náborových, tak přebornických, výběrových a veřejných,

b) věnovat zvýšenou péči a pozornost mladým a talentovaným závodníkům a přednostně je zařazovat do celostátních, krajských a okresních družstev.

**Nábor do lyžařských oddílů může být prováděn mnoha různými způsoby**

Jednou z forem je osobní styk s pracovníky ČSM a krajských Pionýrských domů, za jejichž spolupráce a agitace mezi příslušníky ČSM a Pionýrské organizace je možno získat mládež do lyžařských oddílů.

Uspořádáním besedy s některým významným sportovcem-lyžařem nebo cvičitelem, která je zpestřena ještě promítáním

Když tiché padání listů začne zpříjemňovat podzimní trénink, zaradují se sjezdaři z blízkosti nové zimy. Tuto radost však vzápětí doprovázejí i starosti. Nejdříve to začne úvahou: »Trénoval jsem dostatečně? Jsem připraven vydatně trénovat na sněhu?« Ale i jiné otázky nám přijdou na mysl: »Lyže nemám v pořádku. Kde mám vlastně boty? Vždyť jsem měl jít k lékařské prohlídce! atd.« Když se pak začnou tvořit sněhová mračna, starosti přibývá. Velkým přáním, vyslovovaným i nevyslovovaným je, aby napadlo mnoho sněhu. Všechny přípravy se však stihnou a než napadne první sníh, je všechno připraveno. Zdatnost je překontrolována, lyže opraveny, boty nalezeny, lékařská prohlídka dopadá dobře, a nyní je již možno začít s tréninkem na sněhu.

O rozježdění na prvním sněhu má každý sjezdař určitou předstihu, praxe však ukazuje, že každá představa nemusí být zcela správná. Je třeba, abychom si navzájem poradili, dokud je ještě čas. Často slyšíme otázku, jak dlouho trvá rozježdění, kdy začíná a kdy končí? Chceme-li správně odpovědět, pak je nutno znát úkol a cíl rozježdění. Odpověď je pak snadnější. Rozježdění začíná prvním postavením na sněhu a končí dosažením cíle. Jelikož závodní období začíná již v lednu, musí být snahou sjezdaře dosáhnout stanoveného cíle co nejdříve a zkrátit dobu rozježdění tak, aby mohl přejít včas na speciální závodní přípravu. Toto zkrácení doby pro rozježdění však nelze provést omezením dnů, ale volbou správné metody tréninku, vhodného terénu a zajištěním správné organizace tréninku. Splnit všechny tři požadavky je někdy velmi obtížné. Vzpomeňme na svízelnou situaci před olympiádou i před MS v Badgasteinu.

Vraťme se však k úkolům a hlavně k cílům rozježdění. Úkolem je účelně najezdit desítky kilometrů, cílem je získat lehkost a stabilitu jízdy, která pak umožňuje další rozvoj sjezdařských schopností. Je nutné, abychom si blíže vysvětlili pojem »účelně najezdit«.

Účelnost rozježdění souvisí úzce s volbou terénu. Nikdy nemůžeme začínat rozježdění na prudkých svazích. Jen dlouhé a mírné sjezdy donutí sjezdaře ke snaze, aby jeho lyže jely co nejrychleji. Má možnost hledat správný postoj, zvyká si postupně na rychlost. Zbavuje se křečovitého postoje. Při rozježdění je nutno vyhledávat zvláště svahy, které jsou jako stvořené k tomu, aby na nich sjezdař vyjžděl a zkoušel volně oblouky a tím opět získal pocit uvolněného pohybu a jistoty. Musíme při volných jízdách vysledit každou vinu a bouli, kterou jednou přeskakujeme, po druhé prošlapujeme a po třetí na ní uděláme švih. Zjistíme-li, že při takových jízdách ztrácíme pocit těžkých nohou, pak se rozjíždíme účelně. Po této lekcí, když už si nohy nevzpomenou, že by mohly

vhodných lyžařských filmů, jistě vzbudíme patřičný zájem. Tohoto vzbuzení zájmu je třeba však okamžitě využít. Před uskutečněním besedy je třeba projednat s některým lyžařským oddílem, zda by mohl přijmout další členy (žactvo a dorost) a v případě, že by mohl je nutné, aby lyžařský oddíl vyslal na besedu svého zástupce, který by zájemcům hned rozdál přihlášky do jednoty (oddílu) a domluvil s nimi, kdy a kam mají docházet do cvičení.

Nábor možno provést i na školách II. a III. stupně za pomoci školských úřadů, ředitele školy a učitelů tělesné výchovy. Některé jednoty a oddíly v našem kraji dovedly na školách provést tuto akci velmi důkladně.

Výše uvedené formy jsou vhodné zvláště pro větší města, kde je dosti zkušných lyžařských pracovníků, kde se dostanou půjčit snadnější filmy. Horší to již mnohdy bývá na okresech a ve venkovských jednotách.

Zde se osvědčila osobní patronace členů krajské sekce lyžování nad okresy. Patroni dohodli napřed písemně s okresní sekcí lyžování, případně často přímo s tělovýchovnou jednotou či oddílem lyžování, kdy a kde by bylo možno provést nábor mezi mládeží a jakou formou. Propagační mezi mládeží provedla jednota (lyžařský oddíl) a okres hlavně na školách. Patron zajistil filmy a zpestřil promítáním vyprávěním, svými zkušenostmi z pobytu na horách v zimě, ze závodů apod. Místní lyžařský oddíl pak provedl nábor přímo na místě po programu.

Napadne-li v místě sníh, měl by každý lyžařský oddíl (pokud má dosti cvičitelů) uspořádat náborové závody pro mládež. Tyto závody je třeba co nejpečlivěji a se vši vážností připravit. Mládež velmi ráda napodobuje dospělé a když má takový kluk na sobě startovní číslo a když ví, že dostane diplom, může se přetřhnout. Dělat náborové závody jen formálně, jednorázově bez získávání dětí do oddílů by bylo samoučelné a zbytečné.

Oddíly a zvláště okresní sekce lyžování, by se měly též zúčastnit místních a okresních kol Lyžařského běžeckého závodu o cenu Pionýrských novin, kterýžto závod má již svou několikaletou tradici, a snažit se vychovat z nadějných nově objevených běžců,

# SJEZDAŘI

bolet, přejdeme na prudší svah, který vyžaduje přesné a nesčetné svihi. Cvičením na prudkém svahu získáváme další jistotu, hlavně v ukončení svihu a pod našimi lyžemi se rodí slalomový svah. Zpočátku měkký, naprosto nevhodný pro stavění branek, později již udusaný, vhodný pro stavbu lehkých slalomových figur. Rozhodně však nesmíme slalom přehánět. Branky by nás příliš omezily a zastavily naši touhu po dynamičnosti jízdy. Slalomovými svihi budeme proto ještě stále jezdit i na dlouhých sjezdech, při kterých nesmíme vidět jen nejkraťší stopu, ale hraje si s rychlostí, s pohybem a s terénem. Až získáme jistotu, pak si můžeme dovolit jízdy ve skupině za sebou, kdy první jezdec kreslí slalomovou stopu a ostatní se snaží, aby jeho oblouky přesně kopírovali. Zde si dobře vyzkoušíme svoji pohotovost a obratnost. Po takovém

jem pomohou upravovat tréninkové prostory. Ti závodníci, kteří nestihnou dobu rozježdění a nesplní vytčený cíl, nemohou předpokládat, že v nastávajícím období dosáhnou podstatného zlepšení své výkonnosti.

Krátce bych se chtěl zmínit ještě o úloze trenéra v době rozježdění. Na jeho bedrech totiž spočívá tíha odpovědnosti, aby vytvořil dobré tréninkové podmínky. On musí vytušit všechny rušivé momenty a včas je odstranit. Musí řešit třeba i organizační nedostatky při dopravě lanovkami. Sleduje intenzitu tréninku a usměrňuje ji. Na technické nedostatky v jízdě však může upozorňovat jen opatrně a odstraňovat je systematicky. Musí mít stále na mysli, že závodník se rozjíždí, že své nedostatky hledá a odstraňuje sám, což je způsob nejučinnější s trvalými výsledky. Ukvapená snaha trenérova rychle odstranit všechny nedostatky by mohla vést k falešným představám závodníka o účelnosti pohybů. V době rozježdění je také nutné, aby trenér při organizování společného tréninku družstva nezapomínal, že v době roz-

# před novou sezónou

ježdění je nejučinnější metodou individuální trénink, kdy každý závodník si volí přiměřenou dávku a jezdí tak, jak mu to vyhovuje. Trenér zasáhne jen tam, kde se závodník dopouští jasných chyb. Někdy musí krotit jízdu »nad poměry«, jindy musí pomoci překonat zbytečnou nedůvěru. Jen ten závodník, který se naučí správně individuálně trénovat, může dojít k velkému cíli. Tím nechci nijak ubírat významnému vlivu trenéra, jehož úkoly jsou mnohem složitější než je možno vyjádřit v několika větách.

V závěru musím ještě upozornit ženy, aby v době rozježdění při společném tréninku s muži odpozorovaly jejich mnohem větší obratnost a jejich tréninkové metody. Je nutné, aby jezdily v jedné skupině s muži, aby se odnaučily ženským zlovykům provádění svihu (přílišně vyjždění do stran) a aby se naučily řádně ukončit svih. Při společném tréninku s muži získávají ženy sebedůvěru a zjišťují, že mnohé prvky v jízdě jsou lehčí, než mají ve svých představách. Myslím, že rychlý přechod k slalomu v tréninku žen má vliv na jejich podstatně menší obratnost.

Snažil jsem se napsat několik rad pro nastávající dobu rozježdění. Jestliže někdo očekával, že napíši přesněji, kolik hodin a kolik kilometrů je třeba najezdit v době rozježdění, pak mně musí prominout, když mu znovu odpovím »co nejvíce«. Všem sjezdařům přeji v letošním roce mnoho sněhu, malé fronty na lanovkách, lyže, ze kterých nevypadávají šroubky a laciné jízdné na lanovkách. Hlavně pak zlepšení výkonů v závodech a reprezentantům četné úspěchy v těžkých bojích.

DUŠAN CHARVÁT, trenér sjezdařek

kteří máme mezi mládeží, zvláště mezi děvčaty, velký dostatek, nové mladé závodníky, bězce. Informace o uspořádání těchto závodů poskytne zcela jistě Pionýrská organizace na škole a okresní výbory ČSM, které mají pořádát okresní kola.

Nejlepší agitací je ovšem dobrá práce lyžařského oddílu. Jeho příslušníci, zvláště mládež, dovedou pak nadchnout pro tento sport i své dosud neorganizované kamarády a přivedou je do oddílu. Lyžařské oddíly by měly pečlivě upravovat vývěsní skříňky oddílu a zpestřovat je hezkými snímky z lyžařských zájezdů a výcviku v jízdě na lyžích, plánem besed, kondičních cvičení, plánem zájezdů atd., což též vzbudí patřičný zájem. Dobrou propagací je též uspořádání výstavky ze života lyžařského oddílu. Na tyto výstavky a lyžařské besedy by měli být zváni též dosud neorganizovaní hosté.

Tento článek má být jen jakousi pomůckou. Řada lyžařských pracovníků má jistě mnoho lepších zkušeností. Je třeba, aby je zveřejnili. Propagace a nábor do oddílů je totiž jeden z úseků v tělovýchovném hnutí vůbec, který pokulhává za činností zaměřenou na vlastní technický výcvik a závodění.

Je možné, že některé oddíly neví, kam se mají obrátit s žádostí o půjčení lyžařských filmů. Pro ty je připojen adresář krajských rozděloven filmů a seznam lyžařských filmů. Půjčeno je za jeden hrací den za krátký film (do 300 m) je 6 Kčs, pro internátní školení a školy může být poskytnuta 50% sleva.

Vaši objednávku vyřídí tyto krajské rozdělovy filmů:

Praha II, Národní třída 28	Brno, Jesuitská 1
České Budějovice, Ul. 5. května 2	Olomouc, Legionářská 1
Plzeň, Tylova 14	Gottwaldov, Nám. Rudé armády 2
Karlovy Vary, Křížová 2	Ostrava, Tyršova 14
Ústí n. L., Varšavská 767	Bratislava, Mostova 6
Liberec, Ul. B. Němcové 22	Košice, Leninova 46
Hr. Králové, S. K. Neumanna 469	Žilina, kino Úsvit
Pardubice, Stalinova 60	Nitra, Stalinova 27
Jihlava, Nám. míru 33	Prešov, kino Tokajik
	B. Bystrica, Malinovského 22.

Seznam lyžařských filmů, které mají na skladě krajské rozdělovy filmů:

Název filmu	Produkce	Minut
Bylo nás 100.000.	ČSR	15
Dovolená na sněhu.	ČSR	16
Horská záchranná služba.	ČSR	16
Hory v zime.	ČSR	15
Lyžařské závody.	SSSR	9
Mistrovství světa v lyžování, klasické disciplíny, 1954 — Falun	ČSR	18
Mistrovství světa v lyžování, sjezd. disciplíny, 1954 — Are.	ČSR	17
Na lyžích po hřebenech Tater.	ČSR	12
Skoky na lyžích (instruktážní film).	SSSR	11
Sokolovský závod branné zdatnosti (barevný).	ČSR	16
Sovětská lyžaři (lyžař. závody).	SSSR	15
VI. zimní olympijské hry (Oslo).	ČSR	41
Technika jízdy na lyžích.	SSSR	23
VII. zimní olymp. hry — IV. díly (Cortina).	ČSR	à 16
Hory patří odvážným.	ČSR	15
Technika běhu na lyžích.	ČSR	15

Kromě uvedených filmů je možno si též vypůjčit instrukční filmy natočené trenéry ústřední sekce lyžování při mnoha našich i zahraničních lyžařských závodech. Seznam těchto filmů vydala Ústřední lyžařská sekce ve »Zprávách sekce« č. 10, ročník 1957. Tyto »Zprávy sekce« mají všechny krajské sekce lyžování. Objednávka se pak posílá na adresu: Ústřední výbor ČSTV, Lyžařská sekce, Praha II, Na poříčí 12.

Nová technika jízdy na lyžích je obsažena v instrukčním filmu dr. Čtvrtečky. Po jedné kopii tohoto filmu mají všechny Krajské lyžařské sekce.

RUDOLF GRÝC,

člen komise mládeže Lyž. sekce ÚV ČSTV

Lyžařství 9

# Trénink sjezdaře v tělocvičně

Jakmile nastane právě podzimní počasí — dešť, plískanice a hlavně brzký soumrak — musíme se přestěhovat s tréninkem do tělocvičny. Pro sjezdaře není ale tělocvična nějakou náhražkou a východiskem z nouze, neboť v podmínkách tělocvičny může splnit velmi dobře hlavní tréninkové cíle, zejména pokud jde o obratnost. Cvičení v tělocvičně, které jistě nevyjde víckrát než 2krát až 3krát v týdnu, je nutno doplnit pohybem v přírodě. Mohou to být krátké odpolední nebo podvečerní výběhy do terénu

a nedělní turistika pěši nebo cyklistická. Podle zkušeností z minulých let budeme jistě nejméně do vánoc chodit pěšky, neboť v okolí lanovek bývá nedostatek sněhu. Proto není třeba bát se delších vycházek a trénovat vytrvalost v chůzi. Cvičení v tělocvičně zaměříme především na obratnost, rychlost, postřeh a sílu nohou, ale nezapomínáme ani na všeobecné posílení celého organismu a stejnoměrný rozvoj svalstva celého těla. Jako příklad uvádím tréninkovou hodinu krajského družstva sjezdařů v Brně.

1. Nástup, zahájení asi 2 min.

2. Honička se dvěma míči. Honí 2 cvičenci s míčem v ruce. Cvičenec s míčem se snaží dotknout někoho míčem (neházet). Ten, kdo byl udeřen míčem, převezme míč a honí další. Asi 5 min.

3. Gymnastika. Asi 20 min.

1. Stoj spojný, předpažit:

1. zapažit, dlaně vzhůru — přednožit levou povýš,
2. předpažit — přinožit levou,
- 3.—4. totéž opačně 7krát na každou stranu.

2. Stoj spojný, upažit:

1. přednožit levou,
2. zanožit levou,
- 3.—4. tahem přednožit,
4. vzpřím, vzpažit, totéž opačně 10krát.
5. zanožit levou,
6. přednožit levou,
- 7.—8. zanožit tahem levou povýš (paže stále v upažení), totéž pravou 4krát na každou stranu.

3. Stoj rozkročný, vzpažit:

1. předklon nalevo — švihem zapažit,
2. vzpřím — vzpažit,
- 3.—4. totéž opačně 10krát.

4. Stoj rozkročný, vzpažit:

1. úklon vlevo — paže výdrž,
2. hmit úklonem,
3. předklon napravo — předpažit levou a dotknout se rukou špičky pravé nohy — zapažit pravou,

5. Vzpěr klečmo:

1. vzpěr ležmo, levá zanožit (nohy i ruce zůstávají na místě),
2. vzpěr klečmo, totéž opačně 10krát.

6. Stoj spojný — předpažit:

- 1.—2. dřep na levé — pravá přednožit — paže výdrž,
- 3.—4. vztyk, totéž opačně 8krát.

7. Vzpěr dřepmo:

1. výskokem obrát o 180 st. — vzpažit,
2. vzpěr dřepmo, totéž opačně 10krát.

8. Vzpěr dřepmo, brada na prsa, paže volně podél těla:

1. vztyk na levé — předklon — zanožit pravou — upažit (váha),
2. vzpěr dřepmo, brada na prsa. Totéž opačně 10krát.

9. Poskoky souňož vlevo a vpravo na podřepu, kolena vyklánět stranou.

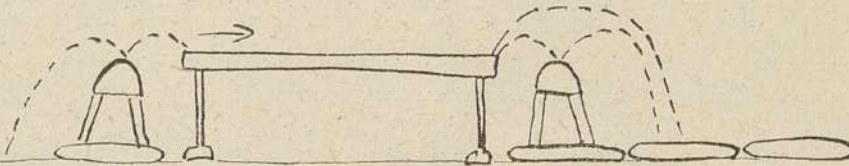
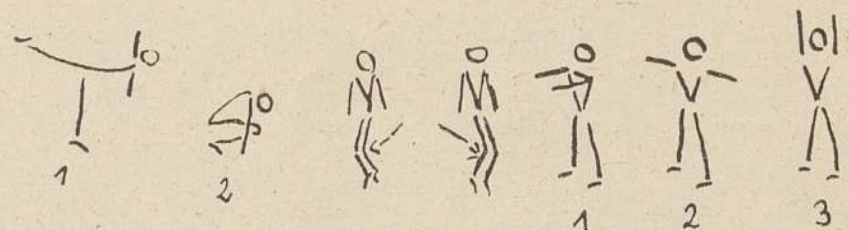
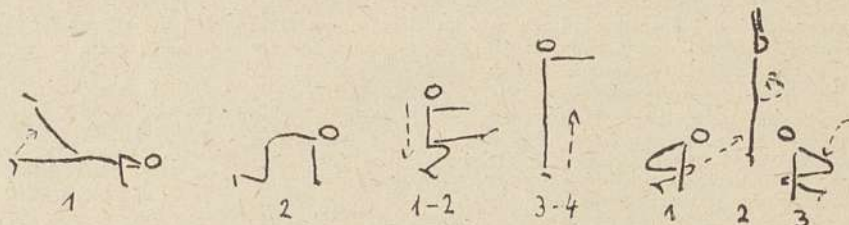
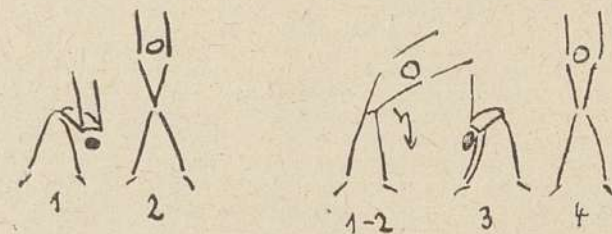
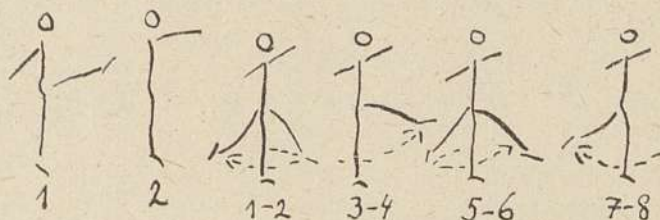
10. Stoj rozkročný, připažit:

1. předpažit,
2. upažit,
3. zapažit (cvičí se zvolna a během přechodu z polohy do polohy se silou svírají ruce v pěst a rozvírají) 10krát.

4. Kladina a dvě kozy na šif, asi 15 min.

Před a za kladinu postavíme kozu na šif (na žíněnku), kladina asi o 30 cm vyšší než kozy. Za kozou na konci dvě žíněnky na dél.

1. Z rozběhu odrazem levou (pravou) výskok do podřepu na kozu — pře-



běhnout kladinu — přeskok na kozu — seskok a kotoul napřed.

2. Z rozběhu odrazem souňož výskok do vzpěru dřepmo — poskoky na levé — pravá přednožit — seskok s obrátem o 180 st. a kotoul nazad. Totéž na pravé.
3. Z rozběhu výskok do vzpěru dřepmo — přechod poskoky souňož — seskok roznožmo, ruce se dotknou špiček nohou.
- 4., 5., 6. dtto, pouze přechody kladiny provádíme vzad.
5. Pérový můstek, dvě žíněnky. Asi 20 min.
  1. Z rozběhu odrazem souňož výskok prohnuté, po dopadu kotoul plavmo.
  2. Odrazem souňož výskok, nohy skřčit

na prsa, před dopadem znovu napnout. Výskok cvičíme přes tyč (švihadlo), kterým nutíme k co největší výšce skoku.

3. Odrazem souňož výskok a obrát o 180 a 360 st.
4. Překot napřed vysazeně (salto).
6. Košíková se zjednodušenými pravidly. Asi 20 min.
7. Švihadla. Asi 15 min.
  1. Přeskoky souňož — 1 min., 2 min. odpočinek, 3krát.
  2. Přeskoky jednonož — 1 min. levá, 1 min. pravá, 2 min. odp., 2krát.
8. Zakončení. — Nástup a zhodnocení.

JAROSLAV BOGDÁLEK



# Běžci v prosinci

VL. PÁČL, V. MEČÍŘ

Konečně jsme se dočkali. Máme radost z toho, že řada běžců již má za sebou několik desítek hodin tréninku na sněhu. Ti, kteří dříve závistivě sledovali zprávu o tréninku na našich pohraničních horách, absolvovali již první kilometry na lyžích na umělých drahách v Novém Městě, ve Vysokých Tatrách, v Praze a jinde. O co jeden ochudila příroda, lidský důmysl jim vynahradil.

Jsmen-li již u toho rozježdění, je třeba připomenout dvě zásadní věci:

1. Rozježdění na sněhu, i když máme sníh každý den k dispozici, nestačí zajistit všestrannou přípravu a neustále stoupající úroveň připravenosti. Proto je třeba za každých podmínek doplňovat trénink během bez lyží třeba i v hlubokém sněhu a posilovacími cviky zvláště pro pletence ramenní, zádové a břišní svalstva.

2. Stává se nedobrym zvykem, že na sněhu zapomínáme často na rozcvičení před a uklidnění po tréninku (bez lyží). Pro rychlé odstranění únavy a možnost intenzivního dalšího tréninku je zvlášť důležité správně se uklidnit. Několik poznámek. Běh na lyžích, i když střídáme jednotlivé způsoby jízdy, působí trochu jednostranně. Proto je třeba po vlastním tréninku (hlavní části tréninkové jednotky) zařadit vždy několik minut běhu bez lyží, několik cvičení na protažení i uvolnění svalstva nohou, trupu a pletence ramenního. Takovéto ukončení tréninku, dosud to provádí velmi malý počet běžců i běžkyň, má svůj význam i pro rychlejší obnovení sil pro další trénink.

Cvičení provádíme — je-li hezky venku a v případě nepříznivého počasí uvnitř v místnosti.

Napřed, než předáme slovo V. Mečířovi, znovu zdůrazňujeme a podtrháváme. Každý běžec i běžkyň denně cvičí mimo vlastní trénink 15—30 minut. Pokud ještě nezapadlo dostatek sněhu, účastníme se přespolních a lesních běhů.

Pohyby provádíme rytmicky, švihově a pokud možno rychlou frekvencí! Pokud nemůžeme trénovat na sněhu, do každého cvičení zapojujeme dostatek speciálních napodobivých cvičení.

P. S. V 9. čísle Lyžařství na str. 6 došlo k omylu — v tabulce kontrolních limitů má být: běh na 5 km ... 16—17 min.

## Rozježdění na sněhu pro běžce

Rozježděním na sněhu rozumíme dnes především přenesení přípravy na sníh — k vlastnímu tréninku na lyžích. Jde nám o to, do jaké míry můžeme přenést těžiště přípravy na sníh. Z praxe rozdělujeme tuto část přípravy na dvě údobí.

I. údobí: (Máme možnost využití sněhu ve vyšších polohách, většinou od počátku listopadu do počátku prosince, a to po sobotách a nedělích.)

První 1—2 tréninky jsou seznamovací, jízda je ještě často velmi obtížná a jezdíme většinou rovnoměrným tempem slabé či střední intenzity. V dalších přecházíme na tempo v úsecích a nacvičujeme techniku především v rychlosti. V týdnu pokračujeme v pravidelném cyklu běhů a cvičení v terénu, v tělocvičně apod. ...

II. údobí: (Od poloviny prosince — pro většinu závodníků v období před vánoce.) Přesuneme těžiště přípravy přímo na trénink na lyžích. Dále se již pomalu nerozjíždíme, ale ihned nahrazujeme dřívější cvičení v terénu přímo jízdou na lyžích, a to zpravidla tak, aby zatížení organismu bylo při nejmenším takové jako při cvičení v terénu na suchu. V tomto údobí má mít příprava stále vzestupnou tendenci. Máme-li možnost, pokračujeme dále pravidelně ve večerních cvičeních v tělocvičnách (obrat, síla) a pokračujeme v pravidelné denní gymnastice 15—20 minut. Vytvoříme si tedy nový týdenní cyklus přibližně se stejným režimem, ale novými tréninkovými prostředky (jízda na lyžích) a s tendencí stále stoupající namáhavosti a intenzity vlastního tréninku na lyžích — růst rychlosti.

Některé hlavní zásady pro rozježdění — pro první přípravu na sněhu:

- vytvořit si cyklus pravidelného cvičení — nejlépe v období jednoho týdne,
- nejezdit v tréninku na lyžích nahodile (podle chuti), ale záměrně, a dodržovat pokud možno obsah,
- tréninkové dávky vymezovat v čase místo v kilometrech, kilometry uvádět po tréninku jenom pro kontrolu,
- nacvičovat techniku jízdy v rychlosti,
- již od počátku ježdění stále sledovat terén a jeho změny a využívat těchto terénních nerovností a změnenom k ekonomice pohybu, ale i k neustálému zrychlování jízdy,

- zařazovat jízdu úseků na čas (případně intervalů), například: známe průměry 1 km z jednotlivých závodů a můžeme srovnávat a porovnávat dosažené výsledky i v přípravě,
- zařazovat tréninkové zásady na čas,
- zúčastnit se veřejných závodů na počátku hlavního období (koncem prosince až začátkem ledna, štafety, 15 km) v rámci přípravy bez zaměření na vlastní závod — dosažený výsledek pak případně porovnááme,
- mazat pečlivě od počátku ježdění na lyžích (naučíme se vhodně volit vosky a získáme vlastní jistotu).

Příklad týdenního cyklu vyspělého závodníka:

Pondělí: Tělocvična — sportovní gymnastika, košíková.

Úterý: Trénink na lyžích — kolečko.

20 minut rozježdění.

5×4 min. v tempu s intervalovými odpočinky 3 aktivní jízdy.

3×10 min. v tempu s intervalovými odpočinky 3 aktivní jízdy.

5×2 min. v ¼ tempu s 1 min. odpočinkové aktivní jízdy 10 až 20 min.

Středa: Dvě hodiny rovnoměrné jízdy terénem střední intenzitou.

Čtvrtek: Opakování cvičení na kolečku s případnými obměnami jako v úterý.

Pátek: Tělocvična — sportovní gymnastika, košíková.

Sobota: Trénink na lyžích — kolečko, obměna tréninku jako v úterý.

Neděle: Celodenní jízda na lyžích:

dopoledne: jízda terénem dvě hodiny střídavě,

odpoledne: rovnoměrná jízda střední tempo — vytrvalost.

V závěru bych chtěl upozornit na to, že v prosinci i počátkem ledna těžko nacházíme čas po normálním zaměstnání k tréninku na lyžích, protože je brzy tma. V současné době a hlavně v budoucnosti budeme muset řešit tento nedostatek osvětlením stabilních terénů (koleček) tak, aby se dalo trénovat po zaměstnání i večer.

## Několik poznámek zasloužilého mistra sportu V. M. Naumova

K dalšímu rozvoji závodního lyžování:

Rozbor výsledků ze závodů nejlepších běžců SSSR potvrzuje, že se výkonost značně zvyšuje zvyšováním objemu práce a její intenzity, používáním rozmanitých prvků tělesných cvičení — hlavně speciálně přípravných a napodobivých v přípravném období, zařazováním rychlostní práce na krátkých úsecích v zimě.

Je samozřejmé, že pro růst sportovních výsledků je nezbytné postupně a soustavně zvyšovat obsah a intenzitu tréninkové práce. Do tréninku zařazujeme stále více speciální napodobivá cvičení, jsou vhodná pro všechny etapy tréninkového procesu. Dále je nutné správně používat všechny známé metody tréninku v hlavním období.

Počet tréninkových dní je třeba zvýšit v týdnu na 5—6. Při celoročním tréninku bylo dosud množství tréninkových dnů 160 až 180. Naši běžci budou muset zvýšit tento počet na 230—250 dní.

Závodník, který trénuje několik let, má organismus tak přízpůsobivý, že mu stačí 24 hodin, aby se opět obnovila schopnost k dalšímu tréninku. To potvrdila lékařská pozorování získaná během přípravy reprezentačního družstva na VII. ZOH. U mnohých závodníků se po velké námaze obnovila schopnost plně trénovat již druhý den a u některých došlo k obnovení sil již tentýž den.

Současne se zvyšováním objemu zvyšujeme i intenzitu tréninku. Zvyšujeme také absolutní rychlost pohybů. Vzhledem k tomu zařazujeme v letním i podzimním období rychlostní úseky a napodobování střídavého běhu dvojdobého maximální intenzitou na úsecích 50—100 m opakovaných 10krát a až 30krát. Dále provádíme speciální cvičení se značnou frekvencí pohybů. Napodobivá cvičení běhu na lyžích i vlastní jízdu na lyžích je třeba provádět větší rychlostí, než kterou dosahujeme v závodech. Úseky, které probíháme maximální rychlostí při vytrvalostním tréninku, jsou 200—2000 metrů.

K rozvoji síly ve vytrvalosti svalových skupin, které nejvíce používáme při běhu na lyžích, zařazujeme do tréninku na sněhu rychlostní úseky a používáme běhu s odpichem soupaž na dlouhých úsecích.

# Čtvrthodinky z učební osnovy

## OBLOUK V PLUHU

Po zvládnutí jízdy v pluhu, jakož i citlivého reagování na práci hran, můžeme přistoupit k nácviku jízdy v obloucích pomocí přívratu.

Přestože naší snahou bude postupovat u pohybově nadaných jedinců od smyku ke svahu pokud možno snožnou technikou, budeme nuceni u velké většiny lyžařů začít právě s těmito oblouky a někdy dokonce dřív, než zvládnou smyk ke svahu.

V tomto stadiu výuky musíme vhodně kombinovat výcvik na lyžích rovnoběžných (sjezd šikmo svahem, sesouvání, smyk ke svahu) s výcvikem přívratů a podle nadání cvičenců správně rozeznat, kdy je nutno více času věnovat nácviku smyků a kdy nácviku oblouků. Musíme si uvědomit, že oblouky v pluhu budou vlastně první změnou směru jízdy přes spádnicí. Na zvládnutí tohoto cviku závisí úspěch či neúspěch v dalším postupu k přívratnému smyku.

### Provedení:

Oblouk v pluhu je změna směru jízdy, prováděná výhradně v pluhu přenesením váhy těla, které způsobí zatížení vnější lyže.

Toto přenesení váhy provedeme větším

pokrčením zatěžované nohy v kloubu hlezenném a kolenním a odklonem trupu od svahu (obr. č. 1). Větší pokrčení vnější nohy se nesmí dít na úkor natažení nohy vnitřní (obr. č. 2).

Vyklonění trupu se provádí přes měkké břišní svalstvo v mírném potočení vnitřního ramene a boku vpřed (obr. č. 3).

Váhu těla nepřenasíme na vnější lyži, nýbrž šikmo proti ní, abychom dosáhli vydatného stáčivého vytlačení patky vnější lyže.

Oblouk v pluhu je klasickou školou střídavého přenášení váhy těla, které je jedním z charakteristických znaků každého oblouku a smyku přes spádnicí. Důkladným jeho procvičováním získáme správný pocit pro stáčivé vysunutí patek lyží jako následek důrazného zatížení vnější lyže, a je tudíž jedním ze základních prostředků pro budoucí jízdu novou technikou.

Kromě toho zde poprvé při oblouku přes spádnicí získáváme důležitý pohybový návyk potřebný k dalšímu metodickému postupu, protože si zvykáme na nesouhlasnou polohu vnějšího ramene proti směru jízdy. Přesto však je nutno zdůraznit, že v základním výcviku je důležité naučit se hlavně práci nohou. Podřadné je, zdali se vykláníme více či méně po-

otočení. Toto potočení nabývá důležitosti teprve v pozdějším stupni výcviku.

### Chyby:

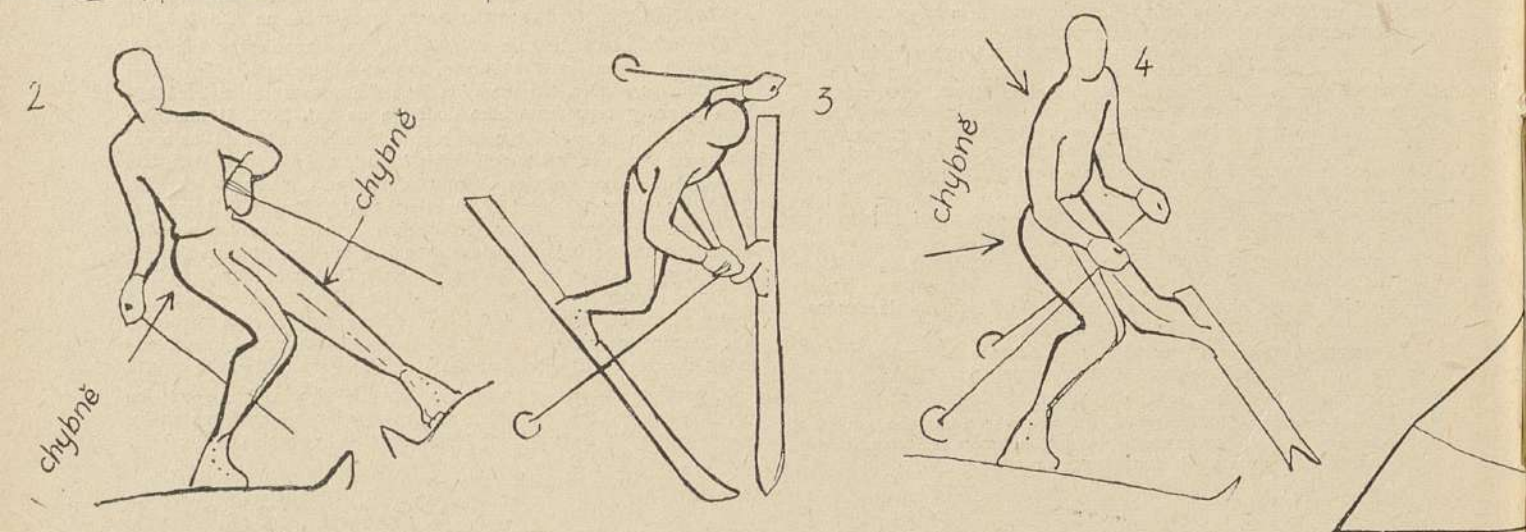
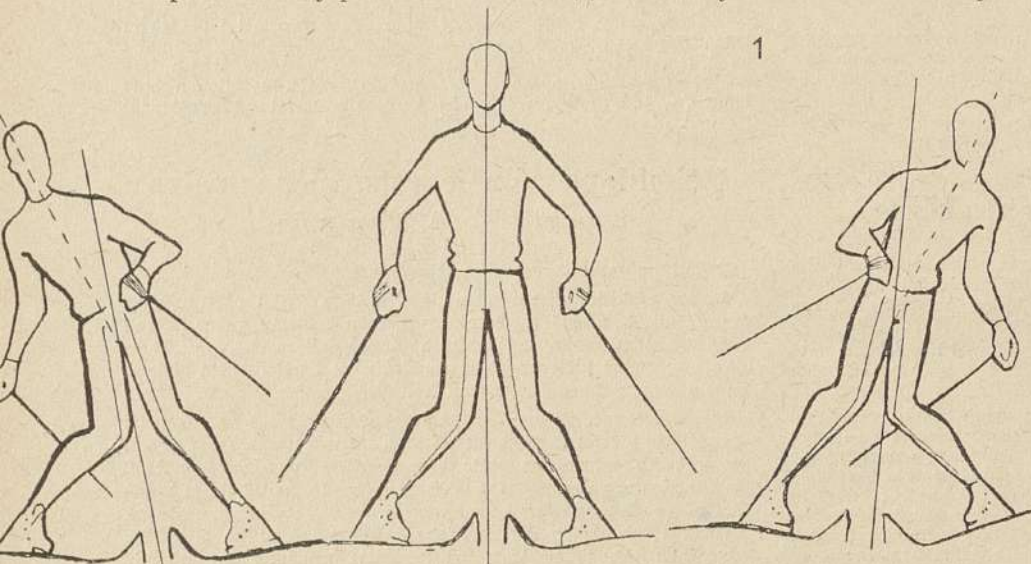
Při výcviku oblouků v pluhu je nutno hlavně zabránit jakémukoliv **souhlasnému** pohybu ramen a pánve ve smyslu prováděného oblouku, což by bylo velkou překážkou při dalším postupu (obr. čís. 4). Trup i pánev má tendenci sledovat směr oblouku, což vede cvičence k mnoha závažným chybám. Jednak mu uniká důležitý pohybový pocit, že hlavní příčinou zatačení v přívratném postavení je přenesení váhy těla, a nikoliv rotace trupu, a za druhé dochází velmi snadno k přiklánění trupu ke svahu (dovnitř oblouku) se zlomením v pase a napínáním vnitřní nebo vnější nohy. Kromě toho si začátečník často pomáhá k provedení oblouku krouživým pohybem pánve vně (někdy i daleko přes vnější lyži), což bývá právě největší překážkou při dalším nácviku. Musíme hned od začátku velmi důsledně tyto chyby odstraňovat hlavně názorným předvedením špatného a správného provedení.

Další chyby, které se mohou vyskytnout a které postupně odstraňujeme:

1. Napínání vnitřní nohy (stává se v případě přílišného pokrčení vnější nohy),
2. napínání obou nohou,
3. velký předklon trupu,
4. vysazení pánve (záklon),
5. vysunutí vnější lyže vpřed (velmi častá chyba jako důsledek špatné práce trupu a pánve – přenášení váhy na lyži atd.).

### Cvičný terén:

Z počátku volíme táhlé mírné svahy a mírně skloněné muldy. V obou případech však nesmíme podceňovat psychologický stav cvičence a musíme se snažit najít vždy svah s plynulým, bezpečným dojezdem. Vrozený strach každého jedince z pádu, v případě, že »se mu to rozjede«, dovede ve většině případů utlumit veškerou snahu po správném provedení cviků. Cvičenec ještě před zahájením cviku myslí už na to, jak to dopadne tam dole. Takovouto subjektivní zábranu nesmí cvičitel podceňovat, i když se jedná o tak »snadný« cvik jako je oblouk v pluhu. Musíme si uvědomit, že pro začátečníka



je stejně obtížný jako pro pokročilého např. smyk snožný.

Nejvhodnější terénní pomůckou je mírná mulda s bočními svahy o malém sklonu, která při přejíždění z jednoho svahu na druhý snadno přivede cvičence k rovnoběžné poloze lyží a tím i k přívratnému oblouku (obr. 5). Kromě toho odstraňuje strach z odklonění vně oblouku, neboť se cvičenec přiklání vlastně ke svahu (obr. č. 6).

Nesmíme také nikdy litovat času, věnovaného důkladné úpravě sněhu. Pro nácvik oblouku musí být sněž zvlášť vodivý a každý příliš měkký nebo příliš tvrdý sněž znehodnocuje výuku.

#### METODICKÝ POSTUP:

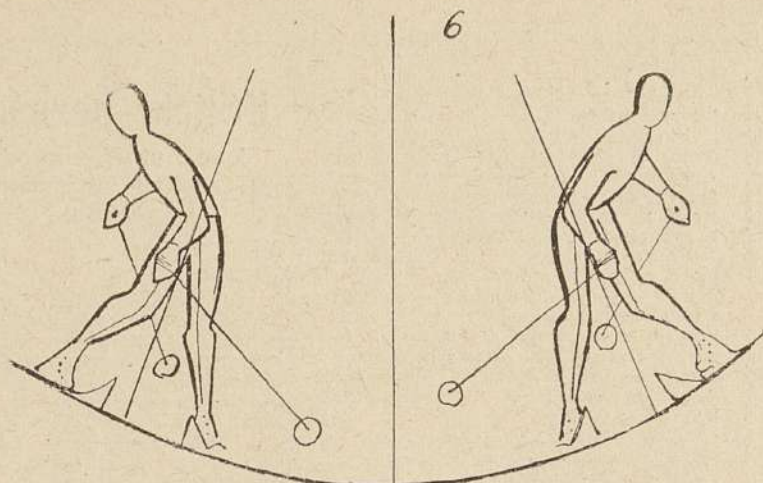
Při prvním pokusu o provedení bude pro začátečníka snazší provést několik **dlohých oblouků** po sobě následujících než jeden samotný. Proto po nacvičení základních pohybů (přenesení váhy, odklon trupu, pokrčení kolena) začínáme ihned navazováním oblouků za sebou, pokud možno o větším poloměru, poblíž spádnice (obr. č. 7). Tím cvičenec pozná, jak nepatrné porušení souměrnosti pluhu stačí k provedení oblouku a při důkladném procvičování se stávají pohyby stále jemnější a uvolněnější.

Při nacvičování **jednoho oblouku** až do ukončení je důležitý konečný postoj při zastavení do vrstevnice. V tomto postoji je vyšší rameno a bok mírně vpředu, trup odkloněn od svahu a váha těla spočívá plně na nižší lyži, takže je kdykoliv možno vyšší lyži přisunovat při zachování postoje pro sjezd šikmo svahem.

Zvláštní význam na procvičení střídavého přenášení váhy těla z hlediska nové techniky, resp. pro správné vystižení polohy pánve a trupu, mají **krátké oblouky v pluhu**, které jsou kromě toho velmi často upotřebitelné v terénu (úzké lesní přejezdy). Je to krátké naznačování nedokončených rychle za sebou navazovaných oblouků, které vyvolá měkké vláčné přenášení váhy těla z jedné lyže proti druhé, při čemž patky vnější lyže se stáčejí vně.

Po celkovém zvládnutí a odstranění hlavních chyb přistoupíme k nacvičování oblouků v pluhu v brankách. Projíždění branek zvyšuje radost z výcviku a je velkým zážitkem, který podporuje sebevědomí cvičenců.

Začínáme se zavěšenými brankami 3 až 4 m širokými, vzdálenými od sebe podle sklonu svahu 4–6 m. Branky pak po-

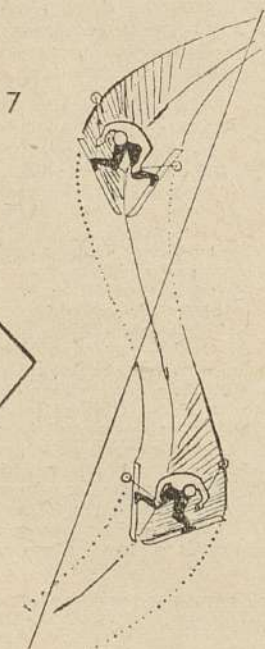
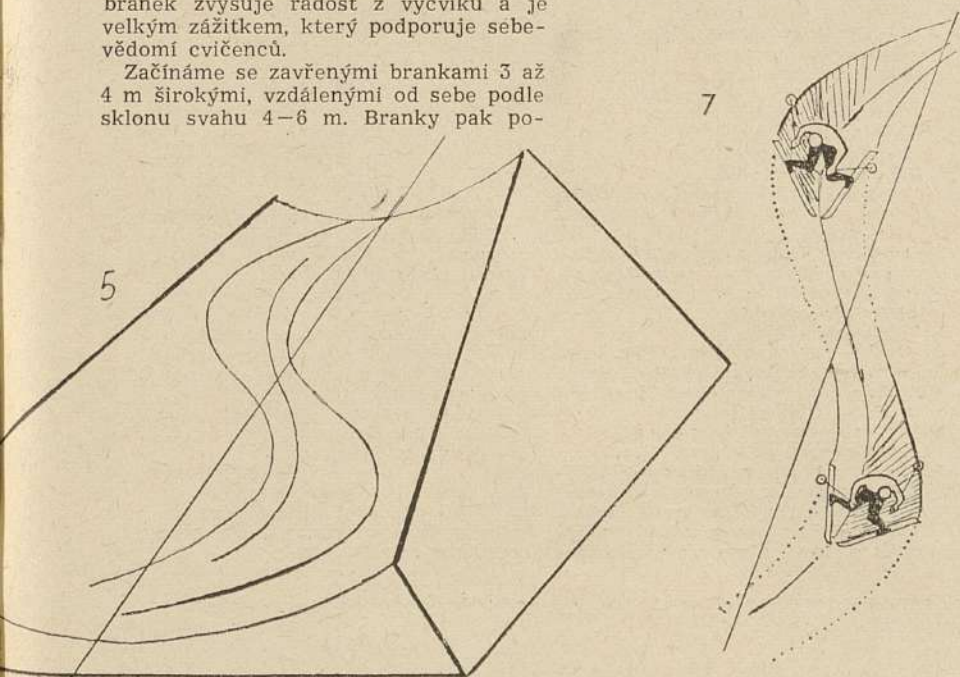
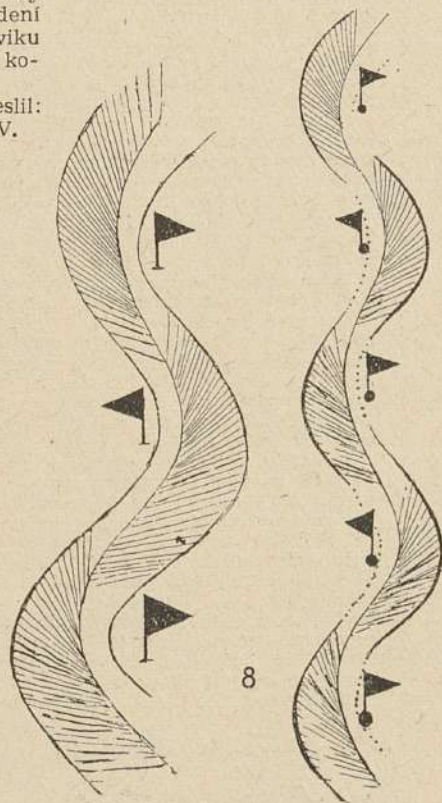
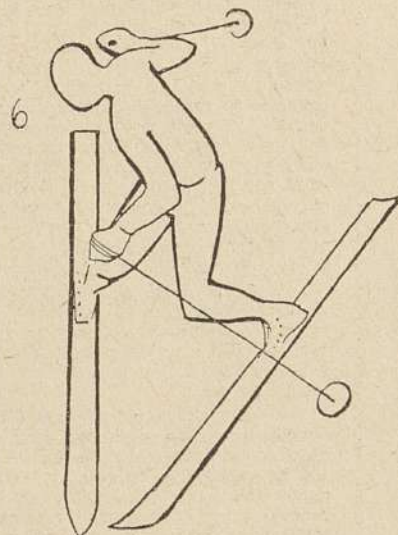


stupně (od zdola nahoru) k sobě přibližujeme a současně zužujeme (obr. č. 8). Tím nutíme cvičence k rychlejšímu přenášení váhy těla a k vydatné práci nohou. O dobrou úpravu cvičného terénu pečujeme při výstupu. Nejvhodnější počet branek je 5–8. Užíváme normálních slalomových tyčí, nejlépe pružných prutů. Nikdy nepoužíváme krátkých tyčí nebo větviček. Čím je rychlejší přenášení váhy těla, tím najedeme více krátkých oblouků na daném úseku a tím lépe procvičíme práci nohou. Pozor však, aby toto cvičení nebylo na úkor správného provedení.

V muldě cvičíme oblouky přejížděním z jednoho svahu na druhý a nevyhýbáme se při tom kombinaci s jízdou šikmo svahem, což nás velmi brzy přivede k přívratným obloukům.

V základním výcviku požadujeme od cvičence, aby dokázal zajet oblouk v pluhu v té nezákladnější formě na mírných svazích. V tomto stadiu výcviku neklademe ještě důraz na čistotu provedení, ale na to, aby cvičenec získal správný pohybový pocit. Na dokonalost provedení dbáme teprve v druhém stupni výcviku (diferencovaném), kde je již naším konečným cílem přívratný smyk.

Zpracoval: JIRÍ KOPAL, obrázky kreslil: EVŽEN TOLAR, členové UMK LS ČSTV.



Největší chybou ve vývoji našeho lyžařství bylo to, že jsme často přecházeli z jedné krajnosti do druhé. Dělo se tak proto, že jsme nekriticky přijímali cizí vzory bez ohledu na naše poměry a zkušenosti. Zatím je dobře z cizího přijmout jenom to, co je lepší než naše a co nám v naší práci pomůže, ale nic víc.

Domnívám se, že se tato stará chyba znovu opakovala, protože jsme bez zralé úvahy a veřejné diskuse »skočili« opět z francouzské lyžařské školy do rakouské. Říká se sice správně »pozdě bycha honit«, ale nehonil bych ho, kdyby byly mé připomínky již před rokem uveřejněny. Pokud vim, psali i jiní, ale i jejich hlasy byly tehdy utlumeny.

Převzali jsme tedy celkem »snadno a rychle« nejen rakouskou techniku, ale i metodiku. Důkazem toho je i nejnovější lyžařská publikace, napsaná členy UMK LS ČSTV a vydaná STN v Praze t. r. pod názvem »Technika lyžování«. Na první pohled dělá velmi dobré dojem, ale hned její začátek je bohužel hodně chybny.

Pokud se týká lyžařské techniky, je to celkem v pořádku, rakouská bezrotační technika je rozhodně přirozenější, správnější a účelnější než francouzská. Proto má i vysokou mezinárodní úroveň a je podložena (ovšem jen pro sjíždění) velkými odbornými znalostmi a zkušenostmi. Má svůj původ a domov na svazích a dolinách alpských velkánů, které poskytují pro všechny druhy sjezdů a sjezdových závodů nejvhodnější lyžařský terén.

Lyžování není ovšem jen sjíždění, zvlášť ne v našich terénních podmínkách. Proto bylo nutno sáhnout k rozjištění sjezdářské techniky a učební osnovu doplnit také technikou běhu a skoku na lyžích, což je zase v pořádku.

Trochu jinak je to ovšem s lyžařskou metodikou. Místo jednoduchých »metodických řad« pro mládež a dospělé, které již nevyhovovaly, objevila se složitá a nepůvodní, byť i »Československá učební osnova lyžařského výcviku nezávadního«. Má ovšem trochu dlouhý a honosný název, ačkoliv by jí slušel skromnější (s vyzněním prvního a posledního slova), který by úplně postačil.

Základ a struktura »Československé učební osnovy« je totiž a bohužel rakouská, protože je převzatá ze známého Kruckenhauserova »Schillehrplánu«, i když se o něm v příručce »Technika lyžování« říká, že není pro naše poměry použitelný. Tomu rozporu ovšem nerozumím. Některé změny nebo doplňky, jako například místo slova »Lehrziel« použitý »úkol«, přidaná diferenciacie a skoky na lyžích nemohou na této skutečnosti podstatně nic změnit.

Tak například základní lyžařský výcvik je úplně opsan (přeložen) až na 5. »Lehrziel« (přivratný smyk), který je přilepen jinam. Proto končí přivratným obloukem, takže je nedostačující. Mimo to prodáváme prastarou (přivratnou) metodickou řadu, které se používalo již před 30–40 roky. Domnívám se, že tato cesta není dnes už vhodná ani pro základní výcvik dospělých, natož mládeže.

Ani základní lyžařský výcvik se nemá provádět u všech začátečnicků stejně bez ohledu na jejich schopnosti a možnosti. Při volbě metodického postupu jsou totiž rozhodujícími činitelem pohybové schopnosti žactva, kterým se cvičitel musí umět přizpůsobit. Proto po smyku ke svahu pokračuje buď dál v jízdě na lyžích rovnoběžných (v technice snožné), anebo přivracených (v technice přivratné). V prvním případě tak bude jezdit většinou mládež, hlavně chlapci, v druhém převážně dospělí lyžaři a ženy.

## Kritické poznámky k technice a metodice lyžařského nezávadního výcviku

Tato věc se nerozřeší pouhou poznámkou v pokynech, že se při výcviku postupuje podle osnovy pouze u »pohybově nenadaných«. Je snad dělána pouze pro ně? Vždyť je jich mezi lyžaři nejméně!

Proto žádný přivrat k snožné jízdě jako »pomůcku« nepotřebujeme, je to už velmi stará metodika, dlouhá a zbytečná cesta, vedoucí »přes přivrat«. K snožné jízdě se totiž můžeme dostat jen s trochu pohybově nadanými lyžaři, zvlášť s mládeží přímo, vlastně v ní jen po smyku ke svahu pokračovat a ne podle rakouské metodiky ji přerušit a vrátit se k ní znovu až po návratu všech oblouků pomocí přivratu.

Jakákoliv »diferenciacie« po neúplném a nesprávném základním výcviku je zbytečná a neúčelná. Má své oprávnění pouze u pokročilých lyžařů, kteří již zvládnou obtížnější terén, nikoliv u začátečnicků, kteří ještě zápasí s udržení rovnováhy.

V podrobnostech jsou v »Československé osnově lyžařského výcviku nezávadního«, uveřejněné v příručce »Technika lyžování«, tyto chyby:

1. Základní chybou je používání nepřesného a nevzhitého názvosloví, které bylo narychlo »stvoroeno«. Vzhledem k mnohým změnám v posledních letech, je potřebná nová úprava lyžařského názvosloví, ale veřejná, nikoliv jen soukromá.

Tak například víme jen tolik, že zmizely všechny »švihy« a máme jen oblouky, zůstal předklon a »přepad«, ačkoliv je to nemožný výraz a v podstatě stejný význam obou slov. V malíčcích je zbytečně říkat »výstup nebo sjezd šikmo svahem«; stačí »výstup šikmo nebo šikmý sjezd«, protože jinak nežli svahem se vystupovat ani sjíždět nedá.

### 2. Základní výcvik.

- Místo úkolu »Pohyb v rovině a výstupy« bych napsal »Pohyb na rovině a do svahu«, ačkoliv ani to není dobře, protože se na rovině dá také běhat a běh není v základním výcviku uveden.
- Schází: základní postoj a držení holí, obrat přednožením na svahu (když je na rovině, tak je i tam), výstupy během (přímo i šikmo), které nejsou nikde uvedeny, odšlapování (změna směru jízdy odšlapováním) je až v diferenciaci.
- Místo úkolu »Jízda v obloucích pomocí přivratu« bych napsal stručně: »Pluh a oblouky pluhem«.

### 3. Diferencovaný výcvik.

- V opakování základního výcviku se objevily záhadné »skoky«, ale šikmý sjezd vypadl.
- Oblouk v pluhu a přivratný oblouk (oblouky pluhem) bych na bězkách nikdy neprováděl, protože nemají s běháním nic společného.
- Výcvik pokročilých.
  - V úkolu »Různé způsoby běhu«, které se vzápětí konkrétně uvádějí, se objevilo i bruslení, které patří k sjíždění a nikoliv k běhání.
  - V části »sjezdů« ad 2. se dlouhý oblouk snožným smykem objevuje 2krát.
- V pokynech pro využití osnovy lyžařského výcviku se připouští u pohybově nenadaných a mládeže »cesta snožné techniky«, ale v osnově základního výcviku se uvádí »Jízda v obloucích po-

mocí přivratu«. Podle »pokynů« se postupuje při výcviku podle osnovy pouze u »pohybově nenadaných« lyžařů. Jde zřejmě o nějakou chybu, protože žádná osnovy nemohou platit pouze pro »pohybově nenadané«, už proto ne, že takoví většinou nelyžují.

### Závěr

Vzhledem k uvedeným nedostatkům a chybám je zapotřebí celou »Československou osnovu lyžařského nezávadního výcviku« od základu a v dohodě se školskými pracovníky přepracovat, aby se zlepšila a současně se zamezilo tzv. »dvojko-learnosti«.

Domnívám se totiž, že za 70 roků trvání našeho lyžařství máme už dost vlastních zkušeností a odborných znalostí, potřebných k vypracování vlastní učební osnovy a metody, nezávislé na cizím vzoru. Je už pod naši národní důstojnost a úroveň napodobovat stále cizí, dokonce i v metodice lyžařského výcviku, k níž máme potřebné předpoklady. Vlastní lyžařskou školu nebo techniku mít ovšem nemůžeme, ale můžeme se postavit na vlastní nohy aspoň po stránce metodické.



Mnohaleté a bohaté zkušenosti v lyžování nás přímo nutí respektovat v první řadě pohybové schopnosti lyžařů a ne určitý předpis, protože jsou nezbytným základem jakéhokoli metodického postupu. Podle tohoto hlediska můžeme rozdělit nejen začátečnický, ale i všechny lyžaře do tří skupin:

1. pohybově nadaní, zpravidla velmi dobří lyžaři,
2. méně schopní (prostřední) lyžaři,
3. pohybově nenadaní (slabí) lyžaři.

Máme-li pracovat výhradně se začátečnickými, můžeme učit stejně dobře mládež i dospělé v první skupině snožnou jízdou (na lyžích rovnoběžných) a základní výcvik skončit snožným smykem. V druhé skupině pokračujeme po nepodařeném smyku ke svahu ve výcviku výhradně přivratným způsobem a základní výcvik skončíme přivratným smykem. Třetí skupinu, zpravidla nejmenší a nejslabší, učíme jen nejpotebnějším základům a končíme změnou směru jízdy odšlapováním nebo pluhovým obloukem.

### A nakonec:

Z lyžování nedělejme vědu ani módu, nedávno ještě francouzskou, nyní zase rakouskou a napřesrok třeba švýcarskou, podle toho, kdo vyhraje mistrovství světa ve sjezdových závodech.

Neberme všechno slepě z ciziny a postavme se aspoň v metodice lyžařského výcviku na vlastní nohy!

JOSEF KOUDELKA



**Poznámka redakce.** Otázka techniky a metodiky lyžařského výcviku je stále živá. Technika lyžování je neustále ve vývoji a lyžařští cvičitelé hledají nové a schůdnější cesty, jak dobře a rychle naučit lyžovat. Také u nás v ČR jsme nezůstali pozadu za světovým vývojem lyžařské techniky a pracovníci UMK LS vypracovali novou učební osnovu lyžařského nezávadního výcviku: Technika lyžování.

S velkým zájmem se diskutuje o nové technice a metodice mezi odborníky a jejich názory se často různí. Je třeba, abychom vysvětlili lyžařské veřejnosti zásady a poukázali na nejlepší způsob nácviku. Uvádíme diskusi na toto téma, abychom si sjednotili názory a tak pomohli co nejvíce lyžování v ČR.





## Umelá lyžiarská dráha vo Vysokých Tatrách

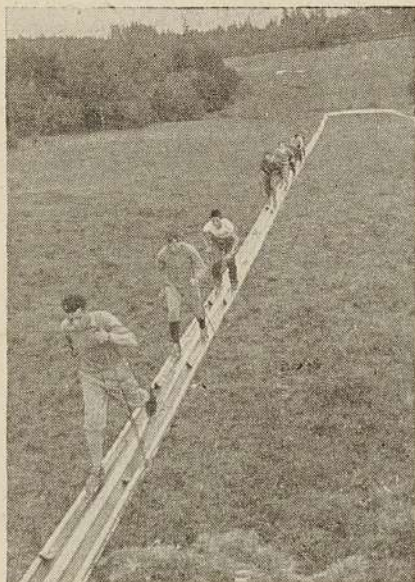
Neustále vzrastajúca výkonnosť v jazde na lyžiach, podmienená rýchlym zdokonaľovaním lyžiarskeho výstroja a hlavne zdokonaľovaním tréningových foriem a metód, núti nás hľadať neustále nové a nové tréningové možnosti, ktoré umožnia našim lyžiarom trénovať za tých istých alebo aspoň podobných podmienok, ako je tomu pri samotnom prevádzaní pretekového lyžovania na snehu. Snehové podmienky počas prípravného obdobia sú u nás minimálne a v mnohých prípadoch krajne nepriaznivé. Atletickou prípravou zameranou pre potreby zlepšenia tréningovosti bežca-lyžiara vypracuje sa lyžiar pri špeciálnom zameraní tohto tréningu na dobre pripraveného pretekára všeobecného charakteru. Chýba tu špeciálnosť prípravy. Pre nedostatok času na samotnom snehu, ktorý pokrýva naše hory len niekoľko dní pred hlavným obdobím (niekedy ani to nie), nemôže lyžiar-bežec použiť atletickú pripravenosť ako podklad pre ďalší tréning na snehu.

Toto nás núti k tomu, aby sme skvalitňovali tréning a špeciálne cvičenia

v tréningu volili tak, aby sa čo najviac podobali samotnému behu na lyžiach. Pracovníci Ústrednej trénerskej rady vyskúšali už niekoľko nahrážok pre jazdu na lyžiach bez snehu, ktoré sa len čiastočne uplatnili. Tak napr. sme u nás vyskúšali kolečkové lyže, zv. Skiroller, dovezené z NSR, a tiež sme boli informovaní o kolečkových korčuliach, užívaných najmä Kolčinom v SSSR. Fakt je ten, že pozornosť trénerov, ba aj pretekárov plne zaujali tieto pomôcky, ktoré majú nesporne tak ako skoky na umelej hmote veľkú budúcnosť pre ďalší rozvoj klasických disciplín.

Po viacerých pokusoch v ČSR, ktoré boli prevedené v posledných rokoch najmä v Liberci na umelej lisovanej

*Dráha sa stala stredobodom všetkých tatranských lyžiarov*



stope PVC, odpadovom materiáli sklárni, na ihličí a zvlášť upravenej tráve vo Vysokých Tatrách, schválila ÚTR LS v Prahe výrobu bežeckej stopy z novodurovej fólie. Z tohto materiálu postavili sme vo Vysokých Tatrách v Tatranskej Lomnici prvú umelú bežeckú dráhu na Slovensku.

### Investorom MsNV

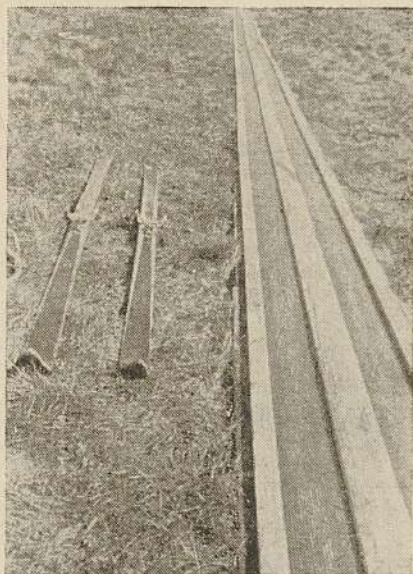
Po dôkladnom zdôvodnení potreby tohto zariadenia vyšiel nám v ústrety MsNV v Starom Smokovci a s veľkou ochotou poskytol nám všemožnú podporu. Aj pri tejto príležitosti treba vysoko vyzdvihnúť aktívnu pomoc ľudovej správy vo Vysokých Tatrách, ktorá napomáha všetkým podujatiam telesnej výchovy a takto plne oceňuje jej pôsobenie na výchovu nového človeka.

### Technické údaje dráhy

Dráha je postavená v dvoch rovnobežkách, uzavretých oblúkmi. Dĺžka celej dráhy je 350 metrov. Jedna rovinka je dlhá 160 m, oblúk dlhý 15 m, priemer oblúka 10 m. Podklad pre fóliu je drevený v šírke 43 cm. Novodurová fólia je pripevnená okrajovými, hladko hobľovanými lištami v šírke 4 cm. Stredná lišta, tiež hladko hobľovaná, meria 8 cm. Šírka jednej stopy je 11–13 cm. Dráha je postavená na trávinatej, mierne zvlnenej rovinke. Oblúky dráhy sú vyhotovené z palubových dosák a mierne klopené. Jazdí sa zásadne sprava doľava. Oblúky sú pokryté kokosovým kobercom, ktorý po namočení má priemerné sklzné vlastnosti.

JAN TEREZČÁK

*Detailný pohľad na úpravu bežeckej stopy*



## Prvé bežecké preteky na umelej hmote

Na umelej bežeckej dráhe v Tatranskej Lomnici uskutočnili sa dňa 12. októbra 1958 prvé lyžiarske bežecké preteky na umelej hmote. Na štarte štafiet mužov 3X1 km zišli sa 3 štafety. Prvé lyžiarske preteky za tak nezvyklých podmienok bez snehu, no predsa na lyžiach, vyhrala kombinovaná štafeta v zložení: Harvan, Rusko a Hlavský ml. časom 13:40 min. Na druhom mieste skončila štafeta v zložení: inž. Kuchel, Olekšák a Ganovský (Vysoké Tatry) časom 14:50 min.

# ROZHODČÍ SE CHYSTAJÍ NA NOVOU SEZÓNU

Nikdo jistě nepochybuje o tom, že práce rozhodčího je neobyčejně odpovědná. Vždyť je strážcem regulérnosti a spravedlnosti průběhu i výsledku všech lyžařských soutěží a závodů. Má-li tuto svou odpovědnou práci konat opravdu dobře, musí na ni být řádně připraven.

Není jediného závodníka, který by nastupoval k závodům bez jakéhokoliv tréninku, avšak je stále ještě mnoho rozhodčích, kteří nastupují k prvnímu závodům sezóny bez náležité přípravy, a tak riskují případné přehmaty a nesprávnosti, které mohou leckterého závodníka připravit o ovoce dlouhé přípravy. Jsou rozhodčí dobří a rozhodčí méně dobří, jsou takoví, kteří jsou rozhodní a umějí za svým rozhodnutím stát, a jsou zase jiní, kteří se rozhodnutí vyhýbají a snaží se vyhnout také odpovědnosti. Nikdo však z nich není takový genius, že by znal Pravidla lyžařských závodů nazpaměť. Zádný rozhodčí se nemusí stydět zopakovat si pravidla před sezónou a ještě při závodech před nastoupením funkce si zopakovat všechna ustanovení, vztahující se k jeho funkci. Je také mnoho rozhodčích, kteří mezi dvěma sezónami vyjdou tak trochu (anebo i dost) z počítání, které není nikterak snadné a jednoduché. Je proto vhodné před počátkem sezóny si zopakovat nejen zásady počítání, ale spočítat několik příkladů výpočtu výsledků ve všech družích soutěží a závodů. Nestačí jen prolisovat výpočtové tabulky, nýbrž je třeba se přesvědčit, že ovládám opravdu výpočet výsledků, že se nepletu tam, kde se při počítání střídá desetinný systém se systémem šestinným, že umím v tabulkách hledat, že vím, co je to interpolace, že znám převádění minut na vteřiny apod.

To vše by si měl svědomitý rozhodčí zopakovat před sezónou. Všichni rozhodčí nejsou ovšem stejně svědomití, a proto by nebylo vhodné ponechat na jejich odpovědnosti, že si vše sami zopakují. Každá komise rozhodčích by měla dbát o to, aby všichni rozhodčí v jejím oboru působnosti byli řádně připraveni pro sezónu. Měla by minimálně zorganizovat několik seminářů, na nichž by se s rozhodčími probraly všechny důležitější úseky práce rozhodčího. Bylo by také vhodné, kdyby byl po ruce nějaký písemný materiál, podávající praktické rady pro vykonávání činnosti rozhodčího, k němuž by se mohl rozhodčí uchýlit nejen před sezónou, ale s nímž by se mohl poradit i při práci na sněhu, kdykoliv by byl postaven před nějaký problém, k němuž se necítí dost kvalifikován nebo k jehož rozřešení by neměl dost zkušeností. Snad se časem najde nějaký kolektiv, který by takový materiál vypracoval.

Opravdu svědomitý rozhodčí by do nové sezóny neměl ovšem nastupovat jen s osvěženými vědomostmi, nýbrž by si je měl ještě rozšířit a prohloubit. I v tom by měly být komise rozhodčích nápomocny všem, kteří chtějí pracovat lépe a přesněji. První vlašťovkou v tomto směru je snad komise rozhodčích kraje Praha ÚNV, která ohlásila pořádání dvou speciálních kursů pro časoměřiče a pro počtáře. Oba kursy jsou přístupny i zájemcům z jiných krajů.

Konečně je třeba, aby si všichni rozhodčí na prahu nové sezóny uvědomili nové zdravé tendence v našem sportu. Je to především důraz na práci s mládeží, a pak prohloubení činnosti politicko-výchovné. Je třeba věnovat závodům mládeže nejméně tolik péče a přesnosti jako závodům a soutěžím dospělých. Je nutno mít na zřeteli, že právě úzkostlivé zachovávaní objektivity při rozhodování může být rozhodující pro získání talentovaného závodníka či závodnice, a opak že může znamenat ztrátu. Rozhodčí se musí v nadcházející sezóně

rozhodujícím způsobem podílet na organizování náborových závodů mládeže. Na poli politicko-výchovné práce nepůjde u rozhodčích o nějakou osvětovou práci ve vlastním politickém smyslu. Půjde však o to, aby každý rozhodčí byl příkladem pro závodníky, aby je vedl ke skromnosti a aby potíral nezdravé primadonství. Je známo, že v minulosti mnozí naši lyžařští reprezentanti za mnohem menší hmotní a morální podpory dosáhli v evropském i světovém měřítku poměrně větších úspěchů. Mnoho našich rozhodčích je pamětníky těchto úspěchů. Jde nyní o to vybudovat mezi našimi lyžaři takovou morální základ-

nu, která by umožnila nejen opakování zmíněných úspěchů, nýbrž i docílení úspěchů větších, úměrných větší péči a podpoře lyžování dnes. A zde musí být rozhodčí předními bojovníky za tyto vysoké cíle. Mohou ovšem jimi být jen tehdy, budou-li mít čisto před vlastním prahem.

Závěrem bych chtěla stručně shrnout, že na počátku nové sezóny musí každý rozhodčí nejen osvěžit své znalosti pravidel a počítání, nýbrž si musí uvědomit, že jeho práce není samoučelná, a že musí sloužit jedinému cíli — rozmachu našeho sportu. Proto musí být připraven nejen technicky, nýbrž i morálně. Pak zajisté práce rozhodčích nejlépe prospěje všem těm krásným cílům, jimž všichni rádi sloužíme.

MARIE KLINGEROVÁ,  
členka UKR

## Jmenování instruktorů lyžařských cvičitelů ze školení pořádaných UMK LS ÚV ČSTV v zimě 1957-1958

V zimě 1957-1958 bylo pro výcvik podle nové čs. učební osnovy nezávodního lyžování vyskoleno v ústředním školení pro instruktory lyžařských cvičitelů těchto 28 cvičitelů, které tímto jmenujeme instruktory lyžařských cvičitelů a považujeme je vykonáváním funkce:

Brdičko Antonín, MV ČSTV Praha — Brisečín Bohuslav, KV ČSTV Praha — Burda Josef, MV ČSTV Praha — Fér Zdeněk, KV ČSTV Praha — Havlík Miroslav, KV ČSTV Olomouc — Havlík František, KV ČSTV Plzeň — Hladil Robert, KV ČSTV Hradec Králové — Jilek Jaroslav, KV ČSTV Plzeň — Dr. Kárník Jaroslav, KV ČSTV Praha — Knap Karel, MV ČSTV Praha — Kořenek František, KV ČSTV Gottwaldov — Kovařík Vladimír, KV ČSTV Brno — Křivánek Jaromír, KV ČSTV Ústí nad Labem — Kříž Josef, MV ČSTV Praha — Inž. Kuhn Jaroslav, KV ČSTV Brno — Kudrna Zdeněk, MV ČSTV Praha — Inž. Kváč Miroslav, KV ČSTV Pardubice — Linka Jaromír, KV ČSTV Liberec — Lukeš Josef, KV ČSTV Liberec — Matějka Ladislav, KV ČSTV Plzeň — Inž. Pál František, KV ČSTV Brno — Pudil Karel, KV ČSTV Budějovice — Inž. Raclavský Jan, KV ČSTV Olomouc — Tolar Evžen, MV ČSTV Praha — Tušil Antonín, KV ČSTV Olomouc — Týmra Evžen, KV ČSTV Hradec Králové — Záborský Čestmír, KV ČSTV Praha — Žanta Jaroslav, KV ČSTV Liberec.

Všichni výše jmenovaní instruktoři lyžařských cvičitelů obdrželi prostřednictvím svých lyžařských sekcí KV ČSTV instruktorské legitimace.

Přezkoušení instruktorů předloží své instruktorské legitimace UMK LS ÚV ČSTV k potvrzení o přezkoušení.

V ústředních kursech byli přeškoleni a přezkoušení pro výcvik podle nové čs. učební osnovy nezávodního lyžování tito dříve jmenovaní instruktoři lyžařských cvičitelů:

Bohuslav Karel, KV ČSTV Ústí nad Labem — Houdek Ivo, MV ČSTV Praha — Riedlová Lidka, MV ČSTV Praha — Štengl Vladimír, MV ČSTV Praha — Hájek Jan,

MV ČSTV Praha — Eidelpes Karel, MV ČSTV Praha — Limpert Jan, MV ČSTV Praha — Novotný Jiří, KV ČSTV Praha — Nový Vjačeslav, KV ČSTV Liberec — Paseka Antonín, MV ČSTV Praha — Řiha František, MV ČSTV Praha — Sruček Otakar, KV ČSTV Pardubice — Škoda František, KV ČSTV Praha — Weigert Jaroslav, MV ČSTV Praha — Aubrecht Jiří, KV ČSTV Praha — Šedá Eva, MV ČSTV Praha — Řehoř Ladislav, MV ČSTV Praha — Šule Theodor, MV ČSTV Praha — Zapletal Luboš, KV ČSTV Olomouc — Inž. Havelka Jiří, MV ČSTV Praha.

Potřebný počet bodů pro funkci lyžařského cvičitele pro výcvik podle nové čs. učební osnovy nezávodního lyžování dosáhli tito dříve jmenovaní instruktoři lyžařských cvičitelů:

Čáp Jaroslav, MV ČSTV Praha — Farkač Josef, MV ČSTV Praha — Cop Jaroslav, KV ČSTV Pardubice — Černý Vladislav, KV ČSTV Plzeň — Faltys Tomáš, MV ČSTV Praha — Hoffmann Zdeněk, MV ČSTV Praha — Linka Pavel, KV ČSTV Liberec — Masák Rudolf, MV ČSTV Praha — Kredba Jaroslav, MV ČSTV Praha.

Všichni tito soudruzi zůstávají nadále instruktory lyžařských cvičitelů, nemohou však do té doby, než splní podmínky pro přezkoušení, vyučovat technice a metodice jízdy na lyžích v cvičitelských kursech. Totéž platí pro ostatní nepřezkoušené instruktory lyžařských cvičitelů.

Potřebný počet bodů, aby jim mohlo být ověřeno jejich přezkoušení jako cvičitelů, dosáhli tito cvičitelé:

Inž. Beránek Karel, KV ČSTV Pardubice — Dobiáš Milan, KV ČSTV Budějovice — Menšík Čeněk, KV ČSTV Ostrava — Pospíšil Karel, KV ČSTV Ostrava — Řehoř Eman, KV ČSTV Gottwaldov — Vlachová Mirka, KV ČSTV Brno — Weiss Miroslav, ROH.

Taktéž přezkoušení cvičitelů předloží své cvičitelské průkazy k potvrzení UMK LS KV ČSTV.

UMK LS ÚV ČSTV

## KONKURS

Sekretariát ústředního výboru Československého svazu tělesné výchovy vypisuje z pověření předsednictva ÚV ČSTV konkurs na místa členů stálého učitelského sboru Ústřední školy ČSTV.

Podmínky: vysokoškolské vzdělání; specializace v některém z následujících druhů sportu: sportovní gymnastika, plavání, ka-

noistika, nebo další sporty ze skupiny: zápas, vzpírání, judo nebo rohování.

Žádosti s uvedením činnosti v tělovýchovném hnutí s doklady, životopisem a pedagogikou a publicistickou prací a činností zašlete nejpozději do 30. listopadu 1958 sekretariátu ÚV ČSTV, Praha 3, Na poříčí 12.

Sekretariát ÚV ČSTV

# Výcvikové kursy na Dvorské boudě očima frekventanta

V lednu letošního roku jsem absolvoval jeden z lyžařských týdenních kursů, které pro širší veřejnost pořádá MV ČSTV Praha. Zajímal jsem se už po několik let marně o tento výcvik, ale nic podobného nebylo dříve pořádáno. Byl jsem proto více než zvědav na celkový průběh kursu.

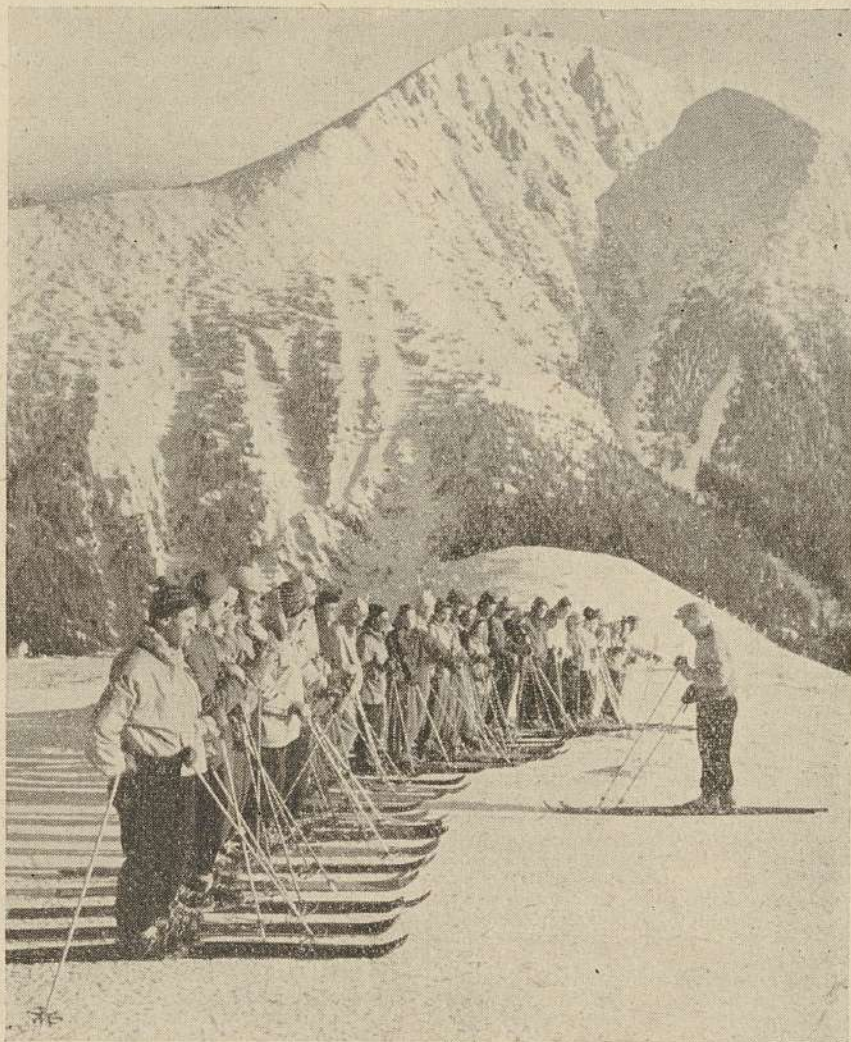
Týden strávený na horách pod dohledem cvičitelů mě zcela uspokojil jak po stránce stráveného času na lyžích, tak i pobytu v chatě. Vedení kursu bylo postaveno před nesnadný úkol metodicky i pedagogicky zvládnout množství asi šedesáti lidí a podat jim základy nové lyžařské techniky tak, aby pro některé nebyl postup příliš rychlý a druhé zbytečně nezdržoval. Vedoucím se podařilo tento úkol vyřešit rozdělením účastníků do družstev podle výsledku rozřadovacích jízd a také vhodným metodickým postupem během samotného výcviku. Ve všech družstvech byly probírány v podstatě stejné metodické prvky nové techniky ve stejném pořadí. Je jasné, že vyspělejší účastníci svým větším pohybovým nadáním dospěli o něco dále. Rovněž nutno ocenit, že cvičitelé se snažili dát ze sebe veškeré pedagogické umění, aby frekventanti jasně pochopili, co se od nich žádá. Víme totiž, že je dost vyspělých jezdců, kteří nedovedou, anebo nechťejí, základní prvky a jejich vzájemnou vazbu vysvětlit.

Pokládám za přirozené, že většina času byla věnována výcviku na louce, protože se jednalo o novou techniku, se kterou se většina účastníků musela seznámat. Jízda v terénu působila na účastníků osvěžujícím dojmem, protože si v praxi ověřili zda si jsou skutečně jisti v tom, co se doposud učili na upravené louce. Čas věnovaný výcviku, odborným přednáškám, stravování, a ostatnímu pobytu v chatě byl rozdělen uvážně. Nutno zdůraznit důležitost zajímavých přednášek o horách, jejich nebezpečí, výzbroji atd.

Dobré a účinné organizační uspořádání pokládám za jeden z největších kladů celé akce, ať už jde o přesné vstávání, další rozložení času na mazání lyží, snídani, nekompromisně přesný nástup frekventantů před chatu za každého počasí spojený s hlášením o stavu účastníků, které podávala »služba« toho kterého dne. Totéž se týká termínů jídel a večerky po volné zábavě.

Jak kurs den po dni probíhal, utvářely se kamarádské vztahy družstev ke svým vedoucím, kteří zůstávali po večeri se svým kolektivem nějaký čas u stolu v přátelské besedě, a tak přispívali k vytvoření družného ovzduší.

Kurs skončil, vrátili jsme se ke každodenní práci s určitým dojmem o týdnu, který jsme právě prožili. Někteří z nás jezdili do hor na soboty a neděle dále, jiní třebaš uvidí sníh pod svými lyžemi zase až za rok.



Na svazích Studničné hory naslouchají účastníci kursu výkladu o nové technice jízdy na lyžích

Naskytá se tu důležitá otázka: Co dále? Pokud vím, byla to prvá akce svého druhu, pořádaná MV ČSTV pro širší veřejnost, která se tímto způsobem chtěla naučit základem nové techniky. Domnívám se, že by MV ČSTV neměl nechat letošní frekventanty tak nějak se rozplynout. Měl by jim dát vědět, že s nimi počítá do dalších kursů, které se, jak doufám, určitě opět uskuetečně třebaš na pokročilejší bázi.

Mám konkrétně na mysli otázku fyzické přípravy, a to z důvodu, že pro některé účastníky byl kurs aspoň z počátku určitým překvapením pro jejich fyzickou zdatnost. Bylo by dobře, kdyby byly zřízeny alespoň jednou týdně kursy gymnastiky se stále stoupajícími nároky na tělesný výkon, ať už s ohledem na sílu a pružnost svalstva a kloubů nebo na dechovou kapacitu. Zmíněnou gymnastickou přípravu pokud možno doplnit plaváním a pořádáním terénních chůzí s kopce do kopce mimo cesty s určitou zátěží v batohu.

Věřím, že našemu lyžařskému vedení nejde jen o to vychovávat závodníky ani typické loučkaře, kteří jsou v te-

rénu prakticky bezradní. Jistě však také nechceme terénní lyžaře staroturistického typu, kteří jakýkoli svůj pokládají za zbytečnou parádu.

Naším cílem musí být vychovat univerzálního jezdce, který na základě znalosti svižů se dokáže vyrovnat s jakýmkoliv terénem. K tomuto cíli ho musíme vybavit potřebnou fyzickou odolností už před příjezdem do chaty tak, aby se aklimatizace stala záležitostí pouze přízpůsobení nadmořské výšce a nikoli fyzickým požadavkům. Musíme ho vybavit důkladnými znalostmi o horách jakožto o jednom z projevů přírody s jejich nástrahami a nebezpečím. V neposlední řadě pak musíme v něm vychovat psychický vztah k horám, k těm horám, ke kterým se vždy rádi vracíme a z nichž si odnášíme intenzivní prožitky něčeho, co se stává součástí naší bytosti.

Teprve potom nám budou hory tím, po čem moderní člověk více méně neuvědoměle prahne a ne pouze jenom svahem, který hoblujeme.

Dr. VÁCL JAN

## Další poznatky z kurzu rozhodčích FIS v Lahti

(Pokračování)

Můžeme očekávat, že bude-li výsledek kladný a metoda zavedena, bude to nevyhnutelně znamenat změnu techniky a oslabení správného mazání lyží. Provádění této metody vyžaduje ještě zcela určitě zpřesnění zjišťování času na kontrolním úseku nájezdu při skoku 80 m dlouhém znamená chyba v čase  $\pm 0,1$  vt, 16 bodů,  $\pm 0,05$  vt, 8 bodů a  $\pm 0,01$  vt, 1,6 bodu. Je pravděpodobné, že prozatím mohou vznikat při tomto hodnocení nepřesnosti na mechanismu i velikosti dalších vlivů (předmětů), např. skokan s úzkými nebo vlnitými kalhotami apod.

Zajímavý příspěvek přednesl na obhajobu svojí metody inž. dr. R. Straumann:

Před olympijskými hrami v Cortině jsme s konečnou platností osvětili podmínky letu vzduchem ve vzdušném kanálu v Emmenu na skutečných skokanech (Andreas Däscher). Ve třech sériích měření jsme proměnili všechny možné polohy těla, vedení paží a polohu lyží. (K doložení svých tvrzení předložil inž. Straumann podrobný protokol s fotografiemi a se všemi detaily měření.)

Tato měření potvrzují dřívější výsledky měření na modelu. Z výsledků je možno odvodit tato pravidla pro styl skoku a pro profil můstku:

### 1. Styl skoku:

Obrázek ukazuje pro rychlost  $V_0 = 23$  m/vt, na můstku Itálie vztah závislosti délky skoku na držení těla (prohnutí v kyčlích). Měření ve vzdušném kanálu ukazují souhlasně, že nejlepšího výsledky (největší délky) se dosáhne:

a) Horní část těla a lyže rovnoběžně v úhlu  $\alpha = 30^\circ$  ke směru letu F. Tento úhel se může pohybovat mezi  $25^\circ$  až  $35^\circ$  bez velkého vlivu na délku.

b) Prohnutí v kyčlích musí být c o n e j m e n š í. Z důvodů stability je žádoucí malé prohnutí. Nemělo by ale být větší než  $10^\circ$  až  $15^\circ$ . V Cortině se skákalo s  $20^\circ$  až

$30^\circ$ . Obrázek ukazuje velikost závislosti délky skoku L na prohnutí v kyčlích.

c) Z bodů a) a b) vyplývá, že nejpříznivější poloha je tato: Tělo položeno co nejnižší na lyžích tak, aby hlava ležela co nejbližší špičkám lyží s  $\beta = 10^\circ$ . V tomto směru se musí styl ještě dále vyvíjet. Někteří sovětská skokani, kteří se blíží již ideálnímu položení, skákali např. na rakouském turné pozoruhodně dále než ostatní.

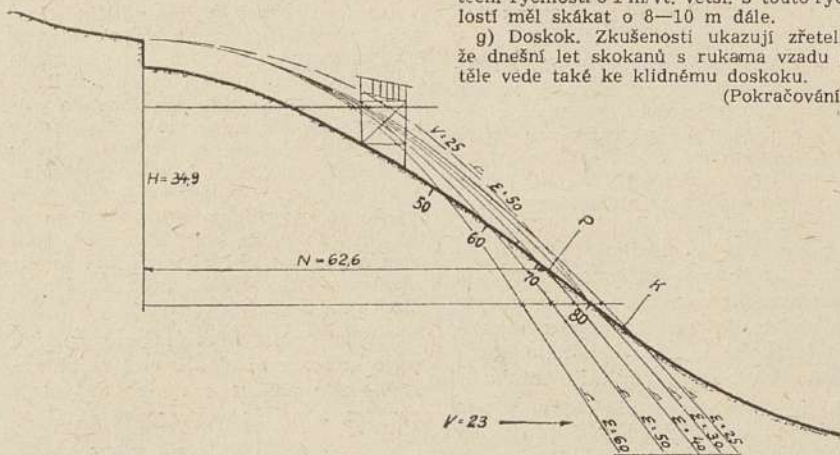
d) Paže mají být přiloženy vzadu k tělu. Zvyšují tak nosnou plochu horní části těla, která hlavně nese. Paže má být užíváno jako kormidla. Tato poloha paží dává nejstabilnější a absolutně klidný let, jak nám to demonstrují skokani Däscher, Glass a finští závodníci. Vedení paží před tělem je aerodynamicky dobré za předpokladu, že paže jsou přitisknuty těsně k hlavě a že se před hlavou pevně dotýkají. Toto držení paží je ale nestabilní a vede snadno k poruchám rovnováhy během letu a k těžkým pádům. Labilita vedení paží vpředu je nejlépe patrná u skoků Bolkartových. Zvětšení prohnutí v kyčlích o  $10^\circ$  znamená zkrácení skoku o 8–10 m.

e) Odraz. Pomocí vzdušného kanálu lze lehce zjistit, že nejlepší odraz je takový, když hned od hrany můstku zaujme horní část těla  $30^\circ$  k dráze letu. Toho se docílí nejlépe bez, nebo jen s malým odrazem do výšky a bez kroužení paží (Däscher a Glass) s přiložením rukou dozadu na horní část těla. Tak odnáší skokana vzduch přímo od hrany můstku a zmenšuje se ztráta rychlosti, čímž se prodlužuje hned v první fázi dráha letu. Odraz do výšky s kroužením paží vpřed vystavuje tělo maximálnímu odporu vzduchu, kroužící paže jsou značně brzdicím momentem. Rychlost se tím v první fázi silně brzdí, takže malý zisk výšky přináší daleko větší ztrátu zkrácením dráhy letu. Odraz do výšky není tedy účinný, naopak znamená zkrácení délky. Takový skokan, který má ještě přednosti na 50 až 60 m můstku, dostane se tímto stylem na větších můstcích s počáteční rychlostí nad 22 m/vt. značně zpět.

f) Let vzduchem je o to delší, čím dřívě zaujme skokan polohu těla a lyží  $30^\circ$  a oč přesněji podrží tuto polohu až těsně před doskokem. To znamená, že předklon vzhledem k vodorovné rovině musí se během letu zvětšovat úměrně ke sklonu doskoviště. Proto např. Däscher přes svoje poněkud větší prohnutí v kyčlích skáče tak daleko. Däscher by vzhledem k svému prohnutí ztratil na 80 m můstku 8–10 m délky, získává ji ale zpět svým klidným odrazem do předklonu bez kroužení paží, svým klidným letem a svým přizpůsobením polohy těla dráze letu až těsně před doskokem. Bolkart skáče při stejné rychlosti méně než Däscher tím, že se odráží do výšky, neklidně, labilně vede paže vpředu a z toho vyplývá rušení rovnováhy před doskokem. Petterson, který podle norského způsobu vede paže stranou, skákal méně, při počáteční rychlosti o 1 m/vt. větší. S touto rychlostí měl skákat o 8–10 m dále.

g) Doskok. Zkušenosti ukazují zřetelně, že dnešní let skokanů s rukama vzadu při těle vede také ke klidnému doskoku.

(Pokračování)



## Předsedovi Mezinárodního olympijského výboru panu Avery BRUNDAGE

Vážený pane předsedo,

pouze 15 měsíců nás dělí od okamžiku, kdy se ve Squaw Valley ve Spojených státech vztýčí vlajka s olympijskými kruhy a nejlepší sportovci z různých částí světa nastoupí k čestnému zápolení na VIII. zimních olympijských hrách. Již nyní se všude konají přípravy k této velké zimní sportovní manifestaci, která sblíží účastníky bez ohledu na jejich národnost a přesvědčení, utká nová pouta přátelství mezi nimi i jejich národy a přispěje tím ke světovému míru.

V této chvíli vyslovuje Československý olympijský výbor a předsednictvo ÚV ČSTV vážnou obavu nad hrozbou vznášející se nad Squaw Valley.

V posledních říjnových dnech byla světová veřejnost vzrušena zprávou z Los Angeles, že toto dvoumilionové kalifornské město bylo nebezpečně ohroženo abnormálním zvýšením radioaktivity, vyvolaným pokusy s jadernými zbraněmi v Nevadě, 400 km od Los Angeles. Starosta města Poulson zakročoval ve Washingtonu u komise pro atomovou energii USA a naléhal na zastavení jaderných zkoušek.

Squaw Valley je na samých hranicích Nevady, ještě blíže než Los Angeles k nevadské poušti. Nikdo nechce, aby blankyt pohody nad dějištěm VIII. zimních olympijských her byl zakryt radioaktivním mrakem, přinášejícím zkázu. Majíce bezprostředně před očima přízrak hrozící sportovcům ve Squaw Valley, znovu si uvědomujeme zlo, které pro lidstvo představují pokusy s jadernými zbraněmi vůbec.

Československý olympijský výbor a předsednictvo ÚV ČSTV se obrací na Mezinárodní olympijský výbor i na jeho předsedu p. Avery BRUNDAGE a vyslovuje přesvědčení, že se zasadí u vládních míst Spojených států severoamerických, aby byly zastaveny jak pokusy s jadernými zbraněmi v Nevadě, bezprostředně ohrožující VIII. zimní olympijské hry ve Squaw Valley, tak pokusy s prostředky masového ničení vůbec, neboť vedou jedině k válce, ke katastrofě lidstva a k zániku olympijských her moderní éry.

Prosíme, vážený pane předsedo, abyste přijal projev naší úcty.

Československý olympijský výbor  
Předsednictvo ÚV ČSTV

# Hory mají srdce v člověku

Příběh lyžaře - závodníka

(10. pokračování)

Martin se trochu zalekl.

Znovu se ohlédl. Franckova červená čepička jako by se do země propadla. To nedovedl pochopit. Franček přece není tak špatný jezdec a ani povahou by tak brzy nekapituloval. Stalo se mu něco?

I stalo, Martine! Jenže ty do lesa nevidíš. Zrovna při sjezdu na lesní cestě Franček zlámal lyži. Bylo to krátce po tom, co přešel Petra a už taktak, že si neukrajoval z Martinova úseku. Nešťastný Franček se dočkal za několik okamžiků dojevího jej Petra. Ten se dlouho nerozmyslel: Vezmi si, Frančku, mé lyže. Jsí stejně rychlejší a nebude škoda, když dojdu pěšky.

Franček ještě nešťasten vyjeveně kouká na Petra.

— Dělej! Ať netrácíš čas!

Franček poslechl.

Poděkoval očima a už zmizel v zatáčce.

Teď měl síly za dva. Za sebe i za Petra. Tak nějak si aspoň uvědomoval Petrův kamarádský čin. I za něho teď musí běžet!

Po několika metrech přizpůsobil Petrovy lyže svému kroku a doháněl, co ztratil. Věděl, že před ním je Martin.



Teď, právě teď to do něho vjelo. To není jen souboj Francka s Martinem, to je souboj mladého kamarádství se zkušenostmi starého závodníka, který někdy pro sebe nevidí ostatní.

Také Martin se pouští do boje a za každou cenu se snaží dostihnout jezdce před sebou. Neví, že ta síla a úpornost, kterou vkládá do boje, vyvěrají z jeho osamocení a ne z potřeby dát sama sebe a prospět.

Franček je vít.

Běží srdcem. Každý nerv v něm bojuje. Všechny ty nejlepší vlastnosti se v něm probouzejí a podstupují s ním zápas. Co na tom, že jeho styl není dosud vybroušený, co na tom, že Franček až zbytečně plyná silami.

Martin běží chladným rozumem, bez vzrušení srdce, kalkuluje, počítá. Vybírá pečlivě každou zatáčku, aby ušetřil síly i centimetry.

Ti dva před ním ho znepokojují. Ne a ne je dostihnout, a přece se mu zdá, že běží lehce, bez námahy. Teď má znovu možnost se ohlédnout. Franckova čepička je najednou blíže než předtím. Martin přidává a snaží se uniknout. S kopce odpichuje. Ví, že nadchází poslední tři kilometry — závěr celého závodu.

Srovnává vzdálenost mezi sebou a Frančkem a odhaduje ji i časově. Možná, že to není ani minuta rozdíl. Musí to být více než minuta, aby Martin zvítězil. Jindy už bylo o jeho vítězství dávno rozhodnuto. Zase ten strach a nervozita.

Martinova jízda ztrácí na plynulosti. Tohle se už Martinovi dlouho nestalo, aby při sjezdu upadl. Jistě ztratil několik drahocenných metrů. Nohy už nejsou tak bystré a Martin se nedovede včas rozhodnout.

Blíží se k prudkému břehu. Zastavuje se nad ním. Nemá odvahy spustit se. Co se to s tebou děje, Martine? Objíždí strmý břeh a opět ztrácí další metry. Martin vyjede z lesní mýtiny na pláň s pozvolným stoupáním. Jezdci před ním se o něco vzdálili. Ohlédne se a Franček je stále v neurčité vzdálenosti. Je to vzdálenost ne-

bezpečná a podezřelá, protože nakonec budou rozhodovat vteřiny. Martin neví, kolik má ještě Franček síly a neví, jak zvládne pozvolné stoupání před sjezdem a rovinkou, která končí již v cíli.

Martin se opře zbytkem vůle o neposlušně chající již tělo a snaží se dostihnout soupeře před sebou a ujet Frančkovi.

Zatím co většinu cesty dosud chránil les nebo kolmé stráně, nyní bojoval na nechráněné pláni s větrem. Po prvním náporu musel Martin vyrovnat dech a změnit rytmus, aby mu snáze čelil.

Na otevřeném pláni mohl snadno pozorovat soupeře před sebou i sledovat, co se děje za jeho zády. Martin věděl, že tohle už není taktika vítěze. Takhle se zachraňuje, co se ještě zachránit dá.

Když se ohlédl, spatřil opět Franckovu čepičku a při výjezdu z lesa ještě dalšího závodníka. Nezdálo se mu, že by se Franček přiblížil, ale ani ti dva před ním neměnili vzdálenost.

Napjal poslední síly.

Do cíle zbývaly necelé dva kilometry.

Po tomto mírně stoupajícím svahu už následuje pozvolný sjezd a pak rovinka, v níž je cíl.

Martin podstupuje poslední boj nejen se zbytkem trati, ale i s tělem, které už dávno vykojelo ze závodní dráhy, nad níž se vznáší jen jeho stín.

Co jiného než stín, který se zalekne i křehkého stvolu trávy neškodně vyčuhujícího ze sněhu, jako by měl přes něj klopýtnout.

Ale i takový Martin zůstává na trati. Má své závodní číslo a před sebou i za sebou soupeře. Ti dva před ním povolili. Má na tom zásluhu vítr nebo Martin? Aspoň taková malá radost, když je v Martinovi všechno tak bezútěšné.

Už se jim přiblížil na dobrých padesát metrů.

Co Franček? ohlédne se.

Franček je stále v nebezpečné a podezřelé vzdálenosti. Snad několik vteřin před Martinem, snad několik vteřin za ním. Byli vypuštěni těsně za sebou a do cíle zbývá možná necelý kilometr. Stačí toto pomyšlení, aby se Martin vypjal k poslednímu náporu.

Dělají se mu mžítka před očima. Stanul na kritickém bodu pozvolného svahu a před sebou má už mírný sjezd do roviny, v níž je cíl.

Cíl!

Martin se zastavil na vrcholku kopce jen očima, aby v nich zachytil vzdálenost mezi posledními vteřinami a znaveným tělem. Ale tělo běží dál, třeba více setrvačností než vůlí. V tom úsilí přemoci sám sebe je však více zoufalství než hrdinství. Najednou vystupuje před Martinovým očima výjev snu z dnešní noci. Martin se zapotácí, aby se hned vzbudil. To už mu pomáhá pud sebezáchovy.

Vždyt tento závod je bojem o život, o Martinův život, tak jak si jej Martin ve svých představách vytvořil.

V cíli jsou připraveni.

Měřiči času, zapisovatel, lékař, pořadatelé a všichni ostatní. Sledují Martinův boj. Ti, kteří ho znají, a kdo by tu Martina neznal, vidí, jak se Martin bije sám se sebou i teď, když už mu terén pomáhá a nabízí mu finiš.

Asi tři sta metrů před cílem předstihuje poslední dva závodníky. Teď už nikdo nepochybuje, že Martin zvítězí, i když je to vydřený závod. Tak to cítí trenér Richard.

Až teď! Nikdo ani nedýchá.

S kopce se odpichuje Franček. Všichni znají jeho červenou čepičku, ale nevědí, kdo to v něm letos dožrá. Oči všech měří vzdálenost mezi oběma závodníky. Martinovi zbývá do cíle asi





dvě stě metrů. Aby Martin vyhrál, musí dojet Franček nejméně o jedenašedesát vteřin později. Všichni vědí, že rozdíl v jejich startu je právě minuta.

Červená čepička, která se dosud z dálky podobala nepatrné jiskře, se najednou rozdmýchala v plamen, který spaluje vzdálenost mezi Frančkem a Martinem.

Teď, právě teď projel Martin cílem a padá do rukou Richarda a Jiřího, kteří jej, zabaleného do houně, odevzdávají pořadatelům. Potlesk, který se zvedl a patřil Martinovi, sílí a je připraven pro Francka, bijícího se s posledními vteřinami.

Mnozí z diváků a pořadatelů měří na hodinkách rozdíl mezi Frančkem a Martinem. Ani posledních několik metrů neurčuje ještě vítěze. Konečně! Franček projíždí cílem...

— Kde je Martin? ptá se, musím mu gratulovat. Táhl mě, jistě budu mezi prvními. On, on si zaslouží vítězství, prudce oddechuje Franček.

Kdosi položil Frančkovi ruku na rameno a políbil ho na zpocenou tvář.

— Zvítězil jsi nad Martinem, Francku! O celé dvě vteřiny. Blahopřeji ti, tiskne Richard Franckovu ruku, na jejímž zápěstí visí ještě hůl.

Franček se zarazí.

— Ne, to není možné. Martina musí přemoci někdo jiný než já, chvěje se na celém těle.

— Teď pojď! vede ho Richard do klubovny. Tomu ty ještě nerozumíš.

— Ale já bych tohle nemohl nikdy Martinovi udělat, dal se najednou Franček do pláče.

Byl to pláč, v němž se ozvalo ještě Franckovo dětské srdce, nad nímž najednou vyrostl muž.

## 9.

Martin jde nahoru.

Lyže nechal u Medvěda. Kdyby jen lyže; všechno tam nechal. Všechno, jako to tam nechávali ostatní. Léta, mladost, i to, čemu se snad říká sláva.

Teď vrávorá po lesní cestě. Nestojí o lyže, které by ho nesly rychleji. K čemu ten sníh, který mu výsměšně vrže pod nohama, k čemu prudké srážy, nebezpečí zatáček, oddech při pozvolném sjezdu.

Martin je najednou sám.

Jeho rty se už nerozžhaví prudkým dechem. Jeho svaly se podobají stvolům uschlé trávy, které trčí z letošního sněhu. Jako by někdo z jeho těla vystěhoval chuť, odváhu a radost. Aspoň tu Martinovu radost.

Teď se vleče zesláblý jako stín ptáka na sněhu, nemaje se čeho zachytit. Jde po cestách, kde mu nikdo nevyjde vstříc, na nichž teď nikoho ani náhodou nepotká.

Vystoupil na svah, kudy vede lyžařská dráha, která protíná jeho cestu k domovu. Těch necelých šest sedm kroků její šířky bylo právě tolik bolestných sňehnutí, které projely Martinovým tělem. Zrychlil krok, aby těmto místům co nejrychleji unikl.

Dochází až tam, odkud je vidět přes koruny stromů do zasněžené krajiny zvedající se do ztemnělého moře výšek. Martin se zastaví a soustředěně se dívá, jako by chtěl proniknout duši hor. Poprvé se s nimi dnes dostává do hádky; pře se s nimi a obviňuje je, že ho opustily. Svolává nejprudší bouři na jejich hlavu.

Ale hory jsou klidné a mlčenlivé.

A právě ten jejich klid, to jejich ticho přivádí Martina z míry. Aspoň se na mě sesujtě, pohrběte mě, když já vás nenávidím!

Ale ani jehličí nepadne, ani hruška sněhu se neskutálí po svahu, aby přerušila ono ticho, které je zároveň jejich odpovědí.

Martin klopýtá po strmé cestě, a ani se mu domů nechce. Stydí se i před zvřátý. I ti na něm poznají, co se dnes přihodilo.

Sero zatím houstne v tmě a Martin jde víc po paměti než očima. Teď ve tmě se mu jde lépe. Ani smrký, ani jedle ho nevidí skleslého a vyčerpaného. Najednou ho přepadá hluboká únava a nesmírná bezútešnost.

Došel domů a cítil, jak jím lomcuje horečka, jak se oči zastřely mihou. Také tělo je bez vůle. Vešel do světnice, ale neměl už síly zatopit. Jako z dálky cítil u nohou teplo Borkova těla, které mu připomnělo, že je v chlévě i kůň.

Teď už pracovalo jen jeho podvědomí. Ze sena cítil vůni a tupý dotyk uschlé trávy, když veden zbytkem paměti kladl plnou náruč za žebřík. To byla cesta jeho denního zvyku, která ještě teď vystupovala zřetelně z nevyslovné únavy a skleslosti duše i těla, obestřené horečkou.

Kdyby tady byl aspoň Richard nebo někdo zdola. K těm bylo teď mnohem dál než obvykle. Znavené Martinovo tělo zachytila jen tvrdá postel. Snad to byla mdloba nebo hluboký spánek.

Když se Martin probudil, bylo v jizbě světlo jako za poledne. S námahou se podíval na hodinky, které mu zůstaly od včerejšího odpoledne ještě na ruce. Bylo několik minut po jedenácté. Pokusil se vstát, ale tělo ho neposlouchalo. Cítil, jak jím lomcuje horečka a na odkrytých ramenou ho mrázilo. Přikryl se až po uši.

Martinovo probuzení vzbudilo Borkovu pozornost. Pes se opřel předníma nohama o pelest a snažil se na sebe upozornit. Začal kňučet a Martina upamatoval na včerejšek a na všechno, co se přihodilo. Martin mu nastavil ruku, do níž Borek položil teplý čumák. Cítil aspoň tak blízkost něhého živého a nebyl už tak osamělý. Začal vnímat čas a všechno kolem sebe v souvislosti s předcházejícím dnem.

Znovu se pokusil vstát, ale slabost a pronikavá bolest v údech ho zvrátila znovu na lůžko.

Tak kdyby se mohl napít.

Na jídlo neměl ani pomyšlení. Ani kůň, ani Borek neměli od včerejška nic v žaludku. Ale každé pravidelné setkání těchto tří znamenalo mnohem víc než ukojení hladu. Měli jistotu jeden o druhém, pocit klidu a bezpečí.

I myšlenky bolely.

Byly těžké. Sotva je unesl. Za chvíli usnul. Nevěděl ani, jak dlouho spal, když ho probudilo silné zaklepání na dveře.

Měl sucho v krku, aby mohl pozvat hosta dovnitř, a ani ještě nevěděl, zda to klepání bylo ve snu nebo zda je zaslechl v bdění. Dříve, než si všechno uvědomil, dveře se otevřely a v nich stál Jiří s Richardem.

— Co je s tebou? Barák dokořán a ty v posteli, přistoupil Richard k Martinovu lůžku a za ním s pozorným pohledem Jiří, který místo podání ruky uchopil hned Martinovo zápěstí.

— To jsem si mohl myslet! Richarde, hned zatop! A ty si pamatuj, takhle se ze závodů neutlíká. Všichni počkali na doktora, když už ne na ty ostatní, jenom ty ne, strčil Martinovi pod paži teploměr.

— Čaj je na poličce, snaží se Martin odvést pozornost jinam a pomáhá Richardovi aspoň očima.

V kamech zapraskalo a jizbou se za chvíli rozlilo teplo.

— Převlékneš se. Pěkně ses zapotil, pomáhá Jiří Martinovi košili přes hlavu. To ti povídám, ani se z postele nehneš. Hofman ti tu zatím vypomůže a já se taky o tebe postarám. Lehké nachlazení, ale víc nervy.

— Nervy... opakuje Richard o Jiřím. Ty tvoje nervy pomohly Frančkovi, ale vítězství si zasloužil, protože opravdu jel. Ty jsi jel jako po kamení a ne po sněhu, přelévá Richard vařící se vodu přes sítko s čajem. Teď o tom nebudeme mluvit ani na to nemyslí, raději koukej, ať se z tohohle vykřešeš, nese mu hrnek čaje k posteli.

(Pokračování.)



# KRAJE HLÁSÍ

## LYŽAŘI HRADECKA ZASEDALI

V sobotu dne 11. října sešlo se ke svému pravidelnému zasedání plénum lyžařské sekce Hradeckého kraje. Zasedání přijalo usnesení, podle kterého se další činnost zaměří na několik hlavních úkolů. Všechna pomoc se věnuje činnosti lyžařských oddílů a řízení práce okresních lyžařských sekcí. Zlepšená bude práce propagačně výchovná. Konstatováno bylo, že úsek výchovný je potřebný nejen pro závodníky, ale i pro funkcionáře a činovníky. Dohodnuto bylo provedení krajských přeborů a stanovena byla místa. Z referátů byl nejzajímavější a nejlépe zpracovaný referát trenérské rady a plénum rozhodlo její činnost jako nejlepší. Dosažené výsledky (19 přebornických titulů ČSR) jsou toho dokladem. Během jednání byly provedeny volby předsednictva na další dvouleté období. Do čela sekce byl zvolen soudruh J. Hloušek ze Spartaku Hradec, úsek propagačně výchovný převzal soudruh Jar. Vojtěch ze Sokola Janské Lázně a komisi sportovně-technickou povede D. Dufek z Dynama Poříčí. Je předpoklad, že sekce se stane opravdu jednou z nejlepších a bude tak pokračovat v tradici Hradeckého kraje. Ústřední lyžařskou sekcí zastupoval soudruh Vl. Pacl. JAROSLAV VOJTĚCH

## BRNĚŇSTÍ LYŽAŘI SNĚMOVALI

Nové úkoly, postavené před naší sjednocenou tělovýchovnou, jsou náročné i pro lyžaře a je nutno včas se s nimi seznámit i připravit jejich splnění.

Krajská lyžařská sekce v Brně ve snaze o zajištění aktivní práce ve všech okresních lyžařských sekcích, uspořádala dne 20. a 21. září 1958 v krajském tělovýchovném středisku 2. seminář sekcí, na jehož programu byly projednány všechny závažné otázky lyžování v celostátním, ale hlavně krajském měřítku. Zástupci okresních lyžařských sekcí ve svých příspěvcích přednesli jak své potíže, tak dobré výsledky práce za uplynulou sezónu, hlavně na úseku výchovy mládeže. Stojí za zmínku, že právě s mládeží se pracuje na venkovských okresech velmi dobře — ať již ve Vyškově, Blansku, Tišnově, Svitavách, Velké Bíteši a Rovečném. Náborových závodů se zúčastnilo na 998 chlapců a děvčát, kteří byli celkem asi 2500krát na startu. A je teď na pracovnících v lyžařských oddílech, aby pro tuto nadšenou mládež připravili podmínky pro jejich příjetí mezi organizované lyžaře a trvale je vedli cestou povětivých sportovců.

Vyčerpávajícím způsobem probraná látka, vedoucími pracovníky krajské sekce, doplněná obsáhlou diskusí dlouholetých pracovníků v brněnské lyžařině, jako soudruhů K. Žúrka, J. Skorkovského, J. Kuhna a dalších brněnských lyžařů spolu se soudruhy Slámou z Vyškova, Kolouchem ze Svitav, Tučkem z Velké Bíteše a dalšími, dala podnět k vypracování usnesení pro práci s mládeží:

1. Krajská a okresní sekce spolu s oddíly připraví podle sněhových podmínek co nejvíce běžecích náborových závodů pro mládež a zajistí uspořádání přebornických soutěží:

2. Pracovníci venkovských okresů a oddílů zintenzívní propagačně výchovnou práci s mládeží — (přednáškami našich reprezentantů, besedami, filmem, účastí na masových akcích atd.).

3. Všechny oddíly zahájí již v letošní sezóně přípravu pro cvičence z řad mládeže pro účast na II. celostátní spartakiádě — na zimní i letní části.

4. Lyžařské oddíly za pomoci okresních sekcí získají nejméně 5 % mládeže a dorostu pro pravidelnou, organizovanou činnost v lyžařských oddílech a prohloubí práci se školami, ČSM a Pionýrskou organizací.

5. Mimobrněnské okresní lyžařské sekce se zaměří na získání nových cvičitelů a rozhodčích hlavně v řadách učitelů tělovýchovy a starších zkušených lyžařů a zavazují se, že do dvou let všichni pracovníci okresních sekcí se zúčastní kursu rozhodčích III. třídy.

Další a další závazná usnesení, vystihující celou práci v naší lyžařině, vyšla z této radostné práce 2. semináře sekcí, jehož přípravu, náplň, řízení a organizační zajištění hodnotili všichni účastníci kladně.

Je teď na všech dobrovolných pracovnících v lyžařském sportu v kraji, aby svá rozhodnutí uskutečnili a všechny okresní a krajské sekce našly správnou formu podpory i kontroly této práce pro rozšíření lyžování hlavně mezi naši mládež. V této naší práci očekáváme podporu a kladný ohlas hlavně ve středních školách jak brněnských, tak v celém kraji a doufáme, že učitelé najdou cestu do lyžařských oddílů a sekcí a zúčastní se spolupráce na organizovaném provádění lyžování tak, jak učinili již před lety vysokoškolaři.

Inž. ANTONÍN KUČERA

## ČERNÁ HORA SJEZDAŘŮM

Černá hora bývala těsně před válkou a ještě tři roky po ní jedním z nevyhledávanějších sjezdářských středisek. S rychlým rozvojem sjezdování během posledních desátí let se stala svým terémem málo vyhovující. Uživat se mohlo pouze průseku pod lanovou drahou, který pro svou jednovátnost a hlavně pro nutnost jízdy celé trasy šikmo svahem, nestačil požadavkům moderního sjezdu. Na tvrdém a zmrzlém sněhu se stávala trať, zejména v úzkých průjezdech kolem podpěr lanovky, velmi nebezpečnou. A tak se na Černou horu pomalu, ale jistě, zapomínalo.

Nezapomínali však členové lyžařského oddílu Sokola v Janských Lázních. Dobře znají přednosti a terénní možnosti Černé hory. Výborné sněhové podmínky, dostatečná délka trati, přiměřený výškový rozdíl, komunikačně lehce dosažitelné Janské Lázně a lanovka, to jsou výhody, které se tak hned na jednom místě, bez investic a nového budování nenajdou. Je proto nepochopitelné, že při vyhledávání nových terénních možností se na Černou horu zapomnělo. Až letos, zásluhou několika nadšenců v lyžařském oddílu v Janských Lázních, dochází k radikální změně v trase sjezdovky. Nová trať se v plných dvou třetinách délky vyhýbá průseku pod lanovkou. Prokácen byl nový dojezd, takže cíl je na bezpečné, divákům snadno přístupné louce, téměř ve středu města. Závodník bude projíždět pouze okolo jediné podpěry, kde je však dostatek prostoru a naprostá bezpečnost. Zřízeno bylo stále telefonické spojení mezi startem a cílem. Sjezdovka bude ještě do zahájení provozu stabilně vyznačena a její plány budou umístěny nejen na lanovce, ale ve všech hotelích v Janských Lázních. Sjíždění pod lanovkou bude v některých úsecích zakázáno. Nyní nezbyvá, než čekat na pěkný sníh a závodníkům slibujeme, že v tomto roce bude o jeden sjezdový závod více. Několik technických údajů:

Start . . . . .	1.230 m n. m.
Cíl . . . . .	650 m n. m.
Rozdíl výškový . . . . .	580 m
Délka cca . . . . .	2.850 m
Průměrný sklon . . . . .	20,4°

JAROSLAV VOJTĚCH

## Zimní olympijské hry ve Squaw Valley

Od 18. do 28. února 1960 se uskutečnily olympijské hry ve Squaw Valley. Squaw Valley leží v pohoří Sierra Nevada, táhnoucím se od severozápadu k jihovýchodu na území státu USA California podél jeho hranice s Nevadou. Nejvyšší vrchol Mount Whitney (4419 m) je v jižní části pohoří, kdežto Squaw Valley je v severní, 232 km na severovýchod od San Francisca a 65 km od Rena, města v Nevadě na pacifické dráze ze Salt Lake City přes Sacramento do San Francisca. Výška Squaw Valley — 1889 metrů. Údolí má formu amfiteátru, 3 km dlouhé a 800 m široké. Vrchol Squaw Peak nad tímto údolím dosahuje 2707 m.

Výška napadaného sněhu do roka — 11,43 metru. V lednu přibližně 2,25 m, v únoru 2,05 m, v březnu 2,62 m. Průměrná teplota od ledna do března je asi -3,8, -3,6 a -1,1. Vzhledem k tomu, že může najednou napadnout velmi mnoho sněhu, bude používáno zvláštních pluhů a válců udusávajících lyžařské tratě (»Sno-Cat«).

Stadión pojme 11.000 diváků. Bude v něm zahájení, většina utkání v hokeji a krasobruslení. 500 míst je rezervováno tisku, rozhlasu a televizi. Bude též zařízení kluziště s umělým ledem pro rychlobruslení s dráhou 400 m. Kromě toho jsou v jeho blízkosti vybudována tři kluzišť pro trénink. Tři lyžařské můstky dovolí skoky 45, 60 a 80 m. Profily narysoval H. Klopfer (NSR), člen komise FIS.

## Filmové, divadelní a televizní hvězdy ve Squaw Valley

Předseda olympijské vesnice zimních olympijských her 1960 ve Squaw Valley, William Car, prohlásil, že o zábavu účastníků her budou v rekreační hale vesnice dbát filmové, divadelní a televizní hvězdy.

Car dále uvedl, že hala je vybudována tak, že všech 1200 očekávaných závodníků a činovníků může zde trávit příjemné hodiny odpočinku. Car říká rovněž, že ve vesnici bude také finská sauna, budova určená výhradně pro vozy lyžařů a bruslařů a další zařízení: poštovní úřad, mezinárodní banka, holčí, krejčí, obuvnický obchod, lékárna a další.

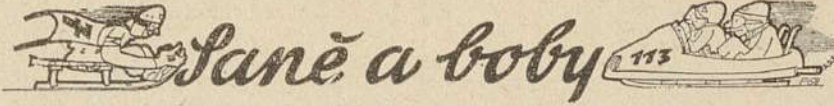
## Toni Sailer — amatér?

Trojnásobný olympijský vítěz a sedmínásobný mistr světa Toni Sailer: »Mám čisté svědomí«. V poslední době strhl se opět povyk po uveřejnění fotografie Toni Sailer v jednom italském módním časopisu inzerujícím tovární výrobek »Sailerův textil«. »Nevím nic o tomto inzerátu. Promluví se svým advokátem a požádám o zastavení inzerátu«. Sailer se tím dostal opět do rozporu s olympijskými řády.

Olympijské řády, nově definované ve Švýcarsku na zasedání Mezinárodního olympijského výboru, jasně dovolují vyloučení z účasti na olympijských hrách každého sportovce, který dovolí uveřejnění své fotografie ke komerčním účelům.

Sailer byl již jednou v těžké situaci s FIS pro své filmování, avšak tato záležitost byla »nechána spát«, neboť Sailer projevilo pro tuto práci značný talent. Toni Sailer nyní namítá, že obdržel společenství u jedné italské textilní firmy. Nabídl mu je syn majitele firmy, rovněž vášnivý lyžař. »Nikdo na mém místě by takovou příležitost nepohřbil.«

K tomu pak říká v rozhovoru se spolupracovníkem »Tribune de Lausanne« předseda Mezinárodní lyžařské federace Marc Hodler: »Toni Sailer se neprovinil proti amatérským řádům FIS svého času bezvýhradně určila, že výrobci, kteří dělají reklamu svému výrobku, neztrácejí amatérskou příslušnost v lyžařském sportu.« Olympijské řády toto prozatím nedovolují.



## Sánkařské a bobové oddíly nacvičují na II. CS

(Zpráva z podzimního plenárního zasedání ústřední sekce saní a bobů při ÚV ČSTV ze dne 19. října 1958.)

V neděli dne 19. října sněmovali v Praze pracovníci sánkařství a bobového sportu z celé republiky. Zasedání se zabývalo úkoly dalšího zmasovení sánkařství, zvláště mezi mládeží, a zvýšením úrovně bobového sportu u nás. Celé jednání vycházelo z usnesení XI. sjezdu KSČ, týkajících se tělesné výchovy a sportu, a z referátu předsedy ÚV ČSTV s. Vodsloně na V. plenárním zasedání ústředního výboru ČSTV. Značnou pozornost věnovali sánkaři a bobisté VI. plenárnímu zasedání ÚV ČSTV, zvláště pokud se týkala zahájení nácviku na II. CS a přípravy listopadových a prosincových výročních schůzí sánkařských a bobových oddílů v jednotách.

V čele nácviku na II. CS je pražský oddíl Slávia Vysoké školy, kde cvičí 2krát týdně průměrně 30—35 cvičenců. Oddíl Slávia Praha vyzval všechny sánkařské a bobové oddíly k soutěži v nácviku a vystoupení na II. CS. Výzvu přijal na zasedání oddíl Spartaku Smržovka z Libereckého kraje a ostatní oddíly saní a bobů se k výzvě připojí po jejím projednání.

Hlavním úkolem zmasovení sánkařství bude podchycení deseti-tisíců chlapců a dívek, kteří sánkují doposud neorganizovaně, aby-  
chom snížili zvyšující se úrazovost mládeže při neorganizovaném sánkování a získali do sánkařských a bobových oddílů mladou krev. Za tím účelem byl navázán styk se ZIV, turistickými oddíly, Pionýrskou organizací a výběrovými školami, kde budou krajští pracovníci organizovat v letošním hlavním období besedy o sánkařství a pomáhat při organizaci propagačních a náborových závodů. Bude zlepšen osobní styk všech funkcionářů a pracovníků od ústřední sekce počínaje přes krajské sekce a komise, až do oddílů.

Mistrovství ČSR mužů a žen v jízdě na saních a dorostenecký přebor v jízdě na saních se bude konat za účasti 160 závodníků a závodnic na nově rekonstruované sánkařské dráze na Ještědu u Liberce. Ústřední sekce saní a bobů ve svém plánu činnosti na rok 1959, který byl na plenárním zasedání schválen, si vytýčila úkol založit nové sánkařské oddíly v těchto krajích:

- kraj Hradec Králové — pod patronátem kraje Liberec,
- kraj Plzeň — pod patronátem kraje Karlovy Vary,
- kraj Jihlava — pod patronátem kraje Brno
- a kraj Gottwaldov — pod patronátem krajské sekce saní a bobů Ostrava.

Liberečtí bobisté připravují k 10. lednu 1959 otevření nové bobové dráhy v Liberci v Lidových sadech, což prospěje růstu výkonnosti bobových závodníků a zároveň libereckým školám a mládeži bude umožněno organizované provádění sánkařství v hodinách TV i ve volném čase.

Plenárního zasedání ústřední sekce se zúčastnil člen představenstva ÚV ČSTV soudruh Jar. Vlk, který hodnotil zasedání jako přísně pracovní, řešící některé obtížné problémy našich sportů, s cílem přispět k dalšímu rozvoji sánkařství i zvýšení technické úrovně bobového sportu. V souduhu Vlkovi získali sánkaři a bobisté upřímného přítele a pomocníka, který pomáhá ústřední sekci radou i skutky. Za jeho zájem o naše sporty mu tímto vyjadřujeme srdečný dík.

### Až se zima zeptá...

Dnes je již celkem dobrým zvykem našich sánkařů a bobistů, že využívají zvláště v době jejich bývalého letního spánku všech možností k zlepšení fyzické kondice pro závodní období. Můžeme s uspokojením říci, že se sezónnosti a samoúčelnosti těchto sportů bylo prakticky již skoncováno. V jarních, letních a podzimních měsících pěstují závodníci i ostatní členové našich oddílů doplnkově různé sporty, zúčastňují se například také i letních branných závodů apod. Pokud pak nepříznivé počasí nedovoluje být již na hřištích a u vody, oživují zase telocvičny, kde se pilně cvičí s jediným úmyslem, mít co nejlepší formu v zimě. Celoroční činnost sánkařských a bobových oddílů se stala tedy pravidlem.

Nestačí omezit se pouze na potěšitelné zjištění, že v našich oddílech se věnuje patřičná pozornost fyzické přípravě. Musíme si totiž uvědomit, že naši sportovci věnují i v době aktivního odpočinku značnou část volného času nejen k přípravě svého «mádobíčkar» — opravují a zhotovují nové typy saní a bobů (a takový bob od ná-  
kresu myšlenky až po hotou realitu vyžaduje nějakých stovek pracovních hodin), ale také opravám a údržbě sánkařských a bobových drah. Sánkaři a bobisté tedy opravdu v létě nemohou zahálet, jestliže chtějí v zimě pěstovat svůj nejoblíbenější sport. Saně ani boby jim totiž nikdo nevyrobí a také ani dráhy se na zimu k závodům samy neupraví. Jde jenom o to, aby celý obsah celoroční činnosti

byl harmonicky vyvážen, aby se nestávalo, že některý oddíl bude přes léto stávat jenom boby a dráhy a druhý naproti tomu jen cvičit. V prvním případě totiž bude pokulhávat fyzická připravenost závodníků v závodním období, což se pochopitelně projeví v jejich výkonnosti a v druhém případě se pak zase tímleží způsobem projeví nedostatečná péče saním i bobům.

V těchto dnech se pak všeobecně zvyšují nároky na fyzickou přípravu závodníků, což lze pozorovat i u jiných zimních sportovních odvětví. Hledají se také cesty přiblížit trénink v přípravném období zimním podmínkám. I když nelze říci, že by se touto myšlenkou zabývali sportovci teprve v posledních letech, přece jenom díky umělým hmotám, které začali s úspěchem používat lyžaři-skokani a nyní také již lyžaři-běžci, se tréninkové možnosti podstatně rozšířily. Tak také smržovští sánkaři začali již s pokusy využít podobných umělých hmot k jízdě na saních. Nejsme prozatím informováni, zda tento způsob tréninku bude možné také v širším měřítku uplatnit — uvidíme.

Mezi novátory se však zařadili také někteří členové pražského sánkařského a bobového oddílu Slávia VŠ Praha. Zamýšleli se nad problémy, jak nejlépe vyřešit možnost sánkařského a bobářského tréninku bez sněhu. Nezabývali se nijak blže úvahami přizpůsobit sánkařskou nebo bobovou dráhu svým povrchem její sněhové a ledové úpravě, neboť toto řešení nejenže není právě lehké, ale je také na první pohled poměrně nákladné. Šli na to z druhého konce: proč nepřizpůsobit bob a saně novým podmínkám? A tak se zrodily nápady, které zatím také nejlépe vyřešily sánkařský a bobářský trénink bez sněhu.

Pokud jde o bobisty, byl otcem myšlenky «bobu na kolečkách» inž. Bohumír Dubec. Podle jeho návrhu byl také cvičný bob opatřen čtyřmi bantamovými kolečky. Na přední sanice byla kolečka připevněna tak, aby bob mohl být řízen tímleží mechanismem, který ovládá sanice. Za zadními sanicemi je pak připevněn zadní pár koleček. Sanice jak přední, tak i zadní, jsou pouze zpevněny, aby se vlivem otřesů nepohybovaly. Na takto vybaveném bobu je možné velmi dobře nacvičovat například rozjíždění, starty a bobování, tedy prvky, které v současné úrovni techniky jízdy na bobech znamenají již při závodech buďto podstatný časový zisk nebo ztrátu. K nácviku se hodí jakákoliv cesta, bez větších výmohl, nejlépe s protisvahem a bez prudkých zatáček. Poněvadž tato forma tréninku je svou ná-  
zorností značně působivá, je třeba při ní dbát zvláště na to, aby nácvik nebyl prováděn ve velkých rychlostech, při kterých je vždycky větší nebezpečí nějaké havárie, která bez sněhu by rozhodně nemusela být příjemná.

Sánkařům zase zkonstruoval inž. Vladimír Dašek kolečkové saně. Normální závodní saně jsou totiž opatřeny třemi páry malých koleček s plnými gumovými pneumatikami. První pár je připevněn na vnější straně sanic na počátku náběhového oblouku, druhý pak rovněž na vnější straně sanic v těžišti a třetí asi 10 až 15 cm od patek. Kolečka umístěná na počátku náběhového oblouku mohou být nastavena do žádaného směru v souladu s ohlbím náběhového oblouku, takže těmito kolečky, přesněji jejich nastavením je vlastně určována citlivost saní k řízení. Saně pak při jízdě řídíme stejným způsobem jako při jízdě na zimní sánkařské dráze. Na takovychto saních můžeme opět jezdit na jakékoliv cestě, ovšem pokud možno s hladkým povrchem a bez prudkých zatáček, poněvadž při sjíždění nelze využívat k zatáčení například smyky, nebo přibrzdování nohama. Nejdůležitější zásadu techniky jízdy na saních a to zatěžování skluznic všemi možnými způsoby, lze však velmi úspěšně nacvičovat. Je nutné však při tréninku znovu dbát na to, aby nedošlo k nějakému úrazu buď vlivem nepřiměřené rychlosti nebo velkou nároč-  
ností úseku vybraného k nácviku. Je proto v každém případě zá-

Inž. Dašek ze Slávie Praha předvádí, jak trénovat na kolečkových saních. — Při nácviku startu bobu.





douci, aby zejména ruce byly chráněny rukavicemi proti případným odřením a podobně.

Kolečkové saně mohou být pak používány také výhradně k nácviku rychlosti. Tuto náročnější formu tréninku vyřešil konstruktér kolečkových saní tak, že na přední opěrné přípevně pojistný držák pro vlečné lanko, které je druhým koncem připevněno k motocyklu. Držák je ovládán rukou, kterou se drží sánkař za koncové držadlo saní. Uvolněním držáku v případě potřeby vypadne totiž vlečné lanko tahem motocyklu samo. K tomuto tréninku se hodí pak nejlépe hladká cyklistická betonová dráha s klopennými zatáčkami, kde mohou saně s motocyklem bezpečně dosáhnout rychlosti okolo 60 km/hod. I při této rychlosti lze kolečkové saně řídit zase stejnými způsoby jako na skutečné sánkařské dráze.

Nelze také přehlédnout ani cvičení se saněmi v tělocvičně, které v pražském oddíle vede inž. Bronislav Hanák. Je to rovněž iniciativa, která zasluhuje pozornost. Účelem tohoto cvičení je základní návyk cvičenců na saně a to pokud jde o základní posazení až po pohotovost potřebnou k době provedení startu — pokud to ovšem technické podmínky tělocvičny dovolují. Tato cvičení mají v prvé řadě velký význam pro začátečníky, kteří jsou tak seznámeni se základními prvky jízdy na saních, ale také neuškodí, pokud neprospějí, i zkušenějším.

Je samozřejmě, že nikdo nebude tvrdit, že by jak kolečkový bob, tak i kolečkové saně nebo cvičení se saněmi v tělocvičně mohly plně nahradit vlastní trénink na skutečné zimní sánkařské a bobové dráze. Tyto všechny formy tréninku bez sněhu jsou pouze průpravou k přímému tréninku v zimě na dráhách. A jako takové je nutno je chápat. Zmínil jsem se také, že všechny potřebné prvky k dokonale jízdě nelze stejně těmito způsoby nacvičovat, poněvadž není možné riskovat nějakou havárií, která by znamenala vážné ohrožení zdraví cvičících a poněvadž to snad ani technicky není možné nějakými dostupnými prostředky vyřešit. Kolečkový bob a saně nám však podstatným způsobem rozšiřují tréninkové možnosti o konkrétnější nácvikové formy, jejichž plně využití se nepochybně musí projevit v lepší a hodnotnější přípravě na závodní období. V tom je také jejich kladný přínos pro rozvoj našich sportů. Na senzacnost, která kolečkové saně a bob prozatím provází, si musíme zvyknout a domníváme se také, že i brzy zapomenout. Lze si jen přát, aby se nevyskytovaly jenom ojediněle a staly se pravidelnou součástí sánkařského a bobařského tréninku a aby se s nimi i v budoucnosti také v tomto směru vždycky počítalo.

Dr. LEOŠ LUNÁK

## Představujeme vám nejlepší sánkaře 1958

Ústřední trenérská rada sekce saní a bobů ÚV ČSTV vypracovala žebříček sánkařů a sánkařek pro rok 1958. Výkonnostní žebříček byl stanoven podle výsledků kvalifikačních závodů sánkařů včetně mistrovství Československa v jízdě na saních a dorosteneckého přeboru ČSR 1958. V žebříčku jsou uvedeni většinou nositelé I. výkonnostní třídy a nositelé výkonnostní třídy mládeže. Z přehledu dospělých, mužů a žen, vyplývá, že ženy se podílejí na závodním sánkařství ve srovnání s muži přibližně jednou třetinou. Zde došlo v posledních dvou letech k zlepšení ve prospěch žen, protože před třemi lety závodila jen jedna pětina žen v porovnání s muži. Potěšitelný je stav ve starším i mladším dorostu, kde postupně přichází na start stále více dívek. Na dva chlapce na závodní dráze připadá v roce 1958 jedna dívka, a to je jistě radostné.

Z technických výsledků a žebříčku dále je vidět, že mezi nejlepšími závodníky Libereckého kraje se probíjeli muži z kraje Karlovy Vary, Praha a Vysoké Tatry a ženy z Ústí nad Labem a Karlovy Var. V dorostu starším vede stále Liberec s Prahou, i když co do masovosti vykazuje nejlepší výsledky Ústí díky tréninkovým možnostem na nově rekonstruované umělé dráze v Teplicích-Dubí. Kategorie dorostenek starších je v žebříčku obsazena střídavě kraji Liberec, Ostrava a Ústí nad Labem. Závodníci v kategorii dorostenek mladších jsou doménou Libereckého kraje a v dorostenkách mladších se dělí o úspěch kraj Ústí nad Labem s Libercem.

Výkonnostní žebříček sestavuje trenérská rada pravidelně každý rok, abychom mohli porovnat výkonnost našich nejlepších sánkařů a sánkařek. Žebříček slouží dále jako podklad pro jmenování širšího reprezentačního družstva mužů a žen a pro sestavení družstva mladých. Pro sestavení národního družstva se berou v úvahu výkonostní žebříčky za poslední dva roky.

Věřím, že všichni naši závodníci se budou v nastávající závodní sezóně snažit, aby si své umístění v žebříčku 1959 podstatně zlepšili. A těm, kteří dosud v přehledu nejlepších závodníků nejsou, přejí, aby si poctivou přípravou a čestným sportovním bojem své místo ve výkonostním žebříčku vydobyli.

MUŽI:	Body
1. Perla Milan (Praha)	82,9
2. Šroubek Ladislav (Karlovy Vary)	77,2
3. Urban Horst (Liberec)	76,2
4. Vojtíšek P. (Karlovy Vary)	56,5
5. Feix Herbert (Karlovy Vary)	54,4

ŽENY:	Body
1. Tomášková V. (Ústí n. L.)	137,7
2. Jarošímková Jana (Liberec)	93,5
3. Horová Liba (Karlovy Vary)	81,7
4. Šefrová Marta (Liberec)	45
5. Koublová Helena (Liberec)	41

DOROSTENCI STARŠÍ:	Body
1. Urban Roland (Liberec)	71,2
2. Hamřík Jar. (Praha)	56,9
3. Růžička Vlast. (Ústí)	56,7
4. Chalupníček J. (Ústí)	31,3
5. Babka Josef (V. Tatry)	30,8

DOROSTENKY STARŠÍ:	Body
1. Kašparová M. (Liberec)	59,4
2. Osinová Jana (Ostrava)	52,4
3. Hásková Věra (Liberec)	29,4
4. Pelelová Jana (Ústí)	14,8
5. Zahradníková V. (Ústí)	12,7

DOROSTENCI MLADŠÍ:	Body
1. Hanuš Rudolf (Liberec)	125
2. Hýnek Václav (Liberec)	77,5
3. Jebavý Ivan (Liberec)	60,1
4. Káraus Václav (Praha)	45,8
5. Beránek Bohumil (Liberec)	32,6

DOROSTENKY MLADŠÍ:	Body
1. Tylová Bedřiška (Ústí)	82,1
2. Peterková H. (Liberec)	34,3
3. Tomášková Zorka (Ústí)	26
4. Švedlenová A. (Liberec)	13,9
5. Bergerová Jarmila (Ústí)	9,9

Inž. BRONISLAV HANÁK,  
ústřední trenér sánkařů

## Předsednictvo ÚV ČSTV vypisuje celostátní soutěž v pódiových vystoupeních v rámci II. celostátní spartakiády v roce 1960

### Účel soutěže:

- podnitit tvořivost autorů na tomto úseku tělovýchovy,
- zvýšit pohybovou průpravu cvičících,
- získat nejlepší skladby k obohacení pořadu tělovýchovných akademí, besed a veřejných cvičení,
- nejlepšími skladbami zpestřit pořad Večerů družby II. celostátní spartakiády,
- využívat dobrých skladeb jako kulturně výchovného prostředku a jako prostředku propagace tělesné výchovy.

Soutěž se vypisuje k 15. říjnu 1958 a bude skončena v roce 1960.

Soutěží se ve třech kolech:

- I. kolo — okresní — přihlášky do 31. prosince 1958 — provedení do 30. dubna 1959.
- II. kolo — krajské — přihlášky do 30. září 1959 — provedení do 15. listopadu 1959.
- III. kolo — ústřední — přihlášky do 30. listopadu 1959 — provedení do 1. února 1960.

Hodnocení provádějí komise sestavené příslušnými náčelníky.

V kategoriích skladeb pro žactvo se soutěží pouze do II. kola. Přihlášky do II. kola zasílá příslušný OV ČSTV podle výsledku I. kola svému KV ČSTV.

Přihlášky do III. kola zasílá KV ČSTV podle výsledků II. kola ÚV ČSTV.

Soutěží se v těchto kategoriích:

žactvo:	dorost:
a) nejmladší žáci	a) dorostenci
b) nejmladší žákyně	b) dorostenky
a) mladší žáci	dospělí:
b) mladší žákyně	a) muži
a) starší žáci	b) ženy
b) starší žákyně	

### Soutěžní skupiny:

- I. cvičení bez náčiní
- II. cvičení s náčiním
- III. cvičení na nářadí

Všechny stupně soutěže budou odměňovány podle směrnic o soutěžích v ČSTV.

Nejlepší skladby jednotlivých kol budou postupně uveřejňovány, aby se staly vhodným prostředkem další propagace a rozšíření pódiových cvičení.

Podmínky účasti na závodech, pokyny k hodnocení soutěže a organizační pokyny budou uveřejněny v časopisu ZTV.

## Novoměstští lyžaři si ověřili svou přípravu

V neděli dne 12. října 1958 v 9 hodin dopoledne uspořádal lyžařský oddíl TJ Sokol Nové Město na Moravě okresní přebor v přespolním běhu, a byl zároveň tréninkovým kontrolním závodem pro lyžaře, kterých se sešlo na startu hodně i z řad mládeže.

V předvečer závodu povzbudil novoměstské žactvo a dorost do dalšího závodu náš reprezentant v běhu na lyžích soudruh Antonín Teplý. Na besedě v sokolovně vyprávěl mládeži o svých zkušenostech z tréninku ve státním družstvu a ze závodů. Několik krátkých lyžařských filmů doplnilo program besedy.

V nedělním přespolním běhu startovalo a dokončilo závod celkem 49 závodníků. Běžecské tratě byly připraveny trenérem soudruhem Z. Gabrielem v lesním terénu, většinou byly vedeny po standardních lyžařských tratích. Štáb osvědčených lyžařských pracovníků a rozhodčích dobře zvládl celou organizaci přeboru. Ve všech kategoriích se stali okresními přeborníky »Novoměstšáci« — lyžaři. Vcelku malé vteřinové rozdíly v časových výsledcích u mládeže svědčí o vyrovnanosti výkonů v důsledku systematické a svědomité přípravy. Mladší žákyně Eva Vadínská zvítězila v běhu na 500 m a dosáhla na stejné trati lepšího času než její sestra Zdenka, která vyhrála v kat. st. žákyní (obě Vadínské jsou zákovskými přebornicemi ČSR v běhu na lyžích pro rok 1958). Jan Blažiček absolvoval vítězně mužskou trať na 3000 m v rámci svého normálního každodenního tréninku, příběh totiž na start ze svého bydliště v Polníčce okruhem přes Žakovu horu (asi 30 km) a po závodě zase pokračoval dále

**3000 m — muži:** 1. Blažiček Jan 8:52, 2. Dvořák Jiří 9:33, 3. Herrmann Jos. 9:57, všichni Sokol Nové Město.

**2000 m — ženy:** 1. Heřmanská Jar. 8:40, 2. Stehlíková Agla 9:42, 3. Stehlíková Nina 10:51, všechny Sokol Nové Město.

**1000 m — dorostenci:** 1. Švarčík Mir. 4:23, Sokol Nové Město, 2. Lopour Mil. 4:24, Spartak Žďár, 3. Šir Kam. 4:28, S. N. Město.

**600 m — dorostenky:** 1. Německá Magda 4:06, 2. Čechová Jar. 4:16, 3. Pospíšilová Lud. 4:44, všechny Sokol Nové Město.

**500 m — žáci st.:** 1. Petr Miloš 2:03, 2. Jelínek Ota 2:06, 3. Marek St. 2:13, všichni Sokol Nové Město.

**500 m — žákyně st.:** 1. Vadínská Z. 1:53, 2. Havlišová Hana 1:56, 3. Zajíčková Sl. 2:01, všechny Sokol Nové Město.

**300 m — žáci ml.:** 1. Šteřil Karel 1:36, 2. Jelínek Vl. 1:41, 3. Miluška M. 1:43, všichni Sokol Nové Město.

**300 m — žákyně ml.:** 1. Vadínská Eva 1:49, 2. Komprsová A. 1:58, 3. Puchýřová Jar. 1:59, všechny Sokol Nové Město.

JARMILA HEŘMANSKÁ

### PROVĚRKA PŘIPRAVENOSTI

Text k obrázkům na 3. straně obálky: Záběry z kontrolních závodů slovenských lyžařů: V běhu na 5000 m vede v posledních 400 m před cílem soudruh Čillík (obr. vlevo nahoře). Start mužů na 3 km (obr. vpravo nahoře). Cílový záběr z běhu na 400 m — pořadí Čillík, Harvan, Fusko, Banko (obr. vpravo uprostřed).

Start nejmladších účastníků přespolního běhu v Krčči (obr. vlevo uprostřed). Nástup závodníků k 35. ročníku přespolního běhu o »Memoriál Ivana Komárka« (obr. vlevo dole). Lyžařští činovníci v pilné práci (obr. vpravo dole).

## LAHKOATLETICKÉ STRETNUTIE LYŽIAROV

Vo Vysokých Tatrách na športovom štadióne, vybudovanom tatranskými lyžiarimi, stretali sa dňa 28. 9. 1958 lyžiar z krajov Košice, Žilina, Banská Bystrica a Vysoké Tatry. Na týchto verejných ľahkoatletických lyžiarskych pretekoch mohli si preveriť svoju pripravenosť lyžiar-pretekári v základných kontrolných disciplínach, ktoré doporučila ÚTR ČSTV v Prahe. Prinášame niekoľko technických výsledkov:

Beh mužov na 100 m:	1. Novotný J., Dukla Mikuláš	12,5 sek. zjazdár
	2. Ilavský Garaj, Važec	12,4 sek. bežec
	4. Čillík Rudo, Kremnica	13,2 sek. bežec
	5. Harvan St., Zvolen	13,2 sek. bežec
Beh dorastu na 100 m:	1. Tomečko, Kežmarok	12,1 sek. bežec
Dorastanky 60 m:	1. Hradňanská, Važec	8,4 sek. bežkyňa
	3. Gajancová, Vysoké Tatry	10,0 sek. bežkyňa
Beh na 1000 m dorast:	1. Grohola, Kežmarok	2,57 min. bežec
	4. Ilavský, Važec	3,10 min. bežec
Beh mužov na 3000 m:	1. Rebek, Zvolen	9,47 min. bežec
	2. Čillík, Kremnica	9,55 min. bežec
Beh na 400 m:	1. Gajancová, Vysoké Tatry	1,15 min. bežkyňa
Skok ďaleký muži:	1. Frkaň, Svit	5,85 m
Skok ďaleký dorast:	1. Tomečko, Kežmarok	5,75 m

Ján Terežčák

## Kontrola připravenosti - přespolní lyžařské běhy

Rok co rok se loučíme s teplým létem a připravujeme se na zimu — přichází podzim. U průměrného lyžaře nastává starost a zájem o stav výstroje a výstroje, u závodníka vrchol období přípravy tělesné zdatnosti. Součástí této přípravy je také kontrola, kdy je výkon závodníka měřen, případně srovnáván s výkonem ostatních závodníků.

Způsoby kontroly přípravy jsou různé. Například závodníci Liberce a Hradce Králové si svoji formu ověřují při vzájemném lehkooatletickém utkání na dráze, zatím co konzervativnější Pražané se pravidelně zúčastňují nejen lesních a přespolních běhů, ale i běhů silničních (ovšem o účelnosti účasti lyžaře na silničním běhu se dá jistě pochybovat).

Městská sekce lyžování v Praze pořádá pravidelně každým rokem dva velké lyžařské běhy. První, kterým se zahajuje zimní sezóna, je pravidelně pořádán třetí neděle v září a jmenuje se Memoriál Ivana Komárka. Letos byl uspořádán výjimečně 28. září jako 35. ročník. Historie tohoto závodu je bohatá. Tím více zarmucuje skutečnost, že podmínky pro uspořádání tohoto závodu dosáhly letos kritického stavu. Šatny nahradila stodola, kterou obětaví pracovníci vyklidili v sobotu odpoledne. Za závodní kancelář posloužila kolena a kousek místa u plotu. Finanční zajištění není pro příští ročníky jisté. Snad by bylo vhodné, zamyslet se nad možností přeložení tohoto závodu do Krče. Přeložení závodu blíže ku Praze by jistě přispělo účasti závodníků. Přesto během závodu vládla dobrá pohoda, k níž přispělo nejen dobré organizační zajištění, ale i sluníčko, po vítězném souboji s hustou mlhou, která se v renních hodinách vytvořila.

K vlastním závodům lze říci, že to byl letos ročník výhradně lyžařů. Dostavili se také lyžaři z kraje, kde se k stálým účastníkům pražských závodů z Mladé Boleslavi přihlásilo i početné družstvo ze Senohrab. Celkem 68 závodníků zahájilo v Měchenicích letošní závodní činnost. I když se u všech prokázala dobrá připravenost, přece u mužů je místy patrný pokles výkonnosti proti minulým ročníkům. Na stejné trati byl loni Prokeš druhý v čase 25:01 min., zatím co letos vyhrál v čase 26:28 min. S tímto časem by se loni umístil na sedmém místě.

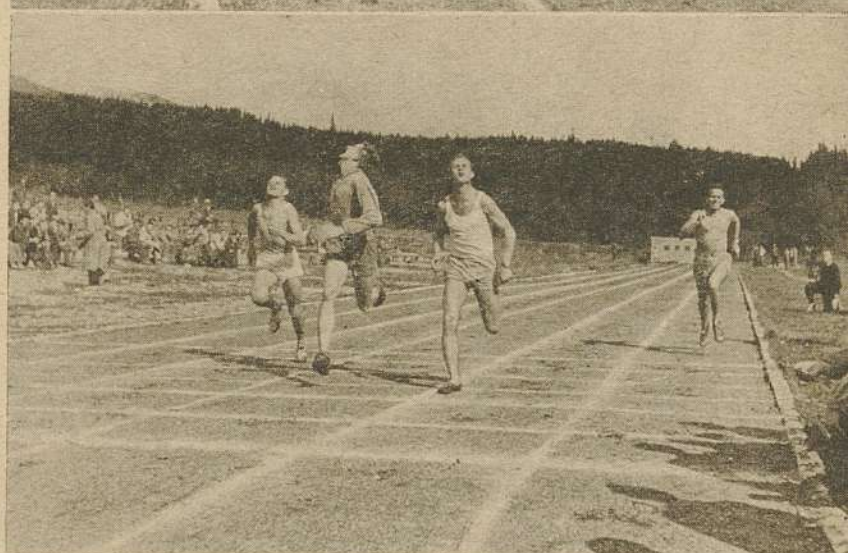
Druhým velkým závodem byl Lesní běh lyžařů v Krči, který byl uspořádán 12. října 1958. V análech bohužel není podchyceno, který ročník vlastně by měl být pořádán, ale domnívám se, že tato tradice se zachovává z doby kamenné pražské lyžařiny. Letos byl průběh vzhledem k účasti obzvláště zdařilý. Pořadatelům se podařilo zajistit propagaci nejen v denním tisku, ale i Čs. rozhlas věnoval tomuto závodě dvě relace. Díky této propagaci, byla účast o 100 závodníků větší než v Měchenicích. Mládeže přišlo na start letos více než loni všech závodníků. Největší účast — 50 — měli muži, kteří závodili ve třech kategoriích. Žáků startovalo 37, dorostenců starších 21, mladších 16, žen 10, dorostenek ml. 7. Bohužel v Praze nemáme ani jednu starší dorostenku. I když se ve výsledcích ukazuje u vítěze minutové zhoršení mezi loňským a letošním ročníkem, je radostným poznatkem, že většina závodníků a závodnic, u kterých se již výkonnost musí projevit, nezklamali a prokázali svoji připravenost. Zvláště v kategoriích mládeže, díky péči, která se mládeži v Praze poskytuje, nápadně se projevují výsledky celoroční přípravy. O zdánlivé překvapení se postaral vítěz běhu mužů na 10 km Standa Marek tělestvím nad Josefem Prokešem. V kategorii žáků zvítězila Marie Winterová, která v běhu na 500 m vyhrála suverénně nejen nad soupeřkami, ale porazila o 8 vteřin i vítěze kategorie žáků.

Při této příležitosti bych chtěl upozornit na jednu skutečnost. I když tento závod je tradiční, přesto měl konkurenci. V Senohrabech uspořádali právě v tento den rovněž lyžařské běhy. Letos se tak stalo jistě nedopatřením a je nutné, aby se příště lyžaři v určitých oblastech scházeli ke spolupráci a společnými silami pomáhali dobrému jménu lyžařského sportu.

ZDENĚK EFFENBERGER, trenér MV ČSTV, Praha

Závodníci, jste už registrovaní? Od 1. ledna 1959 nebudete bez registračního průkazu připuštěni k žádnému závodě!

# PROVĚRKA PŘIPRAVENOSTI



*Február 7*



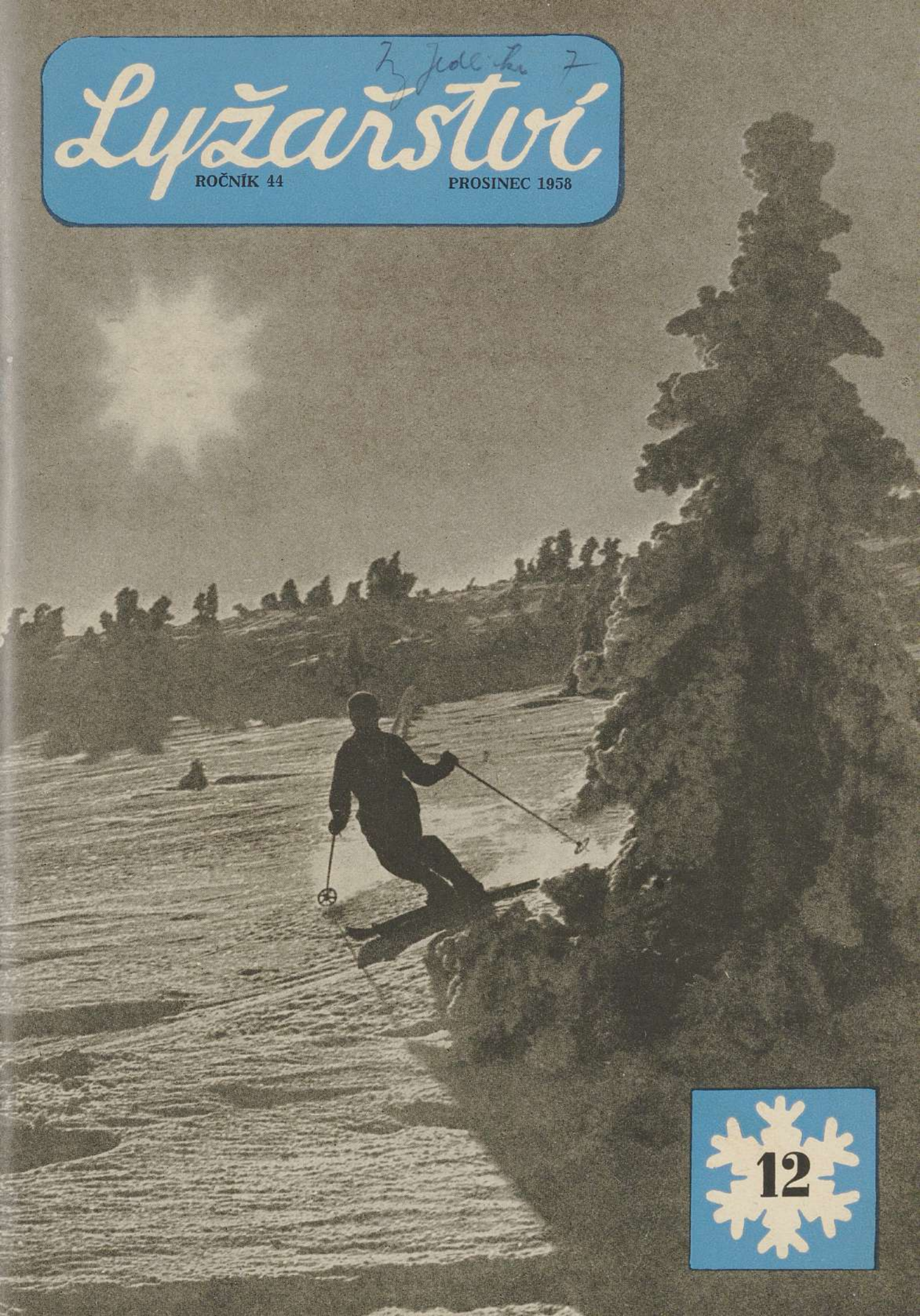
VYSOKÉ TATRY

(Foto Vilém Heckel)

*Zjedenka 7*  
**Lýžařství**

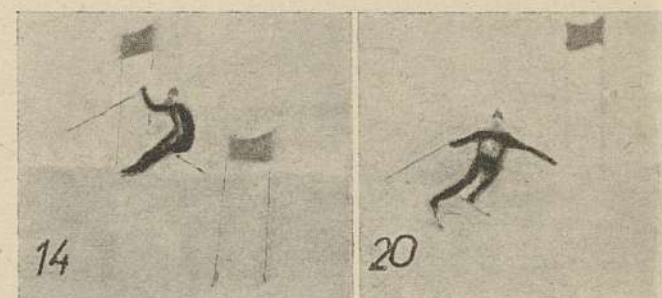
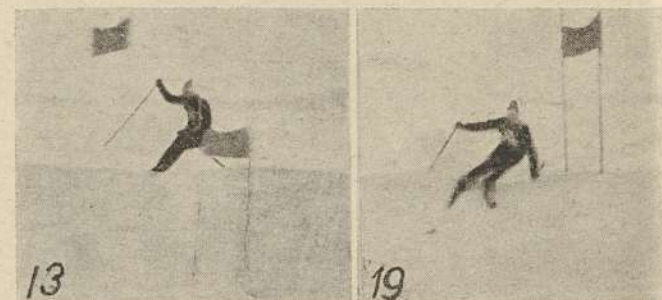
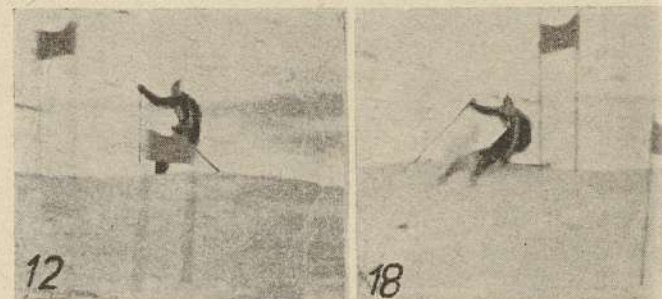
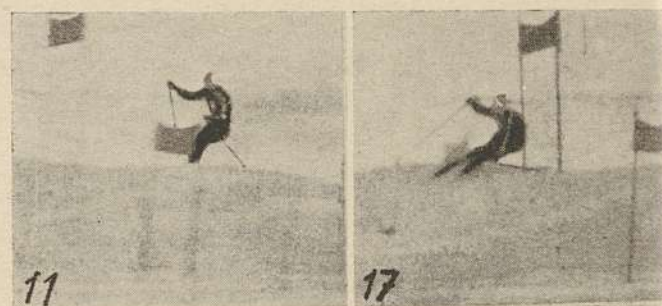
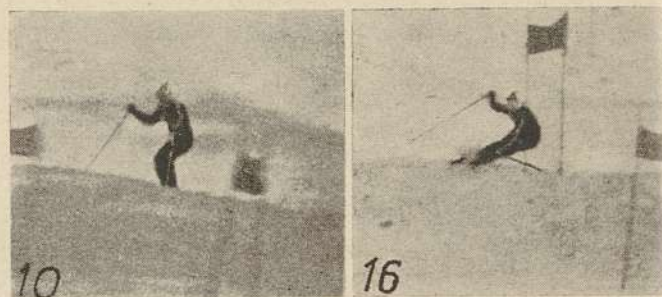
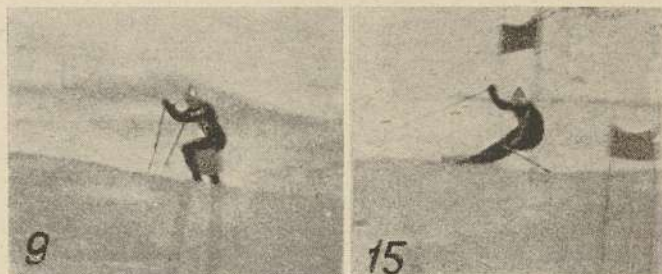
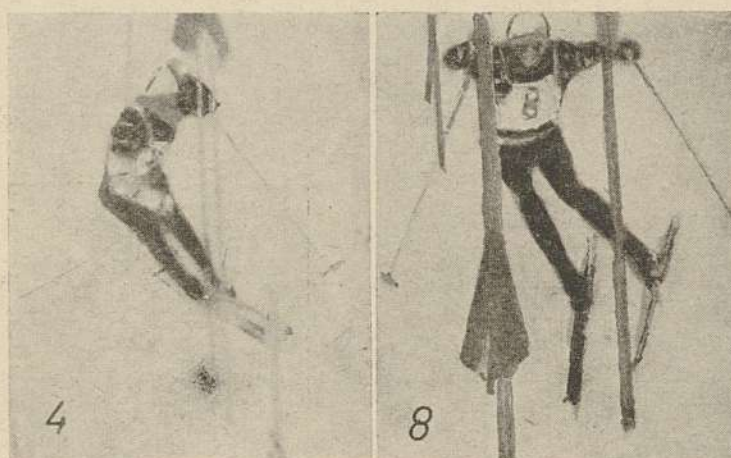
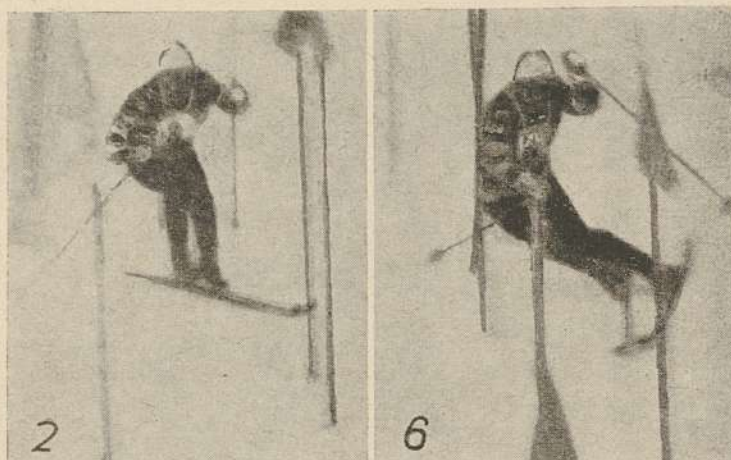
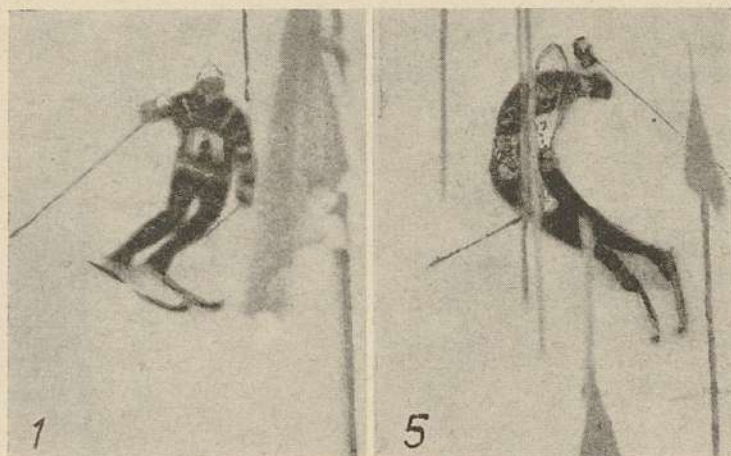
ROČNÍK 44

PROSINEC 1958



**12**

# Krátký zavřený oblouk předvádějí Igaya a Sailer



## OBSAH

Celostátní aktiv předsedů krajských komisí mládeže LS — str. 2

Sportovní základna mládeže v Jan-  
ských Lázních — str. 3

Spolupráce lyžařských oddílů s od-  
bory ZTV — str. 4—5

Skoky na lyžích a co naše mládež?  
— str. 5

Běh na lyžích včera a dnes — str.  
6—7

Běžci v lednu — str. 8

Za prvním sněhem — str. 9

Sněhový váleček

Zahraniční literaturou

Přechod z běhu střídavého do běhu  
s odpichem soupaž — str. 10

Návrh směrných čísel účastníků  
mistrovství a přeborů v roce 1959  
— str. 15

Čtvrt hodinky z učební osnovy —  
str. 16—17

Kalendář lyžařských soutěží 1959  
— str. 11—14

Hory mají srdce v člověku — str.  
19—20

Do diskuse — str. 20—22

Pojistné lyžařské vázání — str. 22

Celostátní termínová listina saní a  
bobů — str. 23

Krátký zavřený oblouk

Naše křížovka — str. 24

Fotografiemi do tohoto čísla přispěli:  
L. Brchel, dr. Jar. Čtvrtečka, Josef Ja-  
novský, Vil. Heckel, Ivan Hrabě, Zd.  
Pelc.

Na titulní straně: Naše ho-  
ry ožívají lyžařským ruchem.  
(Foto Luboš Brchel)

**V. LYŽAŘSTVÍ** — odborný časopis.  
Vydává Československý svaz tě-  
lesné výchovy ve Sportovním a turistic-  
kém nakladatelství v Praze. Vedoucí  
redaktor Milan Špaček. Redakce Pra-  
ha I, Národní t. 33, tel. 22-60-71. Roz-  
šiřuje Poštovní novinová služba. Cena  
2,50 Kčs. Tiskne Rudé právo, vydavatel-  
ství ústředního výboru KSČ, Praha.  
Praha, prosinec 1958.

A-21839

# NAŠE CESTA

Uplynul opět jeden rok naplněný plnou prací našeho lidu na cestě k vybudování socialismu v Československu a upevnění světového míru. V mohutné, dosud nevidané mírové ofenzivě států budujících socialismus spolu s utlačovanými národy v kapitalistickém světě se podařilo pod vedením Sovětského svazu zašadit imperialistům několik dalších těžkých politických a morálních ran. Byli opět odhaleni a usvědčeni. Lid Asie a Afriky, toužící po národní a hospodářské nezávislosti, vykročil na cestu svobody a jsme to právě my, příslušníci tábora míru, kteří jim vydatně a nezištně pomáháme na cestě za lidským štěstím.

Náš lid je však na této cestě, díky prozíravé politice KSČ, už mnohem dále. S velikou radostí a pocitem hrdosti jsme přijali vítězství tvůrčí práce Československého lidu na letošní Světové výstavě v Bruselu. Postavili jsme se do soutěže s nejmocnějšími a nejbohatšími státy světa a dokázali jsme, že při výstavbě socialismu v ČSR jsme již na takové hospodářské a kulturní úrovni, kterou obdivuje a uznává celý svět.

Proto jsme si mohli letos na XI. sjezdu KSČ vytyčit směle úkoly — dovršit výstavbu socialismu.

Stejně tak, jako všem složkám Národní fronty, otevírá se i nám, příslušníkům Československého svazu tělesné výchovy široké pole působnosti: Přispívat na všech úsecích výstavby našeho hospodářství tak, abychom se ctí obstáli; učit náš lid a hlavně mládež poznávat životodárné hodnoty, tělovýchovy, učit se radostně trávit volný čas v kolektivu oslavujícím zdravým pohybem náš nový život.

Nedávno jsme oslavili významné výročí v historii Československého lyžařství. Uplynulo již 70 let od doby, kdy naši dědové a otcové poznali nutnost a sílu organizovat se i v českých lyžařských spolcích, tam se uvědomovat a vzdělávat, vést lyžaře ke zdravému pohybu v zimní přírodě a bojovat na závodních tratích za čest a slávu českého národa. Již po patnácti letech této činnosti bylo možné založit celonárodní lyžařskou organizaci. Naši předkové se museli houževnatě a vytrvale probíjovat v začátcích se všemi těžkostmi tehdejší doby. My zase, na rozdíl od nich, musíme se naučit využívat všech vymožeností dneška k rozvoji našeho milovaného sportu v podmínkách již svobodného, socialismus budujícího národa.

Musíme vytvořit příznivé podmínky pro získání co největšího počtu organizovaných členů lyžařských oddílů a spolupracovat při tom s oddíly ZTV a odbory turistiky.

Je na nás, na všech, abychom vhodnými prostředky přesvědčili všechny ty, kteří už lyžují, a přednostech organizovaného lyžování a přivedli je do oddílů k celoroční činnosti. Veliký kus záslužné práce na tomto úseku čeká lyžařské cvičitele.

Pro mládež je opět v příštím roce připravena soutěž o »Spartakiádní vložku«, které se již letos zúčastnily desetitisíce mladých lyžařů. Mezi mládeží je oní veliký zájem a záleží na trenérech, do jaké míry se jim podaří podchytit nadšení nejmladších a kolik reprezentantů nám vychovají z tak velké masy závodníků a závodnic.

Budeme dále rozvíjet družbu mezi českým a slovenským lidem, která byla letos opět upevněna na Tělovýchovných slavnostech na Slovensku a nesmíme zapomínat ani na to, že v příštím roce uskutečnime dosud nejmasovější vystoupení Československých sportovců na okresních a krajských spartakiádách jako předešle II. celostátní spartakiády.

Na úseku závodního lyžování jsme se na letošním MS přesvědčili, že vrcholné výkony ve všech lyžských soutěžích šly kupředu mnohem rychleji než jsme předpokládali. V příštím roce čeká naše reprezentanty těžký úkol: dohnat co zameškali a připravit se na VIII. z OH tak, aby postavili Československé lyžování na čestné místo, mezi ostatní národy.

Do budoucna nás čekají veliké a radostné úkoly a záleží na nás, na všech, jak se nám podaří rozšířit lyžování v ČSR mezi pracující a mládež a na reprezentantech, aby se snažili čím dále tím více proslavovat Československé lyžařství i za hranicemi.



Pohľad na rokovanie komisie mládeže LS ÚV ČSTV v Bratislave 25. X. 1958 (zasadačka TJ Slavoj Vinohrady)

## Celostátní aktiv předsedů krajských komisí mládeže LS

Ve dnech 25.–26. října 1958 probíhal v Bratislavě aktiv předsedů krajských komisí mládeže lyžařských sekcí. Obdobně jako v loňském roce na podzim v Brně, sešli se i letos pracovníci s lyžařskou mládeží, aby si před nastávajícím zimním obdobím vyměnili zkušenosti ze své práce s mládeží, poradili se o otázkách, které je ještě tíží a projednali plán práce komisí mládeže na rok 1959.

Aktivitu se zúčastnili zástupci téměř všech krajů republiky, a společné zasedání v Bratislavě sledovalo především sblížení a utužení přátelských styků a výměnu názorů mezi českými a slovenskými pracovníky. Také v přednáškách a referátech se střídali pracovníci z českých krajů a ze Slovenska.

Hlavním tématem aktivu bylo zlepšení celoroční práce lyžařských oddílů především v odděleních mládeže a problematika organizace práce s mládeží. Účastníci se dále seznámili s výsledky mezinárodního vědeckého kongresu o základech tělesné výchovy mládeže, který se konal v září t. r. v Praze, s některými úkoly provádění zimní turistiky mládeže a ve večerní besedě se způsobem promítání a použitím filmových smyček jako názorného prostředku při výcviku mládeže.

Zástupci krajů se v diskusi rozhovořili především o formách práce v některých oddílech svého kraje. Z bohaté diskuse vyjímáme:

**V Ústí nad Labem** navázala krajská komise mládeže úspěšnou spolupráci s rodičovskými sdruženími a závodními výbory. Za získané finanční prostředky zakoupila výzbroj, kterou půjčuje závodníkům postrádajícím prostředky k vlastnímu vybavení. Na Ústecku pracuje dobře pět lyžařských středisek, kde žáci cvičí pravidelně jednou týdně v základní tělesné výchově, kterou vedou lyžařští cvičitelé. Na Chomutovsku pomáhají závody při budování středisek spolu s národními výbory. Stavějí skokanský můstek, lyžařský výtah s nekonečným lanem, osvětlené svahy. Mladší i starší žactvo mají podle výkonnosti rozděleno do patnáctičlenných družstev, které vedou zkušení cvičitelé trenéři. Od členů družstev vyžadují školní prospěch minimálně 2,5 a slušné vystupování. O zařazení žáků do družstev se radí přímo se školou.

**V Plzni** vybudovali také v minulém roce střediska pro mládež, a to tam, kde nepracovaly oddíly. Dnes mají střediska dobré výsledky a oddíly projevují o mládež stále větší zájem. Nyní pracovala střediska za oddíly, jakmile se oddíly ujmou vlastní práce a celoroční činnosti, přejde mládež ze středisek do oddílů. Ve dnech 27. II.–1. III. 1959 uspořádá plzeňská krajská komise mládeže v Želez-

né Rudě na Šumavě výběrové závody mládeže »O pohár Železné Rudy« a na tyto závody zve srdečně účastníky z nejbližších krajů.

**V Brněnském kraji** pořádají oddíly pravidelně členské schůze spojené s besedami, na kterých promítají filmy doplněné přednáškami trenérů a závodníků. Mládež se jich ráda zúčastňuje. Většina oddílů, které pracují s mládeží, má dostatek dorostu i žactva. V létě i v zimě pořádají pravidelně dvakrát týdně kondiční cvičení pro mládež. Letos již po páté uspořádají lyžařské utkání mládeže moravských krajů, které v letošním roce bude rozšířeno také pro žactvo.

**V Ostravě** spolupracují úspěšně s krajským pionýrským domem. Také závodní výbory ROH poskytují finanční podporu, zapůjčují závodní chaty pro soustředění a výcvik mládeže. Při získávání cvičitelů osvědčila se spolupráce se školským odborem ONV a krajským ústavem pro další vzdělání učitelů.

**V Žilinském kraji** zajistily okresní výbory ČSM ve spolupráci s lyžařskými sekcemi hladký průběh krajských přeborů. Také některé oddíly začaly dobře pracovat. Především Lokomotiva Važec, kde ve spolupráci se ŠŠM v Liptovském Mikuláši a krajským trenérem soudruhem Húskou celá řada chlapců začala pravidelně trénovat a s úspěchem se zúčastňují závodů. V letním období uzavírají družbu s turistickými oddíly a pořádají vycházky do terénu nebo upravují lyžařské tratě.

**V Olomouci** v TJ Slovanu cvičí mládež celoročně, v létě v základní tělesné výchově, od září přidávají pro vybraná družstva speciální výcvik. Minulou zimu uspořádali 30 výcvikových dnů na sněhu. Na základě dlouhodobého plánu, očekávají výsledky především u staršího dorostu.

V hodnocení aktivu bylo kladně přijato především navázání spojení se slovenskými pracovníky a vyzdvihnuta účinná podpora slovenské ústřední sekce a jejího předsedy soudruha J. Mráze, který se zúčastnil celého jednání.

V usnesení aktivu je zařazena péče o prohloubení a zvyšování morálně politické výchovy, organizačně výchovné činnosti a úsilí o získání co největšího počtu mládeže do lyžařských oddílů, a v roce 1959 především aktivní zapojení lyžařů do nácviku na II. celostátní spartakiádu. Na úseku masové základny budou lyžařští pracovníci usilovat o systematickou celoroční práci s mládeží, využívat spolupráce s ostatními složkami, které vychovávají mládež. Na úseku závodního lyžování zorganizují dostatek dobře připravených závodů o »Spartakiádní vložku«.

VL. DOBROVODSKÁ,

členka ústřední komise mládeže



## Sportovní základna mládeže v Janských Lázních



Jarka Horáček mezi brankami

V zimě, každou neděli dopoledne, cvičí družstvo hochů a dívek na sjezdovce v Janských Lázních. Projíždějí slalom, cvičí sjezd. Veselý smích a hovor se rozléhá po sjezdovce. Všichni jsou jednotně oblečení. Mají modré větrovky, stejné pletené čepičky. Oči zkušeného cvičitele vidí nejenom vnější znaky kolektivu, ale i dokonalou kázeň. Když trenér někoho opravuje, žák stojí v pozoru. Každý z nich uposlechne na slovo. Žáci a trenéři si tykají a přece to nevede k familiérnosti. V kolektivu sportovní základny je kázeň skutečně dobrovolná.

U autobusu, kterým žáci jezdí po cvičení domů, jsem viděl zajímavou událost. Někteří hoši se bavili hlučněji a poštuchovali děvčata. Ostatní je rázně napomenuli a vyzvali ke klidu a hoši uposlechli. Byl jsem velmi překvapen. Tyto příklady z dobrého kolektivu mě zaujaly tak, že jsem navští-

Vítěz slalomu dostává »hobla«



vil vedoucího sportovní základny Ivana Hraběte. Hovořili jsme o poslání této instituce a jejich prostředcích a výsledcích.

Základna je zřízena při TJ Sokol Janské Lázně a KV ČSTV v Hradci Králové ji prostřednictvím lyžařského oddílu podporuje. Základna je také pro žáky z jiných okolních oddílů. Vychovává a připravuje mladé lyžařské závodníky. Pro dosažení nejlepších výkonů se používá všech technických a výchovných prostředků. Úzký film na příklad účinně pomáhá k opravování chyb v jízdě.

Být členem základny je veliká čest, každý totiž nemůže být členem, o tom rozhoduje nejenom výkon na sněhu, ale i prospěch ve škole. Soudruh vedoucí mi řekl, že bude nucen vyloučit na čas z výcviku jednoho dobrého člena, protože jeho prospěch ve škole se pohoršil. Tímto výběrem se dosahuje jak lepších výkonů, tak lepší kázně. S uspokojením vykládal o tom, jak na celostátním aktivu trenérů v Brně při vzpomínkách na závody v Janských Lázních mu řekl vedoucí z Olomouce, že jeho chlapci vzpomínají na hochy ze »sportovky«, protože zapůjčili hadry a naftu na očištění lyží, které si znečistili olejem pod lanovkou, a ještě jinak vyšli olomouckým vstříc.

Přirozená tížadost je podpořená bodovací systémem. Boduje se hlavně docházka na tréninky. Jestliže se někdo nedostaví bez písemné omluvy nebo přijde na trénink pozdě, dostává trestné body. A měli byste vidět rozzářené obličejy při vyhlášení vítězů bodování. Z technických výsledků za sezonu se sestavuje žebříček nejúspěšnějších závodníků.

Jednou z důležitých vlastností závodníka je skromnost, ale při dnešních dobrých podmínkách pro sport je často opomíjena. Ve sportovní základně měli

při jedné příležitosti dobrý týdenní kurs skromnosti. Přijeli na vánoční soustředění do chaty v Malé Úpě. Co se však nestalo; před příjezdem zamrzlo a popraskalo ústřední topení. Nezbylo, než žáky poslat domů, ti ale jednomyslně prohlásili, že jim to nevádí. Celý týden spali v tuhých mrazech v nevytopených místnostech a jak to dopadlo: žádný nemocný a žádný úraz. Ukázka toho, co dokáže ukázněnost, otužilost a soustavný trénink.

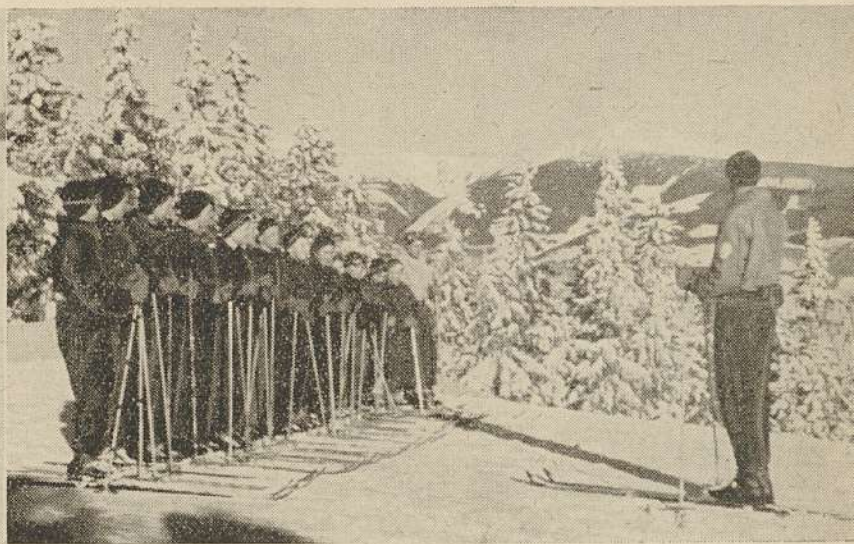
X. celostátní konference trenérů a novinové články připomínají, že je nutno nejen cvičit, ale i vychovávat. Často se stalo, že závodník přes veškerou péči a snahu trenérů zklamal. Při rozboru příčin neúspěchu se zjistí, že to byly jeho osobní vlastnosti, nedostatek bojovnosti, neskromnost, nadutost apod. Výchovná práce ve sportovní základně, jak se zdá, zdolala tyto nedostatky. Od svého založení přinesla výborné výsledky.

V letošním roce při celostátních výběrových závodech žactva na Pústevnách se umístili četní příslušníci sportovní základny na prvních místech. Z celkového počtu dvanácti titulů včetně trojkombinace získali šest, tj. 50 %, a to ještě ze 175 startujících. Několik bývalých členů sportovní základny je ve státní péči a domnívám se, že dosáhnou dobrých výsledků. Trenéři ve sportovní základně mládeže v Janských Lázních totiž vedou žáky nejen po technické stránce, nýbrž je také vychovávají, což někde stále chybí.

I když jsem viděl při setkání se sportovní základnou jisté nedostatky, se kterými trenéři zápolí, chci vám do »sportovky« vzkázat od nás všech: »Děláte to dobře a přejeme vám mnoho dalších úspěchů.«

INŽ. LUBOMÍR NOVÁK

Základna lyžařského oddílu Sokola Janské Lázně nastoupena k výcviku. První družstvo na Černé pasece



# Spolupráce lyžařských oddílů s odbory ZTV

Jedním z cílů naší socialistické tělesné výchovy na úseku nezávodního lyžování je naučit co nejvíce občanů lyžovat a tak jim umožnit pobyt v zimní přírodě a aktivní odpočinek po práci. U nadaných lyžařů a mládeže chceme vytvořit předpoklady ke sportovní specializaci v některé závodní lyžařské disciplíně.

Tyto úkoly mají plnit především lyžařské oddíly spolu v úzké spolupráci s odbory ZTV tělovýchovných jednot, kde je lyžařský výcvik zařazen v osnovách jako důležitý cvičební prostředek. Jak se vyvíjela tato spolupráce a jakými formami ji lze uskutečnit?

Po vydání zákona o tělesné výchově a sportu v roce 1952 byly ustaveny oddíly všeobecné přípravy; měly však malou členskou základnu a postrádaly organizační základnu. Dnes jsou již v odbořech ZTV náležitě obsázeny. Jejich cvičitelé povětšinou neovládali metodiku lyžařského výcviku, jehož organizace je mnohem obtížnější než vedení cvičení v tělocvičně. Proto pracovali raději starými osvědčenými způsoby gymnastických cvičení.

Aktivita pro podchycení masového lyžování vycházela proto hlavně z lyžařských oddílů, které pořádaly hlavně pro mládež akce otevřených svahů, náborové závody školní mládeže a SHM, lyžařské besedy s filmy pro širokou veřejnost a zapojování cvičitelů do zimní rekreace ROH. Tyto povětšinou jednorázové akce však nezvýšily členskou základnu lyžařských oddílů, které kladly větší zájem do závodní činnosti několika jedinců, aniž se jim podařilo zapojit k trvalé práci především mládež. Stávalo se často, že některé závodní oddíly či jednoty vozily celou zimu na nedělní zájezdy do hor stovky v lyžařských oddílech neorganizovaných zájemců o tento krásný zimní sport, aniž by jejich výcvik byl zajištěn lyžařskými cvičiteli, kterých měly některé oddíly přebytek. Cestu k této masové neorganizované lyžařské síli však cvičitelé povětšinou nenašli a svou činnost vykazovali převážně v lyžařských kursech.

Po ustavujícím sjezdu ČSTV v březnu 1957 byly v jednotách zřízeny odbory ZTV, řádně organizované a řízené náčelnictvy a cvičitelskými sbory. Jejich členská základna se neustále rozšiřuje o nové cvičence, a to především o žactvo a dorost. Do nových osnov ZTV bylo lyžování pojata jako jeden z nejdůležitějších doplňkových sportů, jako vhodné zpestření zimní činnosti, a jeho náplň vychází z nové čs. učební osnovy lyžařského výcviku.

Záleží proto velmi na letošním zimním období, jak se v něm podaří odborům ZTV uskutečnit v úzké spolupráci s lyžařskými oddíly náplň lyžařské části svých osnov.

Tam, kde nejsou dosud lyžařské oddíly ustaveny, bude úkolem odborů ZTV zajistit pro členy jednoty provádění lyžařského výcviku a uspořádat pro ně i lyžařský přebor a SZBZ.

S těmito formami činnosti jsou cvičitelé odborů ZTV již seznámeni v základních cvičitelských kursech a jsou pro ně organizovány i doškolovací lyžařské kurzy. V časopise ZTV vycházejí články o organizaci a metodice lyžařského výcviku a nabádají cvičitelské sbory k navázání úzké spolupráce s lyžařskými oddíly.

Je však třeba, aby tato iniciativa ke spolupráci vycházela i ze strany lyžařských oddílů, které v ní musí vidět cestu k rozšíření lyžování do široké masy našich cvičenců a cvičenek, a k převedení nejnadanějších z nich k pozdější lyžařské specializaci. Odbory ZTV sdružují statisíce členů a mládeže, lyžařské oddíly mají své odborníky. Ze vzájemné a co nejužší spolupráce vzejde i oboustranný prospěch.

Jak tuto spolupráci nejlépe uskutečňovat?

1. Především je třeba, aby pomocní cvičitelé a cvičitelé lyžování pomohli při lyžařském výcviku žactva, dorostu a členstva odborům ZTV.

2. V přípravném období by bylo vhodné zaměřit některou nácvičnou hodinu cvičitelských sborů odborů ZTV k ukázké průpravných lyžařských cvičení, která je možno zařazovat do cvičebních hodin složek ZTV a do jejich turistických vycházek či kondičních běhů.

3. Ve spolupráci s turistickým odborem je možno uspořádat pro všechny členy jednoty orientační závod, který je vhodnou podzimní lyžařskou přípravou.

4. Lyžařské oddíly pozvou na lyžařskou besedu členy odborů ZTV. Na ní je mohou seznámit se zásadami správného výběru a ošetřování lyžařské výzbroje a vstroje a upozornit je na akce a zájezdy, které připravují na zimní období. Besedu je vhodné doplnit náborovými propagačními a výcvikovými lyžařskými filmy.

5. Ve spolupráci s nejbližší sportovní prodejnou je možno uspořádat pro členstvo jednoty názornou výstavku nejlépe lyžařské výzbroje a vstroje.

6. Okresní a krajské lyžařské sekce mohou projednat s okresním nebo krajským náčelnictvem a příslušnými cvičitelskými sbory uspořádání doškolovacího lyžařského semináře pro cvičitele ZTV, který je možno uskutečnit například o vánočních svátcích nebo o sobotách a nedělích a ukončit je zkouškami pro pomocné lyžařské cvičitele a rozšířit tak kvalifikaci cvičitelů ZTV o další specializaci.

7. Do vlastního lyžařského výcviku členstva odborů ZTV se zapojí cvičitelé lyžování především tam, kde mezi cvičiteli ZTV bude málo schopných lyžařů.

## Odborné časopisy v příštím roce

Už po řadu let vycházejí u nás odborné časopisy pro jednotlivé sportovní odvětví. Není pochyb o tom, že jsou významnými pomocníky tělovýchovného hnutí. Slouží stejně dobře cvičitelům a trenérům, jako aktivním sportovcům a funkcionářům. Našli si i stálý okruh čtenářů z řad příznivců jednotlivých druhů sportu. To však zdaleka neznamená, že by se na časopisech nedalo mnohé zlepšit. Naopak. Mají-li se stát nepostradatelnými pomocníky a rádcem každého, kdo chce hlouběji vniknout do problematiky jednotlivých sportovních odvětví a potřebuje ke své činnosti odbornou radu a pomoc, musí se dále zvýšit obsahová úroveň i vnější vzhled každého časopisu. Pro příští rok došlo ve vydávání odborných tělovýchovných časopisů k některým změnám.

Bude vycházet 16 odborných časopisů, z čehož dva cizojazyčně s přednostním určením pro zahraničí — **Czechoslovak Sport** (domácí cena 3,— Kčs) a **šachová Revue FIDE** (5,40 Kčs). Tělovýchovnému hnutí u nás bude sloužit 14 časopisů:

Cyklistika	(1,80 Kčs)
Ceskoslovenský šach	(3,— Kčs)
Kopaná	(2,50 Kčs)
Lední hokej — bruslení	(2,50 Kčs)
Lehká atletika	(2,50 Kčs)
Lyžařství	(2,50 Kčs)
Košiková — odbíjená	(1,80 Kčs)

Házená — čs. házená — tenis — stol. tenis	(1,80 Kčs)
Sportovní gymnastika	(1,80 Kčs)
Základní tělesná výchova	(1,50 Kčs)
Teorie a praxe tělesné výchovy	(2,20 Kčs)
Turistika — horolezectví	(1,80 Kčs)
Vodní sporty	(2,50 Kčs)
Za krásami domova	(2,50 Kčs)

Velká většina časopisů bude velkého formátu (21×30 cm). Cyklistika a Teorie a praxe tělesné výchovy budou mít střední formát (17×24 cm) a Turistika — horolezectví se Základní tělesnou výchovou dosavadní formát (15×22 cm). Hodnotněmu, zajímavému a pestrému obsahu bude odpovídat i barevná obálka.

Pro ostatní sportovní odvětví budou vydávat ústřední sportovní sekce podle potřeby náhradou za zrušené časopisy metodické bulletiny.

Odborné tělovýchovné časopisy tvoří spolu s Československým sportem, Stadiónem a Tělovýchovným pracovníkem komplex vzájemně se doplňujících časopisů, které zaujmou, poučí a pobaví každého sportovce, tělovýchovného pracovníka i příznivce sportu. Nezapomeňte si je předplatit na příští rok už teď. Předplatné na půl roku nebo na celý rok přijímá každý poštovní úřad nebo poštovní doručovatel.

Redakce všech odborných tělovýchovných časopisů je v Praze 1, Národní třída 33, telefon sekretariátu 23 42 65.

8. S mládeží bude možno provádět v místech, kde napadne snh, výcvik ve cvičební dny odpoledne, s dospělými převážně jen o sobotách a nedělích nebo při zájezdech členů lyžařských oddílů na hory tak, že k účasti přívou i členy odborů ZTV.

9. Důležitý úkol pro lyžařské cvičitele bude příprava schopných a k lyžařskému výcviku nadaných cvičenců odborů ZTV na náborové lyžařské závody mládeže nebo lyžařský přebor jednoty či Sokolovský závod branné zdatnosti, který uspořádá jednota ve spolupráci se Svazarmem.

10. Schopné a nadané lyžaře přefadíme z odborů ZTV do lyžařských oddílů, nebo z nich uděláme ve cvičení lyžařská družstva a umožníme jim přípravu na závody pod vedením trenérů nebo lyžařských cvičitelů. Při nedostatku cvičebních prostorů pro lyžařské oddíly můžeme takto vyřešit i pravidelné tréninky v rámci cvičení ZTV pro všechny členy lyžařských oddílů. Pravidelný styk členů lyžařských oddílů zajistíme organizováním společných kondičních běhů, organizováním brigád na lyžařských zařízeních, schůzemi a besedami.

Jen takováto vzájemná spolupráce povede jak ke zmasovění lyžování, tak i přílivu nových členů do lyžařských oddílů. Svou pomocí při zajišťování lyžařského výcviku ulehčí lyžařští cvičitelé práci cvičitelům ZTV a umožní jim věnovat se více nejdůležitějšímu úkolu, který je čeká, to jest přípravě a úspěšnému provedení II. celostátní spartakiády, která je věcí nejen všech příslušníků ČSTV, ale i věcí všeho našeho občanstva.

To jsou hlavní formy, jak mohou lyžařské oddíly pomoci odborům ZTV. Naopak zase odbory ZTV mohou účinně pomoci lyžařským oddílům v uskutečňování forem jejich celoroční práce tím, že v přechodném a přípravném období umožní jejich členům, kteří neprovádějí lyžování závodně, docházet do cvičebních hodin odboru ZTV, kde mohou provádět v hlavní části hodiny jako samostatná lyžařská družstva speciální lyžařskou přípravu, která se v přechodném a přípravném období svou náplní všestranné přípravy takřka shoduje s osnovami odboru ZTV.

Toto opatření se osvědčí především při zapojení členů lyžařských oddílů do nácviku skladeb na II. celostátní spartakiádu, která stojí jako důležitý politický úkol před všemi složkami naší tělesné výchovy.

Členové lyžařských oddílů budou moci společně nacvičovat skladyby v přípravné nebo závěrečné části hodiny. V případě, že lyžařský oddíl provádí v jednotě celoročně samostatně cvičební hodiny, mohou lyžařští cvičitelé nacvičovat spartakiádní skladyby tak, že určí ze svých řad ty, kteří budou docházet do nácvičných hodin spartakiádních skladeb pro jednotlivé věkové stupně. Jiní z nich mohou pomoci při provádění okresních spartakiád jako organizátoři. Tato organizace nácviku skladeb na II. celostátní



Jar. Cardal, Vavřín, Zemánek při první rozjízdce

spartakiádu klade na lyžařské oddíly a cvičitele mnohem větší nároky, a odpovědnost než při provádění nácviků s odbory ZTV.

Při organizování našich celostátních spartakiád vycházíme z dobrých tradic sokolských sletů a dělnických spartakiád, které proslavily naši tělesnou výchovu po celém světě. I. celostátní spartakiáda byla úspěšnou vizitkou naší socialistické tělesné výchovy. II. celostátní spartakiáda jí má svými úspěchy ještě předčít a dokumentovat vzrůstající líní socialistického systému naší tělesné výchovy. Procento zapojených členů lyžařských oddílů do nácviků skladeb II. celostátní spartakiády bude nejlepším důkazem toho, jak lyžaři chápou své poslání v ČSTV. Proto v nejužší spolupráci s odbory ZTV vpřed za zdar II. celostátní spartakiády a další rozvoj lyžování!

LIDKA RIEDLOVÁ, členka UMK LS ŮV ČSTV

## Skoky na lyžích a co naše mládež

Celkem právem byly vedeny nářky nad malým počtem skokanů na lyžích, protože je známe, že z malé základny nemůže vyrůst dostatečně silná špička vrcholných závodníků. Proč však máme málo skokanů, když víme, že kluci mají tento sport rádi? Je to především chyba organizace. Mládež chce závodit, a proto je nutno připravit dobré náborové závody i ve skoku na lyžích ze sněhových můstků. Je třeba dát příležitost co největšímu počtu chlapců i děvčat. Je to úkol lyžařských oddílů, aby zorganizovaly spolupráci se školami, ve městech případně i s uličními výbory, a stanovily nejvhodnější termíny závodů. V místech, kde sněhová pokrývka leží delší dobu, se dá při dobré organizaci přivést na start velká většina školní mládeže. Při organizování závodů ve skoku na sněhovém můstku se mohou podílet všichni členové oddílu, především pak cvičitelé, trenéři a rozhodčí.

Jako nejlepší forma náboru se osvědčil tento postup:

1. Promítnutí filmu ve škole

s krátkou přednáškou, kde je vyhlášen termín závodu (nejlépe do 3 dnů po přednášce).

2. Předat stručné propozice učitelé tělesné výchovy s prosbou, aby shromáždil přihlášky závodníků a nezavodícím doporučil účast ve funkci neplatících diváků s povinností povzbuzovat kamarády.

3. Jedny propozice vyvěsit na školní vývěsce.

4. Připravit můstek aspoň den před závodem.

5. Připravit jednoduché záznamy výkonu v tvrdých deskách.

6. Opatřit startovní čísla.

7. Opatřit ceny pro vítěze (vosk nebo podobnou potřebnou věc).

8. K můstku vzít s sebou nejnepnutnější obvazový materiál pro případ první pomoci, kdyby se někdo zranil.

9. Napsat diplomy a předat ve škole (aspoň pro první tři).

10. Napsat úplně výsledky, 1 kopii vyvěsit ve škole, 1 kopii předat lyžařskému oddílu a 1 kopii předat okresní (městské) lyžařské sekci.

Nejlépe je pořádat náborový závod pro každou školu zvlášť ve všech věkových kategoriích, které se na škole vyskytují jako přebor školy. Ve skoku na osmi-letkách aspoň pro 4.—8. ročník, a to pro každou věkovou kategorii, aby mezi sebou soutěžily vždy stejně staré děti. Při malém počtu přihlášených je možno rozdělit je na 2 kategorie — mladší do 12 let a starší nad 12 let. Ve větším městě tuto práci nezvládne jeden obětavý člen oddílu nebo hrstka nadšenců. Zde je nutno, aby okresní nebo městská sekce lyžování koordinovala tuto práci a všem oddílům po vzájemné dohodě přidělila některé školy, v nichž pomohou závody uspořádat. Podobně je nutno postupovat při závodech v běhu i sjezdu. Neosvědčilo se pořádat závody ve všech disciplínách na jedné škole, vybrž každou disciplínu v jiném termínu. I tak je možno během týdne závodit ve všech disciplínách.

Když proběhly závody ve škole a okresní (městská) sekce má přehled o výsledcích, jsou dány všechny předpoklady k to-

mu, aby byl vypsán závod o přebor mládeže města nebo okresu. Tohoto přeboru se zúčastní nejlepší závodníci ze všech škol. Postupový klíč je nejlépe stanovit určitým procentem z účasti v náborovém závodě.

Ani tím však není práce skončena, ale pro trenéry a cvičitele ta hlavní teprve začíná. Podle možnosti oddílu přijmeme do oddílu určitý počet mládeže a pravidelně s ní cvičíme. Provedeme-li důsledně náborové závody po líní škol, máme přehled o vši mládeži a do oddílu si můžeme vzít jen ty nejlepší a počet přihlášek stanovit podle počtu trenérů a cvičitelů, které máme k dispozici. Dělat nábor do lyžařských oddílů jiným způsobem, například před zimou, se nám neosvědčilo, protože se stává, že celý podzim nám do cvičení lyžařských oddílů chodí mnoho dětí, které v zimě na lyže vůbec nepřijdou.

Provedeme-li v nastávající zimě podobným způsobem náborové závody ve skoku všude tam, kde bude snh v bezprostřední blízkosti školy nebo města, nebudeme mít za několik let nedostatek skokanů.

M. sp. MILOSLAV BĚLONOŽNÍK, oblastní trenér

Lyžařství 5

# Běh na lyžích

## včera a dnes

Ve svém článku chci ukázat na některé změny ve vývoji techniky běhu střídavého dvoudobého v posledních dvaceti letech. Pochopení vývoje techniky je jedním z předpokladů snadnějšího a hlubšího poznání současné techniky a umožní nám, pokud je to vůbec možné, předvídat další cesty jejího zdokonalování.

Své závěry opírám především o rozbor kinogramů (jejich podstatná část je uvedena), dále pak studiem literatury v instrukčních dokumentačních filmech. Z filmu »Běh na lyžích« — instrukční německý film AGFA z r. 1940 — jsou také pořizeny kinogramy G. Berauera (první řada), další kinogramy představují Vl. Baška a jsou přefotografovány z »Běžecské lyžařské školy« od J. Čtvrtečky z r. 1950. Ve třetí a čtvrté řadě jsou kinogramy J. Prokeše a Fina Heikki Lehtonena, zhotovené J. Janovským při mezinárodních závodech v Harrachově v letošním roce.

Technika běhu G. Berauera, mistra světa v závodech sdruženém v r. 1939, byla technikou i našich závodníků zhruba až do r. 1949 a její popis od inž. Vl. Nováka můžeme najít v knize Hory, lyže, sníh z r. 1947.

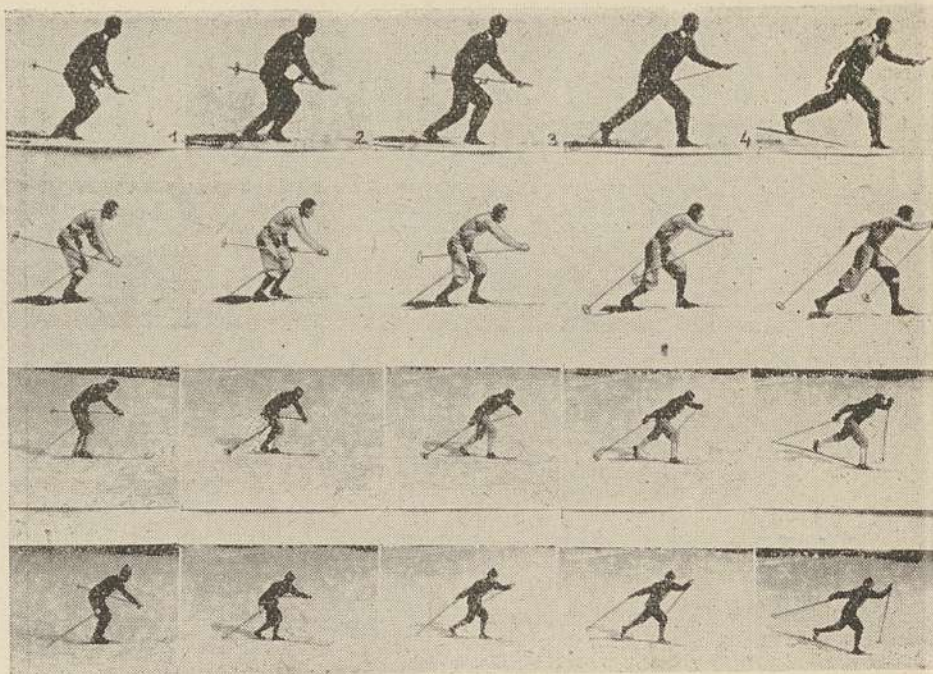
Technika běhu Vl. Baška je již technikou novější, kterou u nás zavedl švédský trenér Bergfors v letech 1949—1950. Od té doby se technika dále vyvíjela a je možno říci, že v dnešní době technika našich předních běžců je shodná s technikou světových špičkových závodníků.

Již při zběžném prostudování připojených kilogramů a jejich vzájemného porovnání jsou tyto okolnosti dobře pozorovatelné. Je patrna rozdílná technika jízdy G. Berauera, Vl. Baška a J. Prokeše na jedné straně, a shodná technika jízdy J. Prokeše s H. Lehtonenem na druhé straně. Dále je možno pozorovat, že technika Vl. Baška je od dnešní techniky méně odlišná než technika G. Berauera.

Důkladnějším rozбором pak můžeme zjistit, v čem tyto odlišnosti spočívají a jakého jsou druhu. Jako největší a zásadní rozdíly mezi dřívější a dnešní technikou střídavého běhu dvoudobého pokládám:

1. Dnešní technika střídavého běhu vylučuje skluz po dvou lyžích současně. Dříve běžec po odrazu přenášel váhu těla na skluznou nohu jen částečně a přecházel dříve či později do sklu na obou lyžích. Dokonalé, tj. úplné přenesení váhy umožňuje nejen skluz na jedné lyži, ale současně vytváří podmínky pro provedení dalších pohybových prvků, které jsou charakteristické pro současnou techniku.

2. Neúplné přenesení váhy těla (tj. jízda ve sklu na obou lyžích sou-



časně) brání uvolněnému a švihovému pohybu nohy po odrazu. Švihový pohyb nohy kupředu, respektive jeho zakončení vyvolává tzv. reaktivní sílu švihu, která napomáhá a zvyšuje účinnost odrazu.

3. Zakončení sklu a příprava na odraz. Příznačné pro současnou techniku je zakončení jízdy ve sklu. Na obr. č. 10 je dobře vidět, že postoj jak G. Berauera, tak i Vl. Baška je mnohem nižší následkem většího ohnutí skluzné nohy v kolenním a hlezenním kloubu, než postoj J. Prokeše a H. Lehtonena.

Výhody vyššího postoje při zakončení sklu spočívají v tom, že a) je prošvihnutí švihové nohy kupředu snadnější, b) je snadnější přechod do přepadu (posunutí těžiště kupředu), c) příprava k odrazu je účinnější.

Co rozumíme pod pojmem příprava k odrazu? Zastavením skluzné lyže dochází k tření v klidu. Odraz je tím jistější, čím je tření větší. Toho dosahujeme jednak vhodným mazáním, ale také zvýšením tlaku na podložku lyže na sníh. Právě zvýšený postoj při zakončení sklu umožňuje větší rozsah snížení (podřepnutí) před odrazem a tím zvýšení tlaku na podložku.

Příprava na odraz je dále charakterisována celkovým snížením těžiště následkem ohnutí ve všech kloubech, tzv. sbalením a přepadem. V přípravě na odraz se těžiště nejen snižuje, ale současně přemísťuje co nejvíce kupředu — přepadá. Přepad ještě pokračuje v první polovině odrazu a končí přenesením váhy těla na skluznou nohu.

4. Práce paží a odpích holemi. Na první pohled je patrný rozdíl v práci paží a odpích holemi. Je to rozdíl jak v rozsahu pohybu, tak v koordinaci odpichu holí s odrazem nohou.

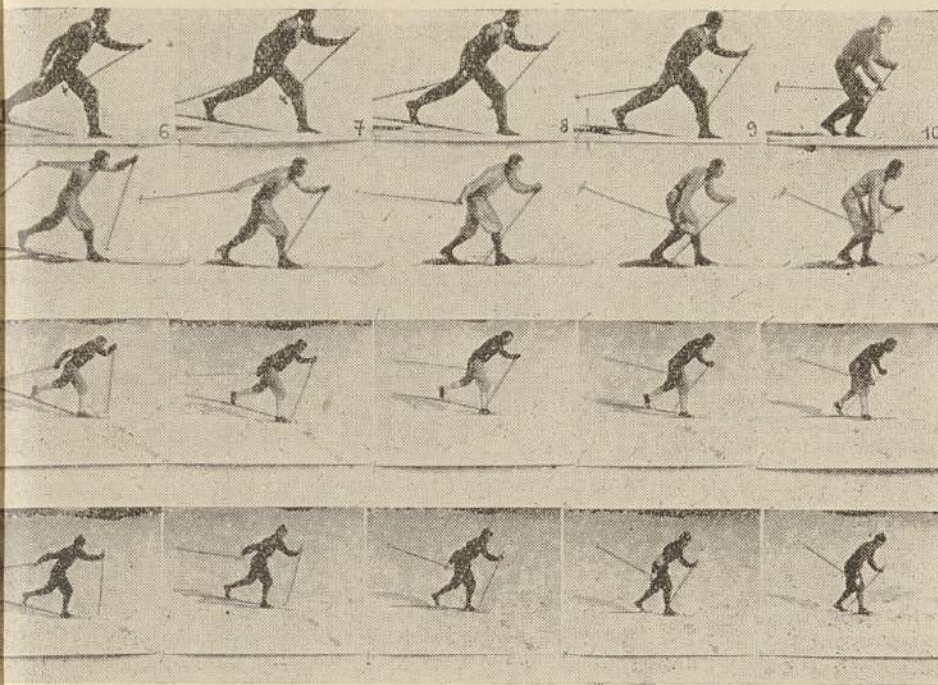
Podívejme se napřed na práci paží a

rozsah jejich pohybů. G. Berauer má rozsah pohybu paží nejmenší, pohyb paže před tělem končí v předpažení poníž, hůl zabodává značně skloněnou bodcem dozadu. Odpich a práce paže končí již u boku. Tento rozsah byl zdůvodňován tím, že »stejnostranné rameno stoje nohy nestáčíme dozadu jako při běhu prostém, nýbrž snažíme se podržet je více vpředu, nebo lépe řečeno v klidu. Také pánev se nenatáčí.« (Hory, lyže, sníh, str. 70.)

Vl. Batěk přechází do opačného extrému, u něhož vidíme rozsah pohybu paží ještě větší, než vyžaduje současná technika. Před tělem zapichuje hůl takřka s napnutou paží, paže je hodně vysoko (obr. 5, 6), avšak větší a závažnější rozdíl je v práci paží za tělem. Tento nedostatek můžeme pozorovat i dnes u mnoha závodníků. »Energické« odhození ruky dozadu a nahoru (jak je vidět u Vl. Baška na obr. 6) se děje tehdy, když odpich není ještě zcela dokončen, síla odpichu není tak plně využita. Odpich se zakončuje úplným napnutím paže v loketním kloubu a zatlačením ruky v zápěstí. Paže s holí se vyrovnává do přímky. Síla odpichu směřuje ve směru hole. Z toho důvodu zašvihuje paže dozadu jen mírně v důsledku setrvačnosti pohybu.

Zdokonalování techniky v práci paží se projevuje mimo jiné také tím, že špičkoví závodníci spouštějí ramenní kloub odpichové paže dolů a dozadu. Silné svalstvo ramenního pletence napomáhá prodloužit odraz, kromě toho úhel odpichu vzhledem k podložce se zmenšuje. Zmenšením úhlu odpichu a zapojením svalstva ramene se zvyšuje účinnost odpichu.

Nápadné je rovněž zabodnutí hole včasnéji a kolměji u Prokeše a Lehtonena (na obr. č. 6) proti Baškovu a zejména Berauerovi. Včasné a kolmé zabodnutí hole, tak jak to můžeme poz-



rovat v poslední době u předních běžců, je sporné z hlediska ekonomie pohybu. Nesporně však napomáhá a) odlehčení váhy těla při jízdě ve skluzu, tím se skluz zrychluje a prodlužuje, b) prodlužuje se tím pracovní perioda.

Běžecský cyklus rozdělujeme na pracovní a pasivní periodu, pracovní perioda je doba, ve které probíhá odražení nohou a paží, pasivní perioda je doba, kdy se běžec »veze«, tj. v první třetině skluzu.

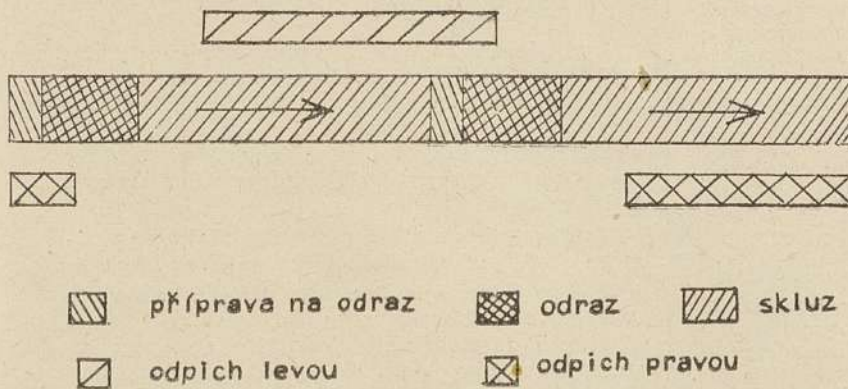
Tělo běžce se při běhu na lyžích pohybuje střídavě se zpomalením — v době po odrazu a během skluzu, a se zrychlením — během odrazu a jeho rychlost je maximální při zakončení odrazu.

Je známá mechanická poučka, že čím je pohyb těžiště rovnoměrnější, tím je pohyb hospodárnější. Každé zrychlení vyžaduje více úsilí než pohyb rovnoměrný, který využívá síly setrvačnosti postupného pohybu.

### 5. Prodloužení pracovní periody.

Zvýšení rovnoměrnosti pohybu nám umožňuje prodloužení pracovní periody. Délka pracovní periody je v průměru od 60 do 80 % z času celého cyklu u nejlepších běžců, např. u Kolčina dosahuje až 82 % (Spiridonov — Teoria i praktika fyzické kultury, 1954, 1).

Prodloužení pracovní periody nám umožňuje správná koordinace práce paží a odpichu holí s odrazem nohou. Koordinace práce paží a nohou prodělala v poslední době velké změny. Tyto rozdíly vidíme nejlépe na obr. č. 4. G. Berauer odpichuje holi současně s odrazem nohy, zatím co J. Prokeš a zvláště Lehtonen již odpich dokončují. Na obr. č. 6 H. Lehtonen již intenzivně využívá zapíchnuté pravé hole, kdežto G. Berauer zapíchnuje pravou hůl až na obr. č. 10. Koordinace odpichu holí a odrazu nohou můžeme dobře sledovat na připojeném chronogramu: chronogram jednoho cyklu střídavého běhu dvoudobého.



Odpich holí končí v první fázi (v první třetině) odrazu nohy, tj. tehdy, když se začíná zvedat pata odra-

zové nohy. Znamená to, že odpichu holí předchází odraz nohy, tím zhruba řečeno dochází ke střídání těchto odrazů.

Nutno ovšem říci, že časový sled a koordinace pohybu nohou a paží není konstantní a také bývá u různých běžců rozdílná. Časový sled a koordinace je závislá zejména na velikosti tření. Při dobrém skluzu je časový rozdíl mezi odpichem holí a odrazem nohou větší, při špatném skluzu zakončení odrazu nohy časově splývá s odpichem hole.

Z uvedeného krátkého rozboru, ve kterém přirozeně nebylo možno zabývat se všemi složkami a prvky techniky střídavého běhu dvoudobého, vyplývá, že stále méně a méně dochází ke změnám v základních prvcích, že však v doplňkových a detailních prvcích ještě stále a také i nadále můžeme očekávat změny.

Vývoj techniky jde ruku v ruce se stupněm trénovanosti závodníka, s jeho fyzickou a taktickou připraveností a vyspělostí. Vývoj techniky nespočívá jen ve změnách struktury pohybu. Rozborem kinogramů nemůžeme sledovat další složky techniky, jejíž souhrn nám vytváří celkové pojetí techniky běhu na lyžích. Mezi tyto složky zahrnujeme dynamičnost, rytmus a časový sled jednotlivých pohybů, vnější činitelé (tření, vybavení, jakost a charakter stopy atd.).

Pokrokovost dnešního pojetí techniky je především nutno vidět v její dynamičnosti. Projevuje se v úsilí závodníka docílit vhodným pohybem a rychlou reakcí na terénní nerovnosti a změněné sněhové podmínky jak k hospodárnému, tak hlavně k rychlejšímu pohybu vpřed. Aby výsledný pohyb byl účelnější a rychlejší, musí být zintenzivněna a časově prodloužena pracovní perioda. Na místo pasivity některých pohybových fází musí nastoupit neustálá pohybová aktivnost. Není tudíž ideální dlouhý skluz, v němž by se běžec staticky vezl, ale dlouhý a přitom rychlý skluz. I ve skluzu musí být patrný účinek všech složek přispívajících k zrychlení a uvolněnosti celého pohybu.

Které jsou to složky? Je to především intenzivnější odraz nohou a odpich holemi při zvětšené frekvenci kroků.

Důležitou úlohu hraje také střídání různých způsobů běžecské techniky vzhledem k terénu a charakteru stopy. Účelné využití jednotlivých prvků techniky, tvárné a pružné přizpůsobení techniky běhu změněným okolnostem terénním či sněhovým pomáhá zpětně závodníkovi udržet si vysokou dynamičnost a aktivitu jízdy.

Čím lépe vyzbrojeni poznatky a zkušenostmi přistupujeme k rozboru techniky, tím snáze a důkladněji ji můžeme poznávat a pochopit. Známe-li však techniku současnou, je to jen polovina úspěchů. Technika nezůstává nikdy stát, stále se vyvíjí. Udržet a zvýšit výkonnost můžeme jen tehdy, udržíme-li krok s vývojem techniky.

FELIX CHOVANEC



# Běžci V LEDNU

VL. PÁCL, V. MEČÍŘ

Začneme neobvyklou historkou. V Zimním sportu roč. 2 čís. 4 jsme se dočetli: »Je tomu 12 let, co známý lyžař český Hynek Bedrník zabil ranou do hlavy, těžkou kovovou holí lyžařskou (tenkrát se používalo těžkých holí) u Jilemnice jeda na lyžích, jelena šestnáctáka, který se proti němu postavil.« Jak těžká to byla hůl a jak silný lyžař, aby toto dokázal?

Dnes se na běžeckých tratích těžko potkáváme s jeleny, ale silné paže — ty pomáhají účinně překonávat četné soupeře, kteří nedoceňují nutnost intenzivního tréninku pletence ramenního.

Ani v lednu není na posilovací cvičení pozdě. Využíváme všech možností, o kterých jsme již psali, k získání síly.

Velmi účinně pomáhá časté zařazování běhu na lyžích s odpichem soupaž. Rovněž cvičení s plnými míči, které je dnes nacvičováno na II. CS, nám vydatně pomůže.

Posledně jsme hovořili o nutnosti ukončit každý trénink i na sněhu během bez lyží a několika gymnastickými cviky na protažení a uvolnění všech svalových skupin.

Dnes máme připomínky k výběru terénů pro závěrečnou část tréninkové jednotky. Ke konci tréninku je organismus obvykle unaven. Z tréninkového hlediska je třeba i na konci tréninku zachovávat velkou rychlost. Proto vyhledáváme lehčí stopu, nejlépe po rovině nebo mírně s kopce tak, abychom mohli zachovat rychlý rytmus pohybů a správnou techniku. Výstupy a výcvik na složité trase se ke konci tréninku nehodí, zvláště ne na začátku zimy a u začátečníků.

## Trénink běžce v závodním období

Ukazuje se stále více, jak je důležité v závodním období přesně provádět systematický trénink s ohledem na tělesné zatížení a odpočinek.

Výkon v závodě je souhrnem všestranné přípravy závodníků (fyzické, technické, taktické a morálně volní) a také soustředění sil před závodem.

Tělesné zatížení a odpočinek se prolíná a kompenzuje nejenom v jednotlivých cvičeních, ale především v celém tréninkovém cyklu, zejména týdenním. Proto zhruba můžeme říci, že počet tréninků v lednu a únoru nepřesahuje počet šestnácti v jednom měsíci včetně závodů (v týdnu asi 4krát). Prakticky to znamená trénink asi obden. Dodržování tréninku obden méně zkušenými závodníky znamená, že u nich nemůže dojít k přílišnému vyčerpání silových zásob potřebných v závodě a za předpokladu vhodné volby tréninkových metod v jednotlivých cvičeních také k přetrérování.

V této etapě hlavního období střídáme opět známé tréninkové metody:

1. **Střídavý trénink** zaměřujeme na probíhání jednotlivých úseků jako na závodní trati se střídáním různé intenzity pohybu a různými přechody mezi nimi. Prodlužujeme úseky (časové) ve zrychlení od střední až k maximální intenzitě (cvičíme v terénu nebo na cvičné, případně závodní trati).

2. **Opakování (intervalový) tréninkem** rozvíjíme rychlost pohybu a rychlostní vytrvalost střední až maximální intenzitou a v odpočinku mezi jednotlivými opakovanými úseky se projíždíme volnou jízdou pro urychlenou obnovu sil.

3. **Rovnoměrný trénink** používáme na počátku závodního období ještě ke zvyšování vytrvalosti (jízda 2—4 hodiny střední intenzitou). Později provádíme rovnoměrný trénink občas při snížení zatížení (po závodech s krátkým časovým vymezením a s mírnou intenzitou).

4. **Kontrolní trénink** již mnoho nepoužíváme. Vlastní kontrolou jsou nám závody.

**Některé hlavní zásady v hlavním období:**

- důležité soustavné a pravidelné opakování a střídání fyzického zatížení s odpočinkem;
- soustředění sil na závod;
- zdokonalovat způsoby běhu v rychle jízdě a zlepšovat taktiku jízdy v terénu;
- rozvíjet rychlostní vytrvalost;
- pravidelně pokračovat v denní dvacetiminutové gymnastice a ve stálých posilovacích cvičeních (tělocvična) s mírnějším zatížením;
- při jízdě maximální intenzitou, která je vyšší než v závodě, projíždíme malé časové úseky s dostatečným odpočinkem v mírné jízdě pro urychlené obnovení sil.

**Příklad týdenního cyklu tréninku vyspělého závodníka mezi jednotlivými závody:**

**Neděle:** Závod 15 km.

**Pondělí:** 1 hod. jízdy volně — rovnoměrně.

**Úterý:** 30—60 min. posilovacích cvičení v tělocvičně.

**Středa:** 1,30—2,00 hod.:

20 min. rozježdění volně — rovnoměrně,

5×2 min. běh asi 500 m s meziodpočinkem 1 min.,

5×4—6 min. běh asi 1500 m s meziodpočinkem 2—3 min.,

5×2 min. běh asi 500 m s meziodpočinkem 1 min.,

vyježdění a uklidnění 10 min.

**Čtvrtek:** Střídavý trénink, běh 10 km na trati (v terénu) celkem 1 hod.

**Pátek:** odpočinek.

**Sobota:** Projetí trati příštího závodu 15 km, volně s krátkými zrychleními v zásadních terénních přechodech.

**Neděle:** Závod 15 km.

Tyto moje názory navazují v zásadě na předcházející uveřejněnou literaturu ÚTR o tréninku a shodují se v podstatě s diskusním materiálem — »O celoročním tréninku lyžaře-běžce« od M. A. Agranovského.

## LYŽAŘSKÝ ODZNAK VYDANÝ K 70. VÝROČÍ ORGANIZOVANÉHO LYŽAŘSTVÍ V ČSR:

U příležitosti 70. výročí organizovaného lyžařství v ČSR vydala ústřední lyžařská sekce odznak, který je z tombaku, částečně smaltovaný. (Ústředním motivem odznaku jsou lyže nesoucí státní vlajku ve štítě. Lyže jsou umístěny na kruhu s nápisem Československý svaz tělesné výchovy, v jehož dolním rozšířeném okraji je číslice 70.)

Odznaky budou prodávány výhradně lyžařským oddílům a každý oddíl může objednat nejméně 25 kusů.

Cena za 1 kus byla stanovena na 3 Kčs. Ústřední sekce bude prodávat odznaky oddílům za 2,70 Kčs a 0,30 Kčs zůstává oddílům na pokrytí režijních nákladů spojených s rozprodejem.

Objednávky zasílejte ústřední sekci lyžování, Praha II, Na poříčí č. 12, která je bude vyřizovat obratem a zásadně je bude rozesílat na dobírku.

# Za prvním sněhem

**B**lázni, jedou na bláto, nemají čím topit, kdyby raději dělali... a další komentáře musí každý lyžař přeslechnout, když se poprvé odvážně pustí za říjnovým či listopadovým sněhem. A přival ironických a jízlivých poznámek nás doprovází každoročně nejen ve městě či ve vlaku spulcím do hor, ale ještě na těch strmých cestách z Pece, Špindlerova Mlýna či Harrachova ke hřebenu. A při tom druhý konec cesty, která se v údolí topí v blátě, je nahoře pokryt sněhem a čeká jen na naše lyže.

Jsou mezi lyžaři lidé, kteří nosí lyže v údolí hrdě jako jezuita kříž a při všech ironických poznámkách se jen blaženě usmívají — vždyť vědí své. Jiní jsou bojovníci, nesou své lyže sice veřejně, ale ne hrdě, spíš by se dalo říci bojovně. Jsou ochotni každému posměváčku malým vytočením zad zacpat ústa batohem a postavit lyže právě na jeho nohu v tlačnici. Na poznámky odpovídají bojovně a tvrdě, což mívá za následek, že fronta nepřátel se upevní a naroste. Doufám, že do této kategorie nepatříte. Snad spíše do té další — ilegální. To jsou ti, co jedou ve vlaku v nenápadném sportovním civilu. Několika návnými úvahami zda letos vůbec nějaký sníh napadne se zařadí mezi odpurce lyží. Jejich cesta vede do kopců jakoby náhodou. Jdete spolu. Čím více stoupáte, tím více vás ohromují přesnými údaji o momentálních lyžařských možnostech na Lučňi boudě, Vosecké či Zlatém návrší. A když se tohoto civila zeptáte, proč vlastně spěchá do hor, suše vám vysvětlí, že již tři neděle trénuje nejprve na jinovatce, pak na prašanu, který byl tak kvalitní, že jezdil na zeleném

Swixu a minulou neděli to prý zvlhlo a jezdil na klisru. Lyže, vosky, boty, atd.? To má samozřejmě schované na chatě. Jde se mu vedle vás nalehko tak dobře, že se rozhodujete, že přistě půjdete také nalehko. K těm tajnůstkářům patří ve velké míře také »domorodci«. Potkáte Jardu, Karla, Vlastu či Ilju (vzhledem k jejich příslušnosti k ilegálním, jejich jména dále neuvedu), tři kilometry od sněhu a oni se spravedlivě diví, »kam se ty blázne ženeš. Listí je ještě na stromech, a ty strašiš.« Na chatě se pak o těchto dovíte, že jsou na sněhu každou chvíli.

Pro tuto skupinu pracuje také podzimní počasí. Mhy utají každý pohyb a pouze spousta stop ve sněhu prozradí jejich činnost. Ale mlha ani na podzim není stála. A když si slunce posvílí na krkonošské hřebeny, najde tam desítky postav honičích se ve stopě po proužku sněhu u cesty vedoucí po Labské louce či k Lučňi boudě i postavy sjiždějící pod Jestrábími boudami nebo do Modrého dolu. A polední teplé slunce stáhne všechny do houfu, aby si řekli o svých zkušenostech z prvního sněhu. Všichni se snaží využít od počátku tréninkové možnosti na sněhu. Je pravda, že ty prvě tréninky na říjnovém či listopadovém sněhu nebývají lyžařsky ideální. Sníh mokrá, jindy zase leďák, zrádné kameny pod popraskem sněhu, které trhají hrany a dělají velké modřiny. Pásy sněhu se střídají s plochou trávou d nutí každou chvíli šlapat pěšky. Přesto však to všechno spolu s dlouhými výstupy za sněhem tvoří nejlepší předchod z přípravy »beze sněhu« na sníh. Není přece ideální, aby letní a podzimní příprava jednoho dne skončila, jako když utne a byla v celém rozsahu nahrazena tréninkem na lyžích. Na prvém sněhu se naježdí jen část tréninkového času a ostatní čas je vyplněn výstupem za sněhem, úpravou terénu i gymnastikou a ostatním cvičením v přírodě. Vlastní trénink na lyžích nemůže z počátku nahradit v plném rozsahu trénink závodníka z přípravného období. Proto všestranná příprava pokračuje dále a jest v týdnu doplňována ježděním na umělých pomůckách, jehličí, hmotě atd. a speciálními cviky. Na sněhu pak jezdíme tak často, jak dovolu podmínky, neboť sebelepší umělé pomůcky nenahradí trénink na sněhu. S rostoucí zimou přibývají tréninkové možnosti na sněhu a v době, kdy zapadnou sněhem nejen horu, ale i podhůří, tj. většinou počátkem ledna, stává se trénink na sněhu podstatnou částí tréninku.

I v tomto období je však třeba pamtovat na každodenní cvičení, které by mělo patřit k osobní kultuře každého závodníka. A tak, jakmile ucítíte ve vzduchu sníh, nedejte nic na lidské řeči o blázních a vyšlápněte nahoru za sněhem, pořádným tréninkem a za lepšími výkony. Přeji vám, abyste našli hory pod sněhem a ve slunci jako jsme je zastihli 26. října letošního roku my.

BOH. SÝKORA

*Loba polyvinylchloridová*

POLYVINYLCHLORID - TO JE MŮJ SNÍH  
JÁ ZAS RADĚJI JEZDÍM NA NOVODURU



A NE ABY JSTE PŘES ZIMU ZAHÁLELI -  
AŽ ZAS ZAČNEM NA JAŘE NA IGLITU.



PROZATÍM SE NÁM NEJLEPŠE OSVĚDČIL  
NA NAŠÍ IGLITOVÉ  
DRAZE TYTO LYŽE



NEJDŘÍVE MUSÍME VYHÁZET SNÍH  
ABYCHOM MOHLI LYŽOVAT



MY JSME TO JENOM OBRÁTILI -  
LYŽE IGLITOVÝ A MŮSTEK DŘEVĚNÝ



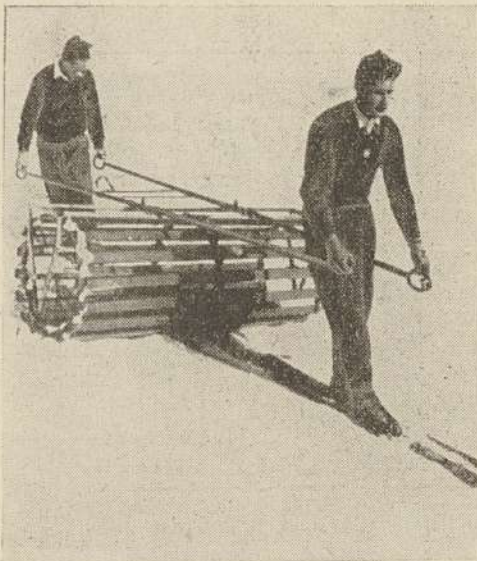
ZE SKICÁŘE  
MISTRA SPORTU ILJI MATOUŠE

## KNIHY DOKUMENTUJÍCÍ ČESKOSLOVENSKO-SOVĚTSKÉ PŘÁTELSTVÍ

Věcné přátelství. (Cesta státníků.) Zájezd vládní a stranické delegace do SSSR, průběh jednání, rezoluce a prohlášení o jednání mezi KSČ a KSSS je obsahem této publikace, která přináší závažné projevy našich i sovětských zástupců. 98 stran, cena kart. 3,20 Kčs, cena váz. 7,60 Kčs.

Se Sovětským svazem na věčné časy. Sborník projevů z přátelské návštěvy stranické a vládní delegace Sovětského svazu. Obsahuje uvítací projevy vedoucích tajemníků KV KSČ a projevy členů sovětské delegace a představitelů KSČ a vlády. Je doplněn textem komuniké o přátelské návštěvě a 20 hlubotiskovými fotografiemi. 150 stran, cena kart. 5,20 Kčs, cena váz. 9,60 Kčs.

U přátel nejbližších. (Návštěva A. Novotného v SSSR v červenci 1958.) Dokumentární publikace o cestě presidenta republiky a dalších představitelů naší strany a vlády do SSSR. Obsahuje projevy A. Novotného a představitelů KSSS a sovětské vlády na různých místech Sovětského svazu a při návratu do ČSR. 160 stran, cena kart. 6,— Kčs, cena váz. 10,40 Kčs.



## SNĚHOVÝ VÁLEC

Úprava sjezdových tratí v okolí lanovek a výtahů není důležitá jen pro trénink závodníků. Je nutná i pro bezpečnost, umožnění a zpříjemnění jízdy všech ostatních uživatelů těchto zařízení. Měla by se proto stát samozřejmou součástí povinné péče provozovatele — správy výtahu nebo lanovky o jeho zákazníky — lyžaře. Že k tomu máme hodně daleko, o tom svědčí neudržovaný a často nebezpečný povrch sjezdových tratí v době největší frekvence (např. ve Špindlerově Mlýně) nebo naopak malý, po případě žádný provoz na výtahu v důsledku neupravené a nesjízdné trati (Vrátná aj.). V prvním i v druhém případě jde především o zdraví lyžařů, kteří se na sjezdovku odváží. O tom by nejlépe mluvila statistika úrazů např. ve vrchlabské nemocnici. Ale i škody na lyžařském materiálu jdou denně do tisíců. V druhém případě tím trpí citelně obrat lanovky.

Péči o úpravu sjezdových tratí nelze přenášet, jak se dosud děje, na lyžaře, kteří trati používají. Zejména ne péči o průběžnou jejich úpravu během provozu. Ale i pro jednorázové úpravy drah při větším sněžení, které se dosud prováděly za pomoci členů různých kursů a soustředění šlapáním, bude třeba hledat racionálnější formy.

Jednou z nich je použití tak zvaných sněhových válců. Jak vysvítá z obrázku, jde v podstatě o válec dva metry dlouhý, mající v průměru 65 cm. Na obvodu má upevněny latě 8 cm široké. Válec spočívá v sedlovitém trubkovém rámu a je veden čtyřmi voji jako záchranné sáně. Tlak na sněh lže regulovat větším nebo menším tlakem na voje. Válec se dobře hodí pro úpravu hlubokého nebo vlhkého sněhu i sněhu pokrytého kůrou. Zanechává za sebou dva metry širokou, velmi dobře sjízdnou stopu, podobnou stopě ušlapané pomocí lyží. Práce s válcem vyžaduje však mnohem menší námahy a času. Trať 4,5 km dlouhou lze upravit v šířce 2 m za 20 min.

Válec lze použít jak na prudkém svahu, tak v zatáčkách a na traversech, protože je zajištěn proti smyku do stran.

Kostra válce i voje jsou vyrobeny z lehkého trubkového materiálu. Voje lze po použití snadno odmontovat, čímž je usnadněna přeprava válce lanovkou.

Sněhovým válcem neupravíme sjezdovou nebo slalomovou trať tak, aby se na ní dal jet závod. Závodní trati vyžadují speciální úpravu. Lze jim však dosáhnout v krátkem čase s poměrně malou námahou dvou lidí úpravou dostatečně široké dráhy, která umožní lyžařům najetí různých stop a zabrání tvoření známých koryt. Hodí se rovněž dobře k úpravě cvičných svahů, dojezdu můstků atd.

Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

## Zahraniční literaturou

JAK VYCHÁZEJÍ VE SVĚTĚ LYŽAŘSKÉ ČASOPISY A MATERIÁLY? V Polsku je vydáván časopis pouze během zimy (šestkrát do roka): »NA NARTACH« (formát mezi A4 a A5). V NDR vydávají osmnáctkrát do roka časopis nyní nazývaný: »SKISPORT und TOURISTIK«, který je společený pro sekci lyžování a turistiku (formát A4). V Rakousku vychází letos po prvé osmkrát do roka (dříve šestkrát) »AUSTRIA SKISPORT — Zeitschrift des ÖSV« (formát A4). Ve Švýcarsku vychází desetkrát ročně časopis »SKI — Organ des Schweizerischen Skiverbandes«. V Itálii vydávají dvanáctkrát ročně časopis »SPORT INVERNALI — notiziario della FIS« (formát A4). V USA vydávají šestkrát do roka »SKI MAGAZINE« (formát A4). V NSR vydávají desetkrát ročně časopis »SKI — officieles Organ des DSV«, nemají speciální lyžařské časopisy.

V Sovětském svazu najdeme bohatý materiál o lyžování v časopisech: »SOVĚTSKIJ SPORT« a »TEORIA I PRAKTIKA FIZIČESKOJ KULTURY I SPORTA«.

\*

NĚKOLIK INFORMACÍ Z FINSKA:

Hlavní kádr dobrých běžců ve Finsku vyrůstá z toho, že mnoho dětí jezdí z různých samot v zimě do školy na lyžích, často 6—8 km daleko. To znamená, že najednou denně 12—16 km. 80 % školní tělesné výchovy se v zimě provádí na lyžích. Nejlepší známka na finských školách je 10. Žáci ve věku 10—14 let dostanou z tělesné výchovy »desítku«, když v zimním období jednoho školního roku projedou prokazatelně na lyžích 400 km.

Zajímavé jsou také jízdy na dlouhé vzdálenosti. Tak je možno nazvat nedělní výlety mnohých občanů většiny finských měst, městeček a osad. V okolí těchto měst jsou postaveny tratě 40 km (pro ženy), 50, 60, 70 km (pro muže). Je to velmi jednoduchá soutěž. Trasa jízdy je pevně určena. Sami jsme letos viděli v Helsinkách vydanou mapu těchto jízď v okolí hlavního města. Na trať se může vyjet v 6.00 hod. ráno a do 18.00 hod. se musí dojet do cíle. Účelem je projet všechny kontrolní body. Na tratích jsou často celé rodiny. V chatách, kolem kterých vedou tyto trasy, najdou účastníci osvětlení a případně si krátce odpočinou. Příkladem v účasti na těchto jízďách je i finský prezident Kekkonen, který se i ve svých 58 letech zúčastňuje nedělních jízď na 50 km. Lyž.

## PŘECHOD Z BĚHU STŘÍDAVÉHO DO BĚHU S ODPICHEM SOUPAŽ

KE KINOGRAMU NA 3. STRANĚ OBÁLKY

Tímto kinogramem navazujeme na text a kinogram v 10. čísle Lyžařství. Zaměřujeme se na velmi často používaný přechod z běhu střídavého do běhu s odpichem soupaž, který se používá tehdy, když rychlost jízdy již nedovoluje běžci ekonomicky využít běhu střídavého. To je například tehdy, když rovina (na které jede běžec střídavým způsobem) začne pozvolna klesat nebo když se na stopě v rovině vyskytne vlna. Podobně na dobrém sněhu, když po několika krocích střídavých dostane běžec takovou rychlost, že je ekonomičtější pokračovat odpichem soupaž, a konečně i na delší rovině vkládáme do jízdy střídavě z důvodů fyziologických a pro oživení jízdy občas jeden i více kroků s odpichem soupaž.

Zapojení způsobu jízdy s odpichem soupaž znamená v závodě vždy zrychlení. Aby toto bylo skutečně zrychlením, je třeba provést odpích správně technicky. Využit nejen síly odrazu nohy až do jeho dokončení, ale také využití zavěšení trupu na předhozené hole k zintenzivnění odpichu pažemi.

V závodě se často stává, že běžec nevyužívá dostatečně běhu s odpichem soupaž zvláště tehdy, když je unavený. Jede dlouhé úseky během střídavým a jeho jízda se pak stává stereotypní až monotónní a je samozřejmě pomalá.

Dnešní kinogram znázorňuje reprezentanta Josefa Prokeše, když

přechází z běhu střídavého do soupažného. Záběr je z loňského mezinárodních závodů v Harrachově z běhu na 15 km. Prokeš tu je zachycen při zdolávání stejného úseku ve čtrnáctém km jako na minulém kinogramu vítěz závodu H. Lehtonen. Prokeš byl v tomto závodě z čs. běžců nejrychlejší a celkově třetí. Pro srovnání by bylo zajímavé uvést i záznamy ostatních našich běžců, neboť ani jediný z nich nezvládl úsek technicky tak dobře jako Lehtonen, který využil malé vlny (viz kin. v č. 10) a pak plynule přešel k střídavému kroku. Všichni naši běžci se »nechají svést« s vlny a pak pokračují během střídavým.

Prokeš jako jediný si uvědomil neekonomičnost těchto střídavých kroků a tak dalším krokem přešel k běhu s odpichem soupaž.

Na našem kinogramu sledujeme na obr. 1—8 nepěkně provedené fáze běhu střídavého s nevyužitým odrazem a od obr. 8—14 přechod do běhu s odpichem soupaž. Zde po dokončení odpichu levou holí (obr. 9) Prokeš již paže nevyměňuje, ale ponechává vpředu pravou hůl a přendá k ní i levou, obě předhazuje (obr. 12—15) a konečně je zapichuje asi u špiček lyží. Trup, který přepadem při odrazu (obr. 15) dostává maximálně dopředu, zavěšuje na holích, a jeho vahou zesiluje odpích paží (obr. 18).

JOSEF JANOVSKÝ, ITVS



\*\*\*\*\*

# KALENDÁŘ LYŽAŘSKÝCH SOUTĚŽÍ 1959

\*\*\*\*\*

## VRCHOLNÉ ZÁVODY:

15. 2.	Mistrovství ČSR v běhu na 50 km		M	Jilemnice	KV ČSTV Liberec
24. 2.—1. 3.	Mistrovství ČSR a dorostenecký přebor	klas. disciplíny	MŽJD	Špindlerův Mlýn	LS ÚV ČSTV
5.—8. 3.	Mistrovství ČSR	sjezd. disciplíny	MŽJ	Vrátná	KV ČSTV Žilina
12.—15. 3.	Dorostenecký přebor ČSR	sjezd. disciplíny	D	Chopok	KV ČSTV Žilina
14.—15. 3.	Přebor ČSR v SZBZ			Štrbské pleso	KV Svazarm Košice
13.—15. 3.	Mezinárodní závody	Klas. disciplíny	MŽJ	Harrachov	KV ČSTV Liberec
22.—24. 3.	Velká cena Slovenska	sjezd. disciplíny	MŽJ	Vysoké Tatry	SÚV ČSTV

## VÝBĚROVÉ ZÁVODY:

### BĚH:

11. 1.	Kořenov	15 km, 5 km	Kořenov	Slavoj Kořenov
18. 1.	Bezroukov memoriál	15 km	Sliač	Lokomotiva Zvolen
23.—25. 1.	Zlatá lyže	42 km, 10 km	Nové Město na Mor.	Sokol N. Město n. Mor.
15. 2.	Mistrovství ČSR	50 km	Jilemnice	KV ČSTV Liberec
24. 2.—1. 3.	Mistrovství ČSR	50, 15, 10 a 5 km	Špindlerův Mlýn	LS ÚV ČSTV
13.—15. 3.	Mezinárodní závod	15, 10 km	Harrachov	KV ČSTV Liberec

### SDRUŽENÝ ZÁVOD:

24.—25. 1.	Pohár TJ Rožnov p. Radh.	Rožnov	TJ Rožnov
31. 2.—1. 2.	Velká cena	Mšeno	Jiskra Mšeno
14.—15. 2.	Velká cena	Lomnice n. Popelkou	Jiskra Lomnice n. Popelkou
24. 2.—1. 3.	Mistrovství ČSR	Špindlerův Mlýn	LS ÚV ČSTV
13.—15. 3.	Mezinárodní závody	Harrachov	KV ČSTV Liberec

### SKOK:

25. 1.	Šachty	Vysoké	Jiskra Vysoké
15. 2.	Štít februarového víťazstva	Srnková	KV ČSTV B. Bystrica
1. 3.	Mistrovství ČSR	Špindlerův Mlýn	LS ÚV ČSTV
13.—15. 3.	Mezinárodní závody	Harrachov	KV ČSTV Liberec
29. 3.	Pohár kongresového můstku	Harrachov	Jiskra Harrachov

### SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY

14.—15. 2.		sjezd, slalom	Pustevny	KV ČSTV Brno
28. 2.—1. 3.	Janošíkova valaška	sjezd, slalom	Chleb	KV ČSTV Žilina
5.—8. 3.	Mistrovství ČSR	sjezd. slalom, obří slalom	Vrátná	KV ČSTV Žilina
29.—30. 3.	Velkonočný slalom	sjezd. slalom, obří slalom	Skalnaté pleso	Tatran Tatranská Lomnica
25.—26. 4.	Závod Osvození	slalom, obří slalom	Luční	Sokol Janské Lázně, Lokom. Trutnov

## OSTATNÍ LYŽAŘSKÉ SOUTĚŽE 1959

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
	1958						
Olomouc	27. 12.	Veřejný závod	štafety	MJŽD	Červenohor. Sedlo	Lokomotiva Šumperk	
Hradec Král.	26. 12.	Pohár osvob. Krkonoš	skok	MJ	Špindlerův Mlýn	Slovan Špindlerův Mlýn	
Brno	27. 12.—1. 1.	Mezikrajské utkání Brno—Olomouc	běh, sjezd	Ž	Kursovní chata	KV ČSTV Olomouc—Brno	
	1959						
Liberec	31. 12.—1. 1.	Veřejný závod	sružený	MJD	Harrachov	Jiskra Harrachov	
B. Bystrica	1. 1.	Veřejné závody	skok	MJD	Králíky	ČH B. Bystrica	
Bratislava	4. 1.	Sankárske závody	sane		Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
Bratislava	4. 1.	Prímát Považia	beh	MŽJD	Soblahov—Trenčín	TTS Trenčín	klasif.
B. Bystrica	4. 1.	Verejné preteky	klasické	MŽJD	Hronec	Spartak Hronec	
Vysoké Tatry	3.—4. 1.	Novoročný zjazd	zjazd	MŽJD	Skalnaté Pleso	Tatran Tatr. Lomnica	klasif.
Bratislava	11. 1.	Verejné preteky	zjazd	MŽJD	Bezovec	Slavoj Piešťany	
Bratislava	11. 1.	Po chodníčkoch SNP	beh	MŽJD	Magura	Sokol Poruba	
B. Bystrica	11. 1.	IV. ročník VC Podkoniec	zjazd	MŽJD	Podkonice	Tatran Podkonice	
B. Bystrica	11. 1.	Verejné preteky	skok	MJD	Slov. Lupča	Sokol Biotika	
Vysoké Tatry	11. 1.	Venerovského memoriál	beh	MŽJD	Tatr. Lomnica	Tatran Tatr. Lomnica	klasif.
Pízeň	11. 1.	15 km Šumavou	běh	MD	Špičák	Lokomotiva Plzeň	klasif.
Pízeň	11. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Nová Huť	Spartak Dýšina	
Liberec	11. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Lomnice	Jiskra Lomnice	
Liberec	11. 1.	Veřejný závod	slalom	MŽJD	Desná	Sokol Desná	
MV Praha	11. 1.	Čertova Pláň	běh	MŽJD	Rokytnice	Slovan Zdravot. Praha	
Karlovy Vary	11. 1.	Veřejný závod	skok	MJŽD	Kráslice	Tatran Kráslice	klasif.
Hradec Králové	11. 1.	IV. ročník Poháru automobilových závodů	běh	MJD	Vrchlabí	Spartak Vrchlabí	
Liberec	18. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Mříčná	Sokol Mříčná	
Liberec	18. 1.	Veřejný závod	sružený	MD	Josefův Důl	Jiskra Josefův Důl	
Liberec	18. 1.	Veřejný závod	slalom		Jablonec	Jiskra Jablonec	
			obří slal.	Dml.ž.			
Č. Budějovice	18. 1.	Štašská patnáctka	běh	MŽJD	Zadov	Sokol Stachy	klasif.
Ostrava	18. 1.	Šrubářův memoriál	štafety	MD	Pustevny	Spartak Frenštát	
Olomouc	18. 1.	Veřejný závod	sjezdové	MŽJD	Bratrušov	Sokol Bratrušov	
Liberec	18. 1.	Pohár VŠŠ Slávia	obří slal.	MŽJDst.	Ještěd	Slávia Liberec	
Liberec	18. 1.	Krajský přebor	štafety	Dml.ž.	Zlatá Olešnice	Sokol Zlatá Olešnice	
Liberec	18. 1.	Krajský přebor	30, 10 km	MŽ	Liberec	Lokomotiva Liberec	klasif.
Hradec Králové	18. 1.	Memoriál J. Materny	30 km	M	Špindlerův Mlýn	Slovan Špindlerův Mlýn	klasif.

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Hradec Králové	18. 1.	Štít města Hr. Král.	sjezd	MŽJD	Liščí Hora	Spartak Hradec Králové	klasif.
Karlovy Vary	18. 1.	Kraslické štafety	štafety	MŽDž	Kraslice	Tatran Kraslice	
Jihlava	18. 1.	Krajský přebor	klasické	MŽD	Nové Město	Sokol N. Město na Mor.	klasif.
Gottwaldov	18. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Vsetín	Spartak MEZ Vsetín	
Gottwaldov	18. 1.	Memoriál Jože Tomšů	běh	MŽJD	Velké Karlovice	Tatran Velké Karlovice	
Bratislava	18. 1.	Verejné preteky	skok	MJD	Svätý Jur	Sokol Svätý Jur	
Nitra	17.—18. 1.	Ď banický kahanec	zjazd	MŽJD	Remata	Baník Handlová	
Žilina	18. 1.	Verejné preteky	obří slalom	MŽJD	Malínó Brdo	TJ Ružomberok	
Bratislava	25. 1.	Verejné preteky	skok	MJD	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
Bratislava	25. 1.	Verejné preteky	klasické	MŽJD	Na Babe	KV ČSTV Bratislava	
Nitra	25. 1.	Verejné preteky	zjazd	MŽJD	Magura	Sokol Poruba	
Žilina	25. 1.	Verejné preteky	skok	MJD	Turany	Tatran Turany	
Žilina	25. 1.	Okolo Štrby	30 km	M	Štrba	Sokol Štrba	klasif.
B. Bystrica	25. 1.	Majstrovstvá kraja	klasické	vše	Kremnica	Baník Kremnica	
B. Bystrica	25. 1.	Verejné preteky	skok	MJD	Srnková	ČH B. Bystrica	klasif.
Vysoké Tatry	25. 1.	Majstrovstvá kraja	klas. zjazd	vše	Štrbské Pleso	MV ČSTV Vys. Tatry	
Košice	25. 1.	Pohár Slov. Rudohoria	běh	MŽJD	Mlynky	Baník Mlynky	klasif.
Košice	24.—25. 1.	Velká cena Vys. Tatier	zjazd	MŽJD	Starý Smokovec	Slovan Starý Smokovec	klasif.
Jihlava	25.—25. 1.	Zlatá lyže Českom. Vysoč.	klasické	MŽJD	Nové Město	Sokol N. Město na Mor.	kl. + výb.
Brno—Olomouc	25.—25. 1.	Krajský přebor	42, 10 km	MŽ	Nové Město	KV ČSTV Jihlava	
Hradec Králové	24.—25. 1.	Veřejný závod	slal., sjezd	MŽD	Janské Lázně	Sokol Janské Lázně	
Liberec	24.—25. 1.	Veřejný závod	sdrůž., běh	MŽJD	Desná	Jiskra Desná	
Gottwaldov	24.—25. 1.	Pohár TJ Rožnov	klasické	MŽJD	Rožnov	TJ Rožnov	kl. + výb.
Ostrava	25. 1.	Veřejný závod	klasické	vše	Písek	Sokol Písek	
Pardubice	25. 1.	Cena Bukové hory	běh	Dž	Čenkovice	Lokomotiva Č. Třebová	
KV Praha	25. 1.	Senohrabská patnáctka	běh	MŽJDž	Senohraby	Sokol Senohraby	
Liberec	25. 1.	Krajský přebor	obří slal.	MŽJDst.	Tanvald	Jiskra Tanvald	
Liberec	25. 1.	Krajský přebor	štafety	MŽJ	Horní Branná	Sokol Horní Branná	
Gottwaldov	25. 1.	Bílé potoky	obří slal.	MŽJD	Valašské Klobouky	Spartak Valaš. Klobouky	
Č. Budějovice	25. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Bechyně	Jiskra Bechyně	
Č. Budějovice	25. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Ražice	Sokol Ražice	
Olomouc	25. 1.	Veřejný závod	štafety	Dž	Sudkov	Sokol Sudkov	
Hradec Král.	31. 1.—1. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd.	ž	Trutnov. Janské Láz.	Lokomotiva Trutnov, So- kol Janské Lázně	
Liberec	31. 1.—1. 2.	Krajský přebor a Vel. cena	běh, sdr.	MŽJDst.	Mšeno	Jiskra Mšeno	kl. + výb.
Pardubice	1. 2.	Krajský přebor	štafety	MŽD	Čenkovice	Lokomotiva Č. Třebová	
Plzeň	1. 2.	Krajský přebor	slalom,		Špičák	KV ČSTV Plzeň	klasif.
			klasické	MŽD			
Č. Budějovice	1. 2.	Krajský přebor	30, 10 km	MŽ	Vimperk	Slovan Vimperk	klasif.
Č. Budějovice	1. 2.	Veřejný závod	skok, slal.	MŽD	Zadov	Sokol Stachy	
Č. Budějovice	1. 2.	Veřejný závod	sjezd	MŽD	Kleť	Spartak Č. Budějovice	
Hradec Králové	1. 2.	Krajský přebor	štafety	MŽD	Malé Svatoňovice	Baník Malé Svatoňovice	
			Schejbalův memoriál				
Hradec Králové	1. 2.	Pohár Zvičiny	skok	MJD	Zvičina	Sokol Bílá Třebešná	
Ústí n. Lab.	1. 2.	Veřejný závod	slalom	MŽJD	Pyšná	Slovan Jirkov	
Liberec	1. 2.	Veřejný závod	slalom	Dml.ž	Tanvald	Jiskra Tanvald	
Liberec	1. 2.	Krajský přebor	skok	Dml.ž	Olešnice	Sokol Zlatá Olešnice	
Liberec	1. 2.	Veřejný závod	skok	MJDst.	Semily	Jiskra Semily	
Gottwaldov	1. 2.	Pohár Lopeníka	slalom	MŽJD	Lopeník	Spartak Uher. Hradiště	
Gottwaldov	1. 2.	Pohár Valašská	skok	MJD	Dolní Bečva	Jiskra Dolní Bečva	
Olomouc	1. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽJD	Kursovní chata	KV ČSTV Olomouc	klasif.
Ostrava	1. 2.	Krajský přebor	běh	MŽJD	Ostravice	Sokol Ostravice	
Ostrava	1. 2.	O štít vesnice	skok	MJD	Ostravice	Sokol Ostravice	
Nitra	1. 2.	Majstrovstva kraja	beh	vše	Chvojnica	Iskra Nováky	
Žilina	1. 2.	X. roč. obrovského slal.	obří slalom	MŽJD	Klačanská Magura	Lokomotiva Vrútky	klasif.
B. Bystrica	1. 2.	Putovní cena Biotiky	klasické	MJD	Slovenská Lupča	Sokol Biotika	klasif.
B. Bystrica	1. 2.	Putovní cena Vel. Fatry	zjazd	MŽJD	Křižná	Sokol St. Hory	klasif.
B. Bystrica	1. 2.	Trubanov memoriál	běh	MŽJD	Vyhne	Baník Vyhne	
Košice	1. 2.	Pohár Drahovských hrdinů	běh	MŽJD	Borda	OV Sečovce	klasif.
Košice	1. 2.	Pohár železnorud. baní	zjazd	MŽJD	Smolník	SZB Spartak Nová Ves	
Košice	1. 2.	Banický kahanec	skok	MJD	Ladová Jaskyňa	Baník Dobšiná	
Žilina	1. 2.	Verejné preteky	klasické	MŽJD	Turč. Teplice	Baník Turč. Teplice	
Karlovy Vary	1. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽD	Abertamy	Jiskra Abertamy	klasif.
MV Praha	1.—8. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd	MŽJDž	Špindlerův Mlýn	M VČSTV Praha	klasif.
Plzeň	2.—4. 2.	Krajský přebor	slalom, skok	ž	Železná Ruda, Hojsova Stráž	KV ČSTV Plzeň	
Brno	2.—4. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽDž	Půstevny	KV ČSTV Brno	klasif.
Olomouc	5.—5. 2.	Krajský přebor	klas., sjezd.	ž	Kursovní chata	KV ČSTV Olomouc	
Brno	5.—7. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Půstevny	KV ČSTV Brno	klasif.
Olomouc	6.—8. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Kursovní chata	KV ČSTV Olomouc	
KV Praha	6.—8. 2.	Krajský přebor	klas., sjezd.	ž	Harrachov	KV ČSTV Praha	
Ústí n. Lab.	6.—8. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽDž	Nové Město-Dubí	Baník Osek, Baník Dubí	klasif.
Plzeň	7.—8. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽD	Hojsova Stráž	KV ČSTV Plzeň	klasif.
Plzeň	7.—8. 2.	Krajský přebor	běh, skok	MŽJD	Špičák	KV ČSTV Plzeň	klasif.
Brno	7.—8. 2.	Velká cena Mor. Krasu	běh	MŽJD	Hořice	Spartak Metra Blansko Spoj Brno	
Č. Budějovice	7.—8. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Kleť	Spartak Č. Budějovice	klasif.
Pardubice	7.—8. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd.	ž	Čenkovice	Lokomotiva Č. Třebová KV ČSTV Pardubice	
Liberec	7.—8. 2.	Krajský přebor	klasické	Dml.ž	Lomnice	Jiskra Lomnice	
Gottwaldov	7.—8. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽJD	Rožnov	KV ČSTV Gottwaldov	klasif.
Nitra	7.—8. 2.	Majstrovstva kraja	zjazd	vše	Renata	KV ČSTV Nitra	
Žilina	7.—8. 2.	Majstrovstva kraja*) Vel. cena Manína IV. roč.	beh	MŽJDž	Pov. Bystrica	Spartak Pov. Bystrica	klasif.
Č. Budějovice	8. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Kubova Huť	Spartak Strakonice	
Jihlava	8. 2.	Jihlavská patnáctka Krajský přebor	10 km	ŽD	Čeríněk	Tatran Jihlava	klasif.
Karlovy Vary	8. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Jáchymov	Baník Jáchymov	
Karlovy Vary	8. 2.	Kraslická třicítka	běh	M	Kraslice	Tatran Kraslice	klasif.
Liberec	8. 2.	Krajský přebor	skok	MJD	Liberec	Lokomotiva Liberec	
Gottwaldov	8. 2.	Pohár Kohútky	slalom.	MŽJD	Portáš	TJ Gottwaldov	
Pardubice	8. 2.	Veřejný závod	30, 10 km	MŽ	Svratka	Spartak Svratka	
Hradec Králové	8. 2.	Krajský přebor	30, 10 km	MŽ	Kunvald	Sokol Kunvald	klasif.
			Krčův memoriál				
Hradec Králové	8. 2.	Pohár Zvičiny	slalom, obří slalom	MŽJD	Zvičina	Jiskra Juta Dvůr Králové	

# LYŽAŘSTVÍ

ODBORNÝ ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNĚ VÝCHOVY

*List řídí*

VÁCLAV TRYKAR a MILAN ŠPAČEK

*s redakční radou*

ROČNÍK 44

1958

SPORTOVNÍ A TURISTICKÉ NAKLADATELSTVÍ V PRAZE

# OBSAH

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
<b>Úvodníky</b>					
Do další práce	I.	1	Mnoho překvapení v klasických disciplínách na mistrovství	III.	14—15
10 let od Vítězného února	II.	1	V závodě sdruženém jen dvě veličiny	III.	16
Další cesty našeho lyžařství	III.	1	Dorostenci tentokrát překvapili	III.	16
Výchovná práce především	IV.	1	Čtyři tituly libereckých skokanů	III.	16—17
Náš květen	V.	1	Několik úvodních slov k mistrovství světa v Lahti	IV.	2
Tělovýchovné slávnosti na Slovensku v roce 1958 a činnost lyžiarov	VI.	1	Lahti v poznámkách trenérů	IV.	3—7
K vítěznému zítřku	VII.	1	Proč a jak	IV.	9
Za vybudování socialistické tělesné výchovy	VIII.	1	Poznámky trenéra k mistrovství republiky ve sjezdových disciplínách	V.	7—9
Významný úkol	IX.	1	Význam pravidelné kondiční přípravy pro lyžaře nezávodníky	V.	10—11
Ve službách míru	X.	1	Svetoznáma trať Kandahar	V.	14—15
Přátelství, které pomáhá	XI.	1	Čekají na vážné úkoly	VI.	2
Naše cesta	XII.	1	Jmenování dobrovolných trenérů lyžování	VI.	2
<b>Propagačně výchovné články</b>					
Do nového roku s novým »Lyžařstvím«	I.	2	Něco o průběhu letošního mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách o Velkou cenu Slovenska	VI.	3—4—5
K výročí jednoho z pionýrů lyžařství	II.	9—10	Jak trénoval Pavel Kolčín na MS	VI.	11
Výchovou za rekordy	V.	5	Skokani a sdruženáři v přípravném období	VI.	15
Připravuje se zpracování dějin našeho lyžařského sportu	V.	15	Všem skokanům na lyžích	VII.	5
Závodníci a závodnice, nedělejte to	V.	17	Z X. celostátní konference trenérů	VIII.	6—7
Jedna z úvah po MS 1958 v Badgasteinu	V.	18	»Malinký Pavlík«	VII.	7
Duch upřímného bratrstva na okresných telovýchovných slávnostech	VII.	2	Keď sa ťa spytá zima	VII.	7
Telovýchovné slávnosti na Slovensku — v objatí stretnutia mládeže na Dunaji	VIII.	2	Vodní lyže — vhodný doplněk lyžaře v létě	VII.	10
Jeseň roku 1944	VIII.	3	Za zasedání běžecké komise FIS	VII.	21
<b>Organizačně politické</b>					
Z podzimního zasedání pléna ústřední sekce	I.	8—11, 24	Několik poznámek k podzimnímu tréninku lyžaře běžce	VIII.	8—9
Několik poznámek k zasedání pléna ústřední sekce	I.	18	Speciální napodobivá cvičení běžců	VIII.	9
Úkoly plánu rozvoje	VIII.	5—7	Třeboň a lyžaři	VIII.	10
O práci organizačních komisí sekcí	VIII.	18	Podzimní trénink skokanů a sdruženářů	VIII.	10—11
Předsednictvo ústřední lyžařské sekce rozhodlo	IX.	11	Trenéři a sjezdaři o své práci	VIII.	18
Předsednictvo ústřední lyžařské sekce rozhodlo	X.	3	Slovo k lyžařským trenérům	IX.	2
Z předsednictva ústřední sekce	XI.	5	Výsledky závodního lyžování a perspektivy dalšího rozvoje	IX.	3—4
Provolání ústředního výboru ČSTV k zajištění II. CS	XI.	6—7	Formy tréninku, starý problém	IX.	5
Spolupráce lyžařských oddílů s odbory ZTV	XII.	4	Běžci v říjnu	IX.	6
<b>Trenérské články</b>					
Trenéři v roce 1958	I.	2—3	Speciální napodobivá cvičení běžců	IX.	7
Bez toho to opravdu nepůjde	I.	4	V Novém Městě na Moravě lyžují i v létě	IX.	8
Dávkování tréninku sjezdaře v hlavním období	I.	11, 14	Délka a frekvence kroku	IX.	14—15
Trenérská konference lyžiarskej sekcie SÚV ČTSV	I.	21	Dobrá věc se podařila	IX.	15—16
Zkušenosti ze zájezdu skokanů do NDR, NSR a Rakouska	II.	2—3, 5	Speciální napodobivá cvičení běžců	X.	6
Mezinárodní závody v Le Brassus	II.	4—5	Novinka pro sjezdaře	X.	7
Co je třeba udělat pro rozvoj skoku na lyžích	II.	10—11	Běžci v listopadu	X.	10
Pilná a svědomitá příprava družstva mladých běžkyň přináší již prvé výsledky	II.	14	Lyžaři na jehličí	X.	11
Ako pripravujeme mladých reprezentantov	II.	15—16	Zhodnotenie tréningového srazu v dňoch 30.—31. 8. 1958 — oblasť Malá Fatra	X.	18—19
Sjezdaři před mistrovstvím světa	II.	16	Obratnost a síla — základy úspěchů lyžařů	XI.	8—9
Školíme nové dobrovolné trenéry	II.	19	Sjezdaři před novou sezónou	XI.	10
Vzájemný vztah mezi délkou kroku a frekvencí	II.	21	Trénink sjezdaře v tělocvičně	XI.	11
Hrst prvních dojmů z Badgasteinu	III.	2—11	Běžci v prosinci	XI.	11
Otázka amaterismu ožívá	III.	4	Běžci v lednu	XII.	8
Trenér mistrů světa odchází	III.	9	Běh na lyžích včera a dnes	XII.	6
<b>Učebně metodické články</b>					
			Příspěvek k diskusi o »nové« technice	II.	7
			Princip názornosti v lyžování	II.	8
			Až všichni cvičitelé v práci »zatáhnou«	III.	21
			Čtvrthodinky z učební osnovy	VII.	8
			Veřejné výcvikové školy	VIII.	16—17
			Domluví se ČSTV s ministerstvem školství?	VII.	21
			Cvičit nebo vychovávat?	VIII.	4
			Čtvrthodinky z cvičební osnovy	VIII.	11—12
			Za zvýšení odborné a technické vyspělosti lyžařských cvičitelů a zkvalitnění jejich práce v jednotách	X.	5

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
Čtvrthodinky z učební osnovy	X.	8—9	Rožnov pod Radhoštěm ožil v červenci		
Čtvrthodinky z učební osnovy	XI.	12—13	skokany	IX.	16
Kritické poznámky	XI.	14	Na stráňach nad Kremnicou	X.	14
Výcvikové kurzy na Dvorské boudě očima frekventanta	XI.	17	Na Ostravsku je živo	X.	15
Do diskuse	XII.	21	Intenzivně přípravy lyžiarov v Mlynkách	X.	16
Čtvrthodinky z učební osnovy	XII.	10	Lyžaři Hradecka zasedali	XI.	21
			Brněnští lyžaři sněmovali	XI.	21
			Černá hora sjezdařům	XI.	21
			Novoměstští lyžaři si ověřují svou přípravu	XI.	24
<b>Z komise rozhodčích</b>			Lahkoatletické stretnutie lyžiarov	XI.	24
Než začneme rozhodovat	I.	17			
Několik poznámek z kursu rozhodčích FIS	V.	10—11	<b>Reportáže a kurzívy</b>		
Rubrika rozhodčích	V.	17	Závody FIS před 25 lety	I.	6—7
Lyžařský rozhodčí a výchovně propagační činnost	VIII.	6—7	70 let organizovaného lyžařství	I.	6—7
Několik poznámek z kursu rozhodčích FIS	IX.	18	K letošní padesátce	I.	9
Další poznámky z kursu rozhodčích FIS	X.	17	Mistrovství světa ve sjezdových disciplínách 1958	I.	15
Startovní povel a způsob startu ve sjezdových disciplínách	X.	18—19	Okolo Čertovy pláně	II.	6
Rozhodčí se chystají na novou sezónu	XI.	16	Výstava lyžařských cen v Novém Městě na Moravě	II.	9
Další poznámky z kursu rozhodčích FIS	XI.	18	Výběrové závody sdruženářů v Harrachově	II.	11
			Přehled vítězů na MS	II.	12—13
<b>Klasifikace</b>			V Lahti, ale bez lyžařů	II.	18
Výkonnostné triedy na Slovensku	II.	10	Šišák—Zvičina	II.	23
Zavádíme jednotnou registraci	II.	22	Vzpomínky na Badgastein	III.	2—3
Nová jednotná sportovní klasifikace	VI.	16—17	Přečetli jsme si o Badgasteinu, ale ze zákulisí	III.	11
Jednotná sportovní registrace	VII.	5	Dvanáctý titul Cardala na padesátku	III.	17
Jak je to s výkonností lyžařských závodníků	VII.	9	Když Petrachter miloval dantesy...	III.	20—21
Výkonnostní žebříčky závodníků	VII.	18	Mistrovství republiky zvědavými očima	III.	23
Návrh směrných čísel účastníků mistrovství a přeborů v roce 1959	XII.	14	Lahti jen ve vlčcích	IV.	2
Nový způsob sestavování výkonnostních žebříčků	XII.	13	Lahden Hiihtoseura	IV.	10—11
			Úspěšný letošní ročník SZBZ	IV.	14
			O titulu mistrů ve sjezdových disciplínách	IV.	15, 19—20
<b>Lékařské zprávy</b>			Poznámky k mistrovství ČSR k mezinárodním závodům v Harrachově	V.	2—3
Poznámky lékaře k MS 1958 v Lahti	V.	4	Klasické disciplíny majstrovstiev Slovenska 1958	V.	6
Několik lékařských připomínek k lyžařským závodům	VII.	18	70 let arch. Karla Jarolímk	V.	9
Nezapomínejte	IX.	7	Výsledková část mistrovství republiky ve sjezdových disciplínách	IV.	16—18
			Výsledková část MS Lahti	IV.	10—11
<b>Technické články</b>			Výsledková část mistrovství 1958 ve Spindlerově Mlýně	III.	18—19
Stavba slalomu na malých závodech	I.	16—17	Mezinárodní závody v Helsinkách 22. až 23. II. 1958	V.	17—18
Návrhy na úpravu přechodového oblouku nájezdu i doskočiště u lyžařských můstků	I.	18	Přebor čs. armády v lyžování	VI.	6—7
Organizace a technická zařízení na MS 1958 v Lahti	IV.	8—9	Okolo filmu »Z lyžařské abecedy«	VI.	9—10
Stavba lyžařských můstků	V.	16	Posluchači ITVS v Polsku a NDR	VI.	14
V Badgasteinu nic nového	VI.	16—17	Mosaika k Velké ceně Slovenska	VI.	14
Hodnocení krajů a oddílů v roce 1958	VIII.	16—17	Plenární zasedání ústřední sekce	VIII.	3—4
Ze zasedání skokanské komise FIS	IX.	17	Mladí českoslovenští reprezentanti startovali v Zakopanom	VII.	14
Sportovně technický aktiv	IX.	21	IV. ročník slalomu o Oštiepok Malej Fatry	VII.	15
			Aktivní lyžaři na přeboru ČSR v SZBZ	VII.	15
<b>Z oddílů</b>			Vypravování o malých pro velké	VII.	16—17
Z činnosti lyžařů TJ Spartak Gottwaldov	I.	19	Naše účast na XII. ročníku Gernergratderby	VIII.	14—15
Cvičitelé kraje Olomouc si přivstali	I.	19	Kavkaz — příští ráj lyžařů	IX.	12—13
Nový lyžařský můstek v Nýdku na Těšinsku	I.	20	Zbytečná senzace kolem Sailera	IX.	24
Děckali se	I.	20	O příštích vítězích OH?	IX.	24
Urputný boj na Valašských kotářech	III.	20	Vysoká vyznamenání lyžařských pracovníků	X.	2—3
Dobrý start	III.	20	Přátelské zápění lyžařů v Jilemnici	X.	14
Vojáci v Dukle nedělají Liberecku hanbu	IV.	20	Žebříček nejlepších sjezdařů v roce 1959	X.	17
Sníh ve městě — m'adí Hrušováci závodili	IV.	21	55 let od založení Svazu lyžařů v Království českém	XI.	2
Pololetí ostravské mládeže	V.	19	Zdravíme sovětské lyžaře	XI.	3
Mladý, ale činný lyžařský oddíl v Mlynkách	V.	19	K historii vzájemných styků českých a sovětských lyžařů	XI.	3
Ve Spartaku Stalingrad myslí na mládež	V.	19	Snemovali sme v Kremnici	XI.	4
V Lokomotivě dobře pracují	V.	19	Umělá lyžařská dráha vo Vysokých Tatrách	XI.	15
V Jeseníku to dělají dobře	V.	20	Zimní OH ve Squaw Valley	XI.	21
Naplánovali a splnili	VI.	20	Kontrola připravenosti — přespolní lyžařské běhy	XI.	24
Lyžaři v Dýšině pracují dobře	VI.	20	Za prvním sněhem	XII.	9
Chtějí závodit o Přebor vysokých škol	VI.	20			
Mladoboleslavští se práce nebojí	VI.	22			
Obří slalom v Kotli	VI.	22			
Třikrát z Liberce	VIII.	15			
Pražský lyžař v létě	VIII.	21			
Na letním sněhu	IX.	11			

Kinogramy		Číslo	Strana	Celostátní aktiv předsedů krajských komisí mládeže LS	Číslo	Strana
Obří slalom na VI. ZOH v Cortině d'Ampezzo	I.	24	24	Skoky na lyžích a co naše mládež	XII.	2
Několik poznámek ke kinogramům běhu s odpichem soupaž	II.	24	24	Sportovní základna mládeže v Janských Lázních	XII.	5
Kinogram skokana NDR Wernera Lessera	III.					3
Krátký oblouk ve vlásence	V.	24	24	<b>Saně a boby</b>		
Kinogram skoku	VI.	24	24	Neviděli jste někde?	II.	24
Účelně vyjždět nebo zkracovat	VII.	24	24	Rekordní účast dorostu a nepřítel počasí na mistrovství republiky v jízdě na saních		
Střídavý běh dvoudobý	VII.	24	24	Mistrovství světa v jízdě na saních	IV.	23
Vlnovka	VIII.	24	24	Co přineslo brněnským sáňkařům mistrovství ČSR	IV.	23
O štěstí v neštěstí	IX.			Mládež na Nedvědicu se rozhodla pro sáňkařství	IV.	24
Zrychlování jizdy v oblouku	X.	24	24	Mistrovství ČSR v jízdě na bobech 1958	V.	22
Přechod z běhu s odpichem soupaž do běhu střídavého	X.	24	24	Trenér hovoří o mistrovství ČSR v jízdě na saních 1958	V.	23
Přechod z běhu střídavého do běhu s odpichem soupaž	XII.	12	12	Mistrovství světa v jízdě na saních	VI.	22
Krátký zavřený oblouk	XII.	24	24	Rozšiřujeme sáňkařství mezi mládeží	VI.	23
				Skládací trubkové sáně	VI.	24
				Noví cvičitelé sáňkařského a bobistického sportu v Brněnském kraji	VI.	24
<b>Výzbroj a výstroj</b>				III. mistrovství světa v jízdě na saních	VIII.	22
Lehká montáž vázání	I.	23	23	Trenér hovoří o mistrovství ČSR v jízdě na saních 1958	VII.	23
Budeme jezdit na celokovových lyžích?	V.	16	16	Léto není doba spánku	VII.	23
Pojistné lyžařské vázání	XII.	23	23	Bobík Šíp, zhotovený konstruktérem Pelouškem	VII.	23
Sněhový válec	XII.	12	12	O rozvoji sáňkařství mezi mládeží	VIII.	22
				Další sáňkařská dráha v Brněnském kraji	VIII.	22
				Zkušenosti ze zavedení celoročních tréninkových plánů	VIII.	23
<b>Mládež</b>				V čem by naše města měla následovat	VIII.	23
Umíte je získat?	I.	5	5	Poznámky z Polska	IX.	22
Směrnice pro závodění mládeže	I.	12—13	12—13	Současný stav sáňkařského sportu	IX.	22
Naše naděje	V.	4—5	4—5	Soutěž na nové druhy spotřebního zboží	IX.	23
Něco o lyžařském mládí ve Finsku	V.	14—15	14—15	K výstavbě první jihočeské sáňkařské dráhy, Český Krumlov	IX.	23
Mládež a cvičitelé	V.	20	20	Podélný tvar skluznic	X.	22
K výcviku mládeže v oddílech	VI.	5	5	V Liberci bude nová bobová dráha	X.	22
V bačkorách vyhrál závod	VI.	15	15	Kongres mezinárodní sáňkařské federace	X.	23
Hospitoval jsem při hodině tělesné výchovy	VI.	18	18	Sánkovaní — sport, na který sa zabúdá!	X.	23
Celostátní seminář lyžařských pracovníků s mládeží	VI.	19	19	Co připravují brněnští sáňkaři a bobisté pro další rozvoj našeho sportu	X.	23
O naší lyžiarskej mládeži...	VII.	5	5	Sáňkařské a bobové oddíly nacvičují na II. CS	XI.	22
Práce s mládeží je velmi vďačná	VII.	11	11	Až se zima zeptá	XI.	22
Priateľský pomer, názornosť a osobný príklad pri výcviku mládeže	VIII.	11	11	Představujeme vám nejlepší sáňkaře 1958	XI.	23
Krajské komise mládeže hlásí	VIII.	21	21			
Mladým lyžařům	VIII.	21	21			
Cvičení pro dorost	IX.	9—10	9—10			
Práce komise mládeže při LS KV ČSTV Plzeň	IX.	10	10			
Mládež — držitelka rána i v lyžiarstve	X.	2—3	2—3			
Cvičení pro dorost	X.	5—6	5—6			
Spartakiádní vložka	XI.	7	7			
Nábor mládeže do lyžařských oddílů	XI.	8—9	8—9			

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Olomouc	8. 2.	IX. roč. Severomoravského poháru	běh	MŽJD	Hrabenov	Sokol Hrabenov	
Ostrava	8. 2.	Krajský přebor	sjezd, obří slalom	MJD	Ostravice	Sokol Ostravice	
Ostrava	8. 2.	Krajský přebor	skok	MJD	Nýdek	Sokol Nýdek	
Ostrava	8. 2.	Krajský přebor a veřejný závod »Polomská třicítka«	30, 10 km	MŽ	Velký Polom	Baník Doubrava	
Ostrava	8. 2.	Veřejný závod	běh	ž	Velký Polom	Baník Doubrava	
Bratislava	8. 2.	Majstrovstva kraja	klasické	vše	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
Bratislava	8. 2.	Veřejné preteky	skok	MJD	Pezinok	KV ČSTV Bratislava	
Nitra	8. 2.	Putovní cena chemických závodů W. Piecka	běh	MŽJD	Nováky	Iskra Nováky	klasif.
Žilina	8. 2.	Veřejné preteky	skok	MJD	Lubochňa	Slovan Lubochňa	klasif.
Žilina	8. 2.	X. ročník	slalom	MŽJD	Strná Dolina	Tesla Lipt. Hrádok	klasif.
B. Bystrica	8. 2.	Veřejné preteky	beh	MŽJD	Podkonice	Sokol Podkonice	
B. Bystrica	8. 2.	Majstrovstva kraja	zjazdové	vše	Donovaly	KV ČSTV B. Bystrica	
B. Bystrica	8. 2.	Veřejné preteky	skok	MJD	Dolná Lehota	Baník Dolná Lehota	
Prešov	8. 2.	Dukelský pohár	slalom	MŽJD	Čergov	OV ČSTV Bardejov	klasif.
Košice	8. 2.	Krompěšská vzbura	zjazd	MŽJD	Krompachy	Pokrok Krompachy	
KV Praha	8.—15. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd.	MŽJD	Harrachov	KV ČSTV Praha	klasif.
Plzeň	9.—14. 2.	Přebor ZTS kraje Plzeň	klas. sjezd.	MŽJD	Javorná	Sl ZTS Klatovy	
Hradec Králové	13.—15. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽJD	Špindlerův Mlýn	Spartak Tesla Vrchlabí	klasif.
Gottwaldov	13.—15. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Radhošť—Rozpítě	KV ČSTV Gottwaldov	klasif.
Gottwaldov	14.—15. 2.	Krajský přebor	klasické	ž	Filipovo údolí	KV ČSTV Gottwaldov	
Ústí n. Lab.	14.—15. 2.	Krajský přebor	slalom, obří slalom	ž	Telnice	Jiskra Ústí n. Lab.	
Pardubice	14.—15. 2.	Krajský přebor	klasické	MŽD	Česká Třebová	Lokomotiva Č. Třebová	
Č. Budějovice	14.—15. 2.	Krajský přebor	klas. sdruž.	MŽJD	Zadov	KV ČSTV Pardubice	klasif.
Č. Budějovice	14.—15. 2.	Krajský přebor	sjezdové	ž	Harrachov	Sokol Stachy	
Liberec	14.—15. 2.	Krajský přebor	sjezdové	Dml.ž	Harrachov	KV ČSTV Č. Budějovice	
Gottwaldov	15. 2.	Celostátní soutěž neslyšících sportovců	vše	MŽ	Gottwaldov	Jiskra Harrachov	
Plzeň	15. 2.	Memoriál Mil. Konášové	10 km	ŽD	Špičák	Spartak ZVIL Plzeň	klasif.
Jihlava	15. 2.	Krajský přebor a veřejný závod	klasické	ž	Nové Město	Sokol Nové Město na Mor.	
Liberec	15. 2.	Veřejný závod	30 km	M	Dolní Podluží	Jiskra Dolní Podluží	
Liberec	15. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Jiretín	Slovan Varnsdorf	
Liberec	15. 2.	Ještědský pohár	obří slalom	MJDst.	Ještěd	Lokomotiva Liberec	klasif.
Plzeň	15. 2.	Veřejný závod	skok	MJDž	Nová Huť	Sokol Dyšíná	
Ústí n. Lab.	15. 2.	Krajský přebor	30 km	M	Nové Město	Baník Osek	
Ostrava	15. 2.	Krajský přebor	slalom	MJDž	Pústevny	KV ČSTV Ostrava	
Ostrava	15. 2.	Velká cena Beskyd	skok	MJD	Ostravice	Sokol Ostravice	
Ostrava	15. 2.	Krajský přebor mládeže sjezd. disc.	sjezd	ž	Javorový	KV ČSTV Ostrava	
Gottwaldov	15. 2.	Pohár Bílých Karpat	skok	MJD	Filipovo údolí	Lokom. Veselí na Mor.	
Gottwaldov	15. 2.	Memoriál L. Mítka	běh	MŽJD	Vsetín	Spartak Zbrojovka Vsetín	klasif.
Olomouc	15. 2.	V. roč. veř. závodu	slalom, obří slalom	MŽJD	Pisarov	Tatran Pisarov	
Olomouc	15. 2.	Běh kolem Rýmařova	běh	MJ	Rýmařov	OV ČSTV Rýmařov	
MV Bratislava	15. 2.	Majstrovstva kraja	zjazd	vše	Chopok	MV ČSTV Bratislava	klasif.
KV Bratislava	15. 2.	Veřejné preteky	beh	MŽJD	Dolany	Sokol Dolany	
MV Bratislava	15. 2.	Majstrovstva žiakov	beh	ž	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
Žilina	15. 2.	Babilonského memoriál	skok	MJD	Ružomberok	TJ Ružomberok	klasif.
Žilina	15. 2.	Veřejné preteky	beh	MJDž	Turč. Teplice	Baník Turč. Teplice	
B. Bystrica	15. 2.	»O Bielu stuhu«	štafety	MŽJD	B. Štiavnica	Sitno B. Štiavnica	
B. Bystrica	15. 2.	Veřejné preteky	slalom	MŽJD	Na Javore	OV ČSTV Lučenec	
Košice	15. 2.	Veřejné preteky	štafety	MŽJD	Košice	Lokomotiva Košice	
Žilina	19.—22. 2.	VI. roč. celosl. škol	zjazd	D	Malině Brdo	škola Ružomberok	
Pardubice	20.—22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽD	Janské Lázně	Dan. a KV Pardubice	
Žilina	21.—22. 2.	Majstrovstva kraja a XX. roč. Demánovských jaskyní	zjazd	vše	Chopok	KV ČSTV Žilina	klasif.
Ústí n. Lab.	21.—22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽD	Bouřňák	Lokomotiva Teplice	klasif.
Ostrava	21.—22. 2.	Krajský přebor	klas.	Dž	Jablunkov	OV ČSTV Č. Tešín	
Liberec	21.—22. 2.	Mírové slavnosti	klas. sdruž.	MJD	Tanvald	Jiskra Tanvald	
Liberec	21.—22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Rokytnice	Spartak Rokytnice	
Gottwaldov	21.—22. 2.	Utkání moravských krajů	sjezdové	MŽJD	Praděd	KV ČSTV Brno, Olomouc	klasif.
Gottwaldov	21.—22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	ž	Lopeník	KV ČSTV Gottwaldov	
Bratislava	22. 2.	Preteky mládeže	zjazd, beh	Dž	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
B. Bystrica	22. 2.	Výberová súťaž žiakov	beh, zjazd	ž	B. Bystrica	KV ČSTV B. Bystrica	
B. Bystrica	22. 2.	Velká cena mesta	skok	MJD	Srnková	CH B. Bystrica	klasif.
B. Bystrica	22. 2.	Pohár Febr. víťazstva	beh	MŽJD	Brezno	OV ČSTV Brezno	klasif.
B. Bystrica	22. 2.	III. roč. veřejného preteku	obr. slalom	MŽJD	Podkonice	Tatran Podkonice	
B. Bystrica	22. 2.	Veřejné preteky	skok	MJD	Dol. Lehota	Dol. Lehota	
Košice	22. 2.	Memoriál hrdinův SNP	beh	MJDž	Štrbské Pleso	CH St. Smokovec	klasif.
Č. Budějovice	22. 2.	Krajský přebor	klasické	ž	Kubova Huť	Spartak Strakonice	
MV Praha	22. 2.	O cenu zotavoven ROH	běh	MJŽD	Pec - Bobí louky	Slávia Žižkov	
MV Praha	22. 2.	Veřejný závod	obří slalom	Dž	Pec	Slovan Orbis Praha	
Jihlava	22. 2.	Krajský přebor a veřejný závod	sjezdové	ž	Čeřínek	Tatran Jihlava	
Hradec Králové	22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	MJDž	Janské Lázně	Sokol Janské Lázně	klasif.
Karlovy Vary	22. 2.	Krajský přebor	sjezdové	ž	Jáchymov	Baník Jáchymov	
Karlovy Vary	22. 2.	Krajský přebor	klasické	ž	Pernink	Sokol Pernink	
Plzeň	22. 2.	Chodských 30 km	běh	M	Domažlice	Jiskra Domažlice	klasif.
Liberec	22. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Plavy	Jiskra Plavy	
Liberec	22. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Vilémov	Jiskra Vilémov	
Liberec	22. 2.	Veřejný závod	běh	M	Velký Šenov	Jiskra Velký Šenov	
Ostrava	22. 2.	Pohár bratrských národů	15 km, skok	MJŽD	Nýdek	Sokol Nýdek	
Olomouc	22. 2.	V. roč. Běhu o put. pohár	běh	MŽJD	Pisarov	Tatran Pisarov	
Ústí n. Lab.	22. 2.	Krajský přebor	klasické	ž	Pyšná	Sl. Jirkov	
Liberec	22. 2.	Veřejný závod	skok	Dm.ž	Mšeno	Jiskra Mšeno	
Gottwaldov	22. 2.	Pohár Jelenovského	skok	MJD	Val. Klobouky	TJ Gottwaldov	
Brno	27. 2.—1. 3.	Oblastní přebor	běh	ž	Nové Město	KV ČSTV Jihlava	
Plzeň	27. 2.—1. 3.	Pohár Železné Rudy mezikrajské	družstva	Dž	Hojsova Stráž,	KV ČSTV Plzeň	
Ostrava	27. 2.—1. 3.	VII. roč. Ceny hutníků	sjezdové	MŽJD	Javorový	Baník Třinec	

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Bratislava	27. 2.—1. 3.	Majstrovstva Slovenska	zjazdové	MŽJD	Chopok	SÚV ČSTV Bratislava	klasif.
Ústí n. Lab.	28. 2.	Teplický obří slalom	obří slalom	MŽD	Bourňák	Lokomotiva Teplice	klasif.
Liberec	28. 2.	Veřejný závod	s'zjazdové	MŽJD	Desná	Jiskra Desná	
Žilina	28. 2.—1. 3.	Janošíkova Valaška	zjazd, slalom	MŽJD	Chleb	KV ČSTV Žilina	kl. + v'yb.
KV Praha	1. 3.	Memoriál J. Štěpána	obří slalom	MŽJD	Pec Modrý Důl	Spartak Avia	klasif.
Karlovy Vary	1. 3.	Okolo pramenů	běh	MŽD	Mariánské Lázně	Slovan Mariánské Lázně	
Ústí n. Lab.	1. 3.	Telnický slalom	slalom	MDŽ	Telnice	Jiskra Ústí n. L.	klasif.
Liberec	1. 3.	Závod ve skoku	skok	Dml.ž	Tanvald	Jiskra Tanvald	
Liberec	1. 3.	Stříbrná lyže Lužic, hor	běh	MJD	Dolní Podluží	Jiskra Dolní Podluží	
Liberec	1. 3.	Pohár Velveta	skok	MJD	Dolní Podluží	Jiskra Dolní Podluží	
Liberec	1. 3.	Veřejný závod	štafety	MJD	Jablonec	Jiskra Jablonec	
Jihlava	1. 3.	Veřejný závod	klasické	ž	Nové Město	Sokol Nové Město na Mor.	
Gottwaldov	1. 3.	Vsacký pohár	slalom	MŽJD	Vsetín	Spartak MEZ Vsetín	klasif.
Olomouc	1. 3.	Veřejný závod	klas., sjezd.	Dž	Jeseník	OV ČSTV Jeseník	
Olomouc	1. 3.	Veřejný závod I. roč.	klas., sjezd.	Dž	Červená Voda	Sokol Červená Voda	
Bratislava	1. 3.	Propagačné preteky	zjazd	MŽJD	Bezovec	MV ČSTV Bratislava	
Košice	1. 3.	O kahanec bane Mlynky	obří slalom	MŽJD	Mlynky	Baník Mlynky	
	6.—8. 3.	Majstrovstva Slovenska	klasické	MŽJD	Kremnica	SÚV ČSTV Bratislava	klasif.
Prešov	7.—8. 3.	Memoriál J. Veheca	slalom	MŽJD	Čergov	KV ČSTV Prešov	klasif.
		IV. roč., XI. Šarišský pohár					
Ústí n. Lab.	7.—8. 3.	Krušnohorský pohár	běh, skok	MŽJD	N. Město Kr. Hory	Baník Osek	klasif.
Žilina	8. 3.	IX. roč. Vazeckých jaskyň	běh	MŽJD	Važec	Lokomotiva Važec	
Žilina	8. 3.	Veřejné preteky	skok	MJD	Ružomberok	TJ Ružomberok	
B. Bystrica	8. 3.	Veřejné preteky	zjazd	MŽJD	Fabova Hola	Lokomotiva Tisovec	
B. Bystrica	8. 3.	Podkoničká 15 km	běh	MJ	Podkonice	Tatran Podkonice	klasif.
Vysoké Tatry	8. 3.	Tatran. Valaška	klasické	MŽJD	Štrbské Pleso	MV ČSTV Vys. Tatry	klasif.
Č. Budějovice	8. 3.	Veřejný závod	slalom	MJDž	Zadov	Sokol Stachy	
Plzeň	8. 3.	Zlatá lyže Šumavy	štafety	MJD	Špičák	S. Masna Plzeň	
Ostrava	8. 3.	Trojutkáni okresů	sjezdové	MŽJD	Javorový	OV ČSTV Č. Tešín	
Olomouc	8. 3.	II. ročník veřejných záv.	běh, sjezd	Dž	Jakubovice	Sokol Jakubovice	
Olomouc	8. 3.	Veřejný závod	běh	MŽJD	Bratrušov	Sokol Bratrušov	
MV Praha	8. 3.	Přes tři kopce	běh	MŽJD	Mísečky	Spartak Koh-i-noor	klasif.
Hradec Králové	8. 3.	Vytrvalostní závod deseti- letých hřídek	běh	M	Šišák-Zvičina	Sokol B. Třemešná a RH Hradec Králové	
Liberec	8. 3.	Veřejný závod	skok	MJD	Mšeno	Jiskra Mšeno	
Gottwaldov	8. 3.	Utkání moravských krajů	klasické	MŽJD	Rožnov	KV ČSTV Gottwaldov	klasif.
Brno	8.—15. 3.	Celostátní přebor VŠ	klas., sjezd.	MŽ	Pústevny	VŠ Brno	klasif.
Nitra	14.—15. 3.	O pohár Hor. Nitry	zjazdové	MŽJD	Klak	Iskra Nitr. Pravno	
B. Bystrica	14.—15. 3.	Veřejné preteky	zjazd	D	Na Plesku	Spartak Piesek	
Žilina	15. 3.	Štafety na Oravicích	štafety	MŽJD	Oravice	OV ČSTV Trstená	
Žilina	15. 3.	Veřejné preteky	běh	MŽJD	Na Lúčkách	Dukla Mikuláš	klasif.
B. Bystrica	15. 3.	Veřejné preteky	30 km	M	Králiky	ČH B. Bystrica	klasif.
Vysoké Tatry	15. 3.	Noční slalom	slalom	MŽJD	Hrebienok	Slovan St. Smokovec	
Plzeň	15. 3.	Velká cena Špičáku	slalom	MŽJD	Železná Ruda	Slávia Plzeň	
Jihlava	15. 3.	Krajský přebor a veřejný	štafety	MŽJDž	Sněžné	Sokol Sněžné	
Olomouc	15. 3.	Veřejný závod	štafety	Dž	Alfrédka	OV ČSTV Rýmařov	
Karlovy Vary	15. 3.	Štafety míru	štafety	MŽJD	Abertamy	Jiskra Abertamy	
Liberec	15. 3.	Veřejný závod	skok	MJD	Desná	Jiskra Desná	
Gottwaldov	15. 3.	Veřejný závod	skok	MJD	Rožnov	TJ Rožnov	
Gottwaldov	15. 3.	Memoriál Tošenovského	obří slalom	MŽJD	Radhoš - Rozpité	Jiskra Dolní Bečva	klasif.
Plzeň	15. 3.	Pohár RH Plzeň	běh	MŽJDž	Špičák	RH Plzeň	
Ostrava	15. 3.	O cenu Radegastu	sjezd	MŽJ	Pústevny	RH Frenštát	
MV Praha	21.—22. 3.	Veřejný závod SČSP	slalom, obří slalom	MŽJD	Špindlerův Mlýn	MV ČSTV Praha	
Ostrava	22. 3.	Jarní slalom	slalom	MŽJDž	Velký Polom	Baník Doubrava	
Hradec Králové	22. 3.	Tyršův štít	skok	MJDst.	Janské Lázně	Sokol Janské Lázně	
Č. Budějovice	22. 3.	Boubínské štafety	štafety	MŽJD	Kubova Huť	Spartak Strakonice	
MV Praha	22. 3.	O štít Pragovky	30, 10 km	MŽD	Friesovky	Spartak AZKG	klasif.
Karlovy Vary	22. 3.	Blatenská stezka	běh	MŽJD	Horní Blatná	Sokol Blatná	klasif.
Ústí n. Lab.	21.—22. 3.	Telnický pohár mládeže	běh, skok, slal.	Dž	Telnice	Jiskra Ústí n. L.	
Liberec	22. 3.	Memoriál Hanče-Vrbaty	štafety	MŽJD	Jilemnice	Slovan Jilemnice	
Olomouc	22. 3.	Veřejný závod	štafety	MŽJD	Praděd	KV ČSTV Olomouc	
Brno	22. 3.	Brněnská patnáctka	běh	MŽJD	Jeseníky	Lokomotiva Brno	
B. Bystrica	22. 3.	O putovní cenu mesta	obří slalom	MŽJD	Donovaly	ČH B. Bystrica	
KV Praha	28.—29. 3.	Putovní štít Kolína	obří slalom	Dž	Luční bouda	Jiskra Kolín	
Č. Budějovice	29. 3.	Jarní běh	běh	MŽJD	Zadov	Lokomotiva Stachy	
KV Praha	29. 3.	Memoriál kpt. Jaroše	běh	MŽJDž	Dvoračky	Spartak MI. Boleslav	klasif.
Karlovy Vary	29. 3.	Perninské běhy	běh	MŽJD	Pernink	Tatran Pernink	
Olomouc	29. 3.	Veřejný závod	sjezd, slal.	MŽJD	Červenohorské sedlo	Lokomotiva Šumperk	
Gottwaldov	29. 3.	Memoriál J. Dufka a kraj- ský přebor	štafety	MŽJD	Třeštík	Jiskra Otrokovice (Ostrava)	
Brno	4.—5. 4.	Skorkovského a Zavadišův memoriál	sjezd	MŽJD	Kursovní chata	KV ČSTV Brno ZJŠ	
Brno	5. 4.	Veřejný závod štafet	štafety	MŽD	Kursovní chata	KV ČSTV Brno	
Žilina	5. 4.	XX. roč. Putovnej ceny Malej Fatry	obr. slalom	MŽJD	Chleb	Dynamo Žilina	klasif.
Žilina	12. 4.	VII. roč. O cenu Lípt. Holí	obr. slalom	MŽJD	Žiarská Dolina	Stavoindustria Lípt. Mi- kuláš	
Košice	19. 4.	Cagašikov memoriál	obr. slalom	MŽJD	Vysoké Tatry	KV ČSTV Olomouc	klasif.
Olomouc	19. 4.	Jarní slalom	slalom	MŽJD	Kursovní chata	KV ČSTV Olomouc	
MV Bratislava	26. 4.	Veřejné preteky	skok	MJD	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
B. Bystrica	26. 4.	Velká cena Nízkých Tatier	zjazd	MŽJD	Ďumbier	KV ČSTV B. Bystrica	klasif.
Ostrava	3. 5.	Veřejný závod	obří slal.	MŽJDž	Jeseníky	OV ČSTV Opava	
Vysoké Tatry	10. 5.	Veřejné preteky	zjazd	MŽJ	Dračia Bránka	Slovan Štrbské pleso	
Žilina	17. 5.	Jarní slalom	slalom	MŽJ	Pod Derešami	OV ČSTV Lípt. Mikuláš	
Vysoké Tatry	24. 5.	Veřejné preteky	obr. slalom	MŽJD	Velká Studená Dolina	Slovan Starý Smokovec	
Gottwaldov	14. 6.	Veřejný závod na umělé hmotě	skok	MJD	Rožnov	KV ČSTV Gottwaldov	
Bratislava	28. 6.	Celoslovenská súťaž na umelé hmotě	skok	MJD	Kamzík	MV ČSTV Bratislava	
Košice	12. 7.	Letný slalom	slalom	MŽJ	Zmrzlá Dolina	Iskra Kežmarok	
Gottwaldov	23. 8.	Veřejný závod na umělé hmotě	skok	MJD	Rožnov	KV ČSTV Gottwaldov	

Vysvětlivky: M — muži, Ž — ženy, J — junioři a juniorky, D — dorost, ž — žactvo.



# Návrh směrných čísel účastníků mistrovství a přeborů v roce 1959

Na aktivu STK v květnu 1957 se mnoho poukazovalo na to, že směrná čísla nejsou určována tak, aby správně hodnotila kvalitu závodníků v kraji. Největší výhrady měly v posledních letech kraje Ostrava, Gottwaldov a Liberec. Některým krajům bylo umožněno vyslat další závodníky na vlastní náklad, za předpokladu, že se umístí do dvacetiprocentního zpoždění proti vítězi. Kraj Ostrava zejména v mládeži dokázal letos umístit všechny své závodníky do 20 %. Námitky mohou být jen v těch případech, kde jde o přestupy, pokud nebyly včas oznámeny, a o vojáky v základní službě. Všechny tyto problémy byly na letošním aktivu řešeny.

Přes veškeré polemiky o správnosti postupu podle dosud užívané matematické formule, kterou jsou směrná čísla určována, je nutné konstatovat, že zatím nedošel ani jediný konkrétní návrh, který by náš postup opravil, nebo dokonce zlepšil. Zástupci komisí STK se na letošním aktivu dohodli, že v zimním období 1958—1959 vypracují postup, skládající se z hodnocení závodníků podle traťových koeficientů.

Slovenská STK diskutovala o způsobu, který vycházel z návrhu nehodnotit závodníky jen z výsledků dosažených na mistrovství ČSR, ale brát zřetel i na jiné závody. Toto hodnocení by měla provádět tříčlenná komise, složená ze zástupců trenérské rady a STK.

Nemáme-li určené traťové limity, je

nevhodné brát v úvahu ještě další závody, kromě mistrovství, jelikož na těchto závodech nemusí být vždy zastoupeny všechny kraje a závodníci potřebných kvalit. Letos byla určována směrná čísla opět matematickou formulí, která vychází ze zásady procentuálního zpoždění proti vítězi. Rozhodně nebere zřetel na diskvalifikaci, nedojetí a podobně. Ačkoliv i tady je určitá úprava, i když jen matematická. Všechna čísla po konečném součtu se upravují na celá bez desetinného místa, a to směrem nahoru.

Jestliže jsme v minulém roce brali jako měřítko v běhu na 15 km mez patnáctiprocentního zpoždění proti vítězi a zjistili jsme, že v těchto 15 % je 42 % závodníků z celkového počtu, mohli jsme konstatovat, že loňské výkony byly průměrné, neboť víme, že letos rovněž v běhu na 15 km se v 15 procentech umístilo 60,5 % z celkového počtu, tj. 111 závodníků.

Domníváme se tedy, že letošních 15 procent a účast dalších na mistrovství ČSR nás opravňuje přiznat jim směrné číslo a příslušné je rozepsat. Postupujeme tak u všech pořádaných disciplín. V propočítávání směrných čísel pro období 1959 jsme tedy stanovili hranice:

u všech kategorií Ž, J, D st. a D ml. v klasických disciplínách . . . 20 %  
v kateorii M, v klasických disciplínách . . . 15 %

v kategoriích M, Ž a J ve sjezdových disciplínách . . . 20 %  
v kategoriích J, D st. a D ml. ve sjezdových disciplínách . . . 25 %

Přebor ČSR v běhu na 50 km bude pravděpodobně uskutečněn mimo program mistrovství. Jsou tedy i pro tento závod určena směrná čísla, a to rovněž do 20 % zpoždění proti vítězi.

Mistrovství ČSR ve skoku prostém předchází výběrový závod s neomezenou účastí. Z tohoto výběrového závodu postupují závodníci do vlastního závodu o titul mistra republiky podle klíče: 50—25—25 (M, J, D st., D ml.).

ÚV ČSTV, lyžařská sekce hraje veškeré výlohy těm závodníkům, kteří se umístí na Xtém místě podle klíče: 25—15—10. O tom, jak byla směrná čísla rozepsána, vás informuje otištěná tabulka.



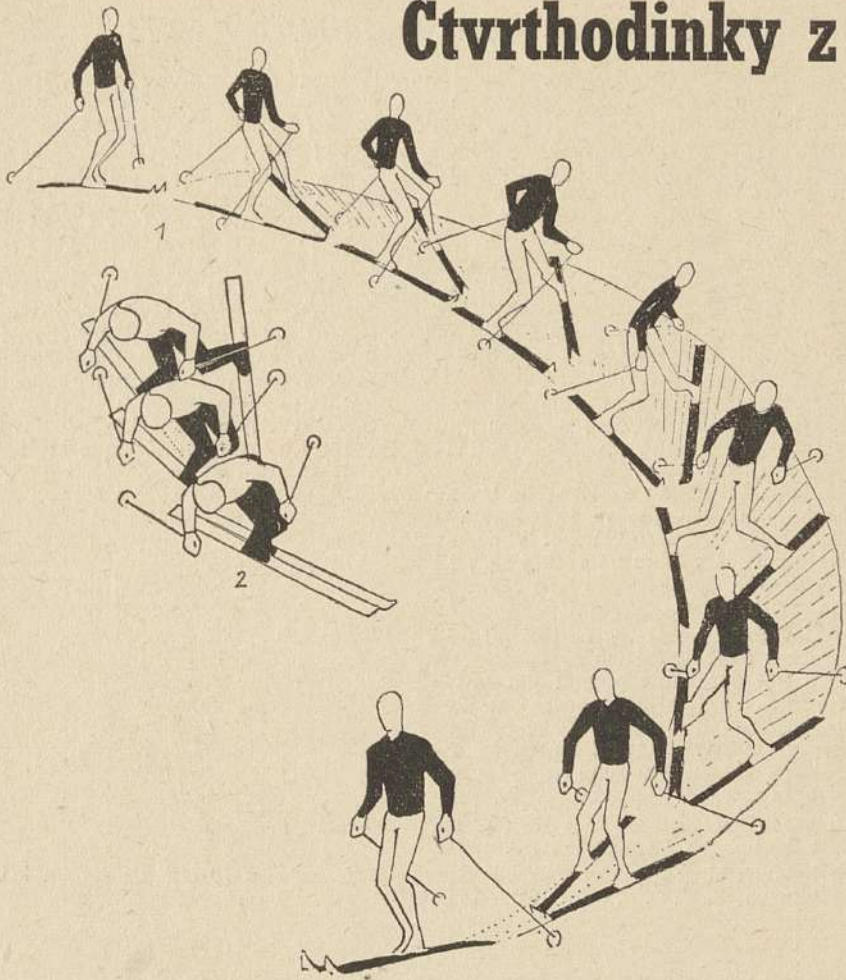
Už je mi sice 70 let, ale jezdím každým rokem rychleji.

POČTY ÚČASTNÍKŮ MISTROVSTVÍ A PŘEBORU ČSR V R. 1959

Kraj:	50 km	Klasické disciplíny:				Sjezdové disciplíny MŽJ			Sjezdové disciplíny-dorost				
		celkový počet krajské výpravy	nejvíce vedoucích a trenérů	z celkového počtu nejméně dorostu		celkový počet krajské výpravy	nejvíce vedoucích a trenérů	nejvíce mužů ve slalomu	celkový počet krajské výpravy	nejvíce vedoucích a trenérů	z celkového počtu nejméně dorostu		
				starší	mladší						starší	mladší	
MV Praha	1	27	3	4	4	14	2	5	14	2	6	6	
KV Praha		1	—	—	—	4	1	1	7	1	2	4	
České Budějovice	2	16	2	6	4	1	—	1	3	1	1	1	
Plzeň	1	20	2	7	7	2	—	1	8	1	3	4	
Karlovy Vary	—	4	1	—	1	—	—	—	—	—	—	—	
Ústí n. Labem	—	18	2	4	6	5	1	2	4	1	—	3	
Liberec	9	53	3	15	8	16	2	12	11	1	5	5	
Hradec Králové	3	30	3	5	12	14	2	4	15	2	6	7	
Pardubice	1	7	1	1	1	1	—	1	3	—	—	3	
Jihlava	6	23	2	4	8	—	—	—	—	—	—	—	
Brno	5	13	2	2	1	7	1	4	8	1	4	3	
Olomouc	—	10	1	2	1	2	—	1	3	1	1	1	
Ostrava	1	10	1	3	4	6	1	3	14	2	6	6	
Gottwaldov	2	16	2	5	2	8	1	2	2	9	1	4	
MV Bratislava	—	3	—	—	—	2	—	1	5	—	2	3	
KV Bratislava	—	1	—	—	—	1	—	1	1	—	—	—	
Nitra	—	—	—	—	—	—	—	—	3	—	3	—	
Banská Bystrica	1	10	3	3	1	1	2	1	7	8	3	3	
Žilina	2	17	—	5	4	7	—	4	7	—	3	3	
Košice	1	3	—	1	1	4	—	2	5	—	2	2	
Prešov	—	3	—	—	1	—	—	—	3	—	1	2	
Vysoké Tatry	1	8	—	—	2	7	—	4	3	—	1	2	
<b>CELKEM</b>		<b>36</b>	<b>293</b>	<b>28</b>	<b>67</b>	<b>68</b>	<b>102</b>	<b>13</b>	<b>50</b>	<b>133</b>	<b>17</b>	<b>52</b>	<b>62</b>

# Čtvrthodinky z učební osnovy

## PŘÍVRATNÝ OBLOUK



V nové učební osnově lyžařského nezávodního výcviku jest přivratný oblouk konečným cílem první části základního výcviku pro většinu lyžařů, tj. pro ty, kteří jsou nuceni postupovat při výuce přivratnou technikou. To již samo o sobě potvrzuje důležitost tohoto cviku a jeho ústřední postavení metodického postupu přivratné techniky. Přestože je přivratný oblouk důležitým a nedílným článkem pro zvládnutí dalších cviků, tj. přivratného smyku, bude pro mnoho cvičenců, zvláště starších, posledním zvládnutelným cvikem pro bezpečnou jízdu v terénu.

Přivratný oblouk má tedy dvojitý stěžejní význam:

1. Umožňuje velmi záhy i začátečnickům sjezdy i v obtížnějším terénu a tím i požitek z jízdy.

2. Je velmi důležitým přechodným článkem pro zvládnutí přivratného smyku.

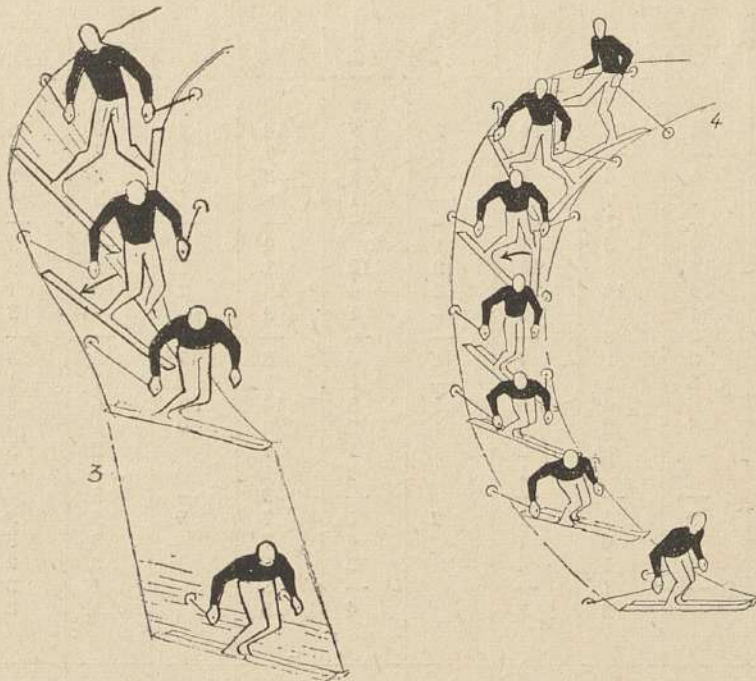
Než přistoupíme k nácviku přivratného oblouku, je nutné, aby cvičenci ovládali aspoň v základní formě sjezd šikmo a uvolněnou jízdu v pluhovém postavení. Je vhodné vyučovat nebo opakovat současně smyk ke svahu a sesouvání nejen z důvodů zachování zásady komplexnosti při výuce, ale také proto, aby se pokud možno kompenzoval pohybový návyk pro budoucí výcvik, spočívající v širokém a dlouho udržovaném přivratném postavení.

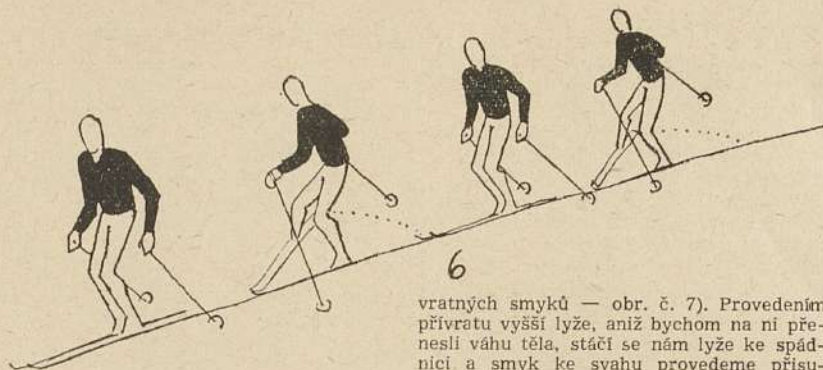
Přivratný oblouk je cvik sloužící ke změně směru jízdy přes spádnici, prováděný v přivratném postavení. Od oblouku v pluhu se liší jenom tím, že v první fázi — nasazení — a ve třetí fázi — ukončení oblouku — vycházíme z postavení pro sjezd šikmo svahem a nikoliv pro sjezd v pluhu.

Ze základního postavení sjezdu šikmo svahem přeneseme zcela váhu na nižší lyži a vysuneme vyšší, odlehčenou lyži, do širokého přivratu se současným protinatocenním trupem. V tomto postavení dbáme na zachování ohnutí (flexe) kloubu hlezenního a kolenního, dále vzpřímené polohy trupu a dostatečného zatížení nižší lyže. Než se dostane nižší lyže, která se v tomto okamžiku stává lyží vnější, přes spádnici, zatížíme ji a lyže se začnou stáčet do oblouku v pluhu (popsán v minulém čísle Lyžařství). Nezatížení vnější lyže pomáháme odklonem trupu a větším ohnutím kolenního kloubu vnější nohy vpřed a dovnitř oblouku. V tomto okamžiku musíme dát pozor na zachování dostatečného předklonu. Jakmile dosáhneme žádaného směru (více nebo méně k vrstevnici), následuje aktivní přisunutí vnitřní lyže a s ním i její změna v zahránění z vnitřní hrany na vnější a dostaneme se opět do základního postavení pro sjezd šikmo svahem (obr. č. 1).

Tato poslední fáze je velmi důležitá nejen z hlediska dalšího metodického postupu, ale také proto, že se značně liší od dřívějšího provedení přivratného oblouku u rotační techniky, kde jsme sjetím obou lyží přecházeli do vztyčeného postoje s pánví nad lyžemi a se spojnicí ramen kolmo na lyže.

Při novém způsobu jízdy dbáme zejména toho, aby během aktivního přisunutí vnitřní lyže byla zachována základní poloha těla pro sjezd šikmo svahem, tj., aby vyšší rameno a bok byly vpředu a aby nedocházelo k souhlasné rotaci pánve ve směru prováděného oblouku (obr. č. 2). Velmi záleží na správném nácviku této fáze (poloha pánve), neboť správným provedením a pochopením získáme také potřebný pohybový pocit pro další postup ve výuce moderní techniky za nejnáhodnějších podmínek (pomalá jízda, široká





základna, bezpečnost). Přehlednutí tohoto důležitého momentu vede k dalším chybám, neúspěchům a k eventuálnímu nepochopení principů moderní jízdy.

Při rychlejším nebo důraznějším přisunutí vnitřní lyže dosáhneme často vysunutí patek lyží z oblouku vnějším směrem a tím sesouvání (obr. č. 3) nebo smyku ke svahu (obr. č. 4). Tuto tendenci u cvičenců vždy podporujeme, neboť nám velmi přispěje k rychlejšímu pochopení přivrátého smyku.

Pohybovou příbuznost přivrátého oblouku a smyku nutno hledat zejména ve formě této poslední fáze. Je-li přivrátý oblouk zakončen smykem ke svahu, mluvíme o tzv. »základní formě přivrátého smyku«, která se postupně mění v konečnou dokonalou formu přivrátého smyku tehdy, jestliže se nám podaří tuto konečnou fázi (aktivní přisunutí vnitřní lyže) provést co nejdříve, tj. ještě před spádnicí, při použití minimálního přivrátu a pohybu trupu. Tím je dána ta nejúžší souvislost a příbuznost oblouků a smyků v moderní technice z hlediska pohybových návyků. Toto je také zásadním principem pro pochopení přivráté techniky.

Vysunutí lyže do přivrátu a její aktivní přisunutí do základního postavení pro sjezd šikmo svahem činí vždy velké potíže. Při metodickém postupu musíme proto zachovat zásadu soustavnosti s přihlednutím na momentální podmínky, které se při výcviku právě vyskytují. Budeme postupovat asi takto:

**Na místě:** Na mírném až středně strmém svahu a pokud možno čerstvě ušlapaném sněhu zaujmou cvičenci základní postavení pro sjezd šikmo svahem. Provedeme dostatečně široký přivrát vyšší lyže a uvolněním vnitřní hrany přisuneme ji zase zpět vedením vnější hranou po sněhu. Totéž provedeme se současným protinatočením trupu, který se (při přesunutí vyšší lyže) současně vrací do základního postavení (obr. č. 5). To nacvičujeme tak dlouho, až všichni pohyb zvládnou bez zásadních chyb. Doporučuje se toto nacvičovat také bez lyží při každé příležitosti.

**Za jízdy:** Totéž opakujeme za velmi mírné jízdy šikmo svahem. Dbáme na to, aby během provádění přivrátu byla nižší lyže bezpečně zahraněna na vyšší hraně (přítlačení kolena ke svahu) a aby nedošlo k sesunutí patky nižší lyže se svahu (obr. č. 6).

Po zvládnutí těchto prvků za předpokladu, že cvičenci ovládají přenesení váhy těla v oblouku v pluhu, přistoupíme k nácvičku přivrátých oblouků. Spojením těchto prvků, časově správně diferencovaných, dosáhneme stylového provedení přivrátého oblouku, kterého můžeme použít kdekoli v terénu (viz obr. č. 1).

V tomto metodickém postupu při nácvičku přivrátých oblouků nám velmi prospěje opakování cvičení smyku ke svahu přivrátěm vyšší lyže za neměnného postavení trupu s natočením do údolí (tzv. girlandy při-

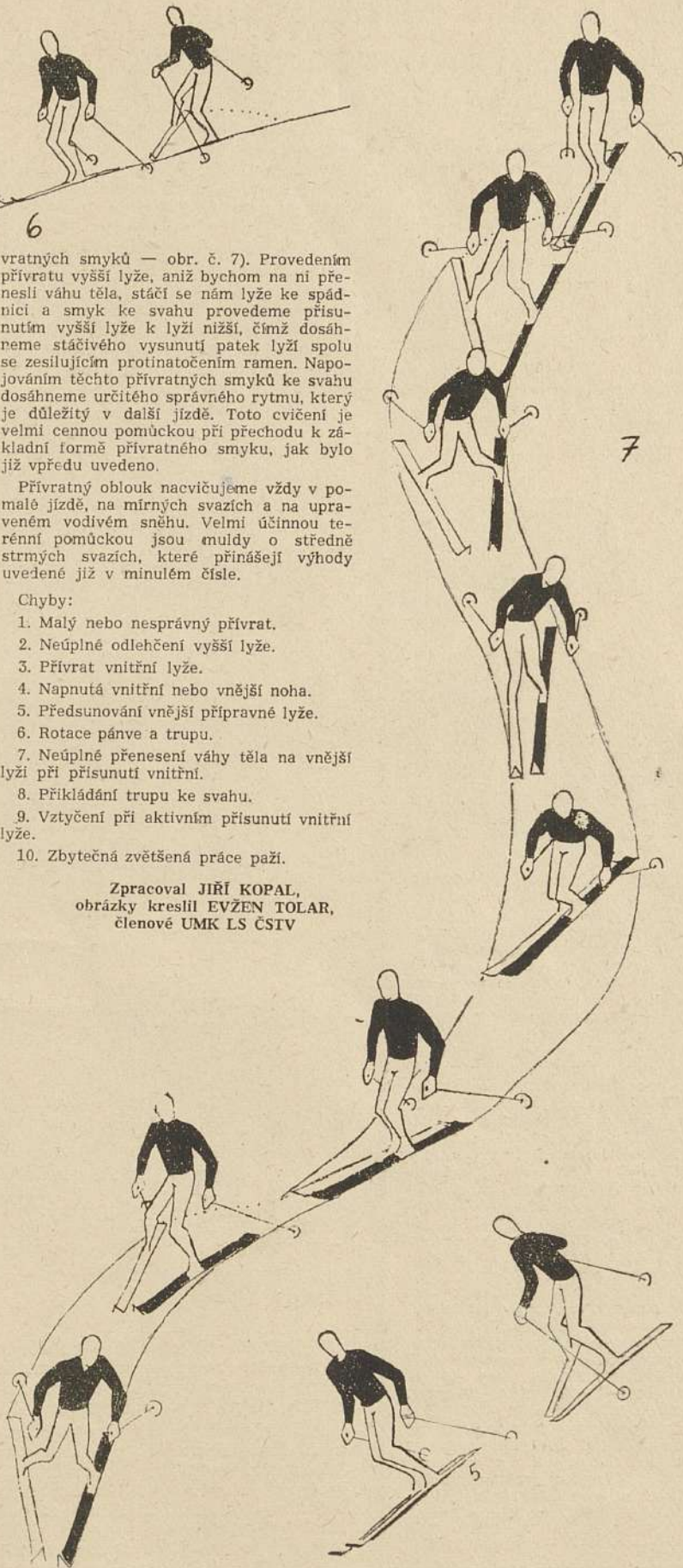
vratných smyků — obr. č. 7). Provedením přivrátu vyšší lyže, aniž bychom na ni přenesli váhu těla, stáčí se nám lyže ke spádnici a smyk ke svahu provedeme přisunutím vyšší lyže k lyži nižší, čímž dosáhneme stáčívého vysunutí patek lyží spolu se zesilujícím protinatočením ramen. Napojováním těchto přivrátých smyků ke svahu dosáhneme určitého správného rytmu, který je důležitý v další jízdě. Toto cvičení je velmi cennou pomůckou při přechodu k základní formě přivrátého smyku, jak bylo již vpředu uvedeno.

Přivrátý oblouk nacvičujeme vždy v pomalé jízdě, na mírných svazích a na upraveném vodivém sněhu. Velmi účinnou terénní pomůckou jsou muldy o středně strmých svazích, které přinášejí výhody uvedené již v minulém čísle.

#### Chyby:

1. Malý nebo nesprávný přivrát.
2. Neúplné odlehčení vyšší lyže.
3. Přivrát vnitřní lyže.
4. Napnutá vnitřní nebo vnější noha.
5. Předsunování vnější přípravné lyže.
6. Rotace pánve a trupu.
7. Neúplné přenesení váhy těla na vnější lyži při přisunutí vnitřní.
8. Přikládání trupu ke svahu.
9. Vztýčení při aktivním přisunutí vnitřní lyže.
10. Zbytečná zvětšená práce paží.

Zpracoval JIŘÍ KOPAL,  
obrázky kreslil EVŽEN TOLAR,  
členové UMK LS ČSTV



# Nový způsob sestavování výkonnostních žebříčků

K vyjádření výkonosti lyžařských závodníků, sestavujeme žebříčky na základě předem určených podmínek. Dosud jsme je sestavovali značně složitým způsobem a výsledek byl znám až po posledním předepsaném závodě. Tento způsob neinformoval závodníky včas o jeho pořadí v žebříčku. Z těchto důvodů mění registrační a kvalifikační komise spolu s trenérskou radou způsob sestavování žebříčku především v tom smyslu, že pro jejich sestavení určuje jednoduchý

systém výpočtů. Jsou předem stanoveny bodové hodnoty podle pořadí, jak se závodník v určeném výběrovém závodě umístil. Protože umístění je každému závodníkovi známo již po dokončení jednotlivého závodu, může si ihned vypočítat své pořadí v žebříčku s připočtením dřívějších závodů.

Do žebříčku jsou pojaty výkony ze závodů výběrových a především z mistrovství republiky. Pro skok a závod sdružený počítá se do žebříčku počet skutečně docílených bodů v tom kterém závodě a uvedených ve výsledcích závodů.

V běhu prostém a ve sjezdových disciplínách, tedy ve sjezdu, slalomu a obřím slalomu jsou stanoveny započítatelné body podle pořadí v závodě takto:

nejhorší a vyhodnocuje se pouze počet závodů započítatelných.

## MUŽI

Disciplína	Počet záv.	Započte se záv.
běh 15 km	4	3
vytrval. záv.	3	2
skok	5	3
sdruž. záv.	5	3
sjezd	5	3
slalom	6	3
obří slalom	3	2

## ŽENY

Disciplína	Počet záv.	Započte se záv.
5 km	3	2
10 km	5	3
sjezd	5	3
slalom	6	3
obří slalom	3	2

### Příklad:

A. Závodník ve sjezdu se zúčastní 4 závodů, v nichž se umístil takto:

4. v prvním závodě jako 1. s 50 body, ve druhém závodě jako 3. s 41 body, ve třetím závodě jako 5. s 36 body, ve čtvrtém závodě jako 1. s 50 body.

Z toho se škrtá nejhorší umístění s 36 body, protože se započítávají pouze 3 závody a zbývá 141 bodů, které závodník získal do žebříčku.

B. V dalším případě se závodník zúčastnil pouze 3 závodů. Neškrtá se. V prvním závodě se umístil jako 6. s 35 body.

Ve druhém závodě se umístil jako 15. s 26 body.

Ve třetím závodě se umístil jako 4. s 38 body.

Celkem tedy získal 99 bodů.

Po ukončení závodního období bude stanoveno konečné pořadí ve všech disciplínách, případně vyhodnocen nejlepší závodník vůbec.

Průběžně během závodního období bude stav žebříčku uveřejňován v Lyžařství.

Výsledky žebříčku mají za cíl informovat trenérskou radu a lyžařskou sekci i veřejnost o výkonnosti závodníků. Žebříček bude také jedním z článků a podkladů pro různé nominace na vrcholných závodech. Může k němu být též přihlédnuto i při sestavování státního družstva, jestliže se jeho způsob hodnocení napříště osvědčí.

KVALIFIKAČNÍ A REGISTRAČNÍ  
KOMISE LS ÚV ČSTV — J. REICHERT

### ÚČAST NA VÝBĚROVÝCH ZÁVODECH

S výjimkou mistrovských soutěží je povoleno startovat v technických disciplínách společně s dospělými i dorostencům. Start bude umožněn jen těm závodníkům, kteří budou mít doporučení svých trenérů a příslušné lékařské poradny. K tomu účelu vydá UTR LS ÚV ČSTV všem dorostencům v družstvu a krajské LS svým dorostencům povolení ke startu na výběrových závodech s potvrzením příslušného oddělení KUNZ. Starším závkům je povolen start v dorosteneckých soutěžích za stejných podmínek.

## Zemřel náš nejstarší lyžařský závodník



V Jilemnici, kolébce českého lyžařství, zemřel v neděli 16. listopadu 1958 ve věku 77 let Josef Alfons Kubáta, pamětník začátků našeho lyžařského sportu a nejstarší dosud žijící lyžařský závodník. Letos je tomu šedesát let, kdy se prvně zúčastnil v barvách tehdejšího ČKS SKI Jilemnice závodu, který byl odstartován u pily v Dolních Štěpanicích. Tehdy skončil na druhém místě a povzbuzen tímto úspěchem zúčastnil se pravidelně s úspěchem mnoha dalších lyžařských závodů. Za největší svůj úspěch počítal vždy J. A. Kubáta 4. místo v závodě na 50 km v Krkonoších, uspořádaném v roce 1905 za silné mezinárodní účasti. Porazil tenkrát známého německého závodníka dr. von Dieskau. V množství jeho plaket a jiných trofejí vidíme i medaili, kterou získal jako první mistr Koruny české v běhu na 10 km v čase 41,05 min. Skutečně zajímavá je závodní činnost tohoto našeho nejstaršího lyžařského reprezentanta v začátcích českého lyžařství. Rád vzpomínal na svého chápavého záka — nezapomenutelného Bohumila Hanče, který byl též příslušníkem ČKS SKI Jilemnice. Uvážíme-li, že se musel každý závodník probíjet v době začátků našeho lyžařství k lepším výkonům bez jakékoliv pomoci a podpory, zastuhují výkony a úspěchy prvního lyžařského mistra J. A. Kubáta i jeho následovníků tím většího uznání.

ČEST JEHO PAMÁTKE

## MUŽI

Poř.	Body	Poř.	Body	Poř.	Body
1	50	14	27	27	14
2	45	15	26	28	13
3	41	16	25	29	12
4	38	17	24	30	11
5	36	18	23	31	10
6	35	19	22	32	9
7	34	20	21	33	8
8	33	21	20	34	7
9	32	22	19	35	6
10	31	23	18	36	5
11	30	24	17	37	4
12	29	25	16	38	3
13	28	26	15	39	2
			40		1

## ŽENY

Poř.	Body	Poř.	Body
1	30	13	12
2	26	14	11
3	23	15	10
4	21	16	9
5	20	17	8
6	19	18	7
7	18	19	6
8	17	20	5
9	16	21	4
10	15	22	3
11	14	23	2
12	15	24	1

V žebříčku se zásadně vyhodnocují pouze prosté závody a sdružený závod (skok a běh) vždy za tu kterou disciplínu, ne tedy za kombinaci.

Pro zařazení do žebříčku u běžec-kých disciplín musí být absolvováno mistrovství republiky a doplňují je výběrové závody v níže uvedeném počtu v disciplíně. Z těchto závodů musí být absolvován nejméně počet uvedený ve vedlejším sloupci. Jsou-li absolvovány všechny závody, škrtají se



## Příběh lyžaře - závodníka

## (11. pokračování)

Martin mlčí.

Rozhlíží se po světnici, pozoruje ty dva, jak tu hospodaří a obskakují ho, a tím víc se stydí za svou bezmocnost.

— Ukaž! vytáhne Jiří spod paže teploměr a nese ho k oknu. Jen zvýšená teplota, ale budeš ležet! podívá se spíše ze zvyku přísně na Martina.

— Bolí mě jen trochu tělo, a taková slabost, více se Martin svěřuje, než stěžuje.

— Bodejt, sám ses vytrestal. Copak se takhle chodí ke startu do tak těžkého závodu? Ještě mi o té noci před závodem budeš vyprávět, upíjí Jiří čaj, který mu Richard zatím připravil. Ve čtvrtek za mnou přijdeš do střediska a já se na tebe ještě podívám. Nejlepší tak kolem desáté. Čerta se nic zlého dlouho nedrží, podíval se Jiří na Martina už veselými očima.

A Martinovi se opravdu ulevilo.

— Snad bys mohl, Richarde, hodit koni trochu sena a nalít vody. Pro Borka je za kamny zatím tvrdý chleba. Až přijde Hofman, uvaří mu trochu polívky.

— Jen neměj starost, nepřišli jsme jen kvůli tobě. Však víme o té tvé menažerii, příkládá Richard do kamen.

Za chvíli se vrátil Richard z chléva.

— Ty koně neuvazuješ? zeptal se Martina.

— K čemu? zvedl se Martin na posteli. Stalo se mu něco?

— Ale ne, mávl Richard rukou. Myslím, že je to přece jen lepší, když je napevno, a mrkl nenápadně na Jiřího. Trochu ti odházíme sniž, aby ses dostal z chalupy.

Oba muži vyšli ze světnice.

— Co je? zeptal se Jiří nedočkavě.

— Kůň je pryč! otevřel Richard dveře do chléva. Martin se o tom zatím nesmí dovědět. Ne, zloději to nebyli, odpověděl Richard na tázavý pohled Jiřího.

— Martin nechal dveře dokořán a kůň vyšel z chléva sám, odhadl Jiří. Přesl pak dvůr, vidíš ty stopy, a pak otevřenými vraty na cestu, kde se stopa pomalu ztrácela.

— Ale kam?

— Na to sami nestačíme. Teď rychle sjeď pro Hofmana. Já se vrátím do světnice. Ondřejovi musíš dát vědět.

— To už zařídím. Raďeji se hned dáme do toho!

V jízdě je teplo. Borek, který se zná dávno s Richardem a Jiří, je klidný. Sem tam pohlédne na postel, ale v jeho očích už není bezradnost a bázeň.

— Bude dobře, když si zdřímeš. Zatím se o tebe postará Hofman, řekne Jiří.

— Jsem rád, že jste přišli. Však já vám to nezapomenu, šeptá Martin a klidně oddechuje.

Někdo za dveřmi zadupal setřásaje z bot sniž. Za Hofmanem vešla do jízdby vůně jehličí a pilin, která se za ním táhla snad po celý život.

— Jsi tu brzy, vítá jej Jiří.

Oba mezi sebou vymění pohledy, jejichž smyslu a řeči rozumějí jen ti dva.

— Uzdrav se, Martine, a nezapomeň na čtvrtek. Hofman tu s tebou zůstane, podává Jiří ruku Martinovi.

Nedaleko je Ondřejova chalupa.

Ti dva už budou ale na cestě, myslí Jiří na Richarda a Ondřeje. Přesně odhadl, jak se všechno přihodilo. Škoda, že už s nimi nemůže mluvit.

Diagnóza je stejně důležitá pro lékaře, který uzdravuje Martina, jako pro ně, kteří vyšli hledat zvíře, nemocné steskem. Ano, tak se to asi přihodilo! Martin nechal v horečce vrata u chalupy otevřena a ani u chléva dveře nezavřel. Kůň, který nemohl pochopit pánovo jednání, pudově tušil, že není něco v pořádku.

Bylo to snad poprvé, co Martin nepřišel s Borkem tak dlouho do chléva, co nechal zvíře samo o sobě. Tato samota je přivedla z míry daleko více než žízeň a hlad.

Ondřevi, Richardovi a hajnému Drozdovi, kterého přizvali, protože bydlil nedaleko, se přece jen podařilo zachytit stopu. Vedla od Martinova stavení po zasněžené cestě ke klečím a skalám.

Cestou uvažovali, co asi koně přimělo opustit domov. Když nakonec zvažili všechny okolnosti, i to, co o Martinovi a zvířatech věděli, stejně uvažovali jako Jiří.

Vypravili se na obhlídku ve třech, berouce s sebou jenom to nejnutnější. Mysleli především na koně. Do batohu vzali kromě buchet a chleba i cukr. Pamatovali i na provazy.

Sledovali stopu zvířete až na otevřenou planinu, kde jí zavál vtr sněhem.

Martinova duševní a tělesná skleslost po prohraném závodě ovládla celé stavení. Tato změna v člověku se odráží ve výškách mnohem citlivěji než dole.

Kůň, vida dveře dokořán, marně čekaje na pána i na Borka, ze stesku po nich je vyšel hledat. Možná, že se v něm ozvala i stará vzpomínka na dávné dědictví nespoutané volnosti.

Ale tuto vzpomínku a touhu by určitě potlačila jistota Martinova a Borkovy blízkosti. Zvířeti nešlo jen o Borka a Martina, ale o celou souvislost těchto živoucích tvorů s prostředím. Kůň pudem vycítil to, co

by si rozumem odvodil člověk; že stavení bez lidí není ani jeho domovem. Vždyť se naučil nejen žít vedle člověka a snašet s ním i zlé, ale denní styk s ním prohloubil v něm mnoho dobrých a, bohužel, také špatných vlastností.

Teď jde, trýzněn steskem, zasněženou plání. Před ním a za ním je mlha, kterou občas nadzvedne nebo roztrhne syrový vítr. Kůň přidá do kroku, jako by se chtěl znovu setkat s novým zvanem větru, který by mu napověděl o Martinově a Borkově blízkosti. V těchto okamžicích je jen vítr jeho společníkem, který s ním hledá a nosí mu zprávy. Vítr je jeho nejspolehlivější posel.

Teď už by měl Richard, Ondřej i hajný Drozd vědět, na kterou stranu se kůň pustil. O téhle vlastnosti opuštených zvířat lidé na horách mnoho vědí. Stejně vědí, že také ostatní zvíř tu nežijí o samotě. Čím má horší životní podmínky, tím spíše vyhledává blízkost ostatních tvorů.

Richard, Ondřej i hajný Drozd si uvědomují všechny potíže hledání. Martinův kůň má šedobílou srst, tedy barvu, která splývá se sněhem a v mlze se ztrácí. I kdyby jim byl v mlze vzdálen jen na několik metrů, jako by k němu měli celé kilometry.

Zvíře nese s sebou bázeň a úzkost, které zvěšují únavu a hlad. Kůň, který se marně snaží něco z větru vyčíst, je posléze veden pudem sebezáchovy. Opouští původní směr a jde tam, kde doufá nalezt záchranu.

To byla cesta Martinova koně, který bloudil několik hodin v mlze, bez pohromy přešel i lavinové pole, až se přiblížil k hranici lesů.

Když se po dlouhé době nesetkal s žádným živým tvorem, vítr mu najednou přinesl potěšující zprávu: že mu vyšly naproti tři statné smrky. Vypínaly se nad kleč a kamení, odolávající bouřím a víchrám. Stály tu od nepaměti a kdekdo obdivoval jejich odvahy.

Zdálo se, že tu po dlouhá léta stojí jen nedopatřením přírody, jen tak pro nic za nic, aby je člověk politoval. Tak zase uvažovali ti, kteří sami byli slabí a malomyslní.

A přece se tyto tři smrky dočkaly své chvíle a naplnění života.

Martinův kůň, unaven, žizniv a hladov v nich našel záchranu. Byli to jediní živí tvorové, kteří ho vzali v ochranu. V jejich kmelech proudila mlza jako krev k srdci člověka.

U prostředního smrku se Martinův kůň skrčil a čekal. Věřil v onu chvíli asi v to, čemu by člověk sotva uvěřil: že stromy přivolají pomoc.

V těchto zapomenutých končinách může platit za takových mimořádných podmínek i podobná logika. A proč ne, když kůň se znal, díky Martinovi, se smrky, jedlemi a borovicemi tak důvěrně. Proč by i strom nemohl být hrdinou tam, kam přichází sluneční paprsek už málem vystyděl a jen těžko proniká kamenitou hlinou k hladovým kořenům.

Ondřej, Richard a hajný Drozd dlouho hledali přerušenu stopu. Až hajnému se podařilo odhrabat nehluboko pod sněhem trus. Podařilo se jim tak najít změněný směr strasti plného putování zvířete.

V těchto končinách je zima šedivá a ustaraná.

Co by ti mohla povědět vyzáblá stařena, která sama se sebou si neví rady.

Hajný je hajný a ten se vyzná v chumelenici jako v parném dnu, kdy si les prozpěvuje, jako by neměl víc na starosti. Hajný Drozd je navíc dobrý lyžař. Taky to kdys zkusil na závodní trati, ale jen zkusil. Bylo mu určeno, aby vedle lyžařských holí držel ještě loveckou pušku. Uměl jí pevně přiložit k líci. O to zas slevil v jízdě na lyžích.

Kromě toho měl dost přednosti, které z něho udělaly chlapisko jak se patří. Rozuměl stromům právě tak jako zvířím, rozeznal kdejaké kviknutí v houštině nebo ptačí povyk. Jeho oči přesně určily dravce kroužícího mezi oblaky.

Pro lyžaře je sniž hmotou, jejíž hutnost měří stupnicí tvrdosti vosku. Ale hajný se dívá na sniž docela jinak. Bylo dobře, že vzali Drozda s sebou.

Sněhová pláň, to je něco jako svědomí širokého prostoru. Zachytí každý pohyb na povrchu i nad ním. Na sta kilometrů vzdálené uhelné doly si najednou vzpomenu, že si přijdou popovídat se zasněženou klečí. A taky přijdou.

— Jen se podívejte! udělá Drozd kruh holí.

V kruhu i mimo něj je rozptýlen jemný černý prášek. Ukazuje se zejména na kleči, když taje. Ale to není všechno.

(Pokračování na str. 20)

— Jednou jsme shrabali snh, na němž byl skoro neznatelný žlutavý prach. Snh s tímhle prachem jsme rozpustili, zvědaví, co je to za neřádstvo. Z litru sněhu byla plná kávová lžička světlého prášku. Poslali jsme to prozkoumat do Prahy. Odpověď jsme dostali brzy. Byl to prach, který se dostal na vrcholky našich hor až ze Sahary. Ne, vůbec se nemýlíš, zachytil Drozd pochybovačný pohled Ondřejův. V tom prášku byly zbytky hmyzu a rostlin, které se vyskytují v Africe. Ono nejde jen o tyhle věci tak, jak jsou. Pravda, na chvíli se ti zastaví rozum, když se dozvíš, že Sahara si tyká třeba s Krkonošemi. Ale nejpodivuhodnější je, jak se svět prolíná, jak nezůstává nic samo o sobě. Ta Sahara, která žila dávno, možná, před staletími, vnesla se až do stratosféry a našla poslední místo své klidu na zasněžených pláních našich hor. Aspoň vidíte, jak jsou hory citlivé. Tím spíše na živé, rozhlíží se Drozd kolem sebe, nezapomínaje ani na chvíli, proč tu jsou.

Mlčky klouzají po ostrém sněhu, zastavují se jen, aby si ověřili stopu. Vitr, vanoucí z pravého boku, zavál kdejaké znamení po živých. Hajný přesně uhádí, co asi zvíře v pustině prožívalo. Stesk po Martinovi a Borkovi ustoupil pudu sebezáchovy.

Najednou rychle popojel a holí rozhrábl snh.

Krev!

Kůň si zranil nohu! Rozhodně to nemohlo být nic horšího. Stopa vedla přes zřícenou lavinu. Teď už se hajný Drozd nemohl mýlit. Nepotkal-li kůň člověka, bude hledat ochranu u stromů. Věděl o třech opuštěných smrcích a nepochyboval, že se k nim kůň přidá.

Zrychlil krok.

— Tak patnáct minut po rovině, ale můžeme tam být i dříve, pobídl ostatní.

Drozd myslil už na zpáteční cestu lesem, která by byla mnohem kratší a také méně obtížnější. Kůň mohl mít před nimi náskok nejvýše tři hodiny a jistě se pohyboval na sněhu velmi těžce, jak hloubka zavátých stop nasvědčovala. Jejich pohyblivost na lyžích čas i vzdálenost mezi nimi a jimi se stále zkracovala. Hajný usoudil, že zranění zvířete nemůže být těžké. Odkryté stopy měly svou pravidelnou vzdálenost i hloubku a nasvědčovaly celkem o plynulé chůzi.

Miha se najednou roztoupla.

Do světlé modře zimního nebe prášil větrem zvednutý jemný snh. Pláň dostala nový tvar. Vystoupila závějemí, sněhovými pře-

visy a zálužnými prolákladami do zcela nové podoby. Slunce ji zbavilo jednotvárnosti a smutku.

V pozadí se zvedala nevysoká skála a před ní stály tři smrky.

U prostředního se krčil Martinův kůň.

Jako na povel všichni přidali a v několika minutách byli u cíle.

Kůň se třásl zimou, hlavu svěřenou mezi nohama. Jakmile spatřil lidi, zařehotal, zvedl hlavu a vykročil jim s námahou vstříc. Jednoho po druhém očičkával, jako by se chtěl k nim přitisknout a co nejvíce se nasytit lidského tepla, nabyt pocitu bezpečí, znovu se dát vděčně člověku, jemuž celým svým životem od pradávna patří.

Tak to všichni cítili, tak mohli číst z každého jeho pohybu. Ani nevěděli, že jim slzy vstoupily do očí.

Každý tím málem, co s sebou měl, chtěl udělat zvířeti radost. Víc radost než zahnat hlad, který snad teď kůň ani nepocítoval. I oni zapomněli na své želudky — bylo dávno po polední — a stýli zvíře buchtami, chlebem i cukrem. Hajný Drozd ovázal koni odřenou nohu a vydal se na zpáteční cestu.

Ještě se ohlédl, aby pozdravil tři smrky, aby jim poděkoval jako živým lidem.

Teď jdou klidní a už bez spěchu. Drozd udělal z lana cikánskou ohlávku a hodil ji koni přes hlavu. Ani to nemusel dělat. Snad jen proto, aby mělo zvíře pocit, že může opět na člověka spoléhat.

Jdou za sebou a prošlapují mu cestu. Sestupují do lesa, kde jsou chráněni od nárazu větru a kde je i mezi stromy tepleji. Slunce, které z mlhy vyrazilo už naplno, jde za nimi a klade před ně fialové stíny. Jím se zdá, že jich je jednou tolik a tím víc je jim do vesela.

Je v nich obvyklý pocit uspokojení, že pomohli, že přemohli nepříteli přírody. Pocit, z něhož vyrůstají poctiví a silní lidé. To, co udělali, jako by vykonali sami pro sebe.

— Jak to řekneme Martinovi? přerušil Richard ticho.

— Ani by o tom nemusel vědět, odpověděl Drozd, kdyby nebylo toho zranění. A pak jsou tady ještě jiné věci, zamlčel se.

Všichni rozuměli.

Zdálo se jim, jako by vedli k jeho stavení i usmířené hory.

— To mu, myslím, lépe řekne Jiří nebo Hofman než my, zamyslel se hajný.

(Pokračování)

## DO DISKUSIE

Loňského roku se konečně podařilo probojovat názor, že dosaždní technická a metodická úroveň lyžování u nás neodpovídala světovému stupni vývoje a že je třeba provést zásadní změny, které by tento stav napravily. Tehdy jsme vyzvali všechny naše pracovníky k celostátní diskusi, aby přispěli svými znalostmi a pomohli tuto otázku vyřešit. Výzva v roce 1957, až na malé výjimky, se minula účinkem. Avšak nyní, v roce 1958, kdy se snažíme všechny odpovědné pracovníky na cvičitelském úseku zaktivizovat a zmobilizovat k oživení činnosti lyžařských oddílů, zvětšení počtu členstva a získání nových nadšenců pro lyžařský sport, objevují se určité příznaky k vyvolání sporů o zásadách, které považujeme za jednoznačně již vyřešené.

V žádném případě neodmítáme věcnou kritiku, prováděnou objektivně na pravém místě a hlavně včas, kritiku, která je spojena s konkrétním a opodstatněným návrhem na zlepšení. Avšak mnohé připomínky ukazují neznalost kritizované osnovy nebo vůli po prosazení individuálních názorů. Dochází dokonce i k tomu, že autorům osnovy, tedy nepřímo i učebně metodické komisí LS ÚV ČSTV, aktivu, předsedů krajských UMK LS a předsednictvu lyžařské sekce, kteří osnovu a k ní vydané texty schválili, jsou přikládány úmysly, které naprosto nesledovali, jako například koketování se západními školami atd. Jelikož tyto tendence, které neváháme nazvat oportunistickými, se nerozpakují používat důvodů, jež bychom mohli vyjádřit asi jako »nalepování nálepek«, aby mohly vyvolat polemiky a spory obdobné, jaké probíhají z komerčních důvodů na stránkách západních sportovních časopisů, budeme se muset tímto zjevem zabývat ještě zvláštní úvahou o hodnotě těchto příspěvků pro naši socialistickou tělovýchovu vůbec. V prvé řadě odpovídáme na jeden z hlasů, jehož názor měl být, podle jeho mínění, umlčen.

Je to článek soudruha J. Koudelky, v jehož obsahu je podle našeho mínění několik závažných nesprávností. Způsob, jakým je kritika podána, velmi často přesahuje meze normální věcné kritiky. Věřme, že naše odpověď neovlivní další diskusní příspěvky zkušených pracovníků-cvičitelů z krajů a že i oni přispějí svými zkušenostmi, které získali s novou učebně osnovou. Jsme dalecí toho domnívat se, že texty nové učebně osnovy jsou bez chyb,

ale pokládáme za svoji povinnost vyvrátit některé nesprávnosti, jichž se soudruh Koudelka ve svém článku dopustil, a současně vyjádřit náš názor na některé věcné připomínky.

Čenime si snahy a houževnatosti soudruha Koudelky, s jakou se snaží prosadit svoje názory a bohaté zkušenosti ve prospěch čs. lyžařství. Tuto snahu jsme zhodnotili již před rokem, když chtěl svoje připomínky k osnově zveřejnit. Autoři učebních textů spolu s UMK LS ÚV ČSTV velmi podrobně prodiskutovali jeho připomínky, některé vzali v úvahu, ale většinu z nich nepokládali za správné. Bylo také poděkováno soudruhovi Koudelkovi i dopisem a vše věcně vysvětleno. Tehdejší redakční rada nepokládala za správné jeho připomínky zveřejnit, a to nikoliv s tendencí, jeho hlas »umlčeta«, ale proto, že časopis Lyžařství vychází jen dvakrát do roka a musí tudíž provádět přísný výběr článků k uveřejnění. Proto vyřadí-li se nějaký článek (a je jich dost), pak to není činěno s úmyslem umlčet pisatele, ale s ohledem na to, aby Lyžařství sloužilo svému vytčenému politicko-odbornému úkolu. U těch jiných »umlčených hlasů« měl autor uvést, o které se jedná, jinak je to zbytečné polemizování.



Pokud se týká »nekritického« přijímání cizích vzorů v minulosti, nemůžeme se k tomu vyjádřit tak, jak by to mohlo učinit mnoho jiných odpovědných pracovníků, kteří tehdy »francouzský vzor« přijali. Snad by se k tomu lépe vyjádřil i sám soudruh Koudelka, který je autorem knihy, vydané v roce 1946, a kde on sám se už tehdy jasně přiklání k francouzské technice. Přesto se domníváme, že je dnes těžko vytýkat jemu i všem ostatním autorům lyžařských příruček a tvůrcům naší lyžařské techniky a metodiky jejich snahu sledovat vývoj lyžařské techniky, která se tehdy ubírala směrem »francouzským«. Na druhé straně bychom jistě dnes dovedli ocenit staršího lyžařského metodika, který by se tehdy nedal ovlivnit francouzskou školou,

představovanou Allaisem, a zůstal by věren jinému lyžařskému směru, například tomu, který se kolem roku 1935 vyvíjel v Rakousku (Testa, Rominger), a byl vítěznou cestou Allaisovy školy umlčen. Protože se však nikdo takový u nás tehdy nevyvíjel a ani takový, kdo by vytvořil nějaký jiný způsob jízdy, zcela logicky a automaticky jsme se přiklonili k té technice, která vládla lyžařským světem. Proto se nám zdá, že soudruh Koudelka je trochu nekritický nejen vůči sobě, ale i vůči ostatním tvůrcům tehdejší lyžařské techniky a metodiky, tvrdí-li, že se cizí vzory tehdy přijímaly nekriticky.

Ponechd jinak a rozhodněji se ale musíme postavit proti tvrzení, že »tato stará chyba se znovu opakovala«; protože jsme bez zralé úvahy a diskuse skočili opět z francouzské lyžařské školy do rakouské a že jsme tedy celkem »snadno a rychle« převzali nejen rakouskou techniku, ale i metodiku.

Rozhodně jsme proti názoru soudruha Koudelky, že jsme převzali nekriticky rakouskou školu. Velmi důkladně a pečlivě jsme studovali nejen rakouskou, ale i všechny dostupné cizí prameny jak alpských zemí, tak i zemí majících stejné problémy s lyžováním jako máme v Československu (nejen co do techniky), jako například Polsko a NDR. Museli jsme studovat věcnou správnost a hledat i původnost, pochopitelnost a logiku výkladu techniky. Teprve potom jsme mohli sestavit učební osnovu, která byla zveřejněna před rokem v časopise Lyžařství s výzvou, aby nám všichni, kteří mají společný zájem na zkvalitnění lyžařského výcviku, poskytli svou podporu ve formě písemných připomínek. Tato osnova byla podrobně prodiskutována na celostátním semináři pro zajištění podzímních srazů cvičitelů, na celostátním aktivu předsedů krajských ÚMK, probírána s ústřední trenérskou radou a schválena předsednictvem LS. Z literatury můžeme dnes, s odstupem jednoho roku, poznat, že k přibližně stejným výsledkům došli například v NDR (viz časopis »Theorie und Praxis der Körperkultur« roku 1953, č. 2, str. 138, v článku Zur Entwicklung der Fahr- und Lehrweise des alpinen Skilaufs) nebo v Polsku.

Autor si ve svých tvrzeních často odporuje a jeho kritika je velmi často bezdůvodná. Přiznává nám, že všechno by bylo asi správné, až na lyžařskou metodiku.

O tom, proč jsme upustili od pojmu metodická řada pro celý lyžařský výcvik, jsme již dlouhoushle psali v Lyžařství a nebudeme se opakovat. V nových učebních textech »Technika lyžování« je v odstavci na straně 8 uvedeno:

»Osnova lyžařského výcviku není striktní „návod k použití“, jak se naučit co nejrychleji lyžovat. Podmínky terénní a sněhové, stáří, schopnosti cvičenců a znalosti cvičitelovy činí z osnovy pouze pomocníka výcviku, který je těmto podmínkám přízpůsobován. Znamená to tedy, že cvičitel si podle svých zkušeností volí cestu, kterou povede výcvik, aby dosáhl určených cílů. Tedy pouze cíle jsou směrodatné, cesty však mohou být rozdílné. Výsledné provedení cviků musí být v hlavních pohybových rysech ovšem stejné, protože hraje v celé linii výcviku hlavní roli.«

Tím je dána snad dostatečná odpověď na to, že metodika není zdaleka to hlavní, co je obsahem těchto nových učebních textů.

Tvrzení, že tato osnova je nepůvodní, není také správné, neboť k jejímu nynějšímu konečnému sestavení, které je mimořádně výsledkem široké kolektivní spolupráce cvičitelů (srovnej s návrhem osnovy v Lyžařství č. 8 minulého ročníku), jsme nedošli z pouhého formalismu nebo s úmyslem být za každou cenu »původní«, ale proto, že nás k tomu sestavení vedly naše podmínky terénní, organizační, stav naší lyžařské výzbroje, výtahů, lyžařské vyspělosti a v neposlední řadě, a to hlavně, zaměření a cíle našeho lyžařství. Z těchto důvodů jsme například nepřistoupili k vydání překladu rakouského »Schleherplanu«, tak, jak to učinila slovenská lyžařská sekce, nebo k překladu některých, nových francouzských příruček, jak tomu chtěli někteří jedinci, právě s ohledem na to, že zaměření našeho lyžařství je poněkud jiné a všestrannější, než v západních státech. Máme dojem, že si pisatel příliš zjednodušil tuto rozsáhlou problematiku, se kterou se potykáme již řadu let, anebo, že jí příliš podceňuje. Že jsme převzali v otázce sjíždění, zvláště pokud se techniky týká, většinu z uvedené rakouské knihy, je věc známá, uvedená v předmluvě k textům a nijak se s tím neskrýváme.

Učební texty nejsou ani učebníci, ani nepředpisují zcela jednoznačný učební postup. Dávají pouze návod a každý cvičitel má být touto ústřední postavou, která má tvořit podle podmínek, jež jsou v tom kterém okamžiku dány. Jsou potuhým základem, na němž by bylo možno bezpečně stavět a nejhospodárněji a jednoduše nacvičovat vše, co dobrý lyžař má umět. Každý cvičitel může mít svoji metodu, svoje metodické »mouchy«, na nichž staví svůj úspěch a podle nichž se také rozeznávají jeho kvality. To se týká jak vyučování jednotlivým cvikům, tak i jednotlivých postupů při navazování cviků na sebe. Účelem textů není, abychom touto předpisovali, ale dávali pouze radu — návod.

Proto jsme také v pokynech pro použití učebních textů uvedli

pouze dva příklady, tj. pro nadané a nenadané, i když jsme si vědomi toho, že toto rozlišení není zcela přesné a správné. Zde přiznáváme chybu, spíše formální, že místo termínu »pohybově nenadaný« jsme měli použít »pohybově méně nadaný«.

Nemůžeme ovšem souhlasit s názorem soudruha Koudelky, že právě těchto lyžařů (méně nadaných) je nejméně. Každý cvičitel, pokud nepracuje jenom s mládeží, ví, že právě těchto cvičenců je nejvíce a že bez přívratné cesty se u většiny případů neobejde. O tom nás také přesvědčil průzkum provedený v letošním roce v širším měřítku jak v oblastní škole města Prahy, tak i na povinných zimních výcvikových kurzech vysokých škol.



snožnou, a to byli většinou ti, kteří již dobře ovládali dřívější techniku.

Je samozřejmé, že z tohoto průzkumu nechceme a ani nemůžeme dělat žádné vážné závěry, mimo jiné také proto, že zkušenosti mnohých cvičitelů (i když se jednalo převážně o pedagogy) s novou technikou byly ještě velmi skrovné. Přesto nám ale potvrzuje znova známou skutečnost, jak tato přívratná technika je naprosto nezbytná pro většinu lyžařů. Tím spíše, že se jednalo vlastně o mládež 13—19letou.

Tvrzení, že žádný přívrat k snožné cestě jako pomůcku nepotřebujeme, že je to už velmi stará metodika, dlouhá, zbytečná cesta, je dosti odvážné. Bylo by dokonce zajímavé podobný průzkum, o kterém jsme mluvili, udělat mezi mládeží, a možná, že bychom byli překvapeni výsledkem.

Podle našeho názoru je spíše opak pravdou, tj. že i pohybově nadanému přívratná cesta usnadní rychlejší pochopení rovnoběžného smyku (záleží ovšem na individuálních vlohách) a že je jen málo těch vyvolených (většinou dětí z horských oblastí, které se pohybují na lyžích denně), kteří si mohou dovolit jít výhradně snožnou cestou. V neposlední řadě nemůžeme ignorovat a nevidět dlouholeté zkušenosti nejen našich, ale i rakouských cvičitelů, kteří mají s použitím přívratu ty nejlepší a bohaté zkušenosti, a proto na něm také postavili svoji metodu. V pokynech výslovně uvádíme, že u mládeže je nutno se především pokusit o cestu snožnou a přívrat zařazovat až na konec pro zvládnutí pohybově všestrannosti.

U cvičenců, s kterými chceme jít co nejdříve do terénu, je pak přívrat bezpečným a hlavně účelným prostředkem k zatažení. Tuto zkušenost učinili jistě všichni cvičitelé, tedy i sám soudruh Koudelka, u mnohých, i dobrých lyžařů, kteří její začnou používat v terénu v případě, když jim tak říká »teče do bot«, čímž jen potvrzují jeho větší účinnost pro otáčení, nehledě k všeobecnému používání u převážné většiny lyžařů.

Dále autor uvádí, že jakákoliv diferenciace pro neúplněm a nesprávném základním výcviku je zbytečná. Zřejmě soudruh Koudelka nepostřehl, že základní výcvik zahrnuje i výcvik diferencovaný, jak je patrné z nadpisu »Základní diferencovaný výcvik«. Je přesvědčen o správnosti svého tvrzení asi proto, že má zkušenosti jen se školními kursy, kde otázka diferenciace většinou nepřipadá v úvahu. Nevidí však tuto problematiku v celé její šíři například z hlediska dobrovolného cvičitele někde v zapadlém horském kraji, který nemá žádné pedagogické vzdělání. A zde mu má ukázat učební osnova široké možnosti, například, jak může své mladé svěřence přivést k zdravému a všestrannému běhání. Dalším důvodem, proč pokládáme tuto diferenciaci za potřebnou, je současný stav naší lyžařské výzbroje. O tom jsme velmi široce psali již v jednom čísle Lyžařství v článku »Běh v základním výcviku dospělých« a nemíníme se dále o tom šířit. Podotýkáme jen, že podle toho, jaká je výzbroj cvičenců v kurse, musíme zaměřit svoji výuku.

Pokud se týká názvosloví, jsme si plně vědomi toho, že v budoucnu musí být revidováno. Při tvoření učebních textů v tak krátké době, jichž vydání pro potřeby dobrovolných cvičitelů bylo velmi naléhavé a akutní, jsme se nemohli tímto důležitým pro-

blémem podrobněji zabývat, ale přesto jsme se snažili používat termínů až dosud platných a vžitých, kromě těch, které se bezprostředně týkají nové techniky (vysunutí patek lyží atd.).



zato, že v základním výcviku se o běhu jako takovém nedá ještě mluvit, nechceme-li, aby nebyl opět formální jako v dřívějších letech.

Výstup během je uveden v základním diferencovaném výcviku na straně 40.

Termín »pluh a oblouk pluhem« nepokládáme za správný, jak autor uvádí, neboť podle dosud vžitě terminologie by do tohoto nadpisu nebyl zahrnut přívrtný oblouk.

Skoky (myšleno tím malým terénním skoky) se v diferencované části neobjevují »záhadně«, ale zcela logicky doplňují základní výcvik. Sjezd šikmo svahem skutečně vypadá chybou tisku na straně 4 před smykem ke svahu. Tento nedostatek je však napraven v »Opravách a doplňcích k textům«.

Oblouk v pluhu a přívrtný oblouk v části »Běhání« je uveden pro úplnost a také pro logickou důslednost. Skripta nejsou psána pro závodníky, ale pro široké masy lyžařů, kteří se budou věnovat turistice. A proč by turista na běžkách anebo turistické lyži nemohl v některých situacích použít oblouku? I takový lyžař nechodí jenom po rovinách, ale i do kopce a musí také sjíždět. Totéž platí o bruslení.

Nakonec soudruh Koudelka doporučuje »Československou osnovu lyžařského výcviku nezávodního« od základu a v dohodě se školskými pracovníky přepracovat, aby se zamezilo tzv. »dvojkolejnosti«.

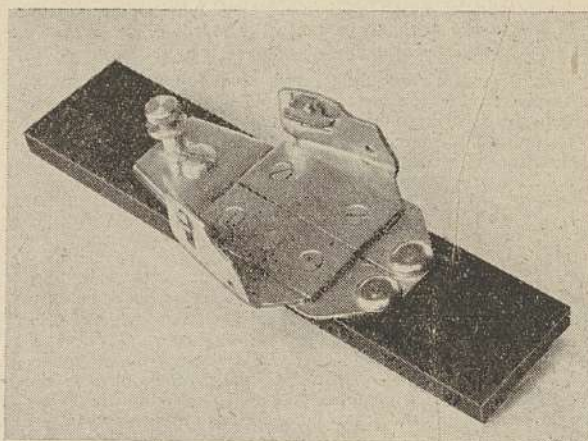
Netvrdíme, že vydané učební texty jsou dokonale a definitivní formou, a jsme přístupni ke každému rozumnému návrhu, který by vedl ke zjednodušení a ke zkvalitnění. Vydali jsme texty hlavně proto, abychom se vyrovnali se současným světovým názorem techniky a metodiky lyžování, abychom zlikvidovali zmatek, který v posledních letech na našich horách vznikl a abychom co nejrychleji splnili přání širokých mas lyžařské veřejnosti a hlavně dobrovolných cvičitelů, kterým se nedostávalo v poslední době žádné příručky, jež by je informovala o novém pojetí jízdy. Je také na nich, aby sami posoudili, zda učební texty svůj úkol splnily či nikoliv.

Nejsme a také jsme nebyli proti jakékoliv dohodě, ať se jednalo o pracovníka jakéhokoliv, měl-li on sám dobrou vůli a snahu se dohodnout. Je ovšem těžko mluvit o dohodě v tom případě, jestliže někdo k této dohodě vůbec nepřistoupí. Pokud se soudruh Koudelka zmiňuje o tzv. dvojkolejnosti, má asi na mysli výcvik prováděný na Vysoké škole pedagogické v Praze a jí ovlivněný výcvik na II. a III. stupni škol v Čechách a na Moravě jako jednu kolej a výcvik prováděný na ostatních vysokých školách a na ostatních úsecích dobrovolné tělesné výchovy, jako kolej druhou. Tuto dvojkolejnost však rozhodně nezavinila ústřední UMK lyžařské sekce. Sám soudruh Koudelka byl přítomen schůzi na ministerstvu školství na podzim minulého roku, kde se jednalo o směrnici pro rekreační výcvikové zájezdy škol III. stupně. Zde mimo jiné došlo také k dohodě, že před konáním nejvyšších kursů ministerstva školství bude jejich učební náplň zkonfrontována s pracovníky UMK, kteří pracují na nové lyžařské učební osnově. Do dnešního dne však nebylo učiněno nic podobného. O chuti spolupracovat nesvědčí ani ta skutečnost, že pracovníci ministerstva školství, i když byli pozváni, nezúčastňují se jednání celostátních aktiv a srazů komisí mládeže, učebně metodické komise ani plena LS (viz článek soudruha Gryce v 7. čísle Lyžařství, strana 21).

A nakonec: Z lyžování vědu ani módu dělat nechceme. Na druhé straně však chceme vždy vědy v technice lyžování používat k tomu, abychom si objasnili určité problémy a dospěli na základě těchto poznatků k praktickým názorům obecně platným. Toto považujeme za svoji povinnost hlavně tam, kde se jedná o přejímání cizích či našich poznatků a zkušeností a vhodné tak spojovat teorii s praxí pro další rozvoj našeho lyžařství.

ZA UMK LS ČSTV  
JIŘÍ KOPAL a Inž. M. CHLOUBA

## Pojistné lyžařské vázání



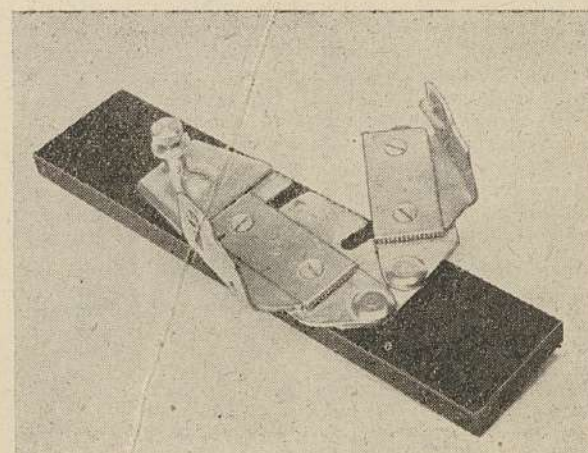
Bude takovéto vázání skutečností, či jen vhodným tématem pro články dobrovolných lyžařských pracovníků? Abych vás však dlouho nenapinal. Nyní již záleží splnění této otázky jen na našich výrobních závodech, neboť právě před několika dny byl Kovoprůmyslovým závodům v Praze předán zlepšovací námet na výrobu nového typu pojistných čelistí, které vidíte na otištěných obrázcích.

Pojistné lyžařské vázání je požadavek dnešní doby, požadavek udržet naše výrobky na světové úrovni a nakonec požadavek i nás všech lyžařů na zajištění bezpečnosti člověka i při rekreaci na lyžích. Skutečností je, že jsou nyní u nás na trhu dva typy pojistného vázání, ale jak všichni víme, nespĺňují všechny požadavky použitelnosti — dají se totiž použít pouze ve spojení se spodním tahem a tím vlastně slouží jen pro sjíždění. Pro pohyb v terénu, pro chůzi a výstupy se nehodí. Zobrazené čelisti ve spojení s běžným lančovým zařízením plně vyhoví jak pro spodní, tak i pro vrchní tah (pro spodní tah se dají použít s vázáním dlouhožemenným s otočnou patou) a lze proto považovat jejich výrobu za nutný krok k dalšímu rozvoji československého lyžařského sportu.

A nyní k vlastní funkci těchto čelistí. Běžné čelisti s rozpuštěným krycím plechem jsou přišroubovány na pojistném zařízení, které se překonáním nastaveného tlaku rozevře na některou stranu a uvolní botu lyžaře. Pořebný tlak se seřídí stavěcím šroubem na krytu pojistného zámku.

A nyní zbývá již jen čekat na vyjádření výrobního závodu k tomuto návrhu a potom se težit na první kusy ve Sportovních prodejnách.

Josef Burda





# CELOSTÁTNÍ TERMÍNOVÁ LISTINA SANÍ A BOBŮ

Datum:	Název závodu:	Dráha:	Pořadatel:	Discipl.
<b>Prosinec 1958:</b>				
21. XII.	Propag. závod, Jeseníku	Křížový vrch	MV ČSTV Brno	sáně
26. XII.	Veřejný závod	Smržovka	Spartak Smržovka	sáně
28. XII.	Propag. závod	Pisárky	MV ČSTV Brno	sáně
31. XII.	Oddílový závod	Křížový vrch	Jiskra Jeseník	sáně
1. I.	Kontrolní závod	Smržovka	MV Praha	sáně
<b>Leden:</b>				
1. I.	Propagační závod mládeže	M. Lázně	Slovan M. Lázně	sáně
4. I.	Nábor. závod mládeže	Habří	Sokol Kvítkovice	sáně
4. I.	Propag. závod dospělí	Klášteřec n. O.	Spartak Klášteřec	sáně
4. I.	Propag. závod mládeže	Dubí	OV ČSTV Teplice	sáně
4. I.	Oddíl přebory Spartak Smržovka	Smržovka	Spartak Smržovka	sáně
4. I.	Oddíl přebory Jiskra Liberec	Smržovka	Jiskra Liberec	sáně
4. I.	Veřejný závod mládeže	Křížový vrch	Jiskra Jeseník	sáně
4. I.	Veřejný závod mládeže	Ostravice	Sokol Ostravice	sáně
4. I.	Sáněkácké závody všech kategorií	Bratislava	MV ČSTV Bratislava	sáně
4. I.	Propag. závody	Trstěná	KV ČSTV Žilina	sáně
4. I.	Propag. závod	Vyš. Hágy	TJ Vyš. Hágy	sáně
11. I.	Veřejný závod	Habří	Sokol Kvítkovice	sáně
11. I.	Veřejný závod	M. Lázně	Slovan M. Lázně	sáně
11. I.	Veřejný závod mládeže	Dubí	OV ČSTV Teplice	sáně
11. I.	Veřejný okresní závod mládeže	Smržovka	OV ČSTV Jablonec	sáně
11. I.	Okresní přebor	Smržovka	OV ČSTV Liberec	sáně
11. I.	Veřejný závod	Křížový vrch	Jiskra Jeseník	sáně
11. I.	Veřejný závod	Staré Hamry	KV ČSTV Ostrava	sáně
11. I.	Náborový závod mládeže	Frenštát p. R.	KV ČSTV Ostrava	sáně
11. I.	Nábor. závod mládeže a dosp.	Čadce	KV ČSTV Žilina	sáně
11. I.	Propag. závod	Martín	KV ČSTV Žilina	sáně
11. I.	Propag. závod	Štrb. pleso	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
11. I.	Okresní přebor	M. Lázně	Slovan M. Lázně	sáně
17. I.	Veřejný závod	Ještěd	Slavia Praha	sáně
18. I.	Oddílový přebor Slavia	Ještěd	Start Praha	sáně
18. I.	Oddílový přebor Start	Ještěd	Start Praha	sáně
18. I.	Odd. přebor Sp. Stalingrad	Ještěd	Stalingrad Praha	sáně
18. I.	Veřejný závod	Křížová cesta	Slavoj Ces. Krumlov	sáně
18. I.	Veřejný závod	M. Lázně	Slovan Mar. Lázně	boby
18. I.	Veřejný závod	Dubí	OV ČSTV Teplice	sáně
18. I.	Pohár kraj. divadla	Ještěd	KV ČSTV Liberec	sáně
18. I.	Veřejný záv. dosp. a dor.	Pisárky	MV ČSTV Brno	sáně
18. I.	Krajský přebor	Křížový vrch	Jiskra Jeseník	sáně
18. I.	Přebor oddílů	Kopřivnice	Tatru Kopřivnice	sáně
18. I.	Náborový závod	Ružomberok	KV ČSTV Žilina	sáně
18. I.	Propag. závod	Nová Polianka	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
18. I.	Propag. závod	M. Lázně	KV ČSTV Karl. Vary	boby
24. a 25. I.	Krajský přebor	M. Lázně	MV ČSTV Praha	boby
25. I.	Krajský přebor	Dubí	OV ČSTV Ústí n. L.	sáně, boby
25. I.	Okresní přebor	Ještěd	KV ČSTV Liberec	sáně
25. I.	Krajský přebor	Desná	Jiskra Polubný	boby
25. I.	Krajský přebor	Nedvědice	Sokol Nedvědice	sáně
25. I.	Propag. závod	Křížový vrch	KV ČSTV Olomouc	sáně
25. I.	Propag. závod	Ostravice	KV ČSTV Olomouc	sáně
25. I.	Krajský přebor	Dol. Smokovec	KV ČSTV Ostrava	sáně
25. I.	Veřejný závod dosp. a mládeže	Tatran Tat. Smokovec	Slavoj Dol. Smokovec	sáně
31. I.	Veřejný závod dosp. a mládeže	M. Lázně	Tatran Tat. Lomnica	sáně
31. I.	Krajský přebor	M. Lázně	MV ČSTV Praha	sáně
31. I.	Krajský přebor	M. Lázně	KV ČSTV K. Vary	sáně
1. II.	Pohár Beskyd	Ostravice	KV ČSTV Ostrava	sáně

Datum:	Název závodu:	Dráha:	Pořadatel:	Discipl.
<b>Únor:</b>				
1. II.	Okresní přebor	Habří	OV ČSTV Ústí nad Labem	sáně
1. II.	Krajský přebor	Dubí	KV ČSTV Ústí nad Labem	boby
1. II.	Veřejný závod mládeže	Smržovka	Spartak Smržovka	sáně
1. II.	Okresní přebor	Č. Studnice	OV ČSTV Jablonec	boby
1. II.	Okresní přebor	Č. Studnice	OV ČSTV Liberec	boby
1. II.	Okresní přebor dor.	Křížový vrch	OV ČSTV Jeseník	sáně
1. II.	Propag. závod	Lipt. Mikuláš	KV ČSTV Žilina	sáně
1. II.	Propag. závod	St. Smokovec	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
1. II.	Propag. závod	Tatr. Polianka	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
1. II.	Krajský přebor	Č. Studnice	KV ČSTV Liberec	boby
8. II.	Velká cena Teplic (kvalifikační) závod	Křížová cesta	TJ Lokorn. Teplice	sáně
8. II.	Okresní přebor	M. Lázně	OV ČSTV Mar. Lázně	sáně
8. II.	Pohár města M. Lázně (kvalifikační závod)	M. Lázně	OV ČSTV Mar. Lázně	boby
8. II.	Závod mládeže	Nedvědice	Sokol Nedvědice	sáně
8. II.	Okresní přebor žactva	Bratislava	Jiskra Jeseník	sáně
8. II.	Veřejný závod	Hřebienok	MV ČSTV Bratislava	sáně
8. II.	Městský přebor	M. Lázně	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
15. II.	Pražský závod (kvalif. závod)	Tanvald	MV ČSTV Praha	sáně
15. II.	Propag. závod	Křížová cesta	Spartak Tanvald	boby
15. II.	Krajský přebor	Smržovka	KV ČSTV Č. Budějovice	sáně
15. II.	Veřejný závod pro dospělé	Křížový vrch	Spartak Smržovka	sáně
15. II.	Kontrolní závod odd.	Tatr. Lomnice	Jiskra Jeseník	sáně
15. II.	Krajský přebor	Tatr. Lomnice	MV ČSTV Vys. Tatry	boby
15. II.	Krajský přebor	Tatr. Lomnice	MV ČSTV Ostrava	boby
15. II.	Krajský přebor	Křížový vrch	KV ČSTV Brno	boby
22. II.	Pohár Jeseníku (kvalifik. závod)	Dubí	Jiskra Jeseník	sáně
22. II.	Rudá hvězda vítězného února (kvalif. závod)	Dubí	Baník Teplice	boby
22. II.	Závod mládeže	Smržovka	Jiskra Liberec	sáně
22. II.	Propag. závod mládeže	Ještěd	Spart. Smržovka	sáně
22. II.	Veřejný závod	Habří	Sokol Kvítkovice	sáně
22. II.	Pohár města M. Lázně	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	sáně
22. II.	Pohár 25. února	Libverda	Sokol Libverda	sáně
22. II.	Propag. záv. škol ml.	Hřebienok	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
28. II.	Pohár míru	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	boby
<b>Březen:</b>				
1. III.	Střt. Krušných hor	Dubí	Dynamo Teplice	sáně
1. III.	II. nábor. záv. mládeže	Černý vrch	Jiskra Jeseník	sáně
1. III.	Propag. závod	Bratislava	MV ČSTV Bratislava	sáně
8. III.	Mistrovství CSR dosp.	Ještěd	OV ČSTV	sáně
8. III.	Přebor CSR dorostu	Ještěd	OV ČSTV	sáně
15. III.	Náborový závod	Zatov	Sokol Stachy	sáně
15. III.	Veřejný závod	Klášteřec	Spartak Klášteřec	boby
15. III.	Modrá stuha	Dubí	OV ČSTV Teplice	sáně
15. III.	Veřejný závod mládeže	Černý vrch	Spartak Smržovka	sáně
15. III.	Náborový záv. dospělých	Tatr. Lomnice	Jiskra Jeseník	sáně
22. III.	Náborový záv. dospělých	Vimperk	MV ČSTV Vys. Tatry	sáně
22. III.	Pohár Jizerských hor (kvalif. závod)	Smržovka	Jiskra Vimperk	sáně
29. III.	Veřejný závod	Smržovka	Spartak Smržovka	sáně
<b>Duben:</b>				
5. IV.	Veřejný závod	Rokytnice	Spartak Rokytn.	sáně
5. IV.	Veřejný závod	Křížový vrch	Jiskra Jeseník	sáně

# Krátký zavřený oblouk

KE KINOGRAMU NA 2. STRANĚ OBÁLKY

Krátký zavřený oblouk je oblouk o malém poloměru. Technika jeho provádění je přizpůsobena poměrně velké nájezdové rychlosti. Samotný oblouk je proveden velmi rychle, takže i výjezdová rychlost, vzhledem k ostrému úhlu zatáčky, je relativně velká. Kromě toho postoj lyžáře při ukončení oblouku umožňuje další zrychlení jízdy odšlapanutím z vnější zatížené lyže, popřípadě spojit toto odšlapaní odpichem stopaž.

Technika provedení tohoto oblouku se liší od normálního krátkého oblouku tím, že otáčení nenavazuje na předchozí zvýšení těžiště, které ve své konečné fázi odlehčuje lyže. Odlehčení dosahujeme lehkým a rychlým pokrčením nohou při současném velmi rychlém postranním odsunutí lyží přes spádnicí vně oblouku. Tento pohyb, vycházející z boků, je umožněn a kompenzován výrazným a vydatným rovněž rychle provedeným protinatocněním trupu vně oblouku. Protinatocnění trupu bude tím energičtější, čím bude oblouk zavřenější. Protinatocnění trupu a s ním spojený předklon umožňuje maximální vyklonění trupu vně oblouku, kterého bychom nikdy nedosáhli pouhým odklonem, protože není v tomto rozsahu z anatomických důvodů proveditelný (žeberní oblouky narážejí na pánev). Vyklonění zaručí při využití veliké odstředivé síly přenesení těžiště co nejnižší a daleko dovnitř oblouku. Tím je umožněno maximální vysunutí lyží stranou, mocné a účinné zahranění lyží — zatížených jednak snížením těžiště, jednak odstředivou silou. Postoj těla umožní projetí branky těsně u vnitřní tyče.

Zapojení všech svalů od hlezenního kloubu až po ramena a spojená flexe všech kloubů umožní čelit mocnému náporu odstředivé síly při zahranění. Tato energie se však zcela netlumí, ale podobně jako při pumpování, spolupůsobí na zrychlení jízdy při následujícím vztyčení, ať jde o rychlé navázání nového oblouku, mohutnost odšlapu nebo vyrazení do přímého sjezdu.

Lyže se odsunují přes spádnicí smykem. Mohou se však přemístit nad sněhem, aniž by prováděly smyk. Uhel odsunutí je různý podle úhlu zatáčky, podle tvaru brankové figury atd. Provedení zavřeného oblouku nejvíce urychlí odsunutí lyží na spádnicí bez smyku, přímo do zahranění.

Píchání holí je obdobně jako u krátkého oblouku. Vnitřní hůl pícháme zpravidla na počátku oblouku. Napojujeme-li na sebe dva oblouky, slouží toto zabodnutí hole současně k udržení rovnováhy a k zachycení a tlumení tlaku vzniklého snížením těžiště, odstředivou silou a prudkým zahraněním na konci oblouku.

Zabodnutí holí je v každém případě velmi krátké a nesmí zdržovat protinatocnění trupu. Mnohdy provádíme oblouk bez píchnutí (viz kinogram Igayi obr. 1—8). Sailer používá na začátku otáčení píchnutí oběma holemi (obr. 10). Ovšem je otázkou, do jaké míry mělo toto píchnutí sloužit zachycení nárazu přejíždění vlny a do jaké míry bylo impulsem k odlehčení lyží pro jejich odsunutí vně oblouku. Pravděpodobně spojuje obě funkce. K druhému píchnutí vnější hole došlo u Sailerova na obr. č. 18, kde mělo jasné účel tlumící a rovnovážný, popsaný nahore.

Vnitřní paže se během oblouku snižuje, někdy tak, že se ruka takřka tře o sněh (obr. 17—19). Vnější paže směřuje ven z oblouku, je přibližně rovnoběžná se zemí, vyvažuje těžiště a udržuje rovnováhu.

Užití krátkého zavřeného oblouku je dáno jeho charakterem. Ve slalomu se

užívá především ve vlásence, při nájezdu vlnovky a v krátkých rychlých obloucích. V obřím slalomu, tam, kde je závodník trati přinucen k ostré zatáčce bez možnosti nadjetí branky dlouhým obloukem. Dále tam, kde to umožňuje terén (na přejezdech, na zlomu svahu, vlny atd.).

Na kinogramech Igayi z jeho vítězné jízdy v prvním kole slalomu v Badgasteinu vidíme typickou ukázkou projíždění vlásenky krátkým zavřeným obloukem. Za povšimnutí stojí naprosto přesné nasazení a otáčení lyží (odhadnutí dráhy pat lyží) těsně pod horní brankovou tyčí (obr. 5—4). Odsunutí pat lyží je provedeno přesně do potřebného úhlu těsně za osu vlásenky. Z vlásenky vyrazí závodník pohybem těla šikmo vzhůru vpřed odrazem ze sníženého postoje. Krátký odšlap levé nohy s blesku-

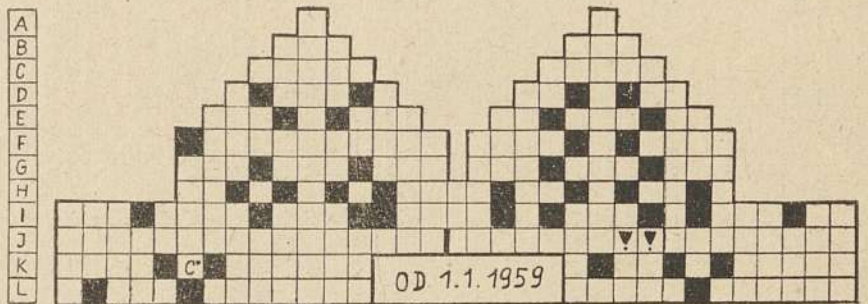
rychlým stažením lyže zpět a promáchnutí paží dopředu jen ještě zrychluje výjezd z vlásenky (obr. 8).

Na jízdě Sailerově (obr. 9—20) vidíme, kromě už popsané práce holí, úsilí o zkrácení oblouku při mohutném záběru hran na obr. 14—18, vystupňované na obr. 19—20 odšlapaním z vnější lyže. Je nutno vzít v úvahu, jak obrovskou silou bylo nutno vynaložit na překonání odstředivé síly v tomto zavřeném oblouku, jehož poloměr byl poměrně malý, když nájezdová rychlost byla přibližně 80 km/hod. Průměrná rychlost Sailerova v obřím slalomu byla 79 km/hod.

I když oba závodníci jedou svým individuálním stylem (Igayo např. s ohnutou a zvednutou vnější paží) a i když uplatnění krátkého zavřeného oblouku je různé (co do rychlosti, úhlu zatáčky, terénu, brankové figury, nájezdu a výjezdu), vidíme, že je provedení krátkého zavřeného oblouku po technické stránce v obou případech v principu naprosto shodné.

Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

## NAŠE KŘÍŽOVKA



1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33

A) Poloměr; spojka slučovací; B) hrdina; mužské jméno; C) voj. sdružení za první světové války; švýcarský výrobce léků; D) chem. zn. síry; požří nápoj! charakter; hrdeční souhláska ve francouzštině; chem. zn. ytterbia; molové předznamenání stupnice; latinská spojka; E) mezinárod. název lyží; sykvavka; ulice (franc.); závodní klub; větší jak strach; latinská předložka; F) podstata technického díla; druh tance (fonet.); radius; obdělát půdu; G) smutek; prozíj smutek!; chem. značky argonu, fosforu a uranu; cizí muž. jméno; umělá zvervace zvíře; souhlásky slovesa přijít (francouzsky); H) chem. zn. hlínku; nota; mezinárod. hospod. organizace po II. světové válce (fonet.); žen. člen (ve franc.); římská 5; osobní čínské jméno; chem. zn. kyslíku; I) část sport. pravidla; lidové psík; Velká cena Slovenska; franc. město (fonet.); druh vitamínu; špatné umělecké dílo; R; zkratka komise lyž. sekce; něm. spojka; J) 1 až 16: 3. část tajenky; 17 až 25: 5. část tajenky; 26 až 33: 2. část tajenky; K) jednotky váhy; Č; doplním nádobu (obr.) řím. 50; zkratka velkého podniku v Plzni; spojka; cizí dívčí jméno; L) amper; ledový útvar; dobrý večer (italsky — fonet.); muž. jméno; organizace mládeže.

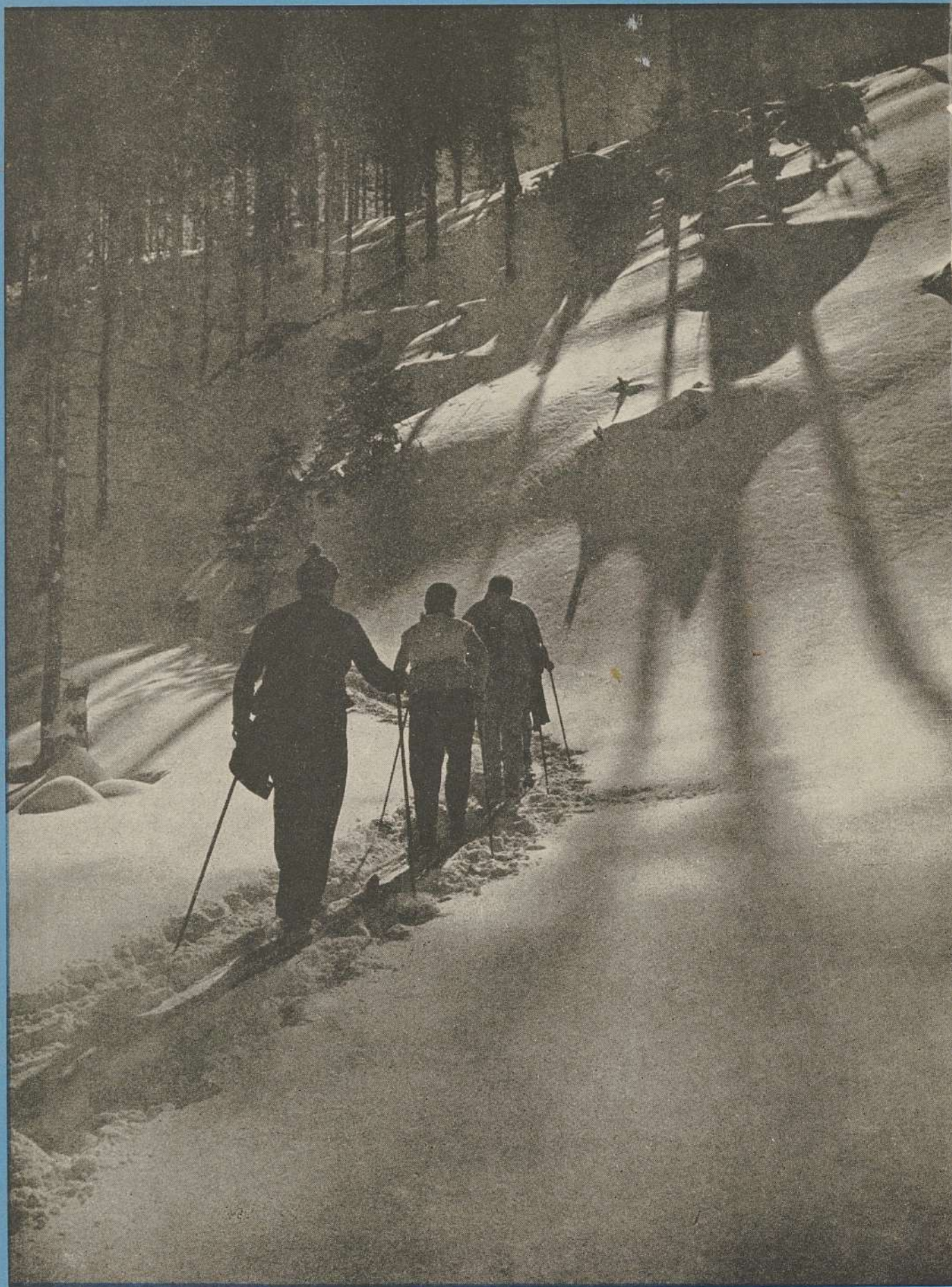
1. Lyžařský terén (slov.); 2. vyučuje; 3. surová kůže (něm.); 4. Sjednocená arabská republika; 5. zkratka atmosféry, spojka slučovací; 6. muž v balírně; 7. zastřelit zvěř ( $t = n$ ); Bo (v jednom čtverečku); 8. starý sportovní pozdrav; biblická postava; 9. zn. duté míry; předložka v (něm.); hoří; 10. rozkaz k čištění prádla (obr.); státní; horská květena; 11. 1. část tajenky; 12. zbraň pračlověka (fonet.); Rudé právo; skupina zpěvků; 13. nota; chem. zn. rubenia; oslavná báseň; 14. část těla; značka jednotky pro měření radioaktivního záření; 15. sopečná činnost; 16. černoch; 17. část povalu; 18. je částí křídla netopýra; 19. opak době; předložka; 20. slouží pro změnu směru jízdy na lyžích (obr.); 21. značka autooleje; sykvavka; spojka slučovací; řím. 500; 22. hlas známého zvířete; průměr; ukončení abecedy; druh trávy (obr. a fonet.); 23. 4. část tajenky; spodní struna houslí; 24. samohlásky slova pole; chem. zn. síry; matemat. výraz pro „nic“; zkratka země české; samohlásky „lesa“; 25. karetní výraz; chem. zn. kyslíku; řím. 50; předložka; 26. cvik brzdění na lyžích (obr.); chem. zn. uhlíku; 27. cizí mužské jméno; část vozů; 28. předmět pro vznícení ohně křesáním; chem. zn. fosforu; řím. 2002; 30. váhové množství; 31. francouzský zápor; 32. otvory pro světla (7. p.); 33. rakouský kancléř (obr.).

### ZIMNÍ TURISTICKÉ ZNÁMKY:

V těchto dnech jsou rozesílány na jednotlivé okresy a kraje zimní turistické známky, které budou v platnosti v zimním období 1958—1959. Znamky jsou v ceně Kčs 6,— pro dospělé a Kčs 3,— pro mládež. Poskytována bude na ně sleva Kčs 2,— na osobu a přenocování v ubytovacích zařízeních ČSTV a sleva na jízdném na výtažích a vlecích ČSTV. Zimní turistickou známku si může zakoupit každý člen ČSTV prostřednictvím své jednoty u příslušného okresního výboru ČSTV. Věřme, že i členové lyžařských oddílů využijí této možnosti.

# Přechod z běhu střídavého do běhu s odpichem soupaž





LYŽAŘSKÝ VÝLET V KRKONOŠÍCH

Foto: V. Heckel