

LYŽAŘSTVÍ

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

Časopis řídil MILAN ŠPAČEK s redakční radou

ROČNÍK 45

1959

SPORTOVNÍ A TURISTICKÉ NAKLADATELSTVÍ V PRAZE

O B S A H

Úvodníky	Číslo	Strana		Číslo	Strana
Za mír až ke hvězdám	1	1	Rozcvičuj se před závodem	2	6—7
Směleji vpřed!	2	1	Fyzikální výklad švihů na lyžích	2	10
Plody naší práce	3	1	O startu při sjezdových závodech	2	14
Dny radosti a štěstí	4	1	Do diskuse	2	18
Lyžaři a spartakiáda	5	1	O zimním počasí v Krkonoších	2	19
Naše perspektivy	6	1	Žádný strach před velkými jmény	2	24
Nikdo nemůže být stranou	7	1	Trenér skokanů o německo-rakouském turné	3	8—9
Měsíc již není lucernou zavěšenou na klenbě			Do diskuse	3	14
nebeské báně	8	1	Psychická příprava lyžařského závodníka	3	15
42 let, která změnila svět	9	1	Rytmus slalomu	4	5
Kurs k přístavu	10	1	Do diskuse	4	14
			Přenášení váhy těla proti lyži	4	15
Propagačně výchovné články			Význam PPOV, prověrek trénovanosti a kontrolních závodů	5	5
1878—1958	1	2	Sjezdové disciplíny — Vrátná	5	8
Pozorujte krásy hor	1	5	Běžecské soutěže — Špindlerův Mlýn	5	9
O našich možnostech	1	5	Hodnocení závodu sdruženého	5	15
Skolení instruktorů lyžařských cvičitelů	1	7	Do diskuse	5	16—17
O strachu na lyžích	1	8	Trochu psychologie nevádí	5	17
Lyžařský cvičitel	1	9	Léto sjezdaře	5	18
Spolupráce lyžiarov s Horskou službou	1	11	Lyžařský výcvik v armádě	6	4
Hlas, který nelze přesechnout	2	2	Hrejte odbíjenou	6	5
Sjezd budovatelů komunismu	2	2	Do diskuse	6	16
O lyžích v muzeu	2	8	V. mezinárodní kongres pro vyučování jízdy na lyžích	6	17
Slovo turistu lyžaře	2	9	Zajistíme vzestup úrovně našeho lyžařství	7	14
Horská služba v Krušných horách	2	11	Budeme se učit od našich žáků	7	15
Nad Saharou sněží	3	2	O účelné technice odrazu při skoku na lyžích	7	17
Spartakiáda volá	3	3	Do diskuse	7	18
28. titul Jardy Cardala	3	4	Z V. mezinárodního kongresu výuky lyžování v Zakopaném	7	22
Pět dní pod »Glassovým můstkem«	3	12	Využíváme vědeckých poznatků	8	7—10
Letošní zima končí, spartakiády začínají	4	2—3	Sjezdaři, zlepšujte stabilitu	8	11
Mračno nad Squaw Valley	4	2—3	Na umělé hmotě	8	10
Tři páry lyží	4	4	Jakým směrem půjde vývoj techniky lyžování v ČSR	8	14
Běžci dvakrát v NDR	4	6—7	Cesta k československé škole lyžování	8	14
Föhn a jeho účinky	4	8	Naše lyžařská mluva	8	18
Chumelilo se, chumelilo	4	10—11	Význam slova a zvolání pro výcvik lyžaře	8	19
Rozhodčím, trenérům a závodníkům k úvaze	4	16	Poznáváme Squaw Valley	8	20
Horké kaštiny	5	2—3	Trenérům sjezdových disciplín	9	4
Slovenskí lyžaři nezaostávají	5	3	Posilovací cvičení v tréninku běžce	9	5
Festival mládeže a lyžaři	5	4	Rozdělení oblouků do fází	9	16
O jednom závodě a spolupráci s ZV ROH	5	4	Co jsme viděli v Zakopaném	9	18
Využijte spartakiádních skladeb	5	6	Hodnotíme situaci v běhu na lyžích	10	4
Lyžaři a PPOV	5	6	Ke kontrolnímu měření běžců	10	5
Hodnotíme události objektivně	5	10	Když je bída o sněh	10	6
K novému odznaku zdatnosti	6	2	Názvosloví	10	7
Dny radosti — okresní spartakiády	6	3	Vývoj závodního sjezdu	10	8
Komu zvoní hrana?	6	2	Cíle základního lyžování	10	10
Vodáci na lyžích — lyžaři na vodě	6	4	Sněh a správné mazání lyží	10	18
Byli jsme u dobrých přátel	6	6	Mládež		
Měl jsem raději kopanou	6	6	Sportovní specializace mládeže	1	4
Nadšení před patnácti lety	7	2	Sjezdařské mládí se představuje	1	24
Ako splnit úlohy z II. slovenského sjezdu ČSTV	7	3	Hrajte více s mládeží	2	4
Naši a okresné spartakiády	7	10	Bojujte o zlatou Spartakiádní vložku	2	5
Rožnov přijal hosty SSSR	7	12	Mládež o »Pohár Železné Rudy«	4	19
Provolání ÚV ČSTV	8	2	Jaro, léto, podzim, zima	5	6
Nejlepší lyžařský oddíl slavnostně zahájil	8	3	Příspěvek k tréninku mladých závodníků	5	7
Všechny mezinárodní problémy mají být urovnány mírovými prostředky	8	2	Lyžařská mládež o nový BPPOV	6	2
Lyžařské přespolní běhy	8	6	V mládeži budoucnost našeho lyžiarstva	6	21
Rozhodčí vychovatel a organizátor	8	16	Nové zkušenosti z BPPOV	7	4
Jak propagovat naše soutěže	10	7	Naším mladým	8	5
Lyžaři u plných míčů	10	7	Mělo by se, mohlo by se	9	7
Celostátní výzva	10	7	Mládež si ráda hraje	9	8—9
K prvému výročí smutného odchodu	10	9	Organizační články		
Metodické články			Z předsednictva ústřední sekce	1	3
K nácvičku techniky běhu na lyžích	1	6	Jmenování dobrovolných trenérů lyžování	1	3
Čtvrt hodinka z učební osnovy	1	12—13	Komise pro výstavbu lyžařských zařízení	1	6
Nový způsob hodnocení skoku pro závod sdružený	1	14	Pro rychlejší rozvoj lyžařských zařízení v ČSR	1	9
Do diskuse	1	15—17	Kategorizace sjezdových tratí	1	10
Odšlapování v brankách	1	24	Upravujte správně můstky	2	15
Pracuje dobře váš oddíl?	2	3			

	Číslo	Strana		Číslo	Strana
Celostátní aktiv předsedů UMK	2	16	Nezaháleli	5	23
Úprava sjezdových tratí	2	17	Sokol Hrabovec nad Laborcom	5	23
Připravujeme nová lyžařská pravidla	3	18	Zprávy ze zahraničí	5	23—24
Zlepšíme úroveň lyžařských závodů	4	4	Kulm, lety na lyžích	6	10
Pro rychlejší rozvoj lyžařských zařízení v ČR	6	7	Výsledky mistrovství a přeborů ČSR sjezdových disciplín	6	11—14
Lyžařská zařízení v létě	6	8	Tatranské lyžiarstvo	6	21
Z ústřední sekce	6	9	Škoda, že nás neviděli	6	21
Výkonnostní žebříčky	6	15	Sokolovský závod branné zdatnosti	6	24
Pro naši jistotu	6	17	Liberečtí lyžaři v přípravě na sněh	7	1
Hodnocení krajů a oddílů v roce 1959	6	18—20	PPOV v Jiskře Mšeno n. Nis.	7	11
Žilina — červen 1959. Vrcholný orgán lyžařů sněmoval	7	4—6	Nejlepší sjezdaři 1958—1959	7	23
Hlavní úkoly 1959—1960	7	7—9	Co vás zajímá	7	24
Ze zápisníku XXII. kongresu FIS	7	16	Lyžiarsky mostík na Kamzíku	7	24
Jmenování dobrovolných trenérů lyžování	8	4	Podzimní utkání lyžařů Praha—Plzeň	8	3
Růst výkonnosti závodního lyžování	8	21	Blíží se VIII. ZOH	8	12
Aký bude další vývoj sjezdových disciplín	8	24	Vasův běh	8	17
Lyžiarské súťaže zimnej časti II. CS	9	2	Spartakiádní vločky	9	3
Základní lyžování	9	6	Vrátna neznámá	9	10
O nové metodické komisi	9	11	Naši přátelé	9	12—13
Jaká budou nová pravidla	9	14	O sněhu a lyžích v zahraničí	9	23—24
Pravidla nebo pokyny?	9	14	Jak je to se sjezdem mužů	10	17
Běžecská komise FIS	9	22	Nové závodní lyže	10	18
Noví lidé na čele lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV	10	2	Lyžařino, neboj se!	10	18
Jmenování rozhodčích I. třídy	10	2	Jednotné montování lyžařského vázání	10	17
Na okamih v organizačných výborech	10	3	O sněhu a lyžích v zahraničí	10	24
Tréneri lyžovania snemovali v Žiline	10	3	Blahopřejeme	10	23
Jak bude stanoveno družstvo sjezdařů	10	4			
Kalendář lyžařských soutěží 1960	10	11—16	Kinogramy		
Směrná čísla pro mistrovské a přebornické soutěže v roce 1960	10	23	Odšlapování v brankách	1	
			Přejezd terénní vlny	2	
			Běžci o kterých se hovoří	3	
			Pro sjezdaře	8	
Různé			Sáňkařství a bobový sport		
Umělé skluznice	1	18	Rozvoj sáňkařského sportu na Liberecku	1	21
Jasná ako budúce lyžiarske stredisko?	2	12—13	Raná specializace sáňkařské mládeže	1	21
Memoriál Jardy Materny	2	20	Sáňkařky na začátku hlavního období 1959	1	23
IX. kořenovský běh	2	20	IV. mistrovství světa v jízdě na saních	3	21
Co nového v Martine?	2	20	Za vyšší bezpečnost a zvýšení sportovní hodnoty sáňkařství	3	22
Brno hlásí	2	24	Velká cena města Teplice v jízdě na saních	3	23
Křižovka	2	24	Premiéra na ještědské dráze	3	23
Účast na VIII. ZOH ve Squaw Valley ohrožena	3	3	Konečně se už na Ještědu sáňkuje	4	20
Jilemnická padesátka	3	4	Pěkná beseda v Kopřivnici	4	20
Preteky ve Sverdlovsku	3	6—7	Nové sportovní saně	4	21
Týden zimních skandinávských her	3	10—11	Na Donbase budou také sáňkovat	4	21
O štít februarového víťazstva v Banskej Bystrici	3	13	Jeseník, druhý kvalifikační závod	4	21
I na rovině porostou závodníci	3	16	Nacvičují na spartakiádu	5	20
Přerovská mládež na festivalu	3	16	Co jsme udělali pro mládež	5	20
Bytčianski lyžiar	3	16	ČSR—NDR v jízdě na saních	5	21
O závodě nejmladších	3	17	Noví rozhodčí bobového a sáňkařského sportu	5	22
Spartakiádne vločky »padají« v Kremnici	3	17	Nové předsednictvo sekce saní a bobů ÚV ČSTV	6	22
V Machově nezháleli	3	18	Usnesení pléna ústřední sekce bobů a saní ÚV ČSTV	6	22
Předolympijská bilance sjezdařů	3	24	Zprávy sekce	6	22
Za deset let	4	9	ČSR—NDR v jízdě na saních	6	23
VI. mezinárodní závody v Harrachově	4	12—13	Skončila soutěž krajských komisí mládeže	6	23
Krajské přebory škol v Libereckém kraji	4	17	Mistrovství světa dvousedadlových bobů	7	20
O Jánošíkovu valaštíčku vo Vrátnej	4	18	Mistrovství světa čtyřsedadlových bobů	7	20
Pod Lysou horou	4	23	Vypovídáme boj dětským úrazům	7	21
První lyžařský vlek v těšinských Beskydách	4	23	Nejbližší úkoly	7	21
Brněnští lyžaři sněmovali	4	23	Speciální závodní saně »Súlov«	8	22
Záci bývalé SŠD nejúspěšnější	4	23	Z historie bobového sportu	8	22
Zprávy ze zahraničí	4	24	Jak mažeme závodní saně	8	23
Sejdeme se na okresních spartakiádách	5	2	Sportovní hodnota a bezpečnost	9	19
XXII. kongres FIS	5	10	Opatrnosti nikdy nezbyvá	9	20
Výsledky 60. mistrovství ČSR	5	11—14	Nové typování bobů	9	21
Za Leošem Stehlíkem	5	15	Naše úkoly	9	21
Je to tak zlé?	5	22	Saně a boby	10	20—22
Nové lyžiarske stredisko	5	22			

VII/0

Judele 7

Slyžarstvi

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45

LEDEN 1959



REPREZENTANTI BĚŽCI NA SNĚHU



Jako ve všech disciplínách, tak i mezi běžci se čekalo netrpělivě na sněh. Začátek prosince nebyl právě štědrý a teprve sedmého bylo tolik sněhu, že bylo možno svolat nejlepší běžce na Husovu boudu v Peci. Přijeli nejen »starí kozáci«, ale i ti mladší, kteří prokázali v dorosteneckých a juniorských soutěžích nejlepší úroveň. Cílem čtrnáctidenního soustředění bylo dát našim nejlepším možnost k tréninku na prvním sněhu a mladším ukázat nejlepší vzory, rozjezdít se a vytvořit dobrou techniku. Sněhové podmínky se hned v prvních dnech upravily, jak bylo možno nejlépe, a na druhý den ráno nás uvítalo půl metru prašanu. Nastala doba krásného ježdění na zeleném, který každý běžec máze nejraději.

Pěkná stopa v hlubokém sněhu dá však dosti práce. Ale vedle našich 40 párů se pustily do sněhu i další běžky těch, kteří přiběhli z údolí, i lyže německých závodníků »Vorwärts«, kteří měli trénink na Kolínské boudě. Odpoledne byla celá prostora mezi Výrovkou a Černou horou pokryta sítí běžeckých stop, ve kterých se pak naběhaly první stovky kilometrů. Naši reprezentanti, kteří se připravovali na lednový start v SSSR, museli svůj trénink upravit

tak, aby v tomto těžkém střetnutí začátkem zimy obstáli co nejlépe.

V druhém týdnu byl sněh méně příznivý. Teplota se pohybovala okolo 0° C, ale i když došlo na klístr, probíhal trénink až do konce dobře. Jenom škoda, že nenastaly tyto podmínky o měsíc dříve. Příprava by nebyla tak upospíchaná. Po každodenním tréninku byl večer věnován besedám a přednáškám, z nichž nejlepší byl večer se závodníky z NDR, se kterými jsme uspořádali soutěže na suchu, dále beseda s předsedou sekce soudruhem Smolou a beseda s našim reprezentantem ve střelbě soudruhem Pavelkou o startu v Čině

Když jsme v sobotu v poledne končili soustředění, mohli jsme všichni říci, že jsme využili 14 dní k tréninku, jak bylo možno nejlépe. Začátek hlavního období, i když byl zpožděný, byl dobrý, a nyní záleží jen na tom, abychom mohli v započaté práci pokračovat až k vrcholným závodům a přivést naši výkonnost tam, kde ji chceme mít. B. S.

Snímek nahoře: Stanislav Baluch a Štefan Harvan — běžecká naděje slovenských lyžařů. Uprostřed: Rudolf Čillík při tréninku. Dole: Skupina reprezentantů-běžců před dopoledním tréninkem. V pozadí uprostřed Obří důl v Krkonoších.



Lýžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

Séfredaktor dr. Ctibor Rybář,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Spaček

★

Redakce: Praha 1-Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

OBSAH

Za mír až ke hvězdám	1
1878—1958	2
Z předsednictva ústřední sekce	3
Sportovní specializace mládeže	4
Poznejte krásy hor	5
O našich možnostech	5
K nácviku techniky běhu na lyžích	6
Komise pro výstavbu lyžařských zařízení	6
Školení instruktorů lyžařských cvičitelů	7
O strachu na lyžích	8
Pro rychlejší rozvoj lyžařských zařízení v ČR	9
Lyžařský cvičitel	9
Kategorie sjezdových tratí	10
Spolupráce lyžiarov s horskou službou	11
Čtvrthodinka z učební osnovy	12
Nový způsob hodnocení skoku pro závod sdružený	14
Do diskuse	15
Umělé skluznice	18
Hory mají srdce v člověku	19
Saně a boby	21
Sjezdařské mláď se představuje	24
Odšlapování v brankách	24

★

Fotografie: Luboš Buchel, Vilém Heckel, Bohuslav Sýkora, Eugen Weiner

★

Snímky na obálce: 1. strana: Ivo Mohr ve slalomu na Skalnatém Plese (foto Luboš Brhel). 4. strana: Josef Pospíšil při tréninku na soustředění reprezentantů (foto Bohuslav Sýkora).

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 — Kčs, na II. pololetí A-21951 10 — Kčs.

ZA MÍR AŽ KE HVĚZDÁM

Zásluhou Sovětského svazu vkročilo lidstvo šťastně do nového roku 1959.

Na celém světě se radují poctiví lidé z úspěchu svých sovětských přátel navzdor všem kazimírům a utlačovatelům. Rudá hvězda zazářila opět jasněji na nebi svobody.

Člověk proniká definitivně do vesmíru. Po několikahodinovém letu dosahuje sovětská kosmická raketa Měsíce, pokračuje v letu dále a stává se umělou oběžnicí Slunce. Je to opět sovětský člověk, který uskutečňuje tisíciletý sen lidstva ve službách vědy, pokroku a míru.

To nás všechny posiluje, radujeme se z pokračujícího rozmachu sovětské vědy a techniky, která nám odhaluje možnosti a šíří slávu vedoucí síly tábora socialismu.

V mírovém soutěžení jdeme nezadržitelně vpřed nejenom na zemi, ale pronikáme i do vesmíru! A spolu s námi sílí a radují se pracující na celém světě, že to byla právě sovětská země, ze které odstartoval do vesmíru posel lidského genia, aby tam hlásal nepřemožitelnost lidské touhy po svobodě, po míru a životě. Ano, obrovská energie, která hnala raketu po její dráze ze Země do vesmíru, slouží míru a proti válce. Slouží národu, který do posledního písmene a se ctí plní závazky a úmluvy.

Je na čase, aby si všichni na světě právě teď uvědomili sílu slov soudruha Chruščova, když hovořil k otázce Berlína: Sovětský svaz má dost síly, která ubrání mír. Je to zárukou, že i Postupimská dohoda, porušovaná kapitalistickými velmocemi, bude opět uvedena na pravou míru. Nedopustíme spolu s německými pracujícími, aby Adenauer dále ohrožoval mír v blízkosti našich hranic, aby vyzbrojoval svou »Wehrmacht« atomovými zbraněmi a udržoval svět ve strachu z válečných hrůz.

Sovětská raketa jako posel míru dává smrtelnou ránu všem atomčikům svým morálním posláním. Otvírají se oči miliónům dalších lidí, kteří dosud věřili »strašidlu« komunismu a kteří si dnes uvědomují, odkud kyne lidstvu skutečné nebezpečí. Nikomu nemůže uškodit kosmický koráb, hlásající vědecké poznatky, ale je to právě smrtonosný odpad atomových výbuchů, který otravuje atmosféru země.

Mohutná vlna odporu lidstva proti těmto pokusům a snahám vzplane po zdařilém letu sovětské oběžnice Slunce ještě výše a zaplaví všechny krysy, které znečišťují vzduch zeměkoule.

Život na zemi si proklestí cestu a neustrne v nástrahách, které mu kladou do cesty odumírající představitelé kapitalismu. Lidstvo už poznalo dosti přesvědčivě tajemství energie, která umožnila let kosmické rakety do vesmíru.

Jeden francouzský novinář pod dojmem sovětské kosmické rakety řekl, že neznáme tajemství složení pohonné látky, která umožnila raketě rychlost potřebnou pro odpoutání se z působnosti zemské gravitace, ale že největší tajemství tohoto úspěchu je lidem dost dlouho známo — je to socialismus.

Jak radostná je skutečnost, že sovětská umělá oběžnice Slunce posiluje naši víru v život, ve vítězství rozumu nad tmářstvím, posiluje lidstvo na cestě za svobodou.

Děkujeme vám, sovětské přátelé, za gigantický novoroční dar!

1878



1958

Koncem minulého roku jsme oslavili dvě výročí našeho krásného sportu: 70 let organizovaného lyžařství u nás a 55 let založení národní lyžařské organizace.

V Praze se sešli hosté a pamětníci spolu s předsednictvem LS s ÚV ČSTV s předsedy jednotlivých krajských LS, se zástupci slovenských lyžařů a zamyslili se nad dílem, které je naší láskou a radostí.

Soudruh Jano Mráz zahájil srdečně slavnostní zasedání a slova se ujali postupně soudruh Felix Chovanec a předseda LS soudruh Karel Smola. Soudruzi Karel Jarolímek, Václav Kocúm a inž. Vojtech Bukovčan oslovili přítomné za průkopníky lyžování u nás. Připomněli důležitost organizovanosti lyžařů a hodnoty lyžařského sportu.

Zvláště upozorňovali na morální hodnoty, které přináší náš milovaný sport a na příkladu nejlepších z řad lyžařů pocítili všichni přítomní velikou hrdost nad těmi, kteří nezradili náš lid a národ ve zlých dobách rakouského a později fašistického útla-ku, dovedli se postavit proti bezpráví a nepříteli. Radovali se z úspěchů, dosažených za celou tu dobu v domácích a mezinárodních závodech.

Předseda ÚV ČSTV František Vodsoň poděkoval všem, kteří se zasloužili o dobré jméno československého lyžařství a připomněl, že do budoucnosti nás čekají veliké úkoly a

radostná práce hlavně v řadách naší mládeže. Přátelsky nás upozornil na zájem, který je u mládeže a u pracujících o náš krásný sport.



Čekají nás veliké úkoly nejenom ve zvyšování výkonnosti v závodním lyžování, ale hlavně v radostné práci s mládeží a s lyžaři, kteří hledají v našem sportu i ty další a neméně důležité hodnoty než je fyzická a technická příprava na závod.

Musíme vytvářet stále příznivější a přesvědčivější podmínky, aby statisíce lyžařů v Československu našlo v našich řadách možnost dobře si zá-lyžovat a poznat přednosti organizovaného provádění lyžařského sportu, aby si pobyt v krásné zasněžené přírodě obohatili o radost z pobytu v kolektivu zdravých a pohyb milujících lidí, aby poznali jak krásný je život ve veliké rodině milovníků jednoho z nejkrásnějšího sportu — lyžařů.

Je radostnou povinností všech trenérů, cvičitelů a lyžařských funkcionářů, umožnit co největšímu počtu našich pracujících, aby se naučili oslavovat veliké dílo socialismu i prostřednictvím našeho krásného sportu.

Přinášíme pozdravy našim čtenářům od průkopníků lyžování v Československu.

MIKULÁŠ MLYNÁŘČIK

Začal som svoje lyžovačky, keď to bolo ešte panským huncútstvom.

Rozvoj lyžiarstva za 50 rokov do-

stahol značné výsledky a čo by som chcel prízvučovať:

Že len v našom ľudovodemokratickom zriadení možno s takým vývojom počítať, lebo ono na tomto poli dalo popri ideovej aj potrebnú materiálnu náplň.



INŽ. VOJTECH BUKOVČAN

Veľmi si vážim toho, že som bol pozvaný na jubilejné zasadanie organizovaného lyžiarstva v ČSR — ako jeden z najstarších bývalých pretekárov a funkcionárov zo Slovenska — na ktorom som mohol s obdivom a radosťou konštatovať neslýchaný rozmach československého lyžiarskeho športu. Od rekordného skoku Nora Widdavoe Aasa r. 1912 na Poljanke (12 m) k čs. rekordu majstra športu Remzu v Banskej Bystrici r. 1958 (83,5 m) uplynulo len 46 rokov a čs. lyžiarsky šport už je veľmi v popredí v medzinárodnej relácii. Želám, aby sme sa stali v dôsledku správneho vedenia a porozumenia našej vlády a KSČ voči telovýchove lyžiarskym národom.



S radostí jsem přijal pozvání k účasti na oslavě výročí naší organizované lyžařiny. Těšil jsem se na setkání se svými starými kamarády ze závodů před několika desítkami let. Mnoho jich již odešlo k oné velké armádě, ale přece někteří jsou ještě zde, v čele s nezmarem Karlem Jarolimkem, kterému jsme říkali »Čarokrása«. Bohatá náplň a důstojný průběh jubilea dávají tušit úspěšnou budoucnost našemu lyžařství. Jsme na správné cestě! Přeji si jen, aby naše mládež s plným pochopením využila výhod, které jí náš stát poskytuje. K této zádrné činnosti jí přeji z plného srdce mnoho zdaru.



**ZASLOUŽILÝ CVIČITEL,
Dr. JIŘÍ JELÍNEK**

Při vzpomínce všech těch průkopníků, organizátorů, závodníků, rozhodčích a cvičitelů, kteří 70 let vytvářeli naši lyžařskou historii, myslíme na další úkoly. Naše cvičitele čeká obětavá práce pro nejširší řady členstva a mládeže. Jdeme do ní s nadšením a neostabujeme své společné úsilí prestižními diskusemi o problémech lyžařské techniky.



*Únor a březen jsou
rozhodujícím obdobím
příprav na okresní
spartakiády*

JMENOVÁNÍ DOBROVOLNÝCH TRENÉRŮ LYŽOVÁNÍ

Na návrh trenérské rady jmenuje ústřední lyžařská sekce
TRENÉREM I. TŘÍDY

soudruha Zapletal Luboše, kraj Olomouc,

TRENÉRY II. TŘÍDY

soudruha Fantyše Pavla, MV Praha,

soudružku Oplovou Květoslavu, kraj Praha,

soudruha Zouzala Jaroslava, MV Praha.

Přejeme všem jmenovaným trenérům hodně zdaru a úspěchu v jejich trenérské práci.

Z předsednictva ústřední sekce

Čestné jubilejní odznaky vydané k 70. výročí organizovaného lyžařství v Československu budou zaslány některým členům mezinárodní lyžařské organizace FIS a národním lyžařským svazům SSSR, LDS, Švédska, Finska, Rakouska, Francie a Itálie.



Na turistický zájezd do Kulmu byla povolena účast třiceti pěti osobám. Tato kvóta byla rozdělena tak, že na krajské výbory v českých zemích připadá účast osmnácti, na Slovensko patnácti a na ústřední sekci sedmi osob.



Na základě rozhodnutí ÚV ČSTV byl z likvidace TÚTVS přidělen různý sportovní materiál jednotlivým krajům.



Příprava vrcholných soutěží probíhá uspokojivě. Do funkce ředitele závodu pro mistrovství ČR v klasických disciplínách byl jmenován soudruh dr. Kulhánek (MV ČSTV Praha). STK byla pověřena urychleně zajistit návrhy jednotlivých mistrovských tratí.



Všechny kraje si dosud neuvědomily nutnost, výhody zavedení přesné evidence lyžařských oddílů. Pres několikere urgencye zaslaly přehledy evidence pouze kraje: České Budějovice, Karlovy Vary, Ústí n. L., Hradec Králové, Pardubice, Olomouc a Ostrava. Vyzýváme proto všechny zbývající kraje, aby ve vlastním zájmu přehledy co nejdříve dodaly.



Pro velký zájem o lyžařský sport mezi našimi pracujícími rozhodlo předsednictvo sekce věnovat stále větší pozornost nezávodnímu lyžování. Vedením úseku nezávodního lyžování byl pověřen soudruh Leiss, který bude spolupracovat s pomocným referentem lyžařské sekce ÚV ČSTV soudruhem Fantyšem.

V příští schůzi bude určen rozsah práce komise nezávodního lyžování a schválen návrh informace o tomto rozhodnutí pro sekretariát ÚV ČSTV.

Vedením organizační komise za soudruha Leisse byl pověřen soudruh Vojtěch (kraj Hradec Králové).



Dále byly projednány a schváleny podmínky nové soutěže lyžařských oddílů a krajských lyžařských šekel.

Soutěž má dvě hlavní části, které zahrnují veškerou činnost v našem lyžařském hnutí a hodnotí výsledky práce na úseku závodního i nezávodního lyžování.

Způsob jakým bude provedeno hodnocení na úseku závodního lyžování:

1. Dosažené výsledky v mistrovských soutěžích CSR budou hodnoceny podle osvědčeného návrhu soudruha Holana.

2. Počty registrovaných závodníků k 31. 5. 1959 budou hodnoceny za každého registrovaného závodníka dvěma body.

2. Plnění soutěže »O spartakiádní vložku« bude bodováno následujícím způsobem:

1 červená vložka — 2 body,

1 modrá vložka — 8 bodů,

1 zlatá vložka — 20 bodů.

Na úseku nezávodního lyžování budou hodnoceny:

1. Krajské sekce podle počtu evidovaných oddílů tak, že za každý oddíl dostanou 5 bodů.

2. Oddíly dostanou za každého dospělého člena 1 bod a za dorostence a žáka po 2 bodech.

3. Za uspořádané akce (závody, besedy apod.) jednotlivě po dvaceti bodech.

4. Počty cvičenců na spartakiádách budou hodnoceny dvěma body za jednoho cvičence.

Krajům se ztíženými podmínkami pro uspořádání lyžařských závodů: MV a KV Praha, Pardubice, Brno, MV Bratislava, Nitra a Prešov bylo povoleno dvacetiprocentní zvýšení dosažených bodů.

Vítěz soutěže dostává při konečném hodnocení 100 %, umístění ostatních soutěžících krajů a oddílů bude vypočítáno v procentech z rozdílu bodování.



Trénovanost reprezentantů na počátku hlavního období je v průměru dobrá. Jen někteří jednotlivci se během přechodného a přípravného období nepřipravovali tak, aby dodrželi svůj plán.



Byl schválen návrh klasifikační komise, že v přebornických soutěžích počínaje krajským přeborem, a ve výběrových závodech mohou startovat pouze registrovaní závodníci.



Soudruh Mráz podal zprávu o tom, že sjezdové dráhy ve Vrátné a ve Vysokých Tatrách jsou potřebně upraveny.

SPORTOVNÍ SPECIALIZACE MLÁDEŽE

Touha po pohybu na lyžích v zasněžené přírodě přivádí každoročně tisíce mladých lidí na svahy našich hor. Lyžování se podílí stále více na zdravém tělesném rozvoji naší mládeže. Zaměstnává velké svalové skupiny, vytváří účelné pohybové návyky na podkladě dokonalé nervosvalové souhry, vede k přizpůsobení vnitřních orgánů (dýchání, krevní oběh, výměna látková) na tělesnou námahu. Je jedním z mála sportů, které mají příznivý vliv na souměrný vývoj páteře. Otušuje, vychovává k odvaze, rozhodnosti, odpovědnosti, smyslu pro kolektiv. Pro tyto své přednosti je dnes lyžování zařazeno do učebních osnov našich škol. Každoročně se účastní kolem 85.000 dětí lyžařských výcvikových zájezdů. Naši snahou musí být získat tuto mládež pro lyžování natrvalo a zajistit co nejširší základnu pro závodní lyžařskou činnost.

Dostáváme se k otázce »včasné sportovní specializace« mládeže. Jde o to, začít se sportovním systematickým tréninkem v době, kdy je optimální rozvoj funkčních možností dospívajícího organismu. Rozvoj sportovního závodění mládeže si tak vynutil zájem lékařů v celém světě. U nás již v roce 1935 vypracoval zdravotní odbor ČOS »Směrnice pro sportovní závodění mládeže«. Nová organizace tělesné výchovy, vývoj tréninkových metod, tělesný a funkční rozvoj mládeže vedly k vypracování nových »Směrnic pro sportovní trénink a závodění mládeže«. Byly schváleny předsednictvem ČSTV a vydány STN v roce 1957. Jsou závazné pro trénink a závodění mládeže ve všech sportovních odvětvích. Vývoj nutí lékaře i pedagogy připravit jejich úpravu, aby odpovídaly dnešnímu stavu a určovaly další vývoj sportu mládeže.

Pohyb je nutným podnětem pro správný tělesný rozvoj člověka. Nedostatek, ale i přemíra mohou působit nepříznivě. Než začínáme s jakoukoliv systematickou tělesnou výchovou, musíme znát zdravotní stav svých svěřenců. Rozhodně na lyže nepatří děti, které prodělaly vrozená degenerativní či zánětlivá onemocnění kyčelního kloubu (kongeniální luxace, choroba Perthesova, záněty ap.). Výcvik vede ke zhoršení základního onemocnění, urychlí porušení kloubních ploch deformačního arthrosa a vyvolává předčasně invaliditu. Podobně při všech chorobách vnitřních, infekčních a stavech poúrazových může rozhodnout jedině lékař, kdy a zda vůbec je přípustné zařazení do speciálního závodního výcviku. Jednostranný a úzce specializovaný výcvik způsobí závažné vývojové nepravidelnosti i u zdravých jedinců. U lyžařů jde především o následky opakovaných drobných poškození svalů, šlach a kostí; kost patní u skokanů, kost holení v místě úponu čtyřhlavého svalu u běžců, deformity klenby nožní u sjezdářů, poruchy osifikace, vzácně i zlomeniny z únavy. Již po ročním jednostranném sportovním zatížení objeví se u rostoucího organismu vadné držení těla — ohnutá záda (kopaná, hokej, kajak, odbíjená) — bočitost páteře (kanonistika, tenis, vrhači). Zvláště v pubertě je poddajnost

kloubů a vazů zvýšená. Zastánci jednostranné sportovní specializace u mládeže namítají, že posilováním zanedbávaných svalových skupin rušíme pohybové návyky zvoleného speciálního sportu. Cíl sportovní specializace je však zaměřen především perspektivně, do dospělého věku, kdy má být dosaženo optimálních sportovních výsledků. Jednostranně vyvinutý sportovec může mít krátkodobé úspěchy, může být dříve technicky vyvinutý, nikdy však nedosáhne trvalé maximální výkonnosti.

Mezi mládeží máme, díky nestejnému tělesnému vývoji, vedle skupiny průměrných nadprůměrně jedince, kteří vzácně dosahují i světových rekordů (např. světové rekordy patnáctiletých plavců). Otázkou zůstává jejich další tělesný a sportovní vývoj. Bude třeba vytvořit pro ně zvláštní závodní skupiny. V lyžování ovlivňuje výkonnost mládeže ve značné míře prostředí stálého bydliště. Rozdíl mezi dětmi horských krajů a nížin. Správný vzájemný poměr mezi všestrannou tělesnou výchovou, procvičující nestereotypním způsobem všechno svalstvo, a speciálním sportovním výcvikem, při němž jde o funkční přípravu organismu, je základní otázkou sportovní specializace mládeže. Sovětský lehkotletický trenér V. I. Alexej doporučuje poměr mezi oběma způsoby přípravy pro sportovce III. výkonnostní třídy 4:1, II. výkonnostní třídy 7:3, I. výkonnostní třídy 3:2, mistry sportu 1:1

Naše »směrnice« rozděluje sportovní trénink na nácvik — počáteční složku, kdy poměr všestranné přípravy a získávání speciálních návyků má být 3—4:1 — a na vlastní trénink — s převahou všestranné přípravy v každém období.

Lyžařský nácvik probíhá v 8—12 letech a má za úkol zvládnout základní výcvik v běhu na lyžích (správné využití skluzu, správné držení a používání holí), sjezdu (úzké vedení lyží, správné základní postavení, zvládnutí přímého sjezdu), skoku (včasný odraz, úzké vedení lyží, pružný doskok). Vlastní trénink začíná ve 12 letech a cvičí prvky závodních disciplín.

Směrnice pro závodění uvádíme zkráceně podle tabulky dosud platných »Směrnic pro sportovní trénink a závodění mládeže«.

Zásadně tedy lékaři s včasnou sportovní specializací mládeže souhlasí. Nutnou podmínkou však je: 1. trvalá lékařská kontrola, 2. začátek specializace v době odpovídající funkčním možnostem rostoucího organismu, 3. provádění specializace v rámci všestranné tělesné i mravní výchovy, 4. výcvik v celé šíři sportovní odvětví pod vedením zkušeného cvičitele. Jen tehdy dovedeme naši mládež k optimálnímu tělesnému rozvoji a sportovnímu mistrovství, nebudeme-li opomíjet všestranný výcvik a budeme-li se při výcviku opírat o znalost zdravotního stavu tělesného rozvoje a funkční připravenosti mládeže.

MUDr. JAN NEDBAL

	9—10 let		11—12 let		13—14 let		15—16 let		17—18 let	
	hoši	dívky	hoši	dívky	hoši	dívky	hoši	dívky	hoši	dívky
Běh prostý										
Stafety	500 m	500 m	1000 m	1000 m	2 km	2 km	3—5 km	2—3 km	5—10 km	3—5 km
	---	---	---	---	3×2 km	3×1 km	3×3 km	3×2 km	3×5 km	3×3 km
Skok: kritický bod				sněh.		sněh.		sněh.	všechny	sněh.
můstku	15 m	---	30 m	můstky	55 m	můstky	55 m	můstky	můstky	můstky
				do 15 m		do 20 m				
Sjezd: délka										
od	940 m	750 m	1000 m	940 m	1320 m	1000 m	1600 m	1320 m	1870 m	1600 m
do	1750 m	1500 m	2000 m	1750 m	2250 m	2000 m	2500 m	2250 m	2750 m	2500 m
Obří slalom:										
max. délka:	750 m	500 m	1000 m	750 m	1250 m	1000 m	1500 m	1250 m	1750 m	1550 m
počet branek:	15	10	22	13	29	18	38	25	47	32
Slalom:										
max. délka:	150 m	100 m	210 m	150 m	280 m	210 m	350 m	280 m	430 m	350 m
počet branek:	17	10	25	15	34	21	48	28	55	36

POZORUJTE KRÁSY HOR

Tentokrát mám na srdci, mladí přátelé, věc, která se přímo dotýká všech lyžařů — mladých, dospělých, začátečnicků i pokročilých, závodníků i nezávodníků. Jsou to naše hory se svými krásami a kouzlem. Jen si vzpomeňme, jak jsme se v minulé sezóně chovali macešsky ke všemu, co nám po této stránce hory nabízely, a jak jsme netečně mřjeli všechny divy zimní přírody.

V minulé sezóně jsme každý na horách viděl hlavně taje nové učební osnovy lyžování a to znamenalo, že jsme většinou jen a jen cvičili, zkoušeli a nacvičovali na cvičných loukách nebo sjezdovkách a výtažích s hlavou tak plnou vnitřních a vnějších boků, protinatáčení a všeho ostatního, že jsme často ani nepomysleli na krásu pobytu na horách.

Zapomínali jsme, že nejde hlavně o to, naučit se nové lyžařské technice proto, abychom ji uměli, nýbrž abychom měli radost a požitek z dokonalého ovládní lyží nejen na cvičné louce, případně na sjezdovce, ale při každé příležitosti, v terénu, na svazích, v lese, na cestách, zkrátka všude. Abychom se mohli podívat až k hřebenovým vrcholům hor a odtud sjížděli opět do údolí, abychom byli tak zdatnými lyžaři, aby nám byly všechny horské krásy dostupné.

Zamysli se každý sám nad dluhem z loňské zimy a uvažuj o tom, jak jej splatíš. Pohybuj se na horách s očima otevřenými, raduj se z horského slunce a obdivuj se mohutností horských masívů a krásám hor naší vlasti! Při výstupu se ohlédni a pozoruj. Budeš v zápětí odměněn za námahu výstupu pocitem uspokojení z vlastní síly a krásy pohledu do údolí a na protější vrcholy. Na cestách si všiměj krásy zasněžených stromů, divů, které dokáže vítr a sněh, na značení cesty. Pozoruj hru světél a stínů začínajícího soumraku nebo vycházejícího slunce.

Uvědom si, že opravdové krásy zimy nepoznáš z okna



nebo prahu chaty, že je třeba se za nimi vydat, často i na několikahodinovou cestu. Neboj se námahy a tělesného nepohodlí a jdi s kamarády poznávat naše hory, dál od horských středisek, dále od chaty a bez lanovky. Až se vrátíš z prvního svého výletu, dáš mi za pravdu, že to stálo za to, a že půjdeš znovu a znovu...

Dr. MIROSLAV PROKŠ

Foto Vilém Heckel

O našich možnostech

Chtěl bych se ještě několika slovy vrátit k mistrůvství světa ve sjezdových disciplínách, konanému v únoru v Badgasteinu v Rakousku, a říci několik slov našim mladým závodníkům.

Po celý týden konání mistrůvství bylo v Badgasteinu soustředěno také vybrané družstvo rakouských dorostenců a dorostenek, kterým byla dána možnost zhlédnout vrcholnou soutěž a nejlepší závodníky z celého světa. Nechci hovořit o technické vyspělosti těchto chlapců a děvčat, neboť je podle mého názoru u naší mládeže téhož stáří mnohdy větší technické vybavení, nežli u družstva, které jsem viděl.

Domníval by se snad mnohý z vás, že v zemi, kde je tolik světových mistrů a která je na prvním místě mezi sjezdařskými velmocemi, je dostatečná základna mladých, prvotřídních závodníků, ke kterým se snad naši mladí nedají rovnat a ze kterých potom rostou špičkoví závodníci, jako je Sailer, Rieder, Prawda atd. Toto by ovšem byl omyl, neboť, jak jsem již uvedl, máme

stejně technicky vybavené chlapce a děvčata a základnu daleko širší.

Ovšem jak je tedy možné, že nemůžeme na světových kolbištích obstát proti státu, se kterým bychom jistě úspěšně soutěžili na zákovských nebo dorosteneckých závodech? Podle mého názoru jsou to jednak jiné možnosti přípravy mladých závodníků pokud se týká přírodních podmínek a jednak jiné přístupování těchto chlapců a děvčat k možnostem, které jsou jim dávány. Jistě nemají tito chlapci a děvčata takové podpory od rakouského svazu lyžařů jako má naše mládež od našeho státu. A jde nyní jen o to, jak kdo umí těch možností využívat a jak svědomitě a cílevědomě přistupuje k tréninku.

Nemohl jsem jinde sledovat rakouské družstvo dorostenců a dorostenek než na sněhu, ale i tak stálo za to porovnat si jejich přípravu a trénink třeba s přípravou a tréninkem našeho družstva mladých na soustředění na Dvoračkách. Uvádím malé postřehy z jejich tréninku, který měl .v době, kdy se nekonaly žádné závody. Před výcvikem na sněhu jsem viděl nastoupené družstvo, jehož vedoucí kontroloval jednotlivě výzbroj, tj. lyže, hole, správně namazání lyží, nabroušení hran. Při tréninku slalomu všichni bez rozdílu roznesli pěšky po svahu

tyče a pak teprve vystoupili celý slalom zároveň s vedoucím, který provedl výklad. Všechny jízdy těchto chlapců byly vedeny skutečně jako samotný závod. Pád nebo poražení tyčí, neznamenalo ukončení jízdy. Každá připomínka vedoucího byla brána vážně, plněna bez odmluv. Neexistovalo, aby tito chlapci uplatňovali přednost na lanové dráze, nebo i na malých vlecích. Udivovala mne radost mladých z účasti na večeru pro účastníky MS a jejich vděk. U nás by to považovali za samozřejmost. Sledování tréninku dospělých a vyhledávání příležitostí poznati způsob tréninku jiných závodníků bylo u nich běžné.

A když tak člověk dával jednu maličkost ke druhé, nedivil jsem se, že nelze vychovat dobrého závodníka jen všemožnou péčí a podporou, ale že záleží v prvé řadě na člověku samém, na jeho vlastnostech a charakterových rysech; zda chce tuto péči jemu věnovanou využít k dosažení nejvyšších met sportovních, nebo jen jako úlevu v práci nebo příjemné strávení části svého mláděho života bez jakýchkoliv vyšších cílů.

Myslím, že i těchto několik poznámek, které jsem zde napsal, může našim mladým ukázat, jak se správným způsobem dát na cestu k vrcholným výkonům, jaké vidíme právě u rakouských sjezdařů.

IVAN SKRIVÁNEK

K NÁCVIKU TECHNIKY BĚHU NA LYŽÍCH

Zahájení lyžařské sezóny je vždy ve znamení nácvičku techniky. Stav nácvičku techniky běhu na lyžích nebyl v minulých letech uspokojivý. O příčinách se již mnohokrát a mnoho diskutovalo a nelze je všechny okamžitě odstranit. Je však nutné zkvalitněním a prodloužením doby, kterou věnujeme běžecckému výcviku, odstranit dosavadní formální provádění, které je jednou z nejzávažnějších chyb. Proto bude prospěšné, když si zopakujeme některé důležité zásady, kterými se při nácvičku běžeccké techniky řídíme.

Způsob nácvičku techniky běhu by neměl být rozdílný, ať se jedná o zvládnutí běžeccké techniky v rámci diferencovaného výcviku nové čs. učební osnovy lyžování, či o nácvičku a zdokonalování techniky závodníků začátečníků.

Střídatý běh dvoudobý, který je základem i pro ostatní způsoby běhu, tvoří řada složitých, navzájem koordinovaných pohybů a jejich zvládnutí je pro cvičence značně obtížné. Proto se snažíme správnou přípravou běžecckého výcviku vytvořit cvičencům ideální podmínky, které by co nejvíce usnadnily vytvoření správného pohybového návyku běhu na lyžích. Proto před započetím vlastního nácvičku techniky věnujeme pozornost následujícímu:

1. UZPŮSOBNÍ VÝZBROJE A VÝSTROJE. Snažíme se, aby každý cvičenec měl lyže odpovídající délky a tvrdosti. Tvrdé lyže neumožní cvičen-

cům plně využít vlastností mazání a ustřelují. Osvědčilo se nám zahajovat výcvik, především u děvčat, na lyžích o 5—10 cm kratších, než by měly mít vzhledem ke své výšce, protože z počátku tyto lyže daleko lépe ovládají. Další pozornost věnujeme přesnému uzpůsobení poutek u holí. Zmenšujeme je podle rozměrů dlaně cvičence tak, aby při konečné fázi odpichu nezklouzávala. Velká padající poutka si vynutí křečovitě držení holí za hlavice a tato křečovitost se přenáší na celou práci paží a narušuje koordinaci paží a nohou.

U výstroje věnujeme pozornost tomu, aby oblečení odpovídalo intenzitě pohybu a teplotě. Dbáme, aby cvičenci neměli při nácvičku čepice, které těsně doléhají na uši, nebo vatu v uších. Tím bychom vyřazovali sluch a narušovali rovnováhu. Sluchové vjemy, jako skřípání sněhu při skluzu a při odpichu, napomáhají prostřednictvím sluchového analyzátoru k rychlejšímu vytváření a upevnění pohybových návyků a k rytmizaci pohybu.

2. ÚPRAVA A VOLBA CVIČNÉ STOPY. Dostatečně široká stopa je samozřejmostí. Nutné však je, zvláště při měkkém sněhu, aby byla i náležitě tvrdá. Proto je nutno při čerstvém sněhu ušlapat napřed podklad pro stopu jako při šlapání svahu a teprve potom stopu vyjet. Tím získáme stopu nejen dostatečně tvrdou a umožňující dobrý odraz, ale i upravenou pro odpich holí. Podle nacvičovaného prvku běhu volíme sklon nebo stoupání sto-

py. Při nácvičku rovnováhy a jízdy po jedné lyži volíme stopu mírně se svažující (max. do 4 stup.). Při nácvičku odrazu vybereme stopu mírně stoupající (max. do 3 stup.) a při ostatních prvcích stopu na rovině.

Pokud jde o tvar stopy, osvědčilo se nám několik rovnoběžných stop vedle sebe lépe než stopa na kolečku. Jednak je zde možná větší intenzita výcviku, snazší ovládnutí všech cvičenců. dobrá možnost opravování chyb, ukázky přímo při jízdě, kdy instruktor jede v krajní stopě, řazení cvičenců podle výkonnosti atd.

3. MAZÁNÍ LYŽÍ. Hned z počátku je třeba zdůraznit, že se vyplácí provádět výcvik základní běžeccké techniky pouze na těch druhcích sněhu, na které můžeme bezpečně namazat. Jestliže máme provádět výcvik na vatě nebo na ledě, kde není možno vyjet stopu, tak je lépe, pokud je to možné, výcvik přeložit na pozdější dobu, až budou lepší sněhové poměry. Začátečníci většinou nedovedou sami určit, zda mají správně namazáno. Proto necháme cvičence v rozježdění sjíždět a vybíhat bez holí ve dvojicích nebo trojicích mírná stoupání ve formě závodů. Při tom pozorujeme vlastnosti jejich mazání a podle potřeb je opravíme. Hlavním úkolem je zajistit cvičencům takové namazání lyží, které umožní bezpečný a jistý odraz a dobrý skluz. Podle našich zkušeností se ukázalo prospěšné volit mazání tak, aby zaručovalo dobrý odraz i za cenu mírné tuposti při skluzu.

4. TEORETICKÁ PŘÍPRAVA. Základem pro zvládnutí každého pohybu je vytvoření správné představy. Představu získáme pomocí ukázky, teoretického výkladu a pomocí prvních vlastních pokusů. Osvědčilo se nám provádět výklad nacvičovaného prvku vždy před zahájením výcviku v chatě a doprovodit jej ukázkami názorných fotografií, kinogramem anebo promítáním filmové smyčky. Tímto postupem jsme docílili, že cvičenci již předem vytvořili částečnou představu o nacvičovaném prvku, kterou si pak doplnili při ukázce instruktora na sněhu a při prvních vlastních pokusech.

Další výhodou bylo zkrácení teoretického výkladu na sněhu, což mělo velký význam zvláště při nepříznivém počasí a pro další využití doby nácvičku.

Stejnou důležitost jako předcházející příprava má i způsob provádění vlastního nácvičku. Je nesprávné provádět v rámci běžecckého výcviku pouze vlastní nácviček techniky. Běžeccký výcvik musí tvořit ucelenou cvičební jednotku, sestavenou podle platných fyziologických a pedagogických zásad. Nejlépe vyhovuje pro nácviček běžeccké techniky **takto sestavená cvičební jednotka**:

1. ROZJEŽDĚNÍ A ZKOUŠENÍ MAZÁNÍ. O úkolu a náplni této části jsme se zmínili již dříve. Přibližná délka je asi 20—25 min.

2. PRŮPRAVNÁ ČÁST. V této provádíme švihové rozcvičení, které je především zaměřeno k uvolnění a pro

Komise pro výstavbu lyžařských zařízení

Ve dnech 6. a 7. prosince 1958 konal se v Praze celostátní aktiv předsedů pro plánování a výstavbu lyžařských zařízení krajských sekcí lyžování. Přítomni byli předsedové všech krajů s výjimkou kraje Plzeň a Karlovy Vary. Za slovenskou komisi byl přítomen soudruh inž. Cyr. Kramar.

Účastníci aktivu ve svém dvoudenním jednání probrali materiálně technickou základnu lyžařských zařízení, její dnešní stav a projednali výhledově postupně její doplňování.

Zvláštní pozornost byla věnována zpracování dokumentace pro lyžařské vleky a stanoveny základní technické podmínky pro jejich další zřizování, ať jak svépomocnou prací TJ, tak i investiční výstavbou.

Účastníci aktivu zhlédli vývojový prototyp lehkého výtahu (180 m), zhotovený n. p. Mlýnské stroje v Praze, který posoudili a doporučili k pokračování ve vývoji v započatém směru. Tento vývojový prototyp bude zkušebně postaven ještě do vánoc ve Špindlerově Mlýně u hotelu Dukla. Osvědčil-li se, bude sériově vyráběn pro jeho poměrně nízké náklady (asi 25 000 Kčs).

V dalším průběhu byli členové aktivu seznámeni s novinkami v lyžařské výzbroji, novou úpravou svépomocné výstavby akce Z a dalšími opatřeními na úseku výstavby lyžařského zařízení.

tažení. Druhou část rozcvičení tvoří napodobivá cvičení, zaměřená výlučně k těm pohybovým prvkům, které budou prováděny při vlastním nácviku techniky. Ke konci průpravné části zařazujeme hry, honičky a závody, které zvyšují jistotu cvičenců na běžec-
kých lyžích a kromě toho mají za úkol přivést centrální nervovou soustavu cvičenců do stadia optimální vzrušivosti a tak je připravit na nastávající nácvik techniky. Celou průpravnou část provádíme hravou a nenásilnou formou a její délka je asi 15 min.

3. NÁCVIK TECHNIKY. V této části provádíme vlastní nácvik techniky střídavého běhu a běhu odpichem soupaž. Nejvíce se nám osvědčilo používat při nácviku metody analyticko-syntetické, tzn. nacvičujeme napřed jednotlivé prvky pohybu, které později spojujeme. Tuto metodu používáme jako základní proto, že běh na lyžích je komplexem značného počtu složitých pohybů, které cvičenec nemůže při zahájení nácviku současně provádět a kontrolovat. Proto je nutné soustředit se v každé cvičební jednotce pouze na jeden prvek a ten dokonale zvládnout, i když někdy současně provádíme i prvky ostatní. Nácvik jednotlivých pohybových celků je možno rozdělit ve cvičebních jednotkách takto:

- zvládnutí rovnováhy, přenášení váhy těla a skluz po jedné lyži,
- odraz nohou při správném přisednutí a přepadu,
- švihová práce paží s účinným odpichem,
- spojení práce paží a nohou.

Tento způsob umožňuje soustředit pozornost cvičenců na menší pohybový celek. Cvičenci potom provádějí pohyb uvědoměle a kontrolují rozsah, intenzitu a kvalitu pohybu. Výhodou tohoto aktivního zapojení je rychlé a přítom správné zvládnutí určeného pohybového celku.

4. JÍZDA V TERÉNU. Provádíme ji na předem upravených a vyznačených tratích, které jsou vyhledány podle obsahu předcházející části cvičební jednotky. Zde se uskutečňuje docvičování učených prvků v přirozených podmínkách. Při vhodné volbě cvičné trati je možno plně využít dynamiky terénu k uvolněnímu a nenásilnému provádění nacvičovaných prvků. Tuto část zakončíme volnou jízdou zaměřenou na uklidnění. Délka této části je asi 30—40 min.

V závěru je nutno zdůraznit, že uvedené formy práce nejsou jediné užívanými při provádění běžec-
kého výcviku, ale jejich vhodnost byla objektivně ověřena v minulé sezóně při běžec-
kém výcviku většiny počtu cvičenců. Rovněž nebylo úkolem tohoto článku probrat a popsat jednotlivé prvky metodické řady, protože jejich popis by překročil svou obsáhlostí rozsah tohoto článku. Doufám, že článek přispěje k lepšímu provádění běžec-
kého výcviku a že pomůže cvičitelům a trenérům při nácviku běžec-
ké techniky.

JIRÍ NOVOSAD,
dobrovolný trenér lyžování

ŠKOLENÍ INSTRUKTORŮ LYŽAŘSKÝCH CVIČITELŮ

Fučíkova chata v Krkonoších, výcvikové středisko ČSTV, byla ve dnech 8. až 14. prosince minulého roku svědkem školení instruktorů lyžařských cvičitelů. Dovolte, abych jako jeden z frekventantů dodal k průběhu tohoto školení několik slov. Nebylo by totiž správné, přejít na stránkách »Lyžařství« tuto akci mlčením.

Jako konečně každý z účastníků, prošel jsem během své cvičitelské činnosti pěknou řádkou různých kursů, školení, srazů, aktivů a jiných akcí, na jejichž názvy si momentálně nemohu vzpomenout. Neříkám to proto, že bych si snad chtěl z těchto stránek udělat svůj soukromý výkaz činnosti (nač by pak byly předepsané blankety?), ale proto, abyste mi uvěřili, že jsem alespoň částečně oprávněn provést srovnání a hodnocení tohoto školení.

Když jsem dostal pozvánku, byl jsem připraven celkem poctivě a trpělivě odposlouchat a odjezdit povinný počet hodin, podrobit se zkouškám, jejichž půvab spočívá v tom, že si pro tentokrát vyměníme roli zkoušejícího za zkoušeného, a snášet stoicky tisíce drobných nedostatků a organizačních závad, které se vždycky vyskytnou. Avšak začátek kursu, jeho celý průběh a finále mne přesvědčily — a myslím, že mnohé z nás — že je ještě mnoho věcí, které nás mohou mile překvapit. Bylo typickým znakem školení instruktorů na Fučíkovce, že to byla vesměs překvapení příjemná.

Organizační stránkou školení byla pověřena Ústřední škola ČSTV v Nymburce, jejíž zástupce fungoval jako vedoucí. Pro charakteristiku výsledků jeho činnosti je možno jmenovat různé příklady: Očekávali jsme, že v optimálním případě bychom mohli ve Spindlerově Mlýně najít někoho, kdo by nám odnesl (nebo alespoň ženám) kousek cesty naše zavazadla. Místo tohoto »kdyby« tam skutečně stály saně, a to speciálně pro nás a včas! Ubytovaní bylo skutečně připraveno, tekla teplá voda, sušárna opravdu fungovala, obědy i večere byly včas, administrativní práce byly přesné, rychlé a nepřebujelé a záchody splachovaly. Nevím, co z vyjmenovaného spadalo do kompetence vedoucího školení a co do kompetence správce chaty, avšak ať tomu bylo jakkoliv, klapalo to krásně a přesně. Jediné, v čem vedoucí stoprocentně zklamal, bylo vaření počasí. Prohlášoval celý týden, »že se to uvaří«, ale nedokázal uvařit nic víc než mlhu, vítr a sníh. Nevím však, zda v tomto případě je plná vina na vedoucím. Možná, že určitou roli hrály i meteorologické poruchy.

Odbornou náplní školení byl pověřen členové UMK LS ÚV ČSTV. Od členů ÚV ČSTV a autorů »Nové osnovy« očekáváme přirozeně perfektní technickou úroveň jezdeckou i teoretickou a přehled přes problémy související s lyžařinou. Nejenže se všechny tyto vlastnosti vyskytovaly u všech instruktorů v hojně míře, ale byly doplněny i vlastnostmi, ve které obyčejně jako cvičitelé spíše doufáme, než abychom je nárokovali. Óplné zaujetí pro věc, trpělivost, neúnavná činnost od rána do pozdního večera, odborné studium i detailů nejpodružnějších, kamarádký poměr bez nejmenšího náznaku nadřazenosti (jak často jej najdeme v této čisté formě?) a v neposlední řadě smysl pro humor utvářely prostředí, které sugestivně působilo na všechny frekventanty a přímo je přita-

hovalo a poutalo v jeden skutečně dobrý kolektiv. Členové instruktorského sboru vědně bourali naše zakofené školní představy profesorů a nudných přednášek o pedagogice, fyziologii, matematice, metodice a výchově a nahradili je představo-
vými přednáškami a posluchače nového typu. Žádná nuda, žádný pokus o vzájemné balamucení, žádná demagogie a žádné fráze. Nevím, jak dalece se instruktoři chtěli stát živoucím příkladem svých vlastních přednášek, avšak ať tomu bylo jakkoliv, povedlo se jim to.

Byla tu již řeč o dobrém kolektivu frekventantů. Prvního dne se sešlo čtyřicet cvičitelů, kteří se valnou většinou viděli po prvé, neboť byli z nejrůznějších krajů republiky. Před našima očima se pak během několika dní udal přímo vzorový příklad společenského jevu přeměny heterogenní lidské skupiny ve zcela homogenní kolektiv. Tato přeměna byla tak markantní, že bylo možno pozorovat rozdíly i v průběhu několika hodin.

(Po tomto oficiálním souvětí ještě něco česky: V prostředí, jaké na Fučíkovce panovalo, nám totiž skutečně nic jiného nezbyvalo, než se stát dobrými kamarády. Co se dalo dělat?)

Školení si činilo značné nároky na fyzickou vyspělost i duševní soustředění, avšak nikdo si nestěžoval ani slovem. Byly nějaké potíže s běžkami; vzájemná výpomoc byla samozřejmá. Služba si nemohla stěžovat na zbytečnou práci s opozdílci. Nevídné počasí vyvolávalo pouze žertovné poznámky, nikdy mrzutost.

Nakonec zkoušky: Byly přísné — někomu se snad zdálo, že až moc, ale k tomu poznámku: Instruktorů lyžařských cvičitelů je v republice jen pár desítek a zkoušky musejí vypadat podle toho. Shodli jsme se však všichni na tom, že byly naprosto a stoprocentně spravedlivé. Pravím naprosto a na sto procent — a to není tak docela všední zjev, jak by se snad na první pohled zdálo. Spravedlivé až do takových podrobností, že instruktor nezkoušel posluchače z vlastní krajiny, aby zcela vyloučil možnost případného nadřívání lidem osobně známým.

Školení bylo zakončeno večírkem. Byl program, byl zpěv, byl tanec. Možno bez nadsázky říci, že jsme se háječně bavili. Mistry jsme dokonce řvali smichy.

Někomu se snad bude zdát, že jsem toho mnoho namluvil o jednom docela malém školení. Ti podezřevější možná připojí poznámku, že si chci udělat »očko« u členů ÚV ČSTV. Přátelé, není tomu tak, ale zdá se mi, že i z těchto několika malých poznatků ze školení lze učinit obecnější závěry pro výchovu dalších cvičitelů a lyžařů vůbec. Potvrzují, že toto školení bylo od prvního do posledního okamžiku výchovou v tom nejobecnějším slova smyslu. Rád bych za tento krásný týden poděkoval všem těm, kteří nás vedli, a slíbil jim za všechny frekventanty, že se budeme snažit, abychom dosáhli u svých posluchačů stejných úspěchů. Bude to náš skromný podíl na rozvoji lyžařiny a československého sportu vůbec.

ZDENĚK BROŽ

Do našich lyžařských kursů přicházejí různé vyspělé lyžaři. Liší se od sebe nejen lyžařskou vyspělostí a růzností výstroje a výzbroje, ale i duševními vlastnostmi.

Při výcviku rozdělujeme účastníky do družstev podle jejich vyspělosti jízdy na lyžích, přihlédneme též k výzbroji jednotlivce, k pohlavi nebo stáří. Správné rozdělení do družstev nám výcvik značně usnadní. Na duševní vlastnosti, případně i tělesné (rychlost, obratnost, síla, postřeh, tělesná zdatnost, pohybové nadání) bereme zřetel jen ve zcela vyjimečných případech, pokud účastník známe nebo pokud se nám výrazněji projeví v prvních dnech kursu.

Podívejme se, jak vypadá obvyklá práce ve vedení družstva začátečnicků a slabých lyžařů:

Cvičitel většinou velmi rychle přejde základní výcvik začátečnických proků — chůze a sjíždění. Jen velmi málo cvičitelů si uvědomuje, že začáteční pohyby na



lyžích jsou nejen náročné na pohybové složky těla, ale i na duševní stav lyžaře. Není vždy lehké odstranit pocit nejistoty a strachu, zvláště u starších začátečnicků nebo u děvčat, případně u lidí s menším pohybovým nadáním, z poměrně nezvyklého pohybu s lyžemi na nohou.

Cvičitel jistě postupem výcviku tuto nejistotu odstraní, ale musí si nutně všimnout i duševního dění u takového lyžaře, hlavně strachu, který může mít za následek i rozšíření útlumu v kůře mozkové a vede k velmi ztíženým podmínkám při výcviku.

Především si musíme uvědomit okolnosti, které způsobují pocit strachu a nejistoty u slabého lyžaře a lyžaře začátečnicka:

1. **Terén:** louka příliš prudká (i s dobrým dojezdem), louka se špatným dojezdem (les, cesta pod.), úzký prostor pro cvičení (průsek, část sjezdovky, mulda), členitý a nepřehledný terén, neupravený a boulovatý terén, kameny nebo pařezy v prostoru

O STRACHU NA LYŽÍCH

ru cvičení, mnoho lidí ve stejném prostoru.

2. **Povětrnostní podmínky:** špatný a těžký sníh nebo jeho nedostatek, mlha, vánice, déšť, vítr, mráz, slunce.

3. **Vlastnosti cvičitele a lyžaře:** špatný postup cvičitele a jím zaviněná nevhodnost terénu vědomí lyžaře, že na svah nestačí, obava z pádů, špatná výzbroj, duševní vlastnosti (strach, nejistota, nerozhodnost), tělesné vlastnosti lyžaře (pohybově nenadaný, starší), únav.

Cvičitel by se měl vždy snažit odstranit co nejvíce těchto činitelů. Jistě to nepůjde vždy. Nezmění vánici ve sluníčko nebo bázlíivé lyžaře ve sjezdaře. Často ale je to jen jeho pohodlnost, která brání cvičiteli, aby si vyhledal vhodný terén pro cvičení svého družstva nebo jeho vybavení, které mu nedovolí udělat pořádný krok v terénu. Většinou i delší cesta k dobrým vhodným terénům — myslím maximum 30–35 minut — zvláště dá-li se ještě lyžařsky využít — se vyplácí víc jako přecenění cvičících s omluvou časové ztráty.

Rozhodujícím činitelem je v každém případě cvičitel, který volí terén, postup cvičení a konečně působí jako hlavní činitel při odstraňování strachu.

Pracuje-li cvičitel tak, aby úměrně stupňoval požadavky podle vyspělosti cvičenců, určitě dosáhne dobrých výsledků a jistě lepších než ten, kdo ve snaze sám si zajezdit vede slabé lyžaře na obtížný terén, sám kolem nich jezdí v krásných obloucích a oni se buď divají, nebo padají.



Začátečník, když začne sjíždět, přes výklad i ukázkou cvičitele jede většinou v širší stopě. A dělají to

i pohybově nadaní jedinci. Je zde zřejmě ještě jiný činitel než jen pohybová dovednost. Je to složka psychická — u většiny nejistota a strach, který je nutí hledat větší jistotu, a tuto právě dává začátečnickovi širší stopa. Je proto naprosto nutné se i s tímto činitelem vypořádat a není nic lepšího než cvičit, opakovat a kontrolovat. Nevěnujeme-li této fázi výcviku tu největší pozornost, stane se nám široká stopa návykem. Strach možná zmizí s jistotou jízdy, ale chyby se těžko odstraní.

Strach může cvičitel vyvolat i u odvážnějšího lyžaře, který se z počátku vůbec nebál.

Cvičitel naučí začátečníky trochu sjíždět, nějaké zatoučení, někdy i bez něho jde na příkrý svah nebo členitý terén. Samozřejmě slabý lyžař, vědom si své malé lyžařské vyspělosti, odváží-li se vůbec sjet, jede nejen širokou stopou, ale jistě i s četnými pády a velkým strachem. Na někoho to snad nezapůsobí, ale většina lyžařů strach opravdu pocítí. Stane-li se to několikrát, stane se pak i jen pohled na takový svah podnětem k řadě podmíněných reflexů, které jistě mají a budou mít vliv i v dalším výcviku na lyžaře-záčičnicka. Na druhé straně je správné některé lyžaře do většího svahu nutit a dodat jim slovem i příkladem odvahy.

Podobně se může vést i dobrému lyžaři, nezvládně-li terén nebo má-li několik ošklivých pádů, případně zranění.

Ještě jednu velkou chybu můžeme ve výcviku udělat — přeceněním sil cvičence a nedoceněním terénu — ať už vinou jen cvičitele, terénu, nebo i špatného sněhu. Naučíme družstvo celkem dobře jezdit, třeba i snožné smyky, ale na stále pěkném a upraveném terénu. Obvykle je to louka někde v blízkosti chaty. Výcvikový prostor neměníme, v terénu jsme jezdili jen velmi málo. Družstvo v těchto podmínkách jezdí opravdu pěkně. Pak jdeme někde na výlet nebo na hřebeny hor, na terén nepoměrně horší a

hlavně obtížnější. A co se stane. Většina družstva dojde z nezvyklého prostředí a terénu strach. Výsledek toho je, že svah, který by normálně všichni sjeli snožnou technikou, jedou pluhem nebo v nejlepším případě přivrátými oblouky, i když je sníh velmi dobrý. U mnohých stačí jen tento jeden zážitek, aby návyk snožné jízdy v terénu zmizel a nahradil ho přivrát a širší stopa.



Strach nebo nejistotu máme většinou ne z jízdy, ale z pádů. Strach, který pocítí slabý lyžař z rychlé jízdy, lze výcvikem a vyježděním ve většině případů odstranit. Jen u lidí opravdu bázlíivých nebo pohybově velmi málo nadaných se to těžko podaří.

Strach z pádů je jistě velikým problémem. Nedá se odstranit tím, že budeme učit padat. Tím jen podporujeme zvyk spadnout i tam, kde by i slabý lyžař padat nemusel (hlavně u děvčat). Je správné dát několik pokynů pro pády, co s nohama a lyžemi, ale zase jen správným výcvikem naučíme nepadat a odstraníme strach z pádu.

Dobrou pomůckou je slovní signál, ovšem velmi krátký, tak, aby jej jedoucí mohl slyšet a na něj reagovat. Slovem a domluvou nebo vysvětlením docílíme u lyžařů velmi mnoho. Stačilo by i jenom to, že jim dodáme více sebejistoty a odvahy.

Z těchto několika poznámek ze zkušenosti z kursů, práce cvičitelů a dotazů u frekventantů kursů, jsem se jen chtěl dotknout tohoto problému při výcviku lyžaře. Možná, že se této úvahy dá použít nejen pro zlepšení práce cvičitelů, ale i pro práci trenérskou se závodníky, hlavně z řad mládeže. Jistě i u závodníka pocit strachu hraje důležitou roli v závodě.

ČENĚK MENŠÍK,
odb. asistent KTV — VŠB
Ostrava

PRO RYCHLEJŠÍ ROZVOJ

lyžařských zařízení v ČSR

Usnesením vlády ze dne 6. června 1958 byl zřízen Koordinační výbor cestovního ruchu při ministerstvu vnitřního obchodu a

bylo uloženo vytvářet stále komise cestovního ruchu krajských, případně nižších národních výborů.

Oběžníkem ÚV ČSTV č. 47/58 ze dne 28. VII. 1958 bylo doporučeno všem KV ČSTV vyslat do těchto komisí zástupce, a to osvědčené pracovníky na úseku cestovního ruchu, především z turistiky a lyžování.

Stále komise cestovního ruchu mají pečovat o veškerá zařízení cestovního ruchu a dále vytvářet všechny předpoklady pro jeho plánovitý rozvoj. Zařízeními cestovního ruchu na úseku tělovýchovy jsou především horské ubytovací podniky, chaty, ubytovny a tělovýchovná střediska, dále horské lanovky a výtahy, stadióny a sportoviště přesahující místní význam aj. Na výstavbu, generální opravy a údržbu budou poskytovat stále komise cestovního ruchu mimořádné finanční prostředky.

Stále komise cestovního ruchu u všech KNV jsou již dnes utvořeny a vykonávají své odpovědné poslání.

Všimněme si, jak v tomto prvním, přípravném kole dopadlo lyžování. Jedině u KNV Ústí n. L. a v Gottwaldově zástupci ČSTV uplatňovali s menším úspěchem požadavky pro lyžování, jakožto jednu z významných složek cestovního ruchu (na výtahy v Mikulově a na Lopeníku). Jejich správně argumentovaným požadavkům, doloženým potřebnou dokumentací, bylo vyhověno a příspěvky přiděleny.

Je nesporné, že rozvoj cestovního ruchu v našem státě nemůže se opírat jen o zařízení jednosezónní, nýbrž má prvořadý zájem, aby většina klimatických, horských a rekreačních oblastí stala se dvojsezónními a byla využívána i v zimě — lyžováním a lyžaři. A právě z tohoto důvodu je lyžování a jeho zařízením prisuzován tak velký význam, zvláště bude-li především rozvíjena jeho masová základna, jak ve svém projevu zdůraznil soudruh předseda Frant. Vodsloň.

Upozorňujeme již nyní na tyto skutečnosti všechny pracovníky lyžování od oddílů v TJ až po KV ČSTV, aby dobře zvážili potřeby lyžařských zařízení, jimiž mohou podstatně přispět k rozvoji cestovního ruchu a tím i zvyšování životní úrovně v našem státě. V příštích číslech podáme podrobné pokyny, jakým způsobem, kde a komu bude nutno podat požadavky, jak je projednávat a zdůvodňovat, aby z prostředků cestovního ruchu přišel správný podíl i na zařízení lyžařská, která z hlediska masového užívání stojí prakticky dnes na prvním místě.

Lyžařský cvičitel

Lyžařství potřebuje nejen trenéry, rozhodčí, předsedy atd., ale také cvičitele. Potřebuje je proto, aby lyžaři měli bezpečnou a rychlou cestu ke svým cílům. Cvičitel nemá být jen instruktorem, ale má být druhem, rádcem, vychovatelem, společníkem, organizátorem a pomocníkem.

V lyžařství byla založena instituce cvičitelů již v roce 1924. O dobré výsledky cvičitelského sboru se zasloužily stovky obětavých lyžařských pracovníků v celé naší vlasti.

Již při zakládání sboru cvičitelů si vytvořili cvičitelský řád a řád zkoušek.

Lyžařství bylo ze sportů jedno z prvních, které soustavně školilo a vychovávalo cvičitele, kteří byli na vyšší organizačně, technicky i metodicky.

Za ta léta vývoje našeho lyžařství vykonala řada cvičitelů velmi záslužnou práci. A jestliže v květnu t. r. byl při prvním jmenování zasloužilých cvičitelů v našem tělovýchovném hnutí jmenován také zasloužilý cvičitel lyžařství a této pocty se dostalo mně, chápal jsem to jako symbol díky všem těm zasloužilým, obětavým, nadšeným, poctivým a skromným cvičitelům, kteří svou velkou a celoživotní péčí pomohli tisícům lyžařů najít v lyžařství zkrášení života.

Všem těm patří toto uznání a tento dík. Vždyť mnozí z nich měli často i mnohem horší podmínky pro cvičitelskou a průkopnickou práci než já, který už od svých 20 let mohl pracovat

v lyžařském ústředí a později i na jeho čelných místech.

Co mi vždy dodávalo nejvíce nové síly a chuti k překonávání obtíží, ba i nepochopení, to byla ta cvičitelská práce na sněhu, ta radost pomoci buď nováčkově, nebo pokročilejšímu lyžaři ke zlepšení, dát mu kus své zkušenosti, znalosti, zapálit v jeho srdci to pravé nadšení pro lyže. Nejvíce vzpruží cvičitele čistá radost v očích žáka. To je ta veliká odměna, která posiluje obětavé a veřejnosti neznámé cvičitele v jejich práci. Jistě však tuto radost ze životní cvičitelské práce upevní uznání, které ČSTV nejlepším pracovníkům vyjadřuje.

Je třeba rozlišovat mezi lyžaři ty, kteří se upřímně a obětavě dělí

s ostatními a pomáhají jim, od těch, kteří bývají někdy sobecky zahleděni jen k sobě. Lyžařství má tolik předpokladů, aby pomáhalo lidem k osvětlení, posílení, radosti a družnosti, že by také mělo pomáhat vítězit nad sobectvím mezi lidmi.

Lyžařští cvičitelé, to bych vám chtěl připomenout a povzbudit vás, abyste s neutuchajícím nadšením pomáhali všem lyžařům nejen k co nejlepšímu ovládnutí lyží a k co nejvyšší zdatnosti, ale abyste jim pomáhali potlačovat lidské slabosti a být si navzájem opravdovými soudruhy, mít radost z práce pro celek.

Lyžařští cvičitelé, tlučím vám dík, který vám patří za vaši dobrou, obětavou práci. Zůstaňte jí věrni. Tedy s chutí do další práce!

Zasloužilý cvičitel
Dr. JIŘÍ JELÍNEK

Začátkem zimy, v soustředění slovenských sjezdařů a sjezdařek na Skalnatém Plese došlo dne 17. prosince 1958 k nehodě.

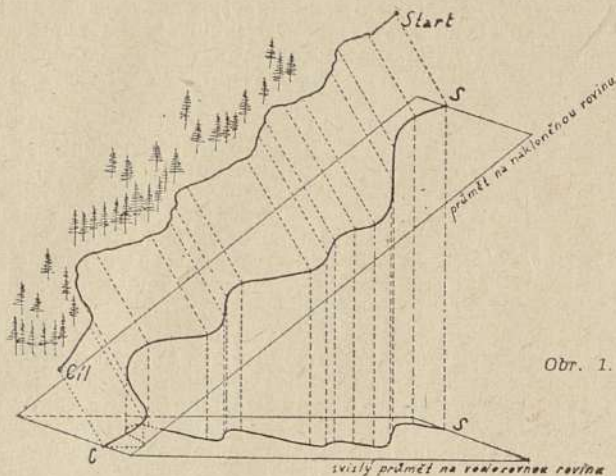
Na svazích pod Lomnickým štítem se připravovalo dvacet pět mladých lyžařů a lyžařek na letošní závodní období. Během tréninku si nebyli vědomi nebezpečí, které jim hrozilo. Lavina, řítil se ze Sedla Lomnického štítu, zasypala patnáct účastníků soustředění.

Přes obrovské úsilí záchránců nepodařilo se všechny zachránit.

Pažout František, Dluhý Peter, Kapalka Anton a Sigotská Eva v lavině zahynuli.

Všichni, kteří máme rádi náš krásný sport a naši lyžařskou mládež, pocítujeme hluboký smutek nad tragickým odchodem mladých, nadějných slovenských lyžařů.

KATEGORIZACE SJEZDOVÝCH TRATÍ



Obr. 1.

VZTAHY SJEZDOVÉ TRASY V TERÉNU K JEJÍM PRŮMĚTŮM

Na toto téma bylo již předneseno dostatek referátů, provedeno mnoho diskusí, avšak závěr dosud nebyl proveden pro dosavadní malé objasnění některých nutných předpokladů. Abychom mohli dosáhnout co nejobjektivnějších výsledků a shromáždil co největší množství podkladů, otevíráme na toto téma veřejnou diskusi a žádáme všechny zainteresované pracovníky o vyjádření svých názorů.

Pro zahájení uvádíme několik námětů:

1. Účel kategorizace: Pro plynulý a plánovitý rozvoj sjezdových disciplín je nutno, aby úkoly kladené závodními sjezdovkami na závodníky stoupaly plynule s jejich vývojem věkovým, fyzických i duševních sil a

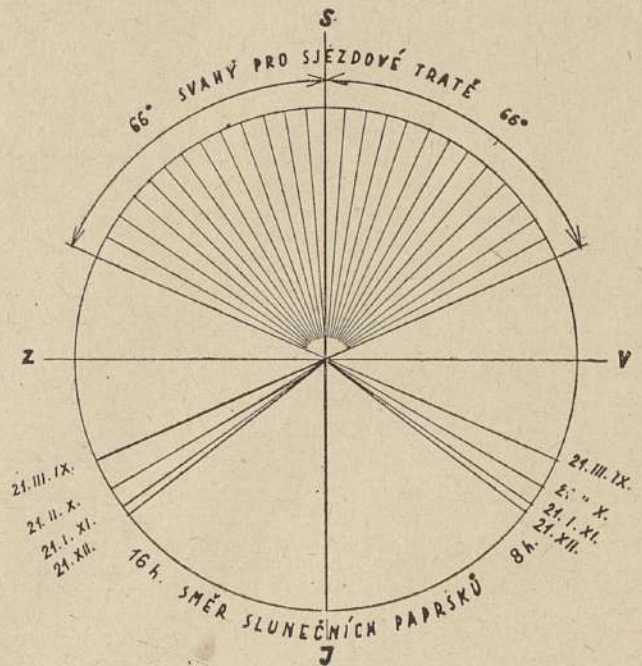
sjezdové techniky. Vysoké sportovní výkony požadované dnes ve světovém měřítku vyžadují, kromě správného vyřešení všech otázek přípravy a vybavení závodníků, jejich ranou specializací a hlavně usměrnění vzestupné linie požadavků kladených na obtížnost závodních tratí.

2. Podmínky k zavedení kategorizace: Aby mohla být celá teorie uvedena v život a odpovídala jeho požadavkům, bude nutno shromáždit dostatečné množství podkladového materiálu. Je to především pasportizace existujících tratí. V 1. čís. letošního roč. čas. Lyžařství byly uvedeny některé základní požadavky a názory na navrhovanou kategorizaci v článku: »Tratě pro sjezdo-

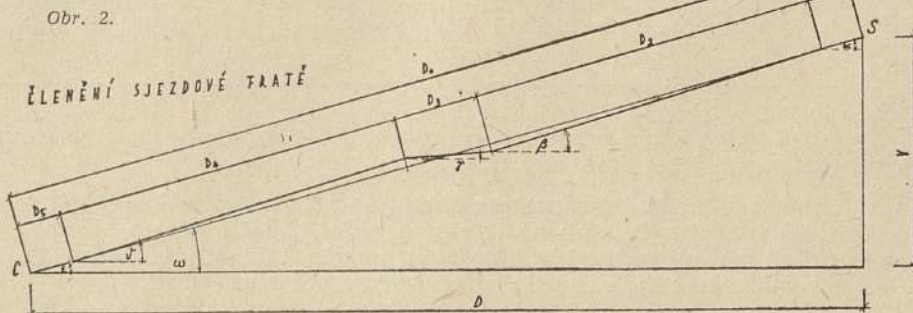
vé závody mládeže.« Protože se nechceme opakovat, odvoláváme se na tento článek a doplňujeme jej dalšími údaji.

Především o zaměření tratí. Převážná většina plánů závodních sjezdovek je vypracována z map. To znamená, že veškeré jejich údaje, pokud nejsou stanoveny přímo měřeními v terénu, jsou odměřeny a vypočteny ze svislého průmětu sjezdo-

vé tratě na vodorovnou rovinu. Tím dochází ke značnému zkreslení základních údajů (hlavně délky tratě) a k nesprávným výpočtům průměrných rychlostí závodníků z dosahovaných časů. Tato chyba se dá eliminovat metodou navrhovanou dr. Fr. Průšou, tj. promítnutím sjezdové tratě do nakloněné roviny dané průměrným spádem mezi startem a cílem



POLOHA SJEZDOVÝCH TRATÍ VZHEDEM K OSLUNĚNÍ



Obr. 3.

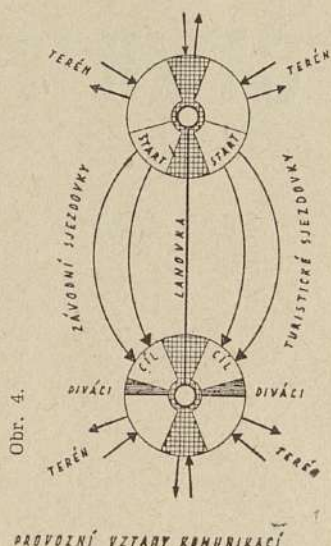
tratě [obr. 1]. Takto zaměřená trať a vypracovaný plán bude pak sloužit jako podklad k dalšímu zpřesnění práce při vytyčování tratí přímo na sněhu a ve spojení obou těchto metod, tj. projekcí na vodorovnou a nakloněnou rovinu získáme dostatek podkladů pro další zpracování kategorizace. Hodnoty získané tímto způsobem bude pak možno dále použít na vypracování normativů pro stavbu nových a úpravu existujících sjezdovek. Základní údaje (délka tratě, výškový rozdíl, průměrný sklon i sklon jednotlivých úseků, koeficient brzdění) budou pak i důležitým prvkem v posuzování výkonnosti závodníků, stanovení jejich trénovanosti i v jejich rozdělení do tříd a výkonnostních žebříčků.

- | | | |
|---------------------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| SPÁDOVÉ OSY | SPÁDOVÉ ÚHLY | |
| D_0 = hlavní spádová osa | ω = hlavní spádový úhel | S = start |
| D_1 = úseková spádová osa - rozjezd | α = úhel rozjezdu | C = cil |
| D_2 = " " " - rychlostní úsek | β = " rychlost. úseku | V = výškový rozdíl |
| D_3 = " " " - oddych | γ = " oddychu | D = pádový průmět D_0 |
| D_4 = " " " - technický úsek | δ = " techn. úseku | |
| D_5 = " " " - dojezd | ϵ = " dojezdu | |

3. Základní schéma závodní sjezdovky: Písemný popis požadavků na normalizovanou sjezdovou trať byl uveden v připomenutém již článku v 1. čísle Lyžařství. K doplnění uvádíme grafický návrh na podélný profil sjezdové tratě (obr. č. 2) vytvořený rozvinutým řežem ve svislé rovině.

Ať už bude předložený profil závodní sjezdovky jakkoliv definitivně stanoven, bude součástí závazných norem a jedním z jejích základních článků. Proto je nutno jeho konečnému stanovení věnovat co největší péči.

4. Další náměty: S vyřešením uvedených výchozích otázek souvisí ještě další požadavky. Jednou z nejdů-



ležitějších je orientace sjezdové tratě ke světovým stranám (obr. 3), její slunění, doba trvání a souvislost kvality sněhové pokrývky, šířka tratě v přímých směrech i v zatáčkách s ohledem na dosahované rychlosti, profil příčných vln a mnoho jiných. Rovněž vztahy sjezdových tratí k dopravním prostředkům, bezpečnostním opatřením, sociálním zařízením pro závodníky, činovníky i diváky, udržovací a sdělovací zařízení bude nutno v zásadách pevně stanovit (obr. 4).

Závěr:

Při řešení uvedených otázek vznikne jistě mnoho dalších — stejně důležitých a

ke zvládnutí tohoto celého širokého oboru práce bude zapotřebí spolupráce nás všech. Věříme, že tato diskuse vyvolaná sjezdovou subkomisí ÚSTK přinese dostatek námětů a řešení, aby celá otázka byla jednou s konečnou platností přivedena na cestu, směřující ke zlepšení úrovně sjezdových disciplín. A abyste si mohli některé ze svých námětů i prakticky ověřit přímo na sněhu, začínáme právě na počátku hlavního období. Čekáme na vaše náměty, čekáme na vaše zkušenosti a těšíme se na důkladnou a plodnou výměnu názorů.

Inž. K. MEZERA,
Inž. Z. NAVRÁTIL

SPOLUPRÁCA LYŽIAROV S HORSKOU SLUŽBOU

Cez zimnú sezónu je mnoho lyžiarskych podujatí vo všetkých oblastiach Slovenska. Každé z nich prebieha pre oko návštevníka-diváka zdaniivo veľmi ľahko, bez ťažkostí a ako samozrejmé. V skutočnosti sa však každé takéto podujatie starostlivo pripravuje dlho pred určeným termínom. Najprv hospodárske a technické zabezpečenie a až potom samotný pretek s jeho termínom a so zodpovedným štábom technických a iných pracovníkov. Medzi týchto technických spolupracovníkov každého takéhoto podujatia patrí aj Horská služba. Dnes je samozrejmosťou, že postupom času sa z pracovníkov Horskej služby stali nepostrádateľní a samozrejmi zabezpečovatelia každého lyžiarskeho podujatia.

Najmä na Slovensku v kolektíve Horskej služby sú zapojení všetci vynikajúci lyžiar, ba čo viac, i majstri športu, aby spojili svoje bohaté skúsenosti technických potrieb s vážnou požiadavkou bezpečnosti trate a zásadne ich všade uplatňujú. To však neznamená, že pracovníci HS zabezpečujú pretek len po stránke záchranej služby. Nie — Horská služba chce viac. Chce pracovať a pracuje preventívne, t. j. snaží sa predchádzať úrazom a zabraňovať im.

A ako teda pracuje pri lyžiarskych pretekoch? Nuž takto: Naši členovia, ktorí sa regrutujú zo širokých mäs nášho lyžiarskeho národa, majú v preteku rôzne funkcie a úlohy. Tu si vezmeme autora tratí. Ako člen HS bude dbať toho, aby trať mala všetky predpoklady a požiadavky náročnosti, ale popritom nezabudne, že trať musí byť z nášho hľadiska v prvom rade bezpečná!

Další funkcionári: veliteľ trate, veliteľ úseku, strážca bránok, upravitel trate ako šľapač trate koná túto funkciu zase v prvom rade v záujme bezpečnosti trate a pretekára, aby nedošlo k úrazu. A už ako člen Horskej služby — ako záchranná alebo pohotovostná hliadka — dáva trať po jej dôkladnom preskúmaní poslednú úpravu. Dáva prípadne umelé zabezpečovanie trate, ako sú: slete, vrečia so slamou, umelé premostenia a pod.

Konečne v deň preteku staviame naše pohotovostné hliadky, vybavené kompletným záchranným materiálom, všade tam, kde sa zdajú najťažšie úseky trate a kde môže dôjsť k eventualitym úrazom. V prípade vyskytnutia sa úrazu snažia sa ho najrýchlejšie a najlepšie likvidovať, aby v prípade ťažšieho úrazu lyžiar dlho netrpel a dostal sa čo najskôr do rúk povolných, t. j. k lekárom alebo do nemocnice. Máme k tomu aj perfektné technické vybavenie, ako napr. zvoznú prostriedky: kanadské sane a rakúsky duralový čln Akeju, ako aj odborne technicky vškolených našich členov.

Najhlavnejšia úloha čaká Horskú službu v zime zo strany širokých mäs turistických návštevníkov a rekreantov. Okrem skúsených a ostrieňaných lyžiarov tu prichádzajú často ľudia neznalí hôr a ich nebezpečia a mnohokrát neznalých ani najzákladnejších prvkov lyžiarskeho »kumštu«. Preto umiestňuje HS v lyžiarskych strediskách plán všetkých zjazdových tratí a možností lyžovania, ich klasifikácie obťažnosti, ich popis a označenie. Takzvaný rájovný plán. Ruka v ruke s tým podá-

va v týchto strediskách každé ráno sněhové zpravodajstvo. Oznamuje, aký je stav sněhovej pokrývky, poveternostné podmienky a akost sněhu. V prípade nebezpečia lavín uzatvára doliny, zjazdovky a ohrozené miesta.

Jedným z najdôležitejších opatrení je tyčové značenie na zjazdovkách a hrebeňoch. Sú to tyče 2—3 m vysoké, vzdialené od seba 30—50 m, ktoré pracovníci s veľkou starostlivosťou na jeseň pripravujú pre nastávajúcu zimnú sezónu. Zvlášť v teréne nad 1400 m — kde už prakticky niet porastu a k sodrovina je metrovou vrstvou sněhu zapadaná, kde nie je žiadnej inej možnosti orientácie — tu tyčové značkovanie je cenným pomocníkom turistovi, lyžiarovi či návštevníkovi. Previedie ho bezpečne z jedného miesta alebo chaty na miesto určenia alebo cieľa. V zlom počasí, keď je hmla alebo fujavica, neradno od tohto tyčovania odbočovať. To môže mať neblahé a veľmi vážne následky. Je ešte v živej pamäti posledný tragický prípad lekára dr. Gajdoša, ktorý jedného rána sa vydal so svojimi dvoma priateľmi na obľúbenú hrebeňovú túru zo Snľovského sedla do chaty pod Rozsutcom. Cesta vedie aj cez Stoh, cez vrcholec ktorého vedie bezpečná tyčovaná cesta. Zmienení traja lyžiar si však z určitých neznámych príčin chceli »skrátit« cestu a namiesto cez vrchol odbčili od tyčovanej cesty a traverzovali vrcholec Stohu bokom, ktorým prechádza niekoľko rízní. Pri traverze jednej z týchto rízní sa uvoľnila lavína a strhla dr. Gajdoša, 28-ročného mladého lekára z Handlovej, a pochovala ho v masách sněhu. Tu bola márna i vyčerpávajúca okamžitá nočná záchranná akcia, ktorá vyprostila už len mŕtve telo dr. Gajdoša z ľadového objatia sněhových mäs.

Členovia Horskej služby často v jednotlivých chatách a rekreačných strediskách poriadajú prednášky a besedy s návštevníkmi a zoznamujú ich tu so všetkými zaujímavosťami okolitých terénov, s ich zvláštnosťami, nebezpečenstvom a možnosťami túr a vychádzok. Členovia HS organizujú tiež mnohokrát pekné výlety a túry, zabezpečujú takto ich správny postup a vedenie.

Nakoniec by som mal ešte jeden príhovor k vám. Krásne sú naše hory! Nájdete v nich zaslúžený odpočinok a rekreáciu. Ale nepodceňujte ich! Vedia byť nežné, láskavé, čarovné, aby vzápätí boli kruté a nelútostné. My pracovníci Horskej služby chceme, aby ste hory poznali len z tej príjemnej stránky. Preto sa obracajte s dôverou na nás, radi vám pomôžeme, poradíme, povedieme, aby ste sa z vašej zaslúženej dovolenky vrátili späť plní zdraví a pracovného úsilia. Hore zdari!

EUGEN WEINER,
člen HS Malá Fatra



ČTVRTHODINKA

PŘÍVRATNÝ SMYK OD SVAHU

Nejvíce používaným cvikem pro plynulou změnu směru jízdy v terénu je přívratný smyk od svahu. Vzhledem k tomu, že je snadno proveditelný velké většině lyžařů a že je v terénní jízdě téměř univerzálně použitelný s výjimkou lámavé kúry a velmi hlubokého těžkého sněhu, stává se konečným cílem základního diferencovaného výcviku a jedním z hlavních cílů veškerého lyžařského výcviku.

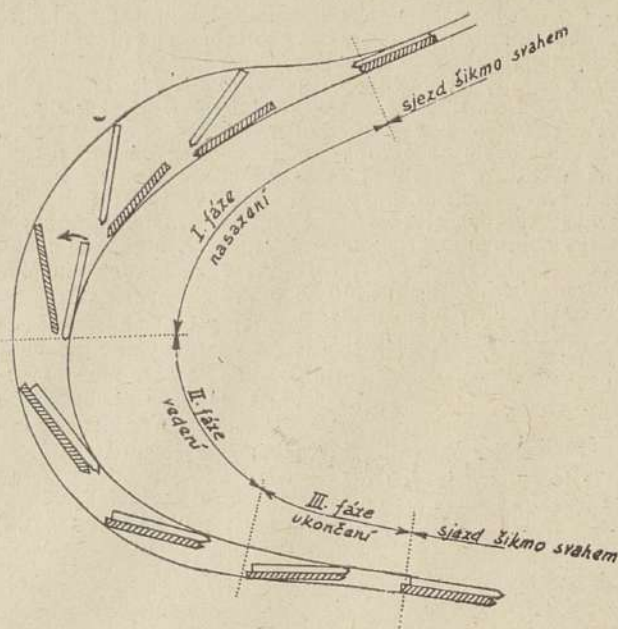
Přívratným smykem od svahu rozumíme plynulou změnu směru jízdy obloukem přes spádnici. Pro nasazení smyku používáme přívratu vnější lyže a jejího zatížení, v dalším průběhu oblouku pak vnitřní lyži aktivně přisunujeme k vnější a vyjíždíme smyk s lyžemi rovnoběžnými.

Základní forma přívratného smyku od svahu se neliší mnoho od dokonale provedeného přívratného smyku, jenom přívrat vnější lyže je větší, přenesení váhy těla je provedeno později a pohyby těla nejsou tak ekonomické a rytmické.

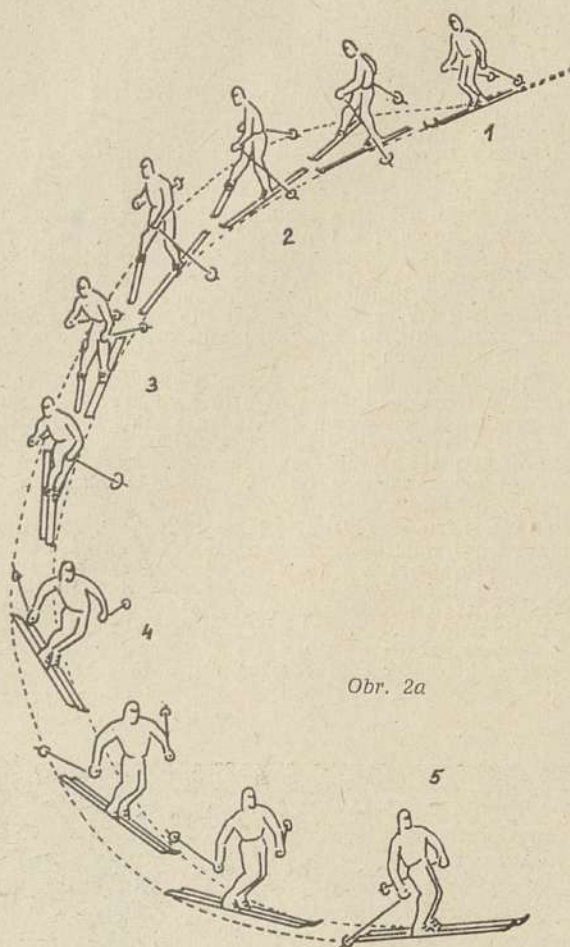
Pohybové provedení přívratného smyku od svahu vychází z postoje pro sjezd šikmo svahem, z kterého po úplném zatížení nižší lyže postavené na vyšší hranu provedeme přívrat vyšší lyží za současného protínatočení trupu i rukou. Vnější lyže klouže lehce po vnitřní hraně nepatrně posunuta vzad vzhledem k vnitřní lyži. Směr jízdy se stáčí ke spádnici. Když vnější lyže přijíždí na spádnici, přenášíme váhu těla šikmo proti vnější lyži a odkláníme trup. Současně přisouváme aktivně odlehčenou lyži k vnější tak, aby se projevilo při jejím přisunutí vysunutí patek lyží ven z oblouku. Vnitřní lyže je mírně předsunuta, lyže jsou co nejbližší u sebe. Vyjíždíme smyk v mírně sníženém pasgangovém postoji buď do zastavení nebo do dalšího sjezdu šikmo svahem, nebo navazujeme plynule další smyk od svahu (obr. 1).

Abychom snadno nacvičili přívratný smyk od svahu, je nutno ovládat základní formu přívratného oblouku a zdokonalit aktivní přisunutí vnitřní lyže k vnější. Aktivní přisunutí vnitřní nezatížené lyže k vnější procvičíme při napojování přívratných smyků ke svahu, kdy za neměnné polohy trupu vysouváme vyšší lyži do přívratu, stáčíme se do spádnice a plynule a účinně přisouváme přívrácenou lyži k zatížené lyži, což při současném snížení postoje se projeví vysunutím patek lyží a v další jízdě smykem ke svahu či sesouváním. Toto cvičení má dobrý vliv i na rytmické provádění pohybů. Je potřebné při konečné jízdě v obloucích. Současně cvičíme přívratný oblouk, který se snažíme vyjíždět ve větší rychlosti a o větším poloměru. Cvičenci pak samovolně přisouvají snadněji aktivně vnitřní odlehčenou lyži k vnější zatížené a přecházejí tak plynule do přívratného oblouku k přívratnému smyku od svahu (obr. 2a, 2b).

Potíže spojené s nácvikem přívratného smyku od svahu jsou obdobné s obtížemi při nácviku přívratného oblouku. Přistupuje ještě mnohdy potíže s plynulým navazováním jednotlivých oblouků za sebou a s tím i spojená změna postavení trupu vzhledem k oblouku, kterou provádíme uvolněně na začátku oblouku současně s přívratem vnější lyže, kdy nám tento protipohyb pomáhá do přívratu. Během oblouku přívratným smykem další eventuální protínatění trupu vyvolává pak vysouvání patek lyží vně oblouku a zesiluje tím účinek aktivního přisunutí vnitřní lyže. Pánev je nutno udržovat na vnitřní straně oblouku s vysunutím vnitřního boku vpřed.



Obr. 1



Obr. 2a

Z UČEBNÍ OSNOVY

Zbývá ještě se zmínit o míře předklonu a hranění během smyku. Je nezbytné nutné, nechceme-li, aby nám lyže pod tělem dopředu, aby při přechodu spádnice byl docílen potřebný předklon, který však pro plynulé vyjetí smyku je nutno vzápětí zmenšovat tak, jak se blížíme k vrstevnici. Při jízdě po vnitřních hranách ve smyku by totiž docházelo k tomu, že bez ubírání předklonu bychom smyk zbytečně zkracovali a nevyjížděli plynule v dlouhém a úzkém smyku. Je tedy jemné užívání předklonu a míry hranění podstatnou složkou správného vedení lyží ve smyku.

Odlehčování při nasazování přivrátu u přivrátného smyku při ukončení vztyčování a začátku snižování postoje není nezbytné pro úspěšné provedení přivrátného smyku, neboť odlehčenou vyšší lyži snadno můžeme přemístit do přivrátu, stejně i po přenesení váhy těla můžeme snadno aktivně přisunout vnitřní lyži. Přesto však dochází k mírnému zvýšení postoje při nasazení přivrátného smyku, protože přivrát v tomto postoji se snáze provádí. V průběhu smyku pak dochází k snížení postoje, jelikož snížený postoj je obzvláště v hlubokém sněhu pro jízdu bezpečnější (obr. 3).

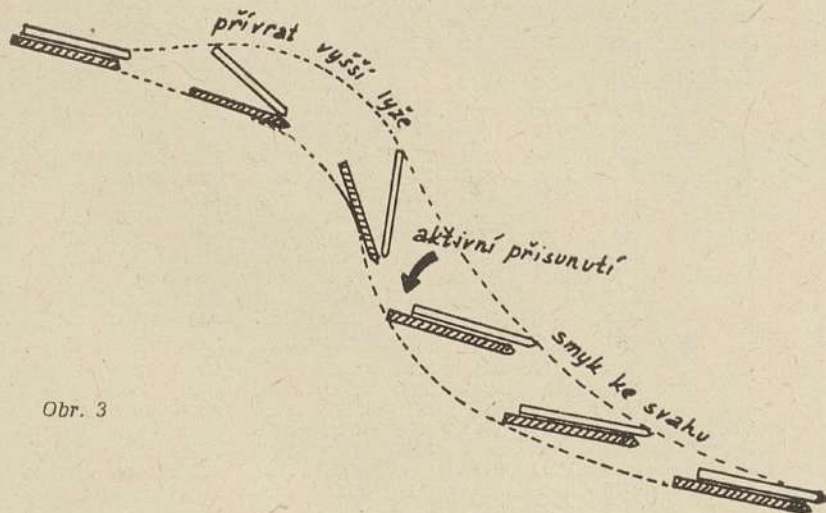
Při výcviku jsme došli ke zkušenosti, že je výhodné při přivrátném smyku z hlediska rytmizace pohybu a snadnějšího provedení provádět dvojí zvýšení a snížení postoje v průběhu jednoho přivrátného smyku. První zvýšení postoje (při jeho ukončení nastává odlehčení) je současně s vysunutím vyšší lyže do přivrátu. Při jízdě v přivrátu dochází během otáčení ke spádnicí k mírnému snížení postoje. Druhé zvýšení postoje je současně s odklonem trupu z oblouku. Postoj opět snižuje současně s aktivním přisunutím vnitřní lyže a vyjíždíme smyk se snožným vedením lyží. Zvýšení a snížení postoje není příliš výrazné, je to jen jakési mírné rytmické zhoupnutí.

Používání hole není pravidlem při přivrátném smyku. V obtížnějším terénu a při jízdě se zátěží použijeme píchání vnitřní holí tak, že hůl přemístujeme bodcem vpřed hlavně prací zápěstí, loket držíme u těla a předloktí je zdviženo mírně stranou vzhůru od těla. Hůl přemístujeme současně s přivrátem vyšší lyže, opíráme se o ni při přenesení váhy těla při odrazu z vnitřní nohy. Současně s aktivním přisunutím vnitřní lyže k vnější přemístujeme ruku před vnitřní bok spolu s protinatocením trupu. Při tomto způsobu píchání holí je výhodné, obzvláště u kratších smyků, dvojité rytmické zvýšení a snížení postoje (obr. 4).

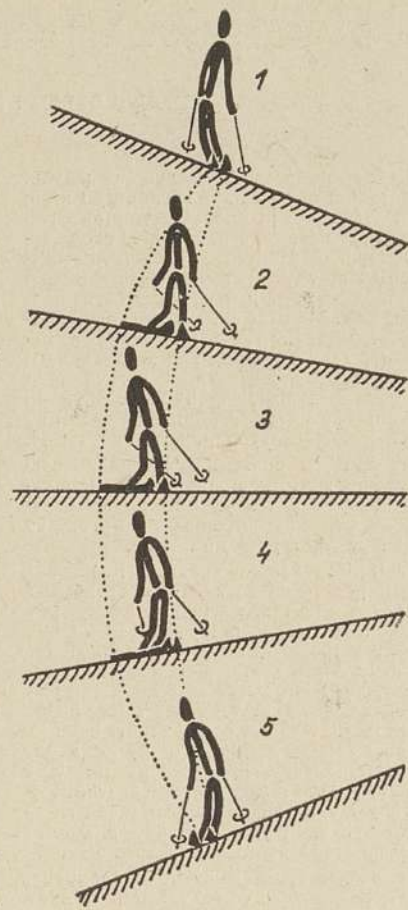
Naučením se přivrátnému smyku od svahu jsme postavili solidní základ pro další technické zdokonalování a hlavně se nám zvládnutí jakéhokoli terénu a sněhu stane snadnou záležitostí. Proto je nutné považovat přivrátný smyk od svahu za jeden z hlavních a snadno dosažitelných cílů veškerého lyžování.

Zpracoval a kreslil:

Inž. MIROSLAV CHLOUBA, člen UMK LS ÚV ČSTV

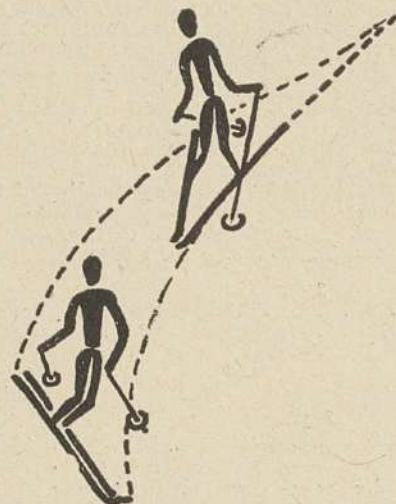


Obr. 3



Obr. 2b

(Pohled zpredu na figury vyznačené v kinogramu)



Obr. 4

Nový způsob hodnocení skoku pro závod sdružený

Dr. MIROSLAV KLINGER, předseda komise rozhodčích LS MV ČSTV Praha

Rozmach lyžařského sportu přivádí k závodům nové a nové závodníky i zlepšení a vědecké prohloubení tréninkových metod přináší s sebou stále větší vyrovnanost závodníků ve všech disciplínách. Tím vyvstávají pro lyžařské rozhodčí nové problémy, protože se ukazuje, že dosavadní způsob měření a hodnocení výsledků je příliš hrubý a nepřesný, takže někdy není s to zachytit jemné rozdíly mezi velmi vyrovnanými výkony různých závodníků. Volá se po měření běžecích disciplín na desetiny vteřiny a sjezdových dokonce na setiny.

Ve způsobu hodnocení závodu sdruženého se dopouštíme mnohem větších nepřesností, a přece je tato chyba prakticky přecházena mlčením, snad proto, že to každý bere jako nutné zlo.

Proti dosavadnímu způsobu hodnocení skoku pro závod sdružený je oprávněně vznášena námitka, že je nevýhodný pro závodníky, kteří jsou lepší ve skoku než v běhu a ve skoku obsazují přední místa. Opravdu, vítěz v běhu dostane za své vítězství 240 bodů, zatím co vítěz skoku pro závod sdružený dostane jen tolik bodů, kolik mu jich vychází jako součet bodů za délku a za styl. A to není nikdy 240 bodů, nýbrž mnohem méně. Je tedy relativně v nevýhodě. Proto by bylo spravedlivější, aby i vítěz ve skoku pro závod sdružený byl hodnocen 240 body a ostatní úměrně méně podle bodového umístění.

Je to problém poměrně jednoduchý. Body vítěze vezmeme za 100 % a body ostatních vyčíslíme v procentech k vítězi. Pak vezmeme 240bodovou stupnici a z ní podle procentuálního výsledku přidělíme body jednotlivým závodníkům, při čemž vítěz = 100 % = 240 bodů.

Tentó postup by ovšem značně komplikoval výpočet výsledků a zejména by působil dost značně zdržením. Mnohem rychlejší je postup podle tabulky otištěné na konci tohoto pojednání. Každý sloupec je pro jiný případ, který je dán počtem normálních bodů [běžného skokanského bodování] vítěze. Tabulka je vypočtena pro všechny závody, při nichž vítěz docílil 240 bodů (teoretický předpoklad) až 201 bodů. Podle zkušeností by měla prakticky být jakýkoliv závod, kde skáčí alespoň trochu kvalitní skokani, kteří dosahují kolem 13 bodů za styl. Je však možné bez obtíží tabulku propočíst ještě třeba o 20 bodů níže. V každém sloupci je uvedeno 9 hodnot, které značí protihodnotu 1 až 9 bodů (případně 10—90, 100—900 nebo 0,1—0,9 bodu, podle umístění desetinné čárky) pro přepočítání z bodů normálních (říkejme jim absolutní) na body 240bodové stupnice (říkejme jim relativní). Znáte to komplikovaně. Lépe poslouží příklad.

Vítěz docílil 218 bodů. Další závodníci 214,5 b., 210,9 b. a 203,2 b.

	218		214,5
200	222,2	200	222,2
10	11,1	10	11,1
6	6,7	4	4,4
	240,0	0,5	0,8
			238,3
	210,9		203,2
200	222,2	200	222,2
10	11,1	3	3,3
0,9	1,0	0,2	0,2
	234,3		225,7

Má tedy vítěz 240 bodů a další 238,3 bodu, 234,3 bodu a 225,7 bodu relativních.

Jak je vidět, výpočet je jednoduchý a prostý a jen nepatrně by komplikoval a prodloužil výpočet výsledků. Je však třeba dokázat, že nejde jen

o početní hříčku a že tento způsob počtu má svůj význam praktický. Zde opět nejlépe poslouží příklad. Vezmeme těchto 6 závodníků:

Dosavadní způsob:	A	B	C	D	E	F
běh	240,0	220,0	231,6	224,2	211,9	228,1
skok (body absolut.)	201,5	220,0	200,0	217,0	219,0	201,0
závod sdružený	441,5	440,0	431,6	441,2	430,9	429,1
umístění	1	3	4	2	5	6
Nový způsob:	A	B	C	D	E	F
běh	240,0	220,0	231,6	224,2	211,9	228,1
skok (body relat.)	219,8	240,0	218,2	236,7	238,9	219,3
závod sdružený	459,8	460,0	449,8	460,9	450,8	447,4
umístění	3	2	5	1	4	6

Výpočet relativních bodů není z úsporných důvodů zde ukazován, ale každý si jej může kontrolně provést. Vidíme, že výsledky jsou zcela jiné než při výpočtu dosavadním způsobem. Závodník, který je původně první, je podle nového způsobu až třetí. Jde o malé bodové rozdíly, což značí, že nový způsob se zvlášť hodí pro vyrovnané soutěže, kdy se bojuje tak říkajíc na nůž a kdy přesnost nového způsobu zajišťuje spravedlivější vyčíslení výsledků.

A ještě něco k praktickému používání tabulek. Sloupce jsou propočteny na celé body. Obsahuje-li výsledek vítěze zlomky (desetiny) bodu, použije se nejbližší vyšší tabulky, při čemž vítěz nemá celých 240 bodů (relativních), ale o nějakou desetinku méně. Je to obdoba výpočtu bodů za délku, je-li nejdelší skok bez pádu vyjádřen nikoliv v celých metrech nýbrž

číslem končícím na polovinu metru. Pak vítěz nemá 60 bodů, nýbrž přiměřeně podle tabulky méně.

Navrhuji, aby uvedený způsob byl zaveden pro výpočet závodu sdruženého. Je objektivně spravedlivější a koriguje výhodu, kterou měli při dosavadním způsobu běžci proti skokanům. Je jednoduchý a prostý, takže si jej každý rozhodčí může lehce osvojit. Prodlouží sice nepatrně výpočet výsledků, avšak toto zdržení je mnohokrát vyváženo podstatně přesnějším a spravedlivějším měřítkem, podle něhož jsou výsledky propočteny.

Nemyslím, že by mnou navrhovaný způsob a systém byl bez vad a bez možností zlepšení. Uvítám proto, jestliže rozhodčí lyžování posoudí tento systém z praktického hlediska a dají k němu svůj posudek a připomínky.

TABULKA PRO PŘEVOD ABSOLUTNÍCH BODŮ NA RELATIVNÍ

Body vítěze:	240	239	238	237	236	235	234	233	232	231
Bodový násobek:										
1	1000	1004	1008	1013	1017	1021	1026	1030	1034	1039
2	2000	2008	2017	2025	2034	2042	2051	2060	2069	2078
3	3000	3012	3025	3038	3051	3064	3077	3090	3103	3117
4	4000	4016	4034	4050	4068	4085	4102	4120	4138	4156
5	5000	5021	5042	5063	5085	5106	5128	5150	5172	5195
6	6000	6025	6050	6076	6101	6127	6154	6180	6206	6234
7	7000	7029	7059	7088	7118	7148	7179	7210	7241	7273
8	8000	8033	8067	8100	8135	8170	8205	8240	8278	8311
9	9000	9037	9076	9113	9152	9191	9230	9270	9310	9350
	230	229	228	227	226	225	224	223	222	221
1	1043	1048	1053	1057	1062	1067	1071	1076	1081	1086
2	2087	2096	2105	2114	2124	2133	2143	2152	2162	2172
3	3120	3144	3158	3172	3186	3200	3214	3229	3243	3258
4	4164	4192	4210	4229	4248	4267	4285	4305	4324	4344
5	5207	5240	5263	5286	5310	5334	5357	5381	5405	5430
6	6250	6288	6316	6343	6371	6400	6428	6457	6486	6516
7	7294	7336	7368	7400	7433	7467	7499	7533	7567	7602
8	8337	8384	8421	8458	8495	8534	8570	8610	8648	8687
9	9381	9432	9473	9515	9557	9600	9642	9686	9729	9773
	220	219	218	217	216	215	214	213	212	211
1	1091	1096	1100	1106	1111	1116	1122	1127	1132	1137
2	2182	2192	2200	2212	2222	2232	2243	2253	2264	2275
3	3273	3288	3300	3318	3333	3349	3365	3380	3396	3412
4	4364	4384	4400	4424	4444	4465	4486	4507	4528	4550
5	5454	5480	5500	5530	5556	5581	5608	5634	5660	5687
6	6545	6575	6600	6635	6667	6697	6729	6760	6792	6824
7	7636	7671	7700	7741	7778	7813	7851	7887	7924	7962
8	8727	8767	8800	8847	8889	8930	8972	9014	9056	9099
9	9818	9863	9900	9953	1000	1005	1009	1014	1019	1024
	210	209	208	207	206	205	204	203	202	201
1	1143	1148	1154	1159	1165	1171	1176	1182	1188	1194
2	2286	2297	2308	2319	2330	2341	2353	2364	2376	2388
3	3428	3445	3461	3478	3495	3512	3529	3547	3564	3582
4	4571	4593	4615	4638	4660	4683	4706	4729	4752	4776
5	5714	5742	5769	5797	5825	5854	5882	5911	5941	5970
6	6857	6890	6923	6956	6990	7024	7058	7093	7129	7164
7	8000	8038	8077	8116	8155	8195	8235	8275	8317	8358
8	9142	9186	9230	9275	9320	9366	9411	9458	9505	9552
9	1029	1033	1038	1043	1049	1054	1059	1064	1069	1075

DO DISKUSIE

V listopadovém čísle »Lyžařství« zavedl soudruh J. Koudelka zajímavou diskusi o způsobu jízdy na lyžích. Domníváme se však, že dnes je všude ve světě technika jen jedna. Zprávy z MS z Badgasteinu potvrzují, že není valného rozdílu ve způsobu jízdy předních lyžařů. Učební metodici v SSSR, NDR a Polsku (pokud máme zprávy), mají problém techniky a mnohá i metodiky, jak se zdá, vyřešen. Některé problémy zůstávají v alpských zemích, ty jsou však prestižního a především komerčního původu. Turdošijným zástupcem staré rotační techniky byly donedávna francouzské lyžařské školy, ale i ve Francii jsou teoretici, kterým jde více o prospěch francouzského lyžování než o prestižní a tudíž i hmotné zájmy francouzských lyžařských škol. Svědčí o tom články »La Christiania moderne« (Moderní kristiánie) v 9. čísle časopisu »Le Ski« z roku 1957, kde P. Gignoux rozebírá zajímavým a objektivním způsobem čtyři knihy o technice lyžování, které vyšly během roku 1957: ve Francii (J. Joubert—J. Vuarnet: Le Ski, J. Couttet: Christiania Léger), ve Švýcarsku (J. Juge: La nouvelle technique du ski: Le jeu de jambes) a v Rakousku (Oesterreichischer Ski-Lehrplan). Autor je sám dobrým teoretikem i zkušeným praktikem a s E. Allalsem spoliuautorem »Francouzské techniky lyžování«. Snaží se vysvětlit všechny nejasnosti a odstranit zbytečné komplikace při výuce nové techniky, aniž touží vytvořit nějakou »záračnou metodu«.

Po všeobecném úvodu se zabývá technikou a metodou, kterou je třeba zvolit jak pro výcvik začátečnicků, tak i pokročilých. Zdůrazňuje, že nová metoda musí naučit začátečníka bezpečně jezdit a současně mu dát takové základy, aby se nemusel některým cvikům a pohybům odnaučovat, až bude lyžovat dokonaleji, snad i závodně. Jednotlivé knihy uvádí pod názvy států, ve kterých byly vydány.

ŠVÝCARSKO

I. Juge začíná svou knihu »La nouvelle technique du ski: Le jeu de jambes (Nová technika lyžování: hra nohou) stručným nástinným vývojem technik alpského lyžování.

Začátky sjezdové techniky vidí v arberské škole, charakterizované přivrátím, sbaleným postojem a širokou stopou. Švýcaři, kteří v ní pokračovali, upustili od výlučného používání přivrátu a zavedli práci kotníků a protinatování ramen (při srovnání obloučích). Francouzi prováděli čistou kristiánií (rozkmitlých ramen, následovaný rotací ve smyslu prováděného oblouku a přenášenou na lyže blokací pánve), při čemž používali pomocných pohybů, jako píchání holí, patičky apod. Tato metoda měla velký úspěch, poněvadž znamenala skutečný pokrok.

Jugeův historický nástin není podle Gignoux dostatečný a úplný, neboť opomíjí Nory a Angličany, kteří jsou vlastně tvůrci slalomu, Rakušany ze Seefeldu a Innsbrucku a konečně výtečné jednotlivce, z nichž každý přispěl osobním dílem k rozvoji lyžování v letech 1930—1939 (jako Zogg, Furrer, Seelos, Pfeifer, Nöbl, Gasperl, Vignoles, Walch, Lantschner, Rominger aj.).

Další část knihy věnuje J. Juge dnešní technice. Tvrdí, že pro novou techniku je charakteristická »hra nohou«, neboť pohyb vychází z části těla, které jsou nejbližší lyžím, totiž z kotníků a kolen. Trup má úlohu méně aktivní a činí pouze pohyby kompenzační. Oblouk od svahu se nasazuje z normálního postoje pro sjezd šikmo svahem. Lyžař se opírá o vnitřní hůl a odlehčuje lyže zvyšováním trupu. Uvolňuje hrany a provádí vysunutí pat ven z oblouku, načež vyměňuje

předsunutí nohou a klade lyže na vnitřní hrany. Vysunutí pat je způsobováno krouživým pohybem kolen, zdůrazněným pohybem dopředu (předklonem). Tímto pohybem kolen a kotníků dosahuje lyžař žádoucího odklonu. Krouživý pohyb kolen je v podstatě jakýmsi rotačním pohybem vpřed, z vnějšku dovnitř oblouku. Položení na hrany, které umožňuje další vedení lyží v oblouku, je řízeno vykloněním kolen ke svahu dovnitř oblouku.

Stejným způsobem se provádí též série rychlých, nedokončených oblouků. Zde se téměř neprovádí vertikální pohyb, ale velmi se zdůrazňuje krouživý pohyb kolen a vysunutí pat. Střídavý pohyb paží, opírajících se o hole, udává rytmus, při čemž trup zůstává téměř nehybný. Autor



podrobně probírá chyby, kterým se lyžař, zatížený jinou technikou, musí vyhnout a snaží se ho přivést na novou techniku nácvikem sesouvání a oblouku ke svahu, u kterých je část pohybů přípravou k oblouku od svahu, ke krátkým obloukům. Nový oblouk je charakteristický tím, že se provádí výhradně spodní částí těla, při čemž trup je relativně nečinný. Dopusud ho používali jen závodníci, ale doporučuje se zjistit, do jaké míry by se mu mohl naučit začátečník a průměrný lyžař. Bylo by chybou, aby nácvik této techniky byl přijat za jedinou správnou metodu a nelze doporučit, aby se zcela zavrhl jiné metody.

FRANCIE

James Couttet popisuje v časopise »Sport et Vie« novou kristiánií jako kristiánií nadlehčovanou. Doporučuje jí pro základní výcvik náhradou za čistou kristiánií.

Joubert a Vuarnet ve své knize »Ski 1957, Technique moderne« (Lyžování 1957, Moderní technika) doporučují novou techniku pouze pro pokročilé lyžaře a připouštějí, že pro masový výcvik začátečnicků a průměrných lyžařů je možno použít »tutéž metodu«.



Joubert a Vuarnet jsou toho názoru, že nový druh kristiánie se provádí z výchozího postoje pro sjezd šikmo svahem. Skrčením nohou pod sebe docílí lyžař odlehčení lyží, které klade na plochy a současně vysouvá patky stranou (vně oblouku) a tím je otáčí ve smyslu prováděného oblouku a postupně hraní. Tohoto pohybu dosahuje lyžař »šroubovitým pohybem trupu s odklonem od svahu«, který autoři popisují poněkud nesrozumitelně; »pánev a nohy se přemísťují rotačním pohybem ve smyslu oblouku jako lyže a provádějí houpatý

pohyb do strany směrem vnějším, nazývaný »svíhání nohama do stran«. Současně vykonává trup dvojitý rotační pohyb opačným směrem, tzv. protipohyb nebo protinatování a úklon ven z oblouku. Oblouk se ukončuje dvěma pohyby, z nichž první spočívá v dokončení vysouvání lyží skrčením nohou a druhým se nohy začínají opět odtlačovat k provedení rotace trupu ve smyslu oblouku a k zaujmutí opětového postoje pro sjezd šikmo svahem.«

Pak podává P. Gignoux pro nejasnost citace vlastní výklad kristiánie podle Joubert-Vuarneta:

Oblouk se nasazuje odlehčením lyží, prováděným za pomoci skrčení kolen a kotníků. Lyže na plochách se přemísťují a nakonec otáčejí za současného působení spodní a horní části těla, při čemž dochází ke změně předsunutí nohou a opětovnému zahranění. Během vedení oblouku jsou lyže těsně vedle sebe a na stejné výši. Provádí se současně bočné vytlačení kolen dovnitř oblouku, natáčení trupu proti směru oblouku a odklon trupu od svahu. Těmito pohyby nabývá tělo lyžaře charakteristického tvaru čárky. Oblouk se ukončuje vztyčováním lyžaře a rotací trupu ve smyslu oblouku.

Gignoux konstatuje, že se kristiánie podle J. Juge provádí výlučně prací nohou a zvláště kolen, zatímco trup zůstává relativně pasivní. U Joubert-Vuarneta je akce kolen zdůrazňována akcí trupu, a to jeho protinatováním a úklonem ven z oblouku. Autoři velmi podrobně a přesně probírají provádění oblouku a všechny pomocné cviky. Kromě tohoto popisují i jiné druhy oblouků, které — podle okolností — buď více nebo méně potřebují předepsaných pohybů: odlehčení, hrazení, hry nohou, protinatování a odklon trupu. Poměrně velká část knihy je věnována používání krátkých oblouků.

James Couttet se naproti tomu vyznačuje jednoduchostí. Podle něho se oblouk nasazuje z výchozího postoje pro sjezd šikmo svahem s lehce naznačeným odklonem následovaným vytlačáním kolen, kotníků a trupu, čímž vzniká odlehčení. Lyže se přitom položí na plochy, vymění se předsunutí nohou a provede opětové zahranění. Otáčení lyží se docílí předklonem trupu dopředu, a to krouživým pohybem, volně přenášeným na kotníky a vedeným vnějším ramenem ve smyslu prováděného oblouku. Oblouk se ukončí postupným skrčením, které je větší nebo menší podle poloměru oblouku. Během vedení oblouku zaujímá tělo střední postoj, lyže jsou těsně u sebe, na stejné výši a ve stejné poloze jako při sjezdu šikmo svahem. Couttet vysvětluje, že je možno zvýšit otáčení lyží, a to vytlačáním kolen dovnitř oblouku, nebo zvýšit rychlost odklonu vykloněním



trupu ven z oblouku. Protinatáčení trupu doporučuje jen při projíždění určitých branek ve slalomu a pouze jako přechodnou pomůcku.

J. Juge a Joubert-Vuarnet přiznávají, že jejich metoda výcviku je určena pro vyspělé lyžaře. J. Couttet zařazuje svou kristiánu do základního výcviku začátečníků. Domnívá se, že jeho metodou se lyžař rychle naučí oblouku od svahu, aniž by se při výcviku držoval nácvikem složitých pohybů, jako je vytlačování kolen dovnitř oblouku nebo trupu ven z oblouku, kterým se může naučit později.

RAKOUSKO

Knihy, vydaná tiskárnou O. Müllera v Salzburgu roku 1957 pod názvem Österreichischer Ski-Lehrplan (Rakouský učební plán lyžování), je neobyčejně důležitá.

Oblouk od svahu, nazývaný »reiner Schwung« (čistý oblouk), se nasazuje z postoje pro sjezd šikmo svahem. Lyžař odlehčuje lyže a vysunuje paty ven z oblouku. Následuje skrčení nohou, při kterém se kolena vytlačují dovnitř oblouku a trup se odklání ven z oblouku, tedy opačným směrem než kolena a provádí protinatáčení proti směru oblouku. Vedení oblouku se po přechodu spádnice provádí současně vytlačováním kolen dovnitř oblouku a vykloněním trupu z oblouku, zatím co spojnice ramen se postupně vrací do normální polohy pro sjezd šikmo svahem. Tyto pohyby se podle potřeby dávkuje, a to slabším nebo silnějším kladením na hrany a větším nebo menším zatěžováním vnější lyže.

Tento Gignouxův výklad není zcela přesný, ani úplný. Předně chybí popis postoje pro sjezd šikmo svahem: Lyže jsou v úzké stopě, horní mírně předsunuta, předvázná část váhy na nižší lyži tak, že je úměrně rozložena na celou délku chodidla (tendence k předklonu). Obě kolena jsou měkce pokrčena, spodní je přiloženo z boku a ze zadu k hornímu. K usnadnění hranění jsou kolena přikloněna ke svahu, což je — vzhledem k zatížení spodní lyže — kompenzováno odklonem trupu od svahu, který z anatomických důvodů usnadňuje předsunutí horního boku a ramene.

Vysunování pat se začne provádět v okamžiku odlehčení, které je způsobeno zvýšením postoje (vztyčením), prováděním extenzí kloubů nohou. Zvýšením postoje je však jen tak velké, aby jim způsobené následující odlehčení lyží pomohlo překonat odpor sněhu proti vysouvání patek lyží.

Také o zatěžování vnější lyže v oblouku nepíše autor jasně. Zatěžování vnější lyže je skutečně dávkováno, ale je vždy větší než zatížení lyže vnitřní.

Krátké oblouky se pak provádějí podle popsaného vzoru a k usnadnění odlehčení lyží se píchá vnitřní holí. Vytlačení kolen dovnitř oblouku a odklon trupu opačným směrem jsou zde zvláště silně zdůrazněny. U dlouhých oblouků se odlehčení prakticky neprovádí. Rovněž postoj je vzpřímenější. Otáčení lyží se docíluje současným pohybem kolen a trupu a dávkuje se podle potřeby.

Rakušané se nerozpakují přiznat, že extrémní formou odlehčení tohoto oblouku je výskok, který dovoluje snadnější otáčení lyží, a doporučují jeho používání zejména v těžkém sněhu. Při této příležitosti je nutno připomenout, že rovněž patička u čisté kristiánie ve francouzské škole byla považována za extrémní formu této kristiánie.

K ujasnění rozdílu mezi dlouhým a krátkým obloukem citujeme z »Rakouského učebního plánu«, str. 21:

»Při krátkých obloucích jsou švihy o rovnoběžných lyžích řazeny bezprostředně za sebou... Rychlý sled oblouků vyžaduje rychlé a pohyblivé práce nohou. Zasazování holí je při krátkých obloucích pravidlem; na hranici mezi dlouhým a krátkým obloukem se stává většinou zbytečným... Při plynulých, plochých obloucích ztrácí se u mnohých jezdců, kteří »hru nohou« bezvadně ovládají, vertikální pohyb a výraznějším stává se především pohyblivé vychylování kolen a rychle se měnící snižování postoje.«

Rakouský »reiner Schwung« se provádí současnou činností spodní a horní části trupu, při které je nejdůležitější vysouvání pat z oblouku a vytlačování kolen opačným směrem. Protinatáčení trupu na začátku oblouku je pouze pohybem kompenzačním. Otáčení je výslednicí impulsu (vysunutí pat), zatížení lyží a hranění. Ostatní pohyby jsou doprovodné.

Rakouský učební plán lyžování podtrhuje — jako jiné školy — důležitost sesouvání a oblouku ke svahu, jakožto přípravých cviků k nácviku oblouku od svahu. Zastává se přivrátu, neboť jeho představitelé jsou toho názoru, že přivrát je důležitý pro turistické lyžování, a rovněž u mnoha průměrných

lyžařů znamená vrchol jejich lyžařského umění. Gignoux se s Rakušany shoduje v názoru, že srovnání oblouk je určen pouze pro vyspělé lyžaře.

Provedení přivrátého oblouku se mnoho neliší od klasických technik. Nasazuje se vysouváním vnější lyže do přivrátu a současným protinatáčením trupu. Nejpozději při přejezdu spádnice se přenáší váha na vnější lyži, zatím co trup se odklání od svahu, lyže se kladou na hrany, a aktivním přísunutím vnitřní lyže se obě lyže sjíždějí do rovnoběžné polohy. Vytlačování vnějšího kolena dovnitř oblouku v okamžiku odklonu trupu od svahu je tím větší, čím je tlak na hrany silnější.



ni vnější lyže, a to její vnitřní hrany. Příčinný sled je tedy obrácený.

Při dokončování oblouku, tj. v okamžiku sjíždění lyží, lze pozorovat snahu zdůraznit jejich otáčení současným pohybem kolen dovnitř oblouku a odklonem trupu od svahu.

Rakušané tvrdí, že není rozdíl mezi pohyby u přivrátého a srovnání oblouku a popisují velmi podrobně, jak lze od přivrátu přejít k srovnání oblouku. V učebním plánu neexistuje přímá cesta k srovnání oblouku, tato cesta vede pouze přes přivrátý oblouk.

Toto Gignouxovo tvrzení je bohužel mylné. V celém »Rakouském učebním plánu« není ani zmínka, že by pohyby u přivrátého a srovnání oblouku byly stejné. Je však možno s výhodou využít některých pohybových návyků, vypěstovaných při nácviku přivrátých oblouků a smyků pro nácvik oblouků o lyžích rovnoběžných.

Gignoux uzavírá, že kniha je velkým a hodnotným přínosem pro lyžaře, neboť je pečlivě a důkladně propracována a vhodně doplněna názornými obrázky. Popisované pohyby vysvětluje přístupnou a zajímavou formou.

Konečně konstatuje, že rakouský učební plán je ze všech technik nejpřijatelnější a doufá, že se stane evropským. Je třeba ho přizpůsobit místním (tj. národním) podmínkám, ovšem je tu nebezpečí, aby se toto přizpůsobení — z důvodů originality za každou cenu — nepřehánělo. Je zřejmé, že v technickém plánu je prvorádným problémem otázka pedagogická. Praxe ukázala, že lyžař, ovládající přivrát, má velké potíže při nácviku srovnání oblouku. Učební plán by měl mít dva druhy výcviku, jeden vedoucí k přivrátému oblouku přes oblouk v pluhu a druhý končící srovnáním obloukem přes smyk ke svahu. Tento návrh předpokládá, že je třeba provést uvážený výběr lyžařů, inklinujících k jednomu nebo druhému způsobu výcviku.

Dalším problémem je sám oblouk. I zde je důležité dovést vybrat základní pohyby tak, aby žádný z nich nebyl při pozdějším postupu výuky v rozporu se složitějšími prvky. Jak provést tento výběr? Je třeba si poznamenat body, které se shodují, i ty, které si odporují v základním pojetí navrhovaných oblouků u různých škol, a mít na mysli, že konečným cílem je oblouk od svahu o rovnoběžných lyžích.

ODLEHCENÍ LYŽÍ

Je známo, že k nasazení oblouku dopomáhá odlehčení lyží, dále je třeba uvolnit hrany a položit lyže na plochy.

Jednotliví autoři navrhuje provést toto odlehčení takto:

J. Juge: zvýšením horní části těla.

Joubert-Vuarnet: složením (ohnutím) nohou pod tělo, buď s přípravným vysunutím (patek) nebo bez něho.

J. Couttet: polovztyčením v kotníčcích, kolenou a bocích, buď s přípravným skrčením nebo bez něho.

Rakušané: polovztyčením.

P. Gignoux považuje rakouský způsob za neúčinnější a nejrychlejší. Kromě toho není prováděný pohyb v rozporu s různými pohyby, jichž je možno použít při dalším vedení oblouku.

Upozorňujeme, že vztyčování nebo polovztyčování zatěžuje lyže, teprve ukončení těchto pohybů má za následek odlehčení lyží.

OTÁČENÍ LYŽÍ

Všeobecně se uznává, že otáčení lyží má být předcházeno jejich bočním přemístěním, prováděným za odlehčování v-souváním pat ven z oblouku, při čemž tělo má zůstat ve střední poloze (mezi předklonem a záklonem). Otáčení lyží napomáhá píchání holí dovnitř oblouku, načež se — po položení lyží na plochy — provede výměna zatížení lyží a lyže se opět zasadí na hrany.

Jak popisují odlišné pohyby těla při otáčení autoři:

J. Juge: krouživý pohyb kolem směrem vpřed a dovnitř, pohyb, který se lokalizuje pouze na kotníky a kolena a je zdůrazněn odklonem trupu ven z oblouku.

Joubert-Vuarnet: šroubovitý pohyb těla s vykloněním z oblouku, který je jakýmsi houpatým pohybem pánve a nohou do stran směrem vnitřním, zatím co trup vykonává protitrotaci (tj. rotaci v opačném smyslu k prováděnému oblouku) a úklon směrem vnějším.

J. Couttet: krouživý pohyb trupu směrem vpřed jakožto základní pohyb, doplněný vytlačěním kolena dovnitř oblouku a odklonem trupu ven z oblouku.

Rakušané: vytlačení kolena dovnitř oblouku, kompenzované a zdůrazněné odklonem trupu ven z oblouku a jeho protitáččením.

Všemi těmito pohyby lze provést oblouk od svahu o rovnoběžných lyžích, ale je tu otázka, který z těchto pohybů je lepší než ostatní za všech podmínek výuky a sjezdu. Problém lze vyřešit porovnáním rozdílů mezi těmito pohyby. Oblouk Couttetův ponechává P. Gignoux stranou a zabývá se zvykajícím třemi druhy oblouků, které jsou více méně standardní. Nalézá u nich totiž — i když pod různými názvy — týž princip provedení, tj. vytlačení kolena dovnitř oblouku, kompenzované opačným pohybem trupu (odklonem ven z oblouku), čímž tělo nabývá tvaru čárky. U některých autorů se setkává s nepřesným popisem úlohy pánve. Domnívá se, že u tohoto druhu oblouku je odklon trupu od svahu opačným pohybem k vytlačení kolena dovnitř oblouku (ke svahu), čili že se pánve otáčí mezi pohybem trupu a kolena. Jednotliví autoři kladou větší nebo menší důraz na protitrotaci trupu, která vlastně doplňuje hlavní akci kolena a pánve. V každém případě jsou lyže rovnoběžné, těsně sevřeny a téměř na stejné výši, což je jednou z podmínek pro provádění tohoto druhu oblouku.

Domníváme se, že zde Gignoux nezdůrazňuje dostatečně úlohu počáteční změny úhlu, kterou má podélná osa lyží se směrem jízdě. Otáčení lyží není jen předcházeno, nýbrž způsobováno touto změnou, která je tedy nutnou podmínkou k nasazení oblouku. Způsob, jakým této změny jednotliví autoři dosahují, Gignoux nezkoumá, je však zpracován v článku inž. M. Chlouby a dr. J. Götze: „Rotace a moderní lyžařská technika“, *Lyžařství* čís. 9, září 1957.

Oblouk, prováděný touto technikou, je určen pro vyspělé lyžaře. Pojetí J. Coutteta je odlišné. Popisuje tzv. základní kristiání, neboť se snaží přivést začátečníka co možná nejrychleji k oblouku od svahu, za jehož hybný moment považuje jednoduchý krouživý pohyb trupu směrem vpřed. Domnívá se, že si lyžař v pozdějším stadiu vývoje může pohyby kolena a trupu doplnit.

Gignoux v dalším zkoumá, které z těchto pohybů lze lépe uplatnit ve sjezdu a ve slalomu. Při sjezdu nutno počítat s různorodostí sněhu na rozdíl od slalomu, který se jede na stejnorodém a tvrdém sněhu. Rychlost je při sjezdu mnohem důležitější než při slalomu. Zde se uplatní odlehčení (lyží), polovztyčení a krouživý pohyb trupu směrem vpřed, zatím co oblouky s vytlačěním kolena (dovnitř = ke svahu) a odklonem trupu (od svahu) jsou riskantnější a nezajišťují sjezdafí potřebnou rovnováhu, neboť je nutno je provádět v úzké stopě.



dille. Lyžař drží horní část těla vzpřímeně a téměř pasivně a těsně sevřenými nohama provádí pouze krouživý pohyb do stran (jako kyvadlo) a kreslí do sněhu sled půloblouků, tvořících arabesky.

Je ovšem samozřejmé, že i tyto oblouky musí lyžař bezpodmínečně ovládat, neboť jich používá v určitých slalomových brankách, kde jimi dosahuje větší rychlosti a účinnější kontroly dávkování hranění při vedení oblouku. Jejich použitím nabyly důležitosti též pohyby spodní části těla vzhledem k pohybům horní části těla. Projevuje se to zejména při krátkých, nedokompenzovaných obloucích, zvaných »godille«.

Učební osnova, vypracovaná závodníky a techniky v alpských zemích, má tu přednost, že vypustila všechny pomalé a umělé prvky, které obsahovaly dosavadní techniky, a že vyzvedla základní část určitých pohybů a jejich pomocných prvků, používaných v obloucích.

Různorodost terénu a aplikace nacvičených prvků (v terénu) skýtá při lyžování — více než při kterémkoliv jiném sportu — neobyčejně velké a nevyčerpatelné možnosti provedení. Při vyučování se nesmí terén podceňovat, ale využívat ho co možná nejúčinněji a neekonomičtěji.



Tolik P. Gignoux. Je tedy možno se domnívat, že hlavní problém lyžování je v současné době správná metodika. U nás je ovšem tento problém širší. Je těsně spjat s celkovým zaměřením a cílem našeho lyžování a zapadá do rámce celé socialistické tělesné výchovy. V podstatě jde o to, naučit lyžovat co nejrychleji co největší množství lidí tak, aby v lyžování našli osvěžení, odpočinek a přitom zvyšovali svou fyzickou zdatnost. Druhým měřítkem metodiky má být skutečnost, že jednou získané pohybové návyky nemají lyžaře při dalším vývoji zatěžovat, ale přispívat k jeho technickému růstu, hlavně u mládeže. Musí tedy základní lyžařský výcvik vybudovat takovou pohybovou základnu, aby na ní mohl plynule navázat, závodní výcvik ve všech lyžařských disciplínách. Domníváme se tedy, že naše lyžařské ústředí nastoupilo správnou cestu, když v roce 1957 vytvořilo novou učební osnovu lyžařského výcviku, která je k těmto cílům zaměřena.

VLADIMÍR KOVAŘÍK a
MIROSLAVA VLACHOVÁ,
členové MK LS BRNO

OČKOVÁNÍ PROTI TETANU

Tetanus je velmi nebezpečné onemocnění, s jehož bacily se setkáváme prakticky všude, a již nepatrná odřenina může být vstupní branou pro tuto infekci.

Jednotlivých onemocnění není mnoho, jejich průběh je však vždy velmi výrazný. Dodnes lékaři nedovedou nemocné tetanem vždy vyléčit, ba ani sérum někdy nepomůže a asi 60 % onemocnění končí smrtí.

Všichni sportovci, tedy i lyžaři a sánkaři jsou ohroženi touto infekcí jednak při celoročním tréninku na hřištích i v tělocvičnách, na silnicích, v lesích apod. Ale i v zimě zdánlivě čistý sníh bývá zpravidla znečištěn prachem, zvěř, provozem na lesních cestách a není tedy prost tetanové infekce.

Nejúčinnějším a spolehlivým opatřením proti tetanové nákaze je očkování.

Proto se nyní přistupuje k rozsáhlé očkovací akci. Kromě povolání, kde je největší ohrožení nákazou, jako v zemědělství, stavebnictví atd., budou nyní přednostně očkováni všichni sportovci a účastníci II. celostátní spartakiády.

K dosažení odolnosti proti tetanu je třeba tří injekcí, které jsou nebolešlivé a prakticky bez reakce.

Proto využijme této přednostní výhody, kterou nám poskytuje naše zdravotnictví, a hlasme se k očkování sami ve svých ústavech národního zdraví podle bydliště, kam se též můžete obrátit o další informace. -Sv-

Upozorňujeme všechny závodníky, že registrační průkazy budou vyžadovány na všech přebornických soutěžích počínaje krajským přeborem a na všech výběrových závodech!

UMĚLÉ SKLUZNICE

JIŘÍ MATEK

Původní starší typy lyží byly vyráběny z jednoho kusu dřeva. Jelikož zkušenosti naučily, že skluznice lyže, jejíž řez nebyl na blánu, se časem vydřela, snažili se výrobci vyrábět kvalitnější lyže s nařezáváním dřeva na blánu. Výroba se tím prodražovala, protože zůstávalo hodně cenného odpadu.

U hikorových lyží se tyto potíže neobjevovaly, jelikož hikor prakticky nemá léta, tak jako třeba jasan, kde se střídá hustá a řídká síť buněk. Nevýhoda těchto hikorových lyží byla velká váha, dřevo těžce dostupné a drahé.



Teprve vyřešením výrobou lepidel, které odolávají vodě a mrazu dosáhlo se kvalitativního zlepšení lyží, když byla kombinována dřeva jasanu a hikory, nebo jasanu řezaného přes léta a na blánu.

První umělou skluznicí byla tedy hikor, která měla funkci zvýšení odolnosti skluznice. Lyžařský sport se rychle vyvíjel, výroba lyží se zlepšovala, byla žádána lyže stále rychlejší a kvalitnější. Tím stoupaly i nároky na vlastnosti skluznice. Tato měla být levná, odolná proti otěru, snadno přístupná, opravitelná, rychlá, neměla přijímat vodu, aby vlhkost nebortila dřevo nad ní, měla se dobře mazat a vosky na ní měly dobře držet.

Pro závodní lyžařství byly hlavně vyžadovány lyže se skluznicemi s výbornými skluznými vlastnostmi a s velkou přilnavostí k voskům.

S rozvojem plastických hmot byly poznány také jejich vhodné vlastnosti i pro výrobu skluznic a tak hikorové skluznice byly zatlačovány do pozadí.

Jedny z prvních umělých skluznic byly z celulódu nebo z nátěrů na podkladě celulózy. Měly dobrou skluznost a přilnavost jen k dehtovým voskům, cena byla nízká. Pro sjezdové závody používají se však parafinové vosky, které mají malou přilnavost k derivátům celulosy, takže tyto na ní špatně drží. Další potíž se objevila při používání celulóidových skluznic v jejich mechanických vlastnostech. Celulóid je při nízkých teplotách křehký, vlivem různé stažlivosti dřeva a celulódu nastávají deformace lyží.

Jak v cizině, tak i u nás začaly se vyrábět lyže se skluznicemi polyamidovými (nylon, silon). Skluzné vlastnosti však nejsou vyhovující, protože polyamid již za normálních podmínek obsahuje 3 % vody a vosky mají ke skluznici špatnou přilnavost.

Dobře se osvědčily temporitové skluznice, které mají výborné skluzné vlastnosti na prachovém a zmrzlém sněhu. Vosky však opět dobře nadržují a za mrazu tato skluznice křehne.

U nás již dlouhou dobu se užívají skluznice umatexové (fenolformaldehydová pryskyřice). Tato skluznice je výhodná pro sériovou výrobu turistických lyží pro snadnou techniku lepení ke dřevu. Pro turistické lyže proto, že se běžně používají vosky dehtové, které mají k těmto skluznicím dobrou přilnavost. Umatex pak pomáhá udržet po delší dobu živost a pružnost lyže, je-li vyrobena z méně kvalitního materiálu. Je-li však při výrobě lyží použito tohoto materiálu více (i na horní plochy), zhoršují se mechanické vlastnosti lyží.

Pro závodní lyže není však tento materiál vhodný, protože má značnou přilnavost k vodě, čímž se zhoršují skluzné vlastnosti. Vosky na parafinické nebo kaučukové bázi (Toko, Svix, naše parafiny atd.) k tomuto materiálu nemají téměř vůbec přilnavost. Tato se nezvýší ani natíráním skluznice roztavenými vosky (»pinzlováním«). Během sjezdu na tvrdém sněhu se strhnou, na mokřem sněhu se smývají.

Pro dobrou skluznici je potřeba vycházet z těchto předpokladů: Použít hmotu, která má dokonalé skluzné vlastnosti, dobrou přilnavost k používaným voskům, na kterou nepůsobí změny teplot a při nízké teplotě nekřehne a neláme se. Je třeba, aby tato hmota byla snadno opravitelná, snadno zpracovatelná a laciná.

Dobrá skluzná vlastnost hmoty znamená, aby tato neměla přilnavost k vodě.

Všechny hmoty parafinického charakteru tuto vlastnost splňují (parafiny, polyetylen, polytetrafluorethylen (teflon), polyvinylfluorid, některé kaučuky atd.). Tyto hmoty mají zároveň výbornou soudržnost s parafinovými vosky. Dají se dodatečně tepelně zpracovávat, to znamená, skluznice se snadno při poškození opraví. Své dobré mechanické vlastnosti zachovávají i při nízkých teplotách.

Se soudruhem inž. Jiřím Štěpkem jsme vyrobili již v roce 1954 několik skluznic ze směsi polyethylenu, butylkaučuku a polyisobutylenu. Prototypy byly vyzkoušeny a bude je vyrábět n. p. Sport. Zmíním se o některých vlastnostech této skluznice, které jsme získali během dvouletých zkoušek.

Materiál je velmi houževnatý, i když měkký. Je však známý fakt, že daleko více než tvrdost rozhoduje jeho pružnost a tak zvaná — paměť materiálu — tj. vrácení se do normálního stavu. (Umatexová a celulóidová skluznice nárazem na ostrý předmět praská nebo poruší se takovým způsobem, že se nedá bez odborného zásahu opravit. Toto je způsobeno malou rázovou pevností tohoto materiálu zvláště při nízké teplotě.)

Polyetylen svou houževnatost zachovává i při teplotě — 60° C, nárazem na překážku se neštěpí, ostré předměty zanechávají v něm jen mělké rýhy, které nevadí, a jsou-li hlubší, dají se snadno zahladit horkým hladkým předmětem. Případné trhliny opravit dodatečným nanesením této hmoty.

Po provedených zkouškách při srovnávání s lyžemi se skluznicí umatexovou se zmíním jen stručně o některých výsledcích.

První zkouška porovnání rychlosti nezamazaných polyethylenových a umatexových lyží: Na všech druzích sněhu, kromě zmrzlé krusty po oblevě, byly polyethylenové skluznice rychlejší o 12—28 %.

Druhá zkouška porovnání rychlosti u mazaných umatexových a nezamazaných polyethylenových lyží: Mimo led a zmrzlou kustu na všech ostatních druzích sněhu byly polyethylenové lyže rychlejší o 3—10 % než vhodně mazané umatexové lyže.

Další zkoušky byly provedeny co do srovnání k přilnavosti k běžně používaným parafinickým voskům. Tyto zkoušky opět byly provedeny na všech základních typech sněhu při různých teplotách.

Bylo zjištěno, že soudržnost skluznice polyethylenové s těmito vosky je vyšší o 800—3000 % než soudržnost skluznice umatexové.

Ve vývoji polyethylenové skluznice jsme pokračovali. Přidal jsme do směsi jemný hliníkový prach, do jiné směsi jemný grafit. Tyto skluznice měly menší rychlost než samotný polyetylen s isobulenem a butylkaučukem. Vzhledově jsou hezčí. Soudržnost s vosky je tatáž.

Co do rychlosti předčí polyetylen pouze teflon. (Rychlostní zkoušky na letním kilometru: Müller — USA — polyethylenové skluznice — 163 km/hod., teflonová — 170 km/hod.). Tato hmota je pro nás velmi těžko dosažitelná a ani na zahraničním trhu se teflonové lyže nenabízejí pro obtížné zpracování.

Ve stadiu zkoušek máme skluznice s tak zvaným teflexem. Nevýhodou této hmoty je vysoký bod tání, takže se velmi těžko zpracovává.

Polyethylenová skluznice rozhodně je vhodná pro lyže sjezdové. Pro skokanské lyže bylo použito při zkouškách polyethylenu s hliníkem, což se příliš neosvědčilo. Jelikož polyetylen drží výborně i vosky vyrobené na dehtové bázi (obsahují značné procento parafinu), dalo by se uvažovat o použití při výrobě běžek. Bylo by nutné použít slabou tkaninu se zalisovanou menší vrstvou polyethylenu, aby se nezvětšila váha. Rozhodně by běžecský vosk vydržel po celou trať závodu.

Pro výrobu turistických lyží je polyetylen rovněž vhodným materiálem, protože běžně užívané turistické vosky na něm podstatně lépe drží než na umatexu.



Příběh lyžaře - závodníka

(12. pokračování)

10.

Obešli chalupu, aby je Martin oknem nezahlédl. Hajný dal zvířeti poslední kostky cukru a v klidu je zavedl do chléva. Richard s Ondřejem šli napřed do světnice, kde je přivítal Hofman i Borek. Martin byl v polospanku, ale hned zvedl hlavu. Na kamnech vřela voda: na čaj a pro každý případ.

— Jdeme se na tebe podívat, začal Ondřej.

Ale Martin sklopil oči, jako by se za svou nemoc styděl, jako by se hanbil za všechno, co se předtím přihodilo.

— Na každého to vleze a chvíli ho to drží, utěšuje ho hajný Drozd, který právě vstoupil do světnice.

Hofman zatím připravuje hrnky na čaj a snaží se vytvořit ovzduší důvěrnosti sousedské návštěvy.

— Samozřejmě, že je pohostíme, Martine! nečekal Hofman ani na odpověď a nosil na stůl hrnky s horkým čajem.

— Je tam chleba, máslo a med, ukazuje Martin hlavou, potěšen, že jeho přátelé přišli a že neztratil u nich důvěru.

Borek kolem nich poskakuje; má dost veselí a radosti i za Martina. Snad v té chvíli tuší aspoň po svém, co se asi přihodilo. Skáče na dveře a kňučí.

— Od včerejška nebyl v chlévě, vzpomene si Martin, pust' ho tam na chvíli, Hofmane! Stýská se mu.

Borek vyrazí ze dveří. V chlévě koně obskakuje a líže mu nohy. Prackami se snaží zachytit jeho skloněnou hlavu, jako by se chtěla obě zvířata obejmout. Škoda, že se o tomto shledání Martin nedozví. Uvědomil by si, jak toto stavení hluboko zakotvilo v zemi i láskou těchto tvorů.

Pak to jde Borek říci všem, kteří zůstali ve světnici. Opře se předníma nohama o Martinovu pelest, vrtí hlavou i ocasem a snaží se dosáhnout teplým jazykem na peřině položené Martinovy ruky.

Martin psa pohladí, ale víc pozornosti přece jen věnuje mužům, než aby pochopil, jakou to Borek přinesl zprávu.

Venku se stínívá. Drozd s Ondřejem odchází. S Martinem zůstal jen Hofman, ale už také obě zvířata. V domě je klid a také nad střechem plují zvolna šedivé a mírné mraky, ti strážní psi horských výšek.

Martin, poněkud unavený návštěvami, brzy usnul.

Spal tvrdě celou noc. Když se ráno probudil, bylo už ve světnici teplo. Hofman byl už dávno na nohou, zatopil a poklidil.

Venku bylo plno slunce, které se odráželo prudkými paprsky od zmrzlého sněhu a zaplavilo světlem i Martinovu jizbu. Martin znal tato rána. To vyskočil z postele, rychle se přistrojil, napjal lyže a často několik hodin se vydržel toulat v lese i po hřebenech.

— Jen klidně lež, položí vřidným pohledem Hofman Martinovu hlavu na polštář a postaví mu na židli k posteli chléb s máslem a medem a hrnek horkého čaje.

— Snad bych mohl aspoň jen tak přecházet, cítí se Martin dobře a nemůže utrhnout hlavu od oken.

— Ještě dneska to vydržíš a pozítka pojedáš dolů k Jiřímu. Zítra se pro deš — aspoň po světnici.

Martin neodporuje.

Ví, že to s ním Hofman myslí dobře. Takhle s ním kdysi zacházeli doma, když jako chlapec stonal. Taký měl kolem sebe tolik tepla a kamarádi přicházeli k jeho posteli. V Hofmanově tváři je tolik laskavého klidu, tolik trpělivosti.

Kromě slunečních paprsků přece jen ještě někdo přišel zvenčí do Martinovy jizby.

V okně se objevila dívčí tvář.

— Máš tady už z rána návštěvu, řekl Hofman a šel otevřít od včerejška zamčené dveře.

Než se Martin nadál, stála ve dveřích sestra Jarmila z Jiřího ordinace, rozhlížejíc se po jizbě, až se znovu zastavila očima u Martina.

— Co vy tady? zvedl se Martin překvapen.

V její tváři bylo ranní slunce a vanul z ní les i jeho chlad.

— Božínku, Martine, jak by Jiří na všechno stačil. Na takový případ, jako jste vy, dohlídnu sama, shodila Jarmila ze zad batoh, svlékla si větrovku a sundala pletenou čepici. Zatím si změte teplotu, podala mu teploměr.

Možná, že jí bylo dvaadvacet, možná osmadvacet let. Rozkvetla tu jako většina děvčat ne do krásy, ale do pěknosti, jakou tu mají

všichni, kteří vyrůstají v horských chalupách ještě z malovaných kolébek a máminých zpěvů.

Vyzula si lyžařské boty a z batohu vytáhla domácí střevice.

— A bych vám tu nenanesla z venku, podívala se s pochybami na podlahu a pak na Martina i na Hofmana, zatím co si Borek lehl pod postel.

Martin se vyjeveně dívá a také Hofman nemůže pochopit Jarmilino nenucené chování. Zkrátka, jako by byla doma.

— Inu, to je tak, když se sejdou dva mužští, rozhlíží se po podlaze a pak prstem sahne na poličku u kamen, na níž je slušná vrstva starého prachu.

Jarmila vytáhla z batohu zástěru.

— Zatím byste mohl, Hofmane, přinést vodu. Do toho velkého hrnce. Bude jí tady zapotřebí.

Hofman popadne hrnec, aniž by v nejmenším o tom pochyboval, a hrne se ze dveří.

— Vy tady chcete uklízet? nesměle se zeptá Martin.

— Copak nebudou vánoce? Ruku na srdce, Martine, kdypak jste tady naposledy pořádně gruntoval?

Martin mlčí nebo si dlouho vzpomíná, kdy to asi bylo. Ale Jarmila na odpověď nečeká.

— Ukažte! vytáhne mu zpod paže teploměr. Všechno jste šťastně přestál, čte Jarmila z Celsiovy stupnice. Dnes ale zůstanete ještě v posteli.

V tomhle není o nic lepší než Jiří, myslí si Martin. Ale už je tady Hofman s vodou. Horkou nalévá Jarmila do škopku a Hofman stává přinesený hrnec na plotnu.

— Tak! opře se Jarmila koleno o složenou hadru a pustí se do podlahy. Tuhle špínu, Hofmane, vyneste a nalejte mi čistou vodu, zvedne se Jarmila po chvíli a narovnává se v kříži. Jen se divte, Martine, jak se dělá pořádek. Leda, že byste se chtěl oženit, tak vám to prominu.

Zanedlouho voní podlaha čistým vlhkem. Martinovi to připomíná dny jeho dětství. Ještě čerstvé koláče by tady měly být.

— Božínku, Jarmilo, pročpak to děláte? nestačí se Martin dívat. Jarmila vytahuje z batohu ubrus. Pěkný, květovaný ubrus. Prostírá jej, a do vázičky, kterou měla naposledy v ruce asi Martinova maminka, vloží větévku borovice.

To ale ještě není všechno. Martin i Hofman sledují každý její pohyb, aniž se jí odvážíli slůvkem vyrušit.

— Nějakou mísu tu jistě máte, podívá se z Martina na Hofmana.

Martin ukáže nesměle na skříňku pod poličkou, kde je jeho nádobí. Ale opravdu jen nesměle, jako by neměl čisté svědomí. Jarmila skříňku otevře. Toť se ví, všechno páté přes deváté. Pod hrnečky a talíři jsou složené noviny s datem a událostmi asi před třemi roky.

— To jsem si mohla myslet, uvazuje si Jarmila znovu zástěru.

Popadla z plotny hrnec vody. Všechnu spotřebovala na Martinovo nádobí. Pak vybrala ten největší talíř a z plného pytlíku na něj narovnala vánoční cukroví.

— To vám posílá Helena, srovnává kousek po kousku.

Jízba se rozvoněla sladkostí, které Martina i Hofmana přenesly do dávných časů. Ale je tu ještě něco jiného. Každým pohybem Jarmiliny ruky je najednou tady světleji, útulněji, tepleji. Také její řeč se tu jinak rozléhá, třeba se s nimi ani za mák nemazlí.

Světnice je opravdu ve svátečním, až na Martinovu zarostlou bradu a rozčuchané vlasy z peřin. Jarmila odkládá zástěru a Martin zatím hledá řeč, jak by poděkoval. Klopýtá přes myšlenky.

— No, snad byste mi mohl, Hofmane, na oplátku uvařit trochu čaje, mávne Jarmila rukou nad Martinem, který škobrtá o každé slovo.

— Hned to bude, přikládá Hofman do kamen a Martin sleduje každý jeho pohyb, aby se Jarmile co nejlépe zachoval.

Jarmila si sedla na lavici u stolu, aby viděla na Martina, a narovnávala borovou větévku ve vázičce.

To je ta známá důvěrnost ženských rukou s něhou a krásou. Nikdy Martin nemyslel, že má borová větévka tolik půvabu, až když jí viděl v dotyku s Jarmilinou rukou.

— Nabídnete mi k čaji? ukáže Jarmila očima na vonící talíř, znovu je přivádějíc do rozpaků.

— Jen si vezměte, přistrhuje k ní Hofman talíř a zároveň před ní staví hrnek čaje.

— Bez ničeho? okusí Jarmila lžičkou čaj.

Martin s Hofmanem vymění mezi sebou pohledy.

— Trochu rumu? zeptá se Hofman nesměle.

— Je tamhle v poličce, ukazuje Jarmila.

Hofman odzátkuje láhev.

— Jen mně nalijte, Hofmane!

Hofman maličko usrkně. Je to sestra z lékařské ordinace, myslí si, a tohle je alkohol.

— Ale, Hofmane, nalijte mi tolik, kolik si sám popřáváte, pobízí ho Jarmila.

Hofman se hrozí, ale nakonec musí s pravdou ven. V láhvi notně ubylo, když ještě doplnil svůj hrnek. Čerchmantské děvče, myslí si.

Jarmila jen z čaje upila a snědla několik kousků. Obklela si větrovku, nasadila čepici a ještě jednou se po jizbě rozhlédla.

— Ten ubrus mi po svátcích vrátíte. Doufám, že bude takový, jak jsem jej přinesla, pohrozila očima. A vy, Martine, nezapomněte, že máte ve čtvrtce dopoledne zajít do střediska.

Ve dveřích ještě zvedla ruku na pozdrav, usmála se, a teď už, chlapi, musím opravdu jít.

Zůstali sami.

— Měl jsi ji vyprovodit, vzpamatoval se Martin.

Hofman, příšitý k lavičce, vyskočil a vyrazil ze dveří.

Martinovi bylo najednou smutno. Takhle sám ještě nebyl. Zanechala tu po sobě vlídnost a teplo, a Martinovi se zdálo, že i ty věci, které byly jen k denní potřebě, pozbyly svou obyčejnost a vystoupily z všednosti ve svěží podobě.

— Ta nám dala! vrací se Hofman a pokládá kabát na lavičce. Najednou se vzpamatuje, jako by byla ještě blízkou, a větší jej na skobu u dveří.

— To mi jen nejde na rozum, že mi tu nenechala ani prášek nebo pilulku, láme si hlavu Martin. Poslal ji sem přece Jiří. Nemocný přece jsem, když mi poručila ležet.

— Všechno je to divně, zabručel Hofman.

— A viš, že mně je moc dobře? obrátí se Martin na bok, aby měl aspoň očima blíže k svému ošetřovateli.

Hofman se na Martina jen pčežlivě podívá.

— Tohle všechno, ukazuje Martin hlavou na uklizenou jizbu, z jejichž koutů vystupuje sváteční šero a čistota, je lepší než všechny pilulky a prášky. I s celým Jiřím! zdůrazňuje Martin. Tohle ti nedají v žádné lékárně.

— To je pravda, uznale Hofman přitakává a rozhlíží se kolem sebe. Že by tu bylo takhle hezky ani nepamatuju.

Martin se obrátí s boku na záda a raději se dívá do stropu. Zrovna mu Hofman nemusí číst z očí myšlenky.

Vždyť ta Jarmila vygruntovala nejen tuhle světnici, ale i v něm jako by čistě prostřela, vynesla všechno to lživé a poodhrnula mu pohled do jiného života. Vždyť ty její ruce, a čeho se tu nedotkly, sem přinesly i světlo z jeho dětství. Tak mu připadá, že by měl znovu vykročit, pokusit se. Ale co, pokusit se... obořit se na svět, rukávy si vyhrnout, pokud si to lze v téhle zimě představit.

Jen si, Martine, promni oči a rozhlédni se v sobě i kolem sebe. Znovu vidíš tuhle Jarmilu, která také spěchá na lyžích. Nečeká na ni u cíle potlesk a sláva, ale lidská bolest. Sundá lyže, pokorně přistupuje k nemocnému a pomáhá mu nejen unést, ale i sejmout těžké břímě. Kdybys věděl, Martine, co je na světě bolesti! Jaképak prášky a pilulky; uzdravovat lze ještě jinak — dobrotou srdce a poctivým vztahem člověka k člověku.

Tobě tu nechala borovou větvičkou zadýchanou a čistotou vonící jizbu s radostným ovzduším svátků, kdy se člověk nejvíce těší na člověka. To všechno by tě mělo uzdravit.

★

Ve čtvrté ráno se vydal Martin do Modrého mlýna.

Nebylo v něm pocitu trpkosti a zklamání, když přejížděl závodní trať »patnáctky«. To byl docela jiný Martin. Podobal se stromu ověšenému rozezpívanými ptačími hlízdy. Ani nevěděl, že také v něm se všechno chystá, aby rozdával radost. Jak sjížděl, země pod ním ubíhala docela jinak. Tak nějak, jak letí nad hlavou oblaka se sluncem a vzruchem neviditelných křidel a v tobě je tolik jistoty, že jsi s nebem a zemí zajedno. Najednou jsi v souladu s živými i věcmi, naplněný touhou konat jen dobro.

Martin sjel do údolí a zabočil ze silnice k zdravotnímu středisku. Projel parčíkem, sundal lyže, které opřel v předsíni, a vešel do čekárny.

Byla tu suchá, zdravá zima, která sem mnoho pacientů nepřiváděla.

— Tak pojď dál, otevřel Jiří dveře pro Martina.

Martin se rozhlédl po ordinaci. Ne, Jarmila tu právě nebyla. Ozvalo se v něm zklamání.

— Tak, jak je to s tebou? posadil si Jiří Martina proti sobě, jako by se mu chtěl dívat do očí, do krku — a Martin měl dojem i do srdce.

— Už dobře. Líp než kdy jindy.

Jiří se usmál.

— Ta nám dala co proto, začal Martin o Jarmile. Jen nevím, jak to udělat... zamyslel se Martin.

— Copak ti Jarmila provedla? tvářil se Jiří, jako když o ničem neví.

— No, přišla do pěkného pořádku. Stydět jsem se musel. Podlahu vydrhla; celou světnici uklídla. No, hanba mě bylo. To viš, Hofman při tom seděl na lavičce a já ležel v posteli. Copak Hofman! Ale tohle byl můj nepořádek a moje ostuda. Hnout jsem se nesměl; jako za trest jsem se na to musel koukat. Ubrus dala na stůl. Svůj ubrus si přinesla, jako kdyby věděla, do čeho jde. Poslechni, Jiří, teď mi napadá, nesmluvili jste se vy dva?

— Ale kdež! To už se přece o tobě dávno povídá, že moc na sebe nedbáš. Však znáš lidi, všeho si všimnou. Pravda, něco i přeženo. Někteří i Borka s koněm politují. No, s tím už musíš počítat. Zeptám se Jarmily, jak to bylo s tím úklidem, vážně se Jiří dívá.

Ať už je to tak nebo onak, byl zaskočen někým, o němž doposud mnoho nevěděl — Jarmilou, Děvčetem, na jehož mínění mu najednou tolik záleží.

— Poslechni, Jiří, myslí si Martin, že je to nejpříhodnější způsob, jak se dostat s Jarmilou do styku, já se jí musím přece nějak odměnit. Nějak se s ní musím vyrovnat. Celou chalupu mi málem dala po pořádku, přehání Jarmiliny zásluhy.

Jiří má z Martinovy horlivosti radost a rozumí mu více, než by si zatím Martin přál.

— To musíš, Martine! Jistě je to pravda, když to říkáš. Ale opravdu nevím, jak bys to nejlépe udělal. Musíš o tom přemýšlet, divá se Jiří najednou netrpělivě na hodinky.

— Nechci tě zdržovat, zahlédne Martin jeho pohled. Stejně mám ještě dost běhání. Musím na svátky něco nakoupit.

— Ne, ne, mě nezdržuješ, mrzí se Jiří, že Martina vyplašil. Jen počkej, musím si s tebou ještě o něčem promluvit, dívá se oknem na cestu ke středisku.

— Mně už je opravdu dobře, Jiří. A o tom ostatním, myslí Martin na prohranou »patnáctku«, si ještě popovídáme. Někdy dostane člověk rozum opravdu až na stará kolena.

Vtom někdo zazvonil.

Jiří otevřel dveře do čekárny.

Za nimi stál Franček.

— To je dost, že jdeš, neskrýval Jiří, že na Francka čeká. Martin se už taky nemohl dočkat, zaskočil Jiří oba. Kdypak jste se vy dva naposledy viděli?

Franček se dívá na Martina a oba na Jiřího.

— Při závoděch, vzpomíná si Franček a Martin v rozpacích přikývne.

— A pak už ne? pohlédne Jiří na Martina.

— Až teď u tebe, ví už Martin, o co asi Jiřímu jde.

Také Franček pochopil a začervenal se.

— Copak jsi říkal Franckovu vítězství, Martine?

Martin přešlapuje z nohy na nohu. Na takové otázky se těžko odpovídá. Každé slovo se zadírá až do krve.

— Já vím, Jiří, co jsem Franckovi dlužen. Já bych tu ruku Franckovi za to, že vyhrál, stejně podal, ale já mu dlužím mnohem víc, abys věděl. Dnes už je mi dobře, ale po tom závodě mi bylo těžko. Když jsem došel domů, zdálo se mi, že se ty hory na mě sesypaly, že na mě sezvaly všechny ty nejhorší víchřice. I to mě stavení se na mě sesulo. Však viš, jak jsem se z toho dostával, jak jsem se vyhrabával na světlo. Ale když už jsem měl zase svět před sebou, pak už jsem věděl, jak na to. Držel jsem se potom každé obyčejné věci, abych se zase sám sobě neztratil. A když pak přišla Jarmila, to byl opravdový zázrak. Ta borová větvička se najednou v její ruce rozrostla v les, který přišel ke mně na návštěvu i s horami, jako by i ty se se mnou zase chtěly udobřit. Pořád se dívám, jak se to všechno do té mé světnice vešlo a že najednou bylo horké léto. A když pak ta stará světnice se začala pod jejíma rukama ztrácet a kolem mě to bylo všechno nové a hezčí, tak jsem si, Jiří, povídal, že to staré na mě muselo spadnout. Vždyť to za nic nestálo. I ty hory, jak jsem si je představoval a jak jsem je žil, nebyly pravdivé. Proto jsi musel taky, Francku, vyhrát. To mě neporazila jen má léta... vydechl Martin a podíval se na oba klidným očima. A teď už ti, Francku, mohu podat ruku a stisknout ti ji za vítězství. Teď je to opravdu ze srdce.

ČÁST TŘETÍ

CÍL V PŮLNOCI

11.

Štědrý večer.

Krajina je hluboko pod sněhem. Lidé spěchají za soumraku od posledních autobusů. Všichni tu mají svůj vánoční stromek. V každém kroku je vzrušení, v každém zavazadle aspoň malý dárek a v očích nedočkavost.

Bélost hor s jemným nádechem moře.

I ten mráz je nějak sváteční. Rozhoupané zvony rozvlnily vzduch tisícovými záchvěvy. Šerem světélkují vzpomínky na rané dětství, na všechno, co je člověku blízké a drahé. Ti, kteří přijíždějí, rozhlíží se kolem, aby sami sebe připomenuli domovu, aby vdechli krajinu do sebe.

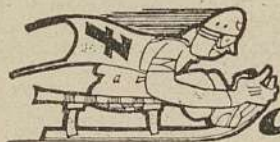
Kolik autobusů se od dnešního rána zastavilo na prostranství před poštou v Modrém mlýně. Zanechaly tu dychtivost a očekávání, jasny smích a rozzářené tváře.

Štědrý večer na horách!

Má jiné kouzlo než doma. Snad je vroucnější pro blízkost hvězdné oblohy, šifry neporušených dálek, pro hloubku ticha. To není už ten Štědrý večer legendární. To je zastavení člověka nad sebou samým, ohlédnutí za sebe, vzpomínka, zpečetění lásky a těch nejlepších vztahů s výhledy do budoucna. Tak nějak si to člověk uvědomuje.

Hory tiché i hory němilosrdné nenechají nikoho toho dne o samotě. Ke všem dveřím je stejně blízko. Nikdo se nebudě dívat skulinou mezi záclonkami do tepla světnice nebo prosit u dveří o milosrdenství. Jsou-li však takoví, pak je to i naše vina.

Scházejí-li se, kdož k sobě patří v jiných dnech v roce, tím spíše se sejdou o prvním vánočním večeru. Zadní lokál v Hubertu voni lesem a pryskyřicí. Jedle, která si přišla stoupnout do pravého rohu zrovna proti dveřím, vyhlédla si to nejlepší místo. Dotýká se málem až stropu. Jinak má větve do šířky, aby skryla všechny dárky a radostná překvapení. (Pokračování)



Saně a boby



ROZVOJ SÁNKARSKÉHO SPORTU NA LIBERECKU

První zprávy o sáňkování na Liberecku pocházejí z roku 1765, kdy u Mnichovohradištsku byly neznámým kovdrem zhotoveny první sáně. Pochopitelně, že tyto první sáně, které jsou uloženy v zámku Mnichovohradištském, jsou značně odlišné od nynějších. To je první důkaz o tom, že se již v osmáctém století u nás sáňkovalo.

Organizované se sáňkování začalo pěstovat v druhé polovině 19. století, a to zásluhou »Horského spolku pro ještěd a Jižerské hory«. 27. ledna 1895 byly uspořádány první závody na rohačkách ze Smědavy do Bílého Potoka u Hejnic. Závodů se zúčastnilo 33 závodníků. Není jisté bez zajímavosti, že tento závod byl odstartován až v 9 hodin večer a jel se za měsíčního svitu. Závod měl velký ohlas mezi členy spolku a přispěl k dalšímu rozšíření sáňkování. Závody v jízdě na saních se potom rychle rozšířily na Jablonecko, Tanvaldsko a částečně na okres Liberec.

V samém Liberci se začalo sáňkování podstatně rozvíjet od roku 1906, kdy byla vystavěna chata na ještědu. Tento zájem přivedl Horský spolek na myšlenku vybudovat závodní sáňkařskou dráhu, která by současně sloužila k rekreačním jízdám návštěvníků ještědu. Za tím účelem byl vyslán předseda spolku p. Hoffmann do ciziny, aby zhlédl stávající sáňkařské dráhy. Procestoval Rakousko, Švýcarsko a Norsko. Získané zkušenosti byly použity právě při stavbě ještědské dráhy.

V roce 1909 bylo započato s výstavbou dráhy, která se potom stala jednou z nejlepších ve střední Evropě. Výstavba dráhy probíhala poměrně rychle, takže v roce 1910 byla již v provozu spodní část dráhy v délce 1000 metrů. Této části dráhy použilo v zimní sezóně 1910 již 961 sáňkařů. Je však třeba podotknout, že za použití dráhy se platil poplatek 20 haléřů pro dospělé a 10 haléřů pro vojsko, mládež a chodce.

Koncem ledna 1910 se ozvalo také druhé největší město kraje Jablonce n. N. Místní skupina Horského spolku vydala výzvu k občanům se žádostí o příspěvek na stavbu sáňkařské dráhy z D. Černé Studnice do Jablonce n. N. Předpokládané výdaje činily 15.000 Kčs. Za účelem získání finančních prostředků byl uspořádán v Jablonci n. N. dne 20. 2. 1910 první veřejný závod v jízdě na saních, který se jel na silnici z D. Černé Studnice do Jablonce n. N. za účasti 100 závodníků. Během léta byla tato dráha postavena obnosem 15.800 korun. Byla dlouhá 3100 m s průměrným spádem 12 procent. Větší část této dráhy je ještě nyní v provozu.

Zatím pokračovala výstavba ještědské dráhy, která byla dokončena koncem roku 1910. Slavnostní otevření dráhy bylo provedeno 5. února 1911, kdy se zde konalo mistrovství Rakouska v jízdě na saních. Závodů se zúčastnili kromě Rakusů též závodníci z Čech a Německa.

Vybudování sáňkařských drah v Liberci a Jablonci mělo velký ohlas také v ostatních městech kraje. Tak i ve Smržovce byly uspořádány první závody v jízdě na saních za velké účasti závodníků a diváků. Závod se jel na lesní cestě ve Střední Smržovce. V tomto roce začala také skupina Horského spolku ve Smržovce se stavbou sáňkařské dráhy z Černé Studnice. Spodní část dráhy v délce 700 m byla dána do provozu 1. 12. 1911. Také ve Smržovce byl vybirán za použití dráhy poplatek 20 a 10 haléřů.

Pochopitelně že výstavba drah znamenala zároveň velký rozvoj sáňkařského sportu. Tak průměrná účast na závodech v roce 1912 byla 150 závodníků. Rekordy byly dosaženo při závodech na ještědské dráze 18. 2. 1912 — 200 závodníků. Za celou zimní sezónu 1912 použilo ještědskou dráhu 6289 sáňkařů. Počet aktivních závodníků v kraji dosáhl 800.

Významným datem pro sáňkařský sport na Liberecku byl 8. listopad 1913, kdy se v Drážďanech konala schůzka zástupců německého, rakouského, švýcarského a polského sáňkařského svazu, aby založili Mezinárodní svaz sáňkařského sportu a dále aby 1. mistrovství Evropy bylo uspořádáno v roce 1914 na ještědské dráze. Termín byl určen na 1. a 2. února. Toto rozhodnutí svědčí o kvalitě dráhy.

V roce 1913 byly uspořádány závody v Liberci, Jablonci,

Smržovce, Desné, Josefdole, Potočné. Rok 1914 byl ve znamení 1. mistrovství Evropy v jízdě na saních. Byla to bezesporu významná událost. K závodů se přihlásil rekordní počet 400 závodníků. Celému mistrovství přihlíželo 25.000 diváků. Mistrzem Evropy se stal Rudolf Kauška z Liberce a ve dvojicích Löbel—Pössel z Jablonce n. N. Byl to velký úspěch místních závodníků. Počet aktivních závodníků stoupl na 1300. Bohužel, vypuknutí první světové války znamenalo konec sáňkařského sportu.

Po nucené přestávce, to bylo až v roce 1922, kdy byly uspořádány další sáňkařské závody. Ještědskou dráhu použilo v roce 1923 17.990 sáňkařů. Léta 1925—1927 znamenala slabou závodní činnost vzhledem k špatným povětrnostním podmínkám. V roce 1931 stihla ještědskou dráhu přírodní katastrofa. Vichřice 27. 10. poškodila značně všechny zatáčky a způsobila velkou škodu. Rok 1934 a 1935 byl ve znamení skvělých úspěchů československých závodníků, neboť Růžena Finková ze Smržovky získala dvakrát titul mistryně Evropy. Rok 1938 byl pro sáňkařský sport významný tím, že na ještědské dráze bylo uspořádáno 1. mistrovství ČSR v jízdě na saních za účasti československých, norských, rakouských, německých a polských závodníků. V roce 1939 byla dráha z ještědu svědkem II. mistrovství Evropy v jízdě na saních. Druhá světová válka znamenala další nucenou přestávku v sáňkařském sportu.

Po osvobození naší vlasti Sovětskou armádou to byla nejdříve Smržovka, kde se v roce 1946 konaly první sáňkařské závody v naší lidově demokratické vlasti. Po Smržovce to byla Libverda, Jablonec n. N. a roku 1950 i Liberec, kde se opět začal pěstovat sáňkařský sport. Jablonec to byl, který byl pověřen uspořádáním IV. mistrovství ČSR v jízdě na saních. Další mistrovství bylo uspořádáno v roce 1954 v Libverdě a od té doby bylo konáno každoročně mimo kraj Liberec.

Jestliže jubilejní X. mistrovství ČSR v jízdě na saních se bude konat v březnu 1949 na ještědské dráze, právě v roce padesátiletého trvání této dráhy, pak je to důkaz toho, že chceme obnovit tradici této dráhy.

Liberecký kraj, jako nejsilnější v sáňkařském sportu, je zárukou toho, že uspořádání X. mistrovství ČSR v jízdě na saních je v dobrých rukou.

MILOSLAV BELDA

RANÁ SPECIALIZACE SÁNKARSKÉ MLÁDEŽE

Ve všech sportech je vedena rozsáhlá diskuse, kdy mají začít mladí chlapci a dívky se specializovaným sportovním tréninkem, které věkové stadiu je nevhodnější pro osvojení návyků toho kterého sportu, aby bylo dosaženo v optimálně krátké době vrcholných výkonů a nezačalo se s mládeží příliš brzo, ani příliš pozdě. Naše sekce saní a bobů a její komise mládeže vychází při sportovní přípravě mládeže k základnímu sáňkařství z těchto všeobecných zásad, kterými je pak veden sáňkařský výcvik.

1. Čím nižší věk, tím menší zatížení organismu, střídání formy činnosti, zachovat gradaci výcviku a uvést v praxi teoretickou náplň sáňkování hravou formou.
2. Nejdříve všestranný rozvoj, koordinace cviků, široká všestrannost, která převládá nad přípravou speciální. Vycházíme z toho, že jen sportovní výcvik na základě všestrannosti může nám vychovat mládež zdravou, všestranně schopnou, která harmonickým vývojem dosáhne nejlepších výsledků ve svém druhu sportu.
3. Čím nižší věk, tím kratší trénink. Nezapomínat, že mládež má jiné zájmy, že svůj vybraný sport si může ještě změnit, že sportovní i duševní vývoj mladého chlapce nebo dívky není ještě ustálen a jednostranně zaměřen. Zásadně výcvik provádět v době předvečerní a samostatně, odděleně od dospělých.
4. Bez kvalifikovaného trenéra, který spolupracuje s lékařem, výcvik speciálních návyků nelze provádět.
5. Sáňkařský výcvik provádíme nikoliv na běžných rohačkách, ale na skutečných závodních nebo sportovních závodních saních, které obdržíme ve sportovních prodejnách, neboť jen na nich získáme skutečnou závodní techniku a prvky závodní jízdy.

Naše komise mládeže vyšla z toho, že základ tělesné zdatnosti musí dát dětem škola. Proto byly vypracovány teze osnov sáňkařského výcviku pro národní a střední školy druhého stupně a předloženy ministerstvu školství a Výzkumnému ústavu pedagogickému se žádostí o zařazení sáňkovaní do osnov tělesné výchovy, a to buď jako pravidelnou složku hodin tělesné výchovy, kde školy disponují vhodným terénem, anebo jako fakultativní činnost. Prozatím ve výběrových školách, kde se ověřují přípravné učební osnovy též v tělesné výchově, je sáňkařství zařazeno ve výběrové činnosti.

Podobným postupem výukv sáňkařství hodláme uplatnit náš sport u mládeže v tělovýchovných kroužcích pionýrských domů, družin mládeže a poněkud upraveným systémem metodické řady u mládeže Základní tělesné výchovy a Odborů turistiky. Byly též učiněny kroky k tomu, aby budoucí učitelé tělesné výchovy i dosavadní učitelé byli seznamováni s metodikou sáňkařství v rámci svého učebního procesu a v rámci zimního soustředění soustavného studia ústavů pro další vzdělávání učitelů. A to jak teoreticky, tak i prakticky.

Sáňkařský výcvik si můžeme rozdělit do tří skupin podle věkových kategorií mládeže a namáhavosti cviků:

1. Děti od 6 do 10 let.
2. Děti 11leté a 12leté.
3. Děti 13leté a 14leté.

V první skupině soustřeďuje se hlavní úkol na to, jak naučit děti prvotním základům jízdy a techniky na závodních a sportovních závodních sáních. Ve druhé skupině je cílem připravit mládež na soutěže cestou organizování náborových a propagačních závodů a ve třetí zvládnutí rychlostní jízdy na sáňkařské dráze s několika zatáčkami.

Uvádím jako příklad zdravého systému soutěží Finsko, kde děti skáčí již od šesti let na lyžích, a závodit začínají od osmi let na malých sněhových můstcích. Někteří čtrnáctiletí skáčí již na sedmdesátimetrovém můstku. Pokud jde o sáňkařský výcvik ve školním rámci, počet cvičebních hodin a jejich délka bude dána učebními osnovami a všestrannost cvičení s koordinací cviků zajišťuje sama náplň hodin tělesné výchovy.

V tělovýchovných oddílech, družinách mládeže, kroužcích pionýrských domů doporučujeme pro první skupinu speciální výcvik jedenkrát týdně 45 minut, pro druhou skupinu jedenkrát týdně 60 minut a pro třetí skupinu již dvakrát týdně po 45 minutách. Všestranný tělesný rozvoj udržuje a usměrňuje u mládeže cvičení na suchu během přechodného a přípravného období, ať už ve školní tělovýchově, ve sportovních oddílech nebo ZTV.

V první skupině vedeme výcvik radostnou a bravou formou zpestřený zábavou se sněhem, koulváním a podobně. Sáňkařský výcvik provádíme na svahu, později prudším a delším a nakonec na upravené polní nebo lesní cestě. Dlouhou dobu věnujeme nácviku sezení a udržování směru přenášení váhy tahem popruhů a tlakem nohou na postranní lišty. Toto je základ technického výcviku, neboť souvisí s potížemi odvykat děti užívání nohou k řízení a brzdění. Cvičíme tedy správný sed, sjíždění svahu přímo, prodlužujeme délku dráhy, jízdu šikmo svahem, změnu směru, sed ve dvojicích a konečně jízdu s jednou a dvěma zatáčkami v délce 200–300 metrů.

Ve druhé skupině zvyšujeme požadavky, ať už jde o zkracování dráhy mezi zatáčkami, volbu většího výškového rozdílu, projíždění zatáček i částečně klopených na vyznačených místech, nebo zvyšování počtu zatáček a jejich ostrotí ke svahu a od svahu a prodlužování délky dráhy až na 500 metrů.

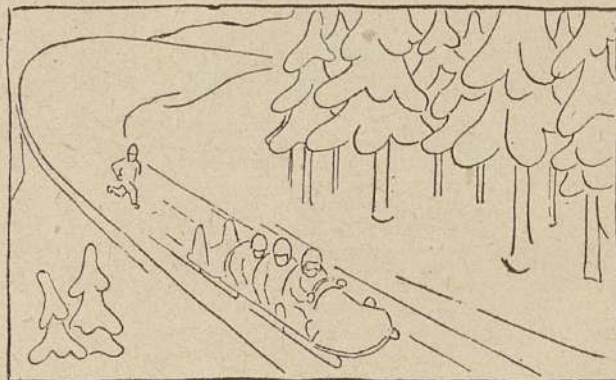
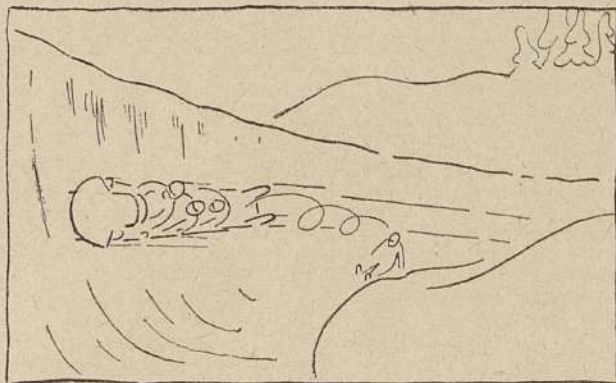
Ve třetí skupině dosáhneme již u mládeže takové techniky, že zvládne rychlostní jízdu na skutečné sáňkařské dráze s klopenými zatáčkami. Cvičení i v první skupině můžeme po určité době nácviku zakončovat vždy závody na čas jednotlivců i dvojic. Zásadně dbáme vždy toho, aby svah nebo dráha, kde provádíme výcvik, byl prost kamení a pařezů, aby nedošlo zbytečně k úrazu.

Provádění včasné specializace sáňkařských návyků je důležité proto, že nám zaručuje technicky a fyzicky zdatný sáňkařský doros (vždy letošní přebory dorostu ukázaly na nedostatek technického vybavení zejména mladších dorostenek a napověděly, že s tréninkem dorostu to není ve všech našich krajích v pořádku), a sportovní sáňkařská příprava je usnadněna tím, že prakticky každé dítě v kopcovitých krajích od raného dětství sáňkuje a sáně jsou mu pomalu tak blízké jako kočárek. Jde jen o usměrnění výcviku, technické a odborné sportovní vedení. Je zde důležitá i výchovná stránka a zdravotní faktory, pěstování volních návyků, jako je odvaha, rozhodnost, sebedůvěra, duchapřítomost a podobně. Zavedení sáňkařství do škol znamená nejen osvěžení tělesné výchovy

ať v rámci výchovně výcvikových zájezdů zejména městských škol, kde všechny děti nemají vždy sklony k lyžařství, tak zejména na vesnických školách, kde v zimě s tělocvičnou jsou mnohdy velké potíže, ale též možnost provádění oblíbeného sportu ve zdravém prostředí mimo tělocvičnu.

Tak nám tedy sáňkařský výcvik správně a odborně vedený již od nejranějšího dětství pomůže změnit pouhé dětské sáňkovaní v technicky náročné sáňkařství, rozšířit masovost našeho sportu a v neposlední řadě dosáhnout toho, aby úroveň našeho sáňkařství byla opět na té výši, kdy naši závodníci byli často mistry Evropy.

Inž. L. PÁSEK



PROČ NA MĚ NEPOČKÁTE?

SÁŇKAŘKY NA ZAČÁTKU HLAVNÍHO OBDOBÍ 1959

Na začátku nastávajícího závodního období je dobré vrátit se o krůček zpět a vyjít z hodnocení výsledků minulého období, aby příští sezóna byla úspěšnější. Úspěšnější však bude jen tehdy, dovedeme-li správně analyzovat příčiny minulých úspěchů a především neúspěchů a vyvarujeme-li se chyb a nedostatků, které neúspěch zavinily.

Dnes si všimněme našich žen-sáňkařek, jejich počtu a výkonnosti v uplynulém roce.

I když se v posledních dvou až tří letech počet aktivních závodnic zvýšil a na mistrovství ČSR startovalo proti patnácti ženám před třemi roky průměrně dvacet žen, které se kvalifikovaly do této vrcholné soutěže, nemůžeme být s tímto stavem spokojeni. Vždyť stále jsou ženy na startu našich závodních drah jen slabou třetinou počtu mužů. Na tři až čtyři muže připadá jedna žena. Je třeba se nad touto skutečností zamyslet a postupně tento nepříznivý poměr zlepšovat ve prospěch žen.

Proč máme v našich odřelích mnohem méně žen než mužů? Důvodů bude několik. Ve všech sportech, a to platí obecně, převládají muži (až na krasobruslení, kde je více žen, a uměleckou gymnastiku, která je výlučně ženskou disciplínou). Myslím si, že ženy, zvláště vdané a zaměstnané, mají vedle svého zaměstnání na starosti ještě domácnost, děti atd. Každá žena si nedovede rozdělit svůj skromný volný čas tak, aby vyšetřila část volna i na tělovýchovu a sport. Pokud ženy cvičí, věnují se více gymnastice a práci v Základní tělesné výchově než některému druhu sportu.

Dále bych se chtěl zamyslet nad příčinami, které jsou specifické sáňkařskému sportu. Je to především jeho sportovní hodnota a vhodnost z hlediska kladných či záporných vlivů na ženský organismus a dále estetická stránka sáňkařství.

Domnívám se, že jako sport je jízda na saních i pro ženy vhodným prostředkem k otužování a procvičení celého těla, k osvěžení i zábavě. Rychlá jízda bohatá na pohybové prvky, vytrvalost a odvaha spojená s turistickými elementy při několikrát denních výstupech s břemenem (20 kg. těžké saně) od cíle ke startu, vytvářejí příznivé podmínky pro fyzický rozvoj a posílení ženského organismu. Uvedu jako příklad naší několikrát násobnou mistryni republiky Věru Tomáškovou z Teplíc, která je matkou šesti zdravých dětí, pečuje o rodinu a je ještě zaměstnána. Při tom však je nejen první závodnicí v republice, ale pracuje také v komisi mládeže ústřední sekce a v krajském měřítku je vzornou trenérkou a horlivou propagátorkou sáňkařského sportu zvláště mezi školní mládeží. A to vše soudružka Tomášková stačí vedle svých ostatních povinností, matky a pracovnice v závodě.

Zapomínáme také na formální stránku našeho sportu, která v psychologii ženy v souvislosti s přitažlivostí sáňkařství hraje nezanedbatelnou úlohu. Mám na mysli účelnou a esteticky sladěnou výstroj sáňkařky a přitažlivě upravené závodní saně. Krása a elegance patří ke společenskému vyznání moderní ženy a zanedbání například slušivého sportovního oblečení se neprojevuje příznivě při propagaci sáňkařského sportu mezi ženami. I v této oblasti je třeba sjednat v příštím závodním období nápravu třeba opatřením jednotných vkusných svetrů, šátků na krk a pokrývek hlavy pro krajské či oddílové družstvo.

Věnujeme-li našim ženám v oddílech více péče a pozornosti (a je třeba začít dorostenkami), pomůžeme-li jim radou i skutkem v překonávání potíží nejen při prvních krůčcích v tréninku a na závodní dráze, ale i doma, abychom jim v ušetřeném čase umožnili dostatečný výcvik, ukážeme-li jim krásu našeho sportu spočívající v rychlém pohybu na zdravém zimním vzduchu, jsem přesvědčen, že získáme stovky žen a dívek pro sáňkařský sport. A nestačí jen získat, ale hlavně udržet všechny ženy, které se o náš sport upřímně zajímají a vychovat z nich dobré závodnice. V tomto směru je potěšitelný početní růst našich dorostenek, které v uplynulém roce tvořily již polovinu počtu dorostenek.

Jak to vypadá s výkonností našich žen na začátku období 1959?

Uvádím přehled výkonnosti krajských reprezentačních družstev žen na mistrovství ČSR v roce 1958:

Kraj	Jméno závodnice	Umístění	Čas za 4 jízdy	Nejlepší jízda	Pořadí kraje
Liberec	Jarolímová J.	2.	6:32,5	1:31,0	I.
	Nietschová H.	4.	7:04,9	1:39,4	
	Koublová H.	5.	7:05,8	1:38,4	
			20:43,2	4:48,8	
Ústí n. L.	Tomášková J.	1.	6:27,2	1:32,0	II.
	Lomozová J.	7.	7:15,5	1:43,7	
	Beránková J.	13.	7:37,7	1:51,0	
			21:20,4	5:06,7	
K. Vary	Horová L.	3.	6:46,3	1:36,5	III.
	Převrátilová E.	6.	7:13,9	1:41,2	
	Horová E.	19.	8:16,4	1:53,0	
			22:16,6	5:10,7	
Praha	Šustová K.	10.	7:25,8	1:44,4	IV.
	Kovandová J.	12.	7:30,7	1:44,2	
	Charvátová B.	15.	7:42,7	1:46,4	
			22:39,2	5:15,0	
Ostrava	Závodná V.	20.	8:55,8	1:59,4	V.
	Mohaplová A.	21.	9:10,7	2:01,9	
	Slaninová K.	22.	10:49,5	2:20,8	
			28:56,0	6:22,1	
Brno	Neugebauerová J.	8.	7:17,4	1:40,4	—

První místo získalo vyrovnaným výkonem družstvo žen Libereckého kraje, všechny tři závodnice se umístily do pátého místa a tak prokázaly, že po období určité stagnace ve výkonnosti došlo u nich opět ke zlepšení.

Druhy v pořadí s rozdílem 37,2 vteřiny je kraj Ústí n. L., který si odnesl mistrovský titul díky velmi pěknému výkonu soudružky Věry Tomáškové z Teplíc.

Na třetím místě o necelou minutu zpět se umístilo družstvo žen z kraje Karlovy Vary. Oba poslední jmenované kraje mají podstatně slabší třetí závodnicí a budou proto muset věnovat větší pozornost výcviku dalších jezdkyň.

Na čtvrtém místě je družstvo hlavního města Prahy, i když vzájemně podaly pražské závodnice vyrovnaný výkon, družstvo ztratilo svoji pozici z dřívějších let slabším výsledkem s rozdílem skoro dvou minut za vítězným družstvem Liberce.

Kraj Ostrava postavil mladé družstvo nových závodnic, které neměly dosud potřebné zkušenosti z velkých závodů a skončily na posledních místech. Věřím, že závodnice kraje Ostrava po dalším tréninku dosáhnou v roce 1959 lepších výsledků.

Brněnskému kraji je třeba vytknout, že vyslal na mistrovství republiky jedinou závodnicí, i když dříve připravovanou. Právě brněnští pracovníci by se měli zamyslet nad rozvojem ženského sáňkařství ve svém kraji.

Celkem startovaly na mistrovství republiky 1958 dvacet dvě závodnice ze šesti krajů. Myslím, že tato čísla budou v roce 1959 na ještědu překročena. Vždyť v tomto jubilejním roce oslavíme 50 let trvání ještědské sáňkařské dráhy a pojedeme již X. mistrovství Československa v jízdě na saních.

Na základě výsledků z mistrovství republiky a z dalších kvalifikačních závodů v roce 1958 bylo sestaveno širší reprezentační družstvo ČSR skládající se z devíti závodnic. Všechny reprezentantky se umístily na mistrovství ČSR 1958 v první desítku startujících závodnic, které závod dokončily. Jen Marta Šetrová z Liberce byla těsně na 11. místě a Eva Hesová-Vitová z Prahy nestartovala.

Porovnáme-li výkonnost žen s výkonností mužů, umístila by se mistryně ČSR Věra Tomášková časem 6,27,2 na 10. místě v kategorii mužů o 9,4 vteřiny za mistrem ČSR H. Urbanem, který měl čas 6,17,8 min. za čtyři jízdy. Druhá Jana Jarolímová časem 6,32,5 byla již na na 16. místě a třetí Líba Horová časem 6,46,3 na 25. místě. Čtvrtá Hana Nietschová časem 7,04,9 by se umístila až v poslední třetině mužů na 37. místě.

Výborné Rakušanky Elly Lieberové, Maria Isserové a Gerda Zegnarové a přední polské závodnice mistryně světa Maria Semczyszaková, Barbara Gorgonová a Stefania Olkuská by se umístily na posledních mistrovstvích svých zemí lépe, a to na 6.—15. místě, v porovnání s kategorií mužů.

Jak je vidět z rozboru výsledků, jsou vzájemné rozdíly ve výkonu našich žen vyjádřené dosaženým časem příliš velké a bude třeba je snížit. Pilným tréninkem a pravidelnou účastí na závodech, zvýšením zájmu o sáňkařský sport budou jistě československé ženy schopny po vzoru rakouských a polských mistryň dosáhnout evropské výkonnosti. Vždyť s nimi počítáme na budoucích mezinárodních závodech doma i v zahraničí. Proto ve větším houfu a s nadějí na lepší výsledky do závodního období 1959. Jen do toho.

Inž. BRONISLAV HANÁK, ústřední trenér čs. sáňkařů

Sjezdařské mláďi se představuje

Soustředění sjezdařů na prvním sněhu, pořádané ústřední sekci, se po odvolání přece jen uskutečnilo dne 8. prosince na Dvoračkách v Krkonoších. Prvním potěšitelným zjevem byl zájem mladých, kteří se přesně dostavili, přes organizační potíže, vzniklé jeho dřívějším odvoláním. Méně potěšitelné bylo, že chybělo několik trenérů, kteří se ovšem řádně omluvili.

Již první pohled na přítomných 40 účastníků ukázal, že trenéři vzali plánované omlazení ve sjezdových disciplínách vážně a sáhli hluboko mezi mládež. Ale název »Pionýrský tábor«, který jsme mohli zaslechnout, je přehnaný. »Starou gardu« vytvořili na Dvoračkách Brůna, Zbyněk Mohr, Laco Richvaldský, Toni Šoltýs a Vokatý. Chyběl jen Henrich, který v těchto dnech dokončuje svá vysokoškolská studia, k čemuž mu zároveň touto cestou blahopřejeme. Věříme, že si naši zkušení závodníci uvědomují, jak pečlivě musí trénovat, aby si udrželi své postavení. Mají mnoho soupeřů v řadách mladých, kteří se budou snažit připravit je o mistrovské tituly. Toto nebezpečí názorně ukazoval Petr Stiehl, který je letos v družstvu libereckých vojáků.

V popředí děvčat jsou rutinnové závodnice Milka Mohrová-Richvalská a Květa Merendová. Kolem tohoto krystalisačního jádra mužů a žen má vzniknout omlazené československé sjezdařství.

V prvním týdnu soustředění, o kterém referujeme, nebylo počasí příznivé. Hustá mlha, vítr a sníh provázely celý pobyt na Dvoračkách. Ovšem hlavní zábranou řádného tréninku byly nedostatečné dávky (asi 2 km), kterými mohli trenéři zatížit své svěřence. Smutné se dávali na dva nefungující lyžařské výtahy, které mohly zajistit trénink v takové míře, jak to odpovídá současným požadavkům. Dušan Charvát naplánoval pro toto soustředění průměrně 20 sjezdových kilometrů denně. Pile mladých, ranní rozčivky nemohly nahradit trénink na sněhu. Proto se vedení, soustředěné v čele s Milošem Štefkem, rozhodlo provést přesun do Vrátné doliny, kde zaručoval Jožka Kišša lepší tréninkové možnosti.

O tom, jak to vypadalo na sněhu, vám zatím mnoho nepovíme. Trénovaly se především dlouhé vyjeté oblouky s přihlídnutím ke zkušenostem získaným na posledním MS v Badgasteinu. Muži byli pod vedením svého nového trenéra Jaryna Bogdálka, který tímto krokem oficiálně skončil svoji závodní dráhu. Ženy zůstaly nadále v péči Dušana Charváta, jehož činnost v této funkci byla dosud korunována několika mezinárodními úspěchy.

Dobrou technickou jízdou předváděli především Brůna, Mohr, Richvaldský a Vokatý. Toni Šoltýs ukáže své kvality teprve v závodech a nezůstane jistě nic dlužen závkům, které má jeho jméno k naší sjezdařině. Na tyto rutinné se dotahují z mladých Bužga a Radim Škubal. Líbil se nám také Břetislav Šrubař. Velmi příjemně překvapil tanvaldský Mašek svojí připraveností a postojem na lyžích v terénu. A tak bychom mohli pokračovat v plynulé řadě až k těm nejmladším.

Jiná situace je u děvčat. Bez konkurence jsou Mohrová-Richvalská a Merendová. Ovšem musí dát pozor, aby na těchto vavřínech neusnuly. Marně jsme

hledali nějakou talentovanou reprezentantku. Technické chyby jsou u mladších děvčat zvyšovány špatnou tělesnou přípravou a nedostatkem obratnosti. Vzhledem k tomuto stavu hledá trenér Charvát talenty mezi nejmladšími. Radostná byla dobrá technická úroveň nejmladších děvčat, z nichž jmenujeme alespoň Boženku Novotnou pro nejlepší postoj na lyžích, a Hejmanovou, která si dovedla

nejlépe poradit s terémem. Doufáme, že nás nezklamou a nedají přednost jiným zájmům před lyžemi.

Přejeme si, aby další průběh soustředění dal trenérům větší možnost rozvinout jejich plány a schopnosti a také zjistit, kdo z tohoto množství nadějných má největší předpoklady pro rozvoj.

MUDR. ZDENĚK ELIÁŠ

ODŠLAPOVÁNÍ V BRANKÁCH

KE KINOGRAMU NA 3. STRANĚ OBÁLKY

V článku »Zkracovat, nebo účelně vyjíždět«, jsme popsali dva způsoby, jak je možno zrychlovat slalomovou jízdu. Popsali jsme dva typy slalomářů, lišící se navzájem jak svými tělesnými, tak duševními vlastnostmi. Dnes si na kirogramech typického představitel »zkracovačů« trať Schranze a spíš opačného typu Bogdálka ukážeme techniku projíždění dvou otevřených branek postavených ve spádnicí blízko za sebou.

Nejčastěji užívaným prvkem, který zrychluje slalomovou jízdu, je odšlapování. Nejjednodušší formou odšlapování je odšlapnutí při výjezdu z oblouku. Spočívá v úplném přenesení váhy těla v dané fázi oblouku na vnější lyži. Dokonale odlehčenou vnitřní lyži vychýlíme pokrčenou nebo po sněhu nebo nad sněhem do odvratu ve směru další jízdy. Současně následuje mocný odraz z vnější zatížené a zahrané lyže, po němž se váha těla přenáší na vnitřní lyži. Tento odraz bývá ještě zdůrazněn odpichem vnější hole. Obě paže jdou pak rychlým spodním obloukem dopředu a usnadňují získání rovnováhy. Jakmile přeneseme váhu těla na vnitřní lyži, okamžitě přinožíme vnější. Odpich vnější holi můžeme nahradit odpichem soupaž v okamžiku, kdy je váha těla přenesena na vnitřní lyži.

Účinek odšlapu závisí na vystihnutí vhodného okamžiku pro odraz, tj. okamžiku největšího zatížení lyží (na konci snížení těžiště při ukončování smyku) na pevném zahrání (energetický odraz nemůže být proveden z lyže, která je ve smyku) a na síle odrazu provedeného odrazovou nohou.

Podstatný význam odšlapu při dokončování oblouku nespočívá v okamžitém zrychlení jízdy závodníka dosaženém tímto odšlapem, ale především v získání cenné výšky při najíždění další branky.

Dnešní slalomová protirotační technika umožňuje v plné míře jak navazování odšlapů na ukončované smyky, tak napojování oblouků na odšlapy.

Dobří slalomáři těží z těchto možností co nejvíce. Jejich jízda je proložena odšlapy tak, že působí dojmem opakovaného přešlapování z nohy na nohu.

Na obr. 1—2 předjezdce druhého kola slalomu na MS Schranze vidíme přesně najetý a už na spádnicí prudkým zatížením zahraneých lyží ukončený smyk, končící úplným přenesením váhy těla na pravou lyži (obr. 2). Odrazem z této lyže vysunuje závod-

ník odlehčenou levou lyži do odvratu (obr. 2—3) a přenáší na ni postupně současně s dozríváním odrazu pravé nohy váhu těla (obr. 3—4). Následuje přinožení odlehčené pravé lyže k zatížení levé spolu se stáčivým odsunutím pat obou lyží vně oblouku. Rychlý otáčivý pohyb nohou kompenzuje protinátčením trupu. K odlehčení lyží při začátku jejich otáčení pomáhá odraz pravou holí (obr. 4) a napřímením směrem dopředu vzhůru (obr. 5—7).

I když sám odšlap dostává závodníka mezi brankami do široké stopy, umožňuje mu dokonalé provedení oblouku v jeho počáteční a konečné fázi v úzké stopě s patřičným protinátčením trupu a odklonem, které umožňují co nejtěsnější projetí kolem brankových tyčí.

Tento způsob projetí branek má v sobě tyto zrychlovací prvky: 1. odšlap, 2. zkrácení dráhy, 3. zrychlení smyku způsobené prisunutím vnitřní lyže ve vzduchu místo po sněhu, 4. vyražení vpřed zdůrazněné někdy i odpichem soupaž (obr. 7).

Uvedení lyží do smyku po provedeném odšlapu je vyvoláno aktivní prací nohou. Stočení lyží stranou je kompenzováno protinátčením trupu vně oblouku. Střídavé zatěžování nohou během oblouku snižuje intenzitu protinátčením trupu, neboť příčný tlak na vnější lyži v široké stopě je částečně nahrazuje.

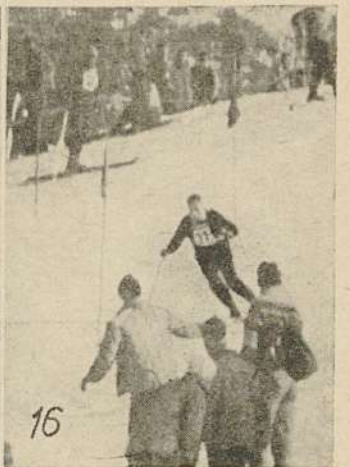
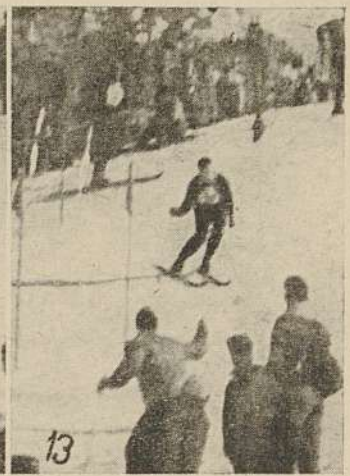
Na obr. 9—16 vidíme projíždět stejnou brankovou figuru našeho Bogdálka. Abychom mohli jeho a Schranzovu jízdu v tomto kole srovnávat, nutno porovnat kromě jejich osobitého stylu především psychologické předpoklady, za kterých toto kolo jeli. Schranz má úlohu ulehčenou tím, že jede jako předjezdce a navíc ještě s úmyslem upozornit na své nespravedlivé nezařazení do národního mužstva. Dosahuje v této jízdě o jednu vteřinu lepšího času než vítěz Reider. Bogdálek s vysokým startovním číslem a s pocitem veliké odpovědnosti za celý závod, v jehož prvním kole dosáhl velmi dobrého 16. času (zatím co Henrich zajel první kolo slabě), jede pro něho nezvykle širokou stopu. Oblouk v první brance zbytečně vyjíždí a odbrzdňuje přívratem. Nechává se snést daleko níž než Schranz, a proto změnu směru na obr. 14 a 15 musí provádět v daleko větším úhlu a tím přirozeně s větší ztrátou rychlosti, aby se dostal do stejné výhodné postavení k největší následující brance jako Schranz (obr. 16). Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

SCHRANZ

BOGDÁLEK

SCHRANZ

BOGDÁLEK





Lyžařství



Slyžarstun

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45
ÚNOR 1959





První letošní kvalifikační závod našich běžců v Kořenově měl nejen dobrou účast předních běžců a mládeže, ale i svá překvapení. O jedno z největších se nesporně postaral novoměstský Blažiček, který celkem suverénně vyhrál »patnáctku«. Na rychlém, ale místy tupém sněhu dokázal uplatnit svoji dobrou techniku a v prudkých stoupáních i dostatek fyzické připravenosti a síly. Ač není specialistou na »sprinterskou« trať a není právě z nejmladších závodníků, zajel opravdu na výbornou. (Snímek uprostřed.)

Také závod žen na 5 km měl svoje, i když nikoli tak velké překvapení. Vlasta Srnková patří už několik let mezi naše přední a úspěšné lyžařky. Nemohla se však stále prosadit mezi nejlepšími. Až v Kořenově se jí podařilo zvítězit nad Benešovou, Lauermanovou a Faistauerovou. (Snímky vlevo.)



Byl to věru pěkný nástup do sezóny, snad jí také forma vydrží i na hlavní závody, a to nejen doma, ale také v zahraničí. (Na snímku vpravo dole V. Srnková s trenérkou K. Lelkovou.)

Ladislav Hrubý ze Sokola Horní Branná má velký vzor v našem úspěšném reprezentantovi Iljovi Matoušovi. Je stejným poctivým dřičem v tréninku jako Ilja. Letos překvapil ve štafetových závodech v Harrachově nejlepším časem na 10 km. V prvním kvalifikačním závodě tedy patřil k favoritům, společně s dalším reprezentantem Teplým. Avšak favoritům se vždy nedaří, proto ani nebylo divu, že Hrubý poznal hořkost porážky; ač bojoval a snažil se o nejlepší výkon. Podlehл nervózitě. V příštích závodech si však kořenovský neúspěch jistě vynahradí. (Snímek vpravo nahoře.)

-jk-



IX. KOŘENOVSKÝ BĚH



Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.



Šéfredaktor dr. Ctibor Rybář,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Špaček



Redakce: Praha 1-Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071



Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

OBSAH

Směleji vpřed!	1
Hlas, který nelze přeslechnout	2
Pracuje dobře váš oddíl?	3
Hrajte více s mládeží	4
Rozcvičuj se před závodem	6
O lyžích v muzeu	8
Slovo turistu-lyžaře	9
Fyzikální výklad švihů na lyžích	10
Horská služba v Krušných horách	11
Jasná jako budoucí lyžařské středisko	12
O startu při sjezdových závodech	14
Upravujte správně mástky	15
Zahraněním sportem	14—15
Celostátní aktiv předsedů učebně metodických komisí	16
Úprava sjezdových tratí	17
Do diskuse	18
O zimním počasí v Krkonoších	19
Memoriál Jardy Materny	20
Co nového v Martine?	20
Saně a boby	21—22
Hory mají srdce v člověku	23
Zádný strach před velkými jmény	24
Křížovka	24



Fotografie: Luboš Brchel,
Ondřej Fogel, Vilém Heckel, Jan
Kotrba, Bohuslav Sýkora, Eugen
Weiner



Snímky na obálce: 1. strana:
Fotografie z olympijské soutěže
1960 číslo 27. Mistr sportu
Vlastimil Melich. 4. strana: Pohled
z Chlebu do údolí Vrátné



Vychází měsíčně kromě července
a srpna



Tiskne Rudé právo, vydavatelství
ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje
Poštovní novinová služba. —
Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá
každý poštovní úřad nebo doručovatel.
— Předplatné na I. pololetí 15 — Kčs,
na II. pololetí A-21084 10 — Kčs.

SMĚLEJI VPŘED!

Všechn náš lid v těchto dnech vzpomíná na historické vítězství dělnické třídy a pracujícího lidu, vedeného Komunistickou stranou Československa, v únoru 1948. Cesta, kterou jsme prošli od této doby, nebyla snadná. Museli jsme překonat mnohé těžkosti a překážky, než jsme dosáhli dnešních krásných výsledků.

Radostí a hrdostí nás naplnila slova prvního tajemníka KSČ a prezidenta republiky soudruha Antonína Novotného na XI. sjezdu KSČ: »Úkol dovršit socialistickou výstavbu vyjadřuje vůli pracujících učinit Československou republiku bohatší a silnější a zvětšit náš podíl v boji za mír a socialismus ve světě. Právě skutečnost, že dílo socialismu se stalo věcí živé, tvůrčí práce dělníků, rolníků a inteligence, vedených komunistickou stranou, tvoří základ našich dosavadních úspěchů a je známkou dalšího vítězného postupu.«

Tato krásná a blízká perspektiva nás zavazuje k intenzivnější a lepší práci, abychom ještě aktivněji pomohli tyto smělé, ale reálné úkoly splnit.

Důležitou úlohu v procesu dobudování socialismu má tělesná výchova a sport, která se úspěšně rozvíjí v příznivých podmínkách našeho lidově demokratického zřízení. V těchto dnech se naskytá vhodná příležitost poděkovat naší komunistické straně jménem všech sportovců, lyžařů, závodníků i nezávodníků za veškerou péči a podporu, která umožnila tuto úspěšnou práci.

Komunistická strana nás učí dívat se především vpřed a zajišťovat plnění hlavních úkolů.

Jaké jsou to úkoly?

Hlavní a nejdůležitější je soustavné zajišťování úkolů souvisejících s II. CS. Lyžařské oddíly a sekce se musí pravidelně, nejlépe měsíčně, zabývat stavem přípravy na II. CS především z hlediska zapojení se do některých vystoupení jednot a okresních spartakiád. Jistě tak jako při I. CS většina členů lyžařských oddílů se zapojí a bude cvičit, pomáhat na úseku organizačním nebo technickém. V současné době budeme i nadále věnovat plnou pozornost plnění podmínek odznaku »Spartakiádní vložka«, který se setkává s velkým ohlasem u naší mládeže.

Naše pozornost je neustále upřena na další zlepšování a prohlubování práce lyžařských oddílů. V této souvislosti musíme neustále zkvalitňovat výcvik a náplň práce na úseku nezávodního lyžařství.

Dosavadní výsledky závodníků nám nedávají naději, že dojde k podstatnému zlepšení výkonnosti. Je třeba ještě lépe využít všech zkušeností k rychlému odstranění nedostatků. Především je třeba podstatně zlepšit celoroční činnost závodníků všech tříd. Nejedná se vždy jen o množství tréninku, ale především o kvalitu a vysoké dávkování. Prvním předpokladem pro plnění všech těchto úkolů je rozšíření počtu spolupracovníků, hlavně v oddílech, předat jim zkušenosti a zvýšenou pozornost věnovat výchovné práci. Politickovýchovná práce musí být v popředí zájmu a pozornosti všech cvičitelů a trenérů, rozhodčích a také všech organizačních pracovníků. Rozhodující je drobná denní práce při zajišťování běžných úkolů na všech úsecích. I když je zimní činnost v plném proudu, je třeba připravovat všechny podklady k tomu, abychom plnili rovnoměrně hlavní úkoly plánu činnosti. Pravidelná projednávání a kontrola na členských schůzích oddílů, předsednictvech sekcí je základem pro konkrétní zajišťování a plnění úkolů.

Naším nejčastějším úkolem je splnění závazku přijatého plénum ústřední lyžařské sekce na počest XI. sjezdu KSČ. Úkoly, vyplývající ze závazků, v současné době jsou:

1. Získávat maximální počet účastníků soutěže o spartakiádní vložku a podporovat náborovou soutěž do našich oddílů.
2. Provádět systematickou politickovýchovnou práci mezi všemi lyžaři.
3. Pracovat tak, abychom v soutěži o nejlepší oddíl a kraj dosáhli co nejlepších výsledků.
4. Neustále zlepšovat práci lyžařských oddílů a připravit půdu pro další rozšiřování masové základny, hlavně mezi mládeží, a zajistit celoroční činnost.

Čekají nás závažné úkoly, které musí být důsledně plněny.

HLAS KTERÝ NELZE PŘESLECHNOUT

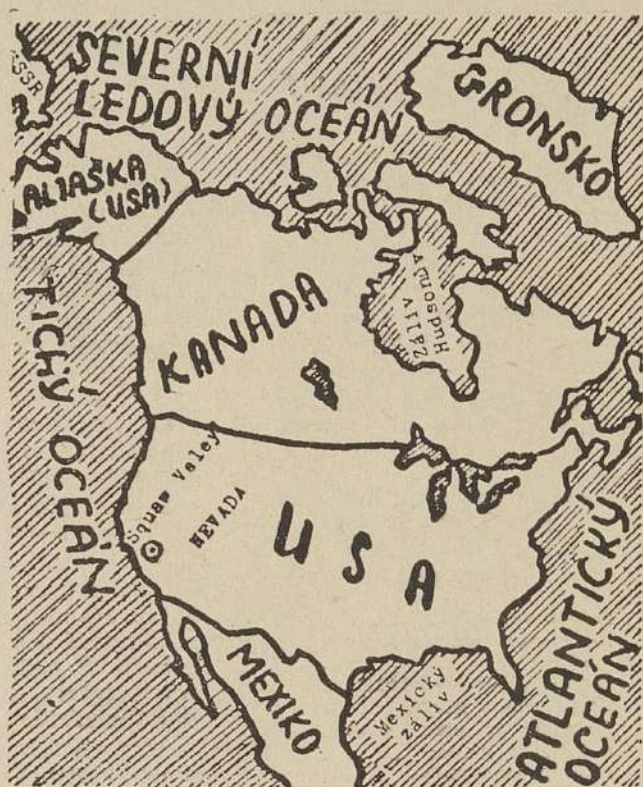
Před několika lety naši hokejisté marně žádali západoněmecké úřady o udělení vstupních víz do Německé spolkové republiky. Odjeli proto do Holandska. Západoněmečtí hokejisté Krefelder Eislaufverein byli tehdy prvními, kteří za našimi hokejisty přijeli do této sousední země a zde se s nimi setkali v přátelském utkání. Není náhodné, že českoslovenští hokejisté právě toto setkání s německými sportovci považují za jedno z nejhezčích v poválečných letech. Ukázalo sílu přátelství mezi sportovci a v neposlední řadě pomohlo odhalit pravou tvář západoněmeckých revanšistů, kteří si patrně daleko více vážili oficiálně povoleného sjezdu esesáků kdesi v Hamburku než setkání sportovních reprezentantů dvou zemí. Mnozí západoněmečtí pohlaváři totiž dobře vědí, že každé setkání sportovců inspiruje i tisíce dalších k úsilí o dorozumění, přátelství a spolupráci. A to jim zřejmě nijak příjemné není.

Je to ovšem možné a nutné. Jedním z posledních a nejpřesvědčivějších dokladů je utkání amerických a sovětských atletů v Moskvě. Kolik hlasů na Západě ještě několik dnů před zahájením zápasu hovořilo o tom, že něco podobného je v dnešním rozpolceném světě neuskutečnitelné. Skutečnost však tyto názory vyvrátila i s kořeny.

První náměstek předsedy rady ministrů SSSR soudruh Mikojan byl nedávno na přátelské návštěvě v USA. I tentokrát zvedli hlasy lidé, kterým je každý pokus o dorozumění solí v očích. A přece nakonec americký týdeník »Worker« doslova napsal: »Kamkoliv Mikojan zavítal, všude ho americký lid srdečně vítal. Průmyslníci a odborářští předáci, ženy v domácnosti a zaměstnanci v obchodech, všichni rádi naslouchali Mikojanovým slovům o míru a prostředcích, jak míru dosáhnout.« Vlivné americké listy nazývají soudruha Mikojana vyslancem míru a rozebírají především jeho myšlenku, aby Sovětský svaz se Spojenými státy soutěžil, přel se, obchodoval, aby se lidé obou zemí vzájemně poznávali.

V tomto směru mohou sportovci vydatně pomoci. Za rok budou zahájeny zimní olympijské hry ve Squaw Valley, v zemi, která sice dala světu takové lidi jako byl Lincoln, Edison, spisovatel Hemmingway, sportovec velikosti Owense, Louise či Morowa, ale také země, o které všichni lidé světa vědí, že to byly její bombardovací letouny B-26, která svrhly první atomové pumy americké produkce nad japonskými městy. Nelze zapomenout. Hirošima varuje!

Zimní olympijské hry se mají konat v blízkosti té oblasti, kde američtí zbrojaři provádějí pokusné výbuchy jaderných zbraní. S tím nelze souhlasit. Proto také ÚV



ČSTV jménem všech našich sportovců, ale jistě i v souhlase s milióny sportovců nejrůznějších národů, adresoval svůj protest předsedovi Mezinárodního olympijského výboru Avery Brundageovi. Naši tělovýchovci se dostalo sice brzké, ale neuspokojivé odpovědi. Pan Brundage píše asi v tom smyslu, že je to pryč od míst výbuchu dost daleko, že na to ještě upozorní apod.

Není tomu tak dávno, kdy radioaktivní záření zasáhlo několik japonských rybářů na otevřeném moři. Konečně o nebezpečí hovoří i zdravotní stav japonských občanů, kteří přežili srpen 1945, kdy poprvé v dějinách lidstva dopadly atomové bomby na člověka. Měly značku »Made in USA«.

To vše by si měli odpovědní američtí činitelé stejně tak jako pracovníci Mezinárodního olympijského výboru uvědomit. V žádném případě nesmí být ohroženo zdraví olympioniků, kteří budou příštího roku odjíždět do Squaw Valley!

To už dávno není jen hlas československých sportovců. To je hlas miliónů...
MIROSLAV LUKAVSKÝ

SJEZD BUDOVIATELŮ

XXI. sjezd strany vytyčuje velkolepé plány mírové výstavby. V jednání sjezdu se zračí vůle strany a všeho sovětského lidu uskutečnit plány výstavby komunismu, přání učinit vše, aby byl zachován mír a zajištěno mírové soužití zemí s různými společenskými soustavami. V tom spočívá nejdůležitější charakteristický rys našeho sjezdu. I přívrženci »studené války«, kdyby hodnotili události objektivně, by poznali, že cílem plánu, jež schvaluje náš sjezd, je zajistit mírové soužití a upevnit mír na celém světě.

Ve všech zemích je jednání XXI. sjezdu Komunistické strany Sovětského svazu sledováno s obrovským zájmem, je třeba říci, že tisk četných kapitalistických zemí informuje o jednání sjezdu vesměs dost objektivně. To je jev kladný, protože objektivní osvětlování událostí na stránkách tisku přispívá nikoli k zostřování, ale ke zmírňování napětí, vytváří podmínky pro to, aby bylo urychleno vyřešení aktuálních mezinárodních problémů ve prospěch míru.

S uspokojením konstatujeme, že ve většině zemí byly správně pochopeny mírové cíle našeho plánu. Prohlásili jsme, že i nadále budeme důsledně provádět leninskou mírumilovnou zahraniční politiku, směřující k zachování a upevnění míru a bezpečnosti národů.

Z projevu soudruha N. S. Chruščova
na XXI. sjezdu KSSS.

Lyžařské oddíly, na štěstí ne všechny, ale je jich kupodivu hodně, nepracují tak, jak by mohly, i když mají k dobré práci předpoklady a možnosti. Jsou jistě velké rozdíly v podmínkách, ve kterých mají oddíly pracovat. Dovolujeme si dnes dotázat se vašeho svědomí, lyžařští cvičitelé a ostatní lyžařští funkcionáři, učinili jste vše, co bylo ve vašich silách, aby se mohl váš oddíl hrdě zařadit mezi ty oddíly, které řádně plní povinnosti ke svému členstvu, mateřské jednotě a ČSTV. Víme všichni, že v tělovýchovné práci jsou potíže, a je na vás, abyste to byli právě vy, kteří je pomůžete odstranit.

Hybnou pákou oddílu byl a je cvičitel, mnohde pro svou mravenčí a soustavnou práci, důležitou pro život oddílu, opomíjený. Avšak nejsou všichni cvičitelé právě takoví. Mnozí požadují pouze výhody, různá přednostní práva (vždyť jsou přece cvičitelé!), ale začne-li se mluvit o práci a o zajištění nějaké akce, tak obvykle nemají čas, jsou nemocní, přetížení prací a podobně. Vyskytne-li se nějaká příhodná a připravená akce, jsou pak plni ochoty, zdraví a síly. Ptáme se, ale zcela soukromě, jenom tak mezi námi, nejste také jedním z nich? Věříme, že si to vaše svědomí s rozumem vyřídí a že přiložíte zkušenou cvičitelskou ruku k dílu.

Obracíme se dále na vedoucí oddílů a celé vedení, zda soustavně pracují, plánují a připravují akce, zda navazují spolupráci se ZTV, s odborem turistiky, Domy pionýrů, ČSM, s blízkou školou? Nespočítá u vás tato práce náhodou jen na jednom přetíženém obětavci? Máte bezvadně připraveny sobotní a nedělní cvičení či zájezdy jak po stránce organizační, tak i výcvikové? Jsou připravovány výcvikové kurzy mládeže i dospělých? Jak jste měli připraveny přebory jednoty? Nepřestali jste náhodou v hlavním období cvičit v tělocvičně a pořádát besedy? Kontrolujete, jak kdo zachází s vypůjčenou výzbrojí? Věnujete hlavní pozornost mládeži?

Věříme, že není dosud mnoho zameškáno, ztraceno, mnohé lze ještě dohonit! Avšak rychle, dříve než se ztratí snůž z hor!

Chceme se dále zeptat všech ostatních lyžařských dobrovolných i placených pracovníků, zda jsou se svou prací pro oddíl, tj. nejširší členstvo, spokojeni? Můžete si přiznat sami sobě, že už to ve vašem oddílu nejde zlepšit? Všechno klapě bezvadně, organizační pracovníku? Jak vypadá vaše vývěsní skřínka, propagační pracovníku? Budeš se moci uvolnit pro přebory oddílů, rozhodčího a trenéra, který může poradit u startu obtížného závodu o přebor i jiným, než jen svým svěřencům?

Dalo by se psát a psát, dělat plány, přehledy, připomínat, nařizovat, doporučovat to i ono.

PRACUJE DOBRĚ VÁŠ ODDÍL?



Nebude-li však dostatek iniciativních cvičitelů a ostatních pracovníků v oddílech, kteří si práci mezi sebe rovnoměrně rozdělí, pak nám budou členové z oddílů odcházet, místo aby-
chom je dobrou prací udrželi nebo přilákali další.

Jistě víme, kde nám to v oddílu skřípe, a je to velmi rozdílné. Nelze dát jednotný pokyn, dělejte jenom to a to, ale dělejte to skutečně tak, aby členstvo bylo s vaším řízením oddílu spokojeno, aby vám na jaře neodešlo a nezmizelo jako sníh.

Doporučte mu náplň v jiném oddílu jednoty, podchyťte jeho zájem o sport, utužte členstvo tělesně a vychovávejte ho v soudružském kolektivu! Nic není ztraceno — jen trochu zameškáno. Stojí to za pokus zameškané dohonit! Mnoho zdaru!

Učebně metodická komise LS ČSTV

KOMUNISMU

Směrnice k rozvoji sovětského hospodářství v nejbližších sedmi až patnácti letech i další projednané otázky se hluboce dotýkají nejen sovětské země, nejen socialistického tábora, ale celého světa. Proto podobně jako v mnoha jiných zemích také u nás lidé četli a studovali podklady k jednání XXI. sjezdu s velkou pozorností a zájmem, čerpali z nich nové síly a bojový elán pro svou vlastní práci. Teze referátu soudruha Chruščova nám v mnoha směrech pomohly při dalším rozpracování našich vlastních perspektiv.

Koho z nás by neuchvátila skutečnost, že bratrský Sovětský svaz vstupuje do nového období přechodu od socialismu ke komunismu do období všestranné výstavby komunistické společnosti. Sovětský svaz se tak stane v poměrně blízké době první zemí na světě ve všech rozhodujících ohledech včetně objemu výroby a životní úrovně obyvatelstva. Již dnes je naprosto zřejmé celému světu prvenství Sovětského svazu v mnoha oborech, především ve vědě a technice.

Z projevu soudruha Antonína Novotného
na XXI. sjezdu KSSS



HRAJTE VÍCE S MLÁDEŽÍ

Zatím co u dospělého člověka je životní náplní práce — je u dětí a u mládeže v popředí jejich zájmu hra. Na vychovateli pak záleží, aby uměl hru (a především terénní hru) přizpůsobovat jejím pojetím a náplní potřebám výchovy k pracovní činnosti a formovat tak od mládí schopné a iniciativní pracovníky naší společnosti. Jde o to, aby hra vskutku vedla k samostatné činnosti a ne k mechanickému vykonávání úkolů nebo příkazů. Proto hráče nespazujeme podrobnými směrnicemi, ale stanovíme jen základní pravidla, při čemž ponecháváme dostatek příležitosti pro uplatnění jejich postřehu, iniciativy a vlastního rozhodování.

Vhodná motivace terénních her rozvíjí zájem a fantazii hráčů a dovede často získat právě to, co předpokládá úspěšné provedení hry, tj. náladu celého kolektivu. Ovšem, i ta nejpěknější a nejoblíbenější hra unaví. Tu je dobře hru přerušit nebo ukončit a vrátit se k ní, až bude znovu vhodná situace, až hráči budou mít znovu zájem o to, aby se hra opakovala.

Dobře vedenou hrou posilujeme kladné osobní vlastnosti hráčů a snažíme se oslabit nebo i odstranit vlastnosti nevídané, negativní. Při tom se naskytá celá řada příležitostí i problémů. Jedním z nejpálčivějších je například poměr vítěze a poraženého. V terénních hrách máme právě víc než kdy jinde uplatnit možnost hodnocení nejen číselného nebo časového výsledku hry (čímž je převážně určován vítěz ve sportovních hrách), ale především vštěpovat takové pojetí hry, podle kterého je pravým vítězem ten, kdo hrál nadšeně, vynalézavě, poctivě a podle svých nejlepších schopností a sil. Přílišné vyzvedávání vítězů nepřináší nikdy mnoho prospěchu, zejména je-li to vícekrát u téže skupiny. Vede potom často k primadonství a k přečehování, u poražených pak k poraženectví, tj. k depresi, ke skleslosti a k podceňování sebe sama.

Nedopustíme proto, aby se silnější dopouštěli hrubosti (ať už tělesných nebo společenských) a naopak, aby slabší neodstupovali ze hry už po prvním neúspěchu. Ze zkušenosti právě víme, že mnohdy i ve »ztracené situaci« se dá nakonec zvítězit.

Vítáme především takové hry, které podporují výchovu ke vzájemné spolupráci a upevňují kolektivní soudržnost. Hráči při nich sami poznávají, že zájem celku vyžaduje

i od nich mnohdy značné osobní oběti a ústupky. Duch spolupráce a přátelství se v dobrém kolektivu při hře, při práci nebo při vážné nehodě projevuje nejpronikavěji. Čím je kolektiv soudržnější a čím hlubší vztahy jeho příslušníky navzájem spojují, tím lépe si dokáže hrát a plnit pracovní úkoly. Proto se snažíme zařadit do hry pokud možno všechny žáky, a to i méně zdatné, třebaš jen v rámci pomocných úkolů. Pravidla hry mají pak vylučovat možnost, aby zbytečně a předčasně nebyli ze hry jednotliví hráči vylučováni.

Hra dává cvičiteli velmi dobrou příležitost posílit zájem hráčů a získat srdce dětí. Je však třeba respektovat a přímo sdílet jejich nadšení pro hru a být jim ve všem nestranným a spravedlivým vedoucím.

Nemají-li cvičenci dostatečnou herní přípravu, není možné s nimi hrát náročnější hry. Výběr hry vzhledem k věku účastníků vždy nerozhoduje natolik jako právě jejich herní zkušenost. Leckdy můžeme hrát už s dětmi poměrně velmi složité terénní hry, jindy jsou i maturanti v nesázích při provádění hry střední náročnosti.

Bezpečnost hry musíme zaručit v prvé řadě, jsme za ni za všech okolností plně odpovědní. Hráči se pohybují velmi často i mimo náš dohled, a proto je důležité upozornit je předem na možná nebezpečí v terénu.

Účinek her v zasněženém terénu a v přírodě vůbec je ze zdravotního hlediska jistě bezesporný, jen se při hrách musíme vyvarovat toho, abychom nepřepínali síly hráčů, a to především u mládeže, aby se hra nezměnila ve zdraví škodlivou štvani. Proto platí: všeho s mírou! protože nám hra nikdy nemá být cílem, ale jen výchovným prostředkem, kterého využíváme ve prospěch nám svěřených dětí. Hra s mládeží, a zejména hra v přírodě, má tak velmi vážný úkol upevnit zdraví rozvíjejícího se organismu, poskytovat příležitost k duševnímu odpočinku a být tak přípravou k vážné práci a poctivému jednání v občanském životě.

NEKOLIK PŘIPOMÍNEK K ORGANIZACI TERÉNNÍCH HER

Co ovlivňuje výběr hry?

Je to: pohlaví, věk, množství a lyžařské vybavení hráčů. Terén, sněh a denní čas. Programová náplň a hlavně: její výchovný úkol.

Je třeba hru upravovat?

Zajisté. Každý popis hry, které vyčteme v různých příručkách, je vlastně jen příkladem, námětem, který musí vedoucí hry přeformovat pro bezprostředně praktickou potřebu. Úspěch hry závisí právě na tom, do jaké míry se nám podařilo vybrat splnitelné podmínky, aby odpovídaly fyzické, duševní a mravní úrovni hráčského kolektivu. Pravidla hry mají být přitom stručná a jednoznačná. Mají vymezovat herní prostor, počet a rozdělení účastníků, způsob rozlišení soupeřících stran. Mají určovat podmínky vítězství, úkoly jednotlivých hráčů i skupin, způsob boje, všechna smluvně znamená a také shromaždiště pro přerušení nebo skončení hry.

Čeho je třeba dbát při přípravě hry?

Určit čas a vymezit přesně prostor hry, pokud možno ve známém a bezpečném terénu. Rozdělit hráče do rovnoměrných skupin. Určit jejich vybavení a soupeřské označení. Seznámit všechny hráče a rozhodčí s námětem a s pravidly. Vybrat ty k dotazům a přezkoušet tak, zdali dobře porozuměli. Stanovit znamená pro začátek a konec hry. Vymezit dosti času pro poradu jednotlivých družstev o jejich taktice boje.

Na co dbáme při průběhu hry?

Jako vedoucí musíme hru za pomoci rozhodčích dobře zvládnout a opravdu řídit. Kontrola dodržování pravidel hry je nejdůležitějším úkolem. Předpokládáme a respektujeme čestné jednání hráčů a využívat každé příležitosti, abychom je vychovávali k poctivé hře. Ať platí, že čestná porážka je víc než nepoctivě nabyté vítězství.

Jak hru zakončit?

Vytkneme kladné i stinné stránky hry, zhodnotíme její průběh a vyhlásíme slavnostně její výsledek. Oprávně se přitom o mínění rozhodčích i hráčích. Slibíme, aby si o pravidlech a průběhu hry udělaly záznam do zápisníčku.

★

Náměty pro hry najdete v mnoha odborných tělovýchovných příručkách. Je pravda, že i některé letní terénní hry se dají zahrát v zimě při lyžařském výcviku nebo lyžařské turistice. Pro vaši cvičitelskou praxi uvádíme některou dostupnou literaturu tohoto druhu:

Celikovský S.: Malé hry, STN Praha 1954

Jančuška M.: Společenské hry, Osveta Martin 1955

Hry pionýrů, Mladá fronta Praha 1952

Výhovně-výcvikové lyžařské zájezdy žactva, STN Praha 1957

M. Zapletal: Hry v přírodě, STN Praha 1958

Zejména v poslední jmenované publikaci najdete přes 300 vhodných her, které přináší mnoho nových podnětů. Jsou tu zpracovány velké hry v terénu, hry v noci, na pochodu i na lodi. Do kapitoly »Hry v zimě« zahrnul autor hry na sněhu bez lyží (12 velkých her) i na lyžích (10 her).

V příštím čísle Lyžařství ukážeme na konkrétním příkladě, jak hru upravit a využít při práci s mládeží různého věku a pohlaví, v různém terénu.

VLADIMÍR DOHNAL,
člen komise mládeže ŮLS

● PŘES STO TRICET METRŮ

V tisku čteme často zprávy o rekordních výkonech ve skocích na lyžích. Nelze zde mluvit o nějakých světových rekordech. Výkony skokana jsou určovány jednak jeho sportovními kvalitami, ale závisí také na velikosti můstku. Proto mluvíme o rekordech můstku.

Je několik můstků, jejichž velikost umožňuje provádět skoky — »lety na lyžích«, dlouhé více než sto metrů. Nejznámější jsou obří můstky pro let na lyžích v Plánici (Jugoslávie), v Mitterndorfu (Rakousko) a Oberstdorfu (NSR). Nejvyšší z nich v Oberstdorfu má výšku 161 metrů. Skokani dosahují na něm rychlostí přes 100 km za hodinu.

Poněvadž let na lyžích se stává stále populárnější a obří můstky se stavěly tak, že byly porušeny stanovené standardy, vzala mezinárodní lyžařská federace FIS provádění těchto soutěží pod svou kontrolu. Každoročně, obyčejně v březnu, koná FIS závody v letu na lyžích. FIS určila, že je na nich dovoleno v zájmu bezpečnosti lyžařů překonat kritický bod můstku nejvýše o 10 procent.

Někteří lyžaři dosáhli vynikajících výsledků a vytvořili rekordy můstku.

Tak například můstek v Plánici je vypočítán na skoky 100 m. V roce 1957 vytvořil Helmuth Recknagel (NDR) nový rekord tohoto můstku — 124 m. Celkem bylo na tomto můstku dosaženo více než sto letů nad 100 metrů, z toho sám Recknagel jich dosáhl jedenáct.

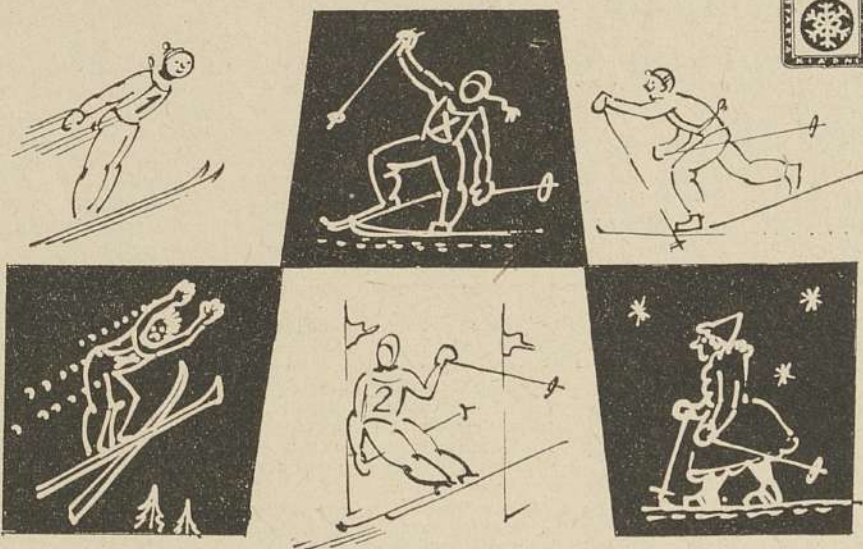
Uvádíme přehled skokanů, kteří »letěli« více než 130 metrů:

Tauno Luuro (Finsko) roku 1951 — 139 metrů, Dan Netsvel (Švédsko) roku 1950 — 135 m, Helmuth Recknagel (NDR) roku 1958 — 135 m, Jack Charland (Kanada) roku 1958 — 134 m, Sepp Weiler (Německo) roku 1950 — 134 m, Willi Egger (Rakousko) roku 1958 — 132 m, Toivo Lauren (Švédsko) roku 1952 — 131 metrů, Andreas Descher (Švýcarsko) roku 1958 — 131 m, Raimo Vitikainen (Finsko) roku 1958 — 131 m, Sepp Bradl (Rakousko) roku 1951 — 130 m, Jakki Alfredsen (Norsko) roku 1955 — 130 m.

PROPAGACE, NÁBOR I VLASTNÍ ÚČEBNĚ METODICKÝ PROCES předpokládá u lyžařského cvičitele bohatou znalost forem práce. Nestačí vždy jen mluvené slovo (často improvizované), ale je třeba podpořit trvalejší osvojení látky i jinými účinnými prostředky, jako slovem tištěným, tj. literaturou, dále filmem, obrázkem, vtipnou bleskovkou, nástěnkou apod.

Pro mládež a zejména pro děti volíme způsob nejvýraznější a nejpůsobivější. Pro pomoc v tomto směru otiskneme postupně několik námětů (z techniky lyžování, z lyžařské turistiky i z pedagogické problematiky výchovy mládeže) pro uspořádání nástěnky nebo oddílové vývěsky. Dnešní chce upozornit na propagaci účasti při lyžařských soutěžích zimní části II. celostátní spartakiády.

BOJUJETE O ZLATOU SPARTAKIÁDNÍ VLOČKU?



V BÍLEM ANO, V ČERNÉM NE ● V BÍLEM ANO, V ČERNÉM NE

Skokan musí mít dobrý trénink i na malých můstcích, aby získal techniku, osobní odvalu a tím i jistotu skoku. Dorostenci mohou skákat na můstcích s kritickým bodem až 55 m.

Sjezd nebo obří slalom nemůže vyhrát ten, kdo neprojel kilometry lyžařských stop v lese, po stráni a po svahu. Jen pak jede i mezi bran-kami lehce a rychle — jako pták.

Běhat, běhat, běhat! Běhat pro potěšení, běhat pro posílení svalů a běhat pro zesílení tělesných orgánů. Jen v takovém případě se rodí i bojovní bohatýři na sněžné pláni.

Text i obrázek Vl. Dohnal



Adrian Duivillard (Francie)

Jistě znáš, jak to vypadá na startu sjezdového závodu. Mnoho lidí a téměř vždy trochu zmatku. Buď nefunguje telefon nebo alespoň zlobí stopky. Závodníci se mezi sebou baví někdy až příliš hlasitě, nebo podezřele vesele. Jiného sjezdaře zase naopak vidíme jak sedí na lyžích a zívá. Že by na něm byla vidět značná bojovnost, to se říci nedá. Vyskytne-li se náhodou nějaký odvážlivce, který se před startem rozvíčuje, pak jej ostatní považují alespoň za malého blázna. Jiný zase, provede-li víc jak tři oblouky na lyžích, hned mu vyčítají »dobří« kamarádi, že »mu to nepojede«.

A teď přirovnání: Představ si sjezdaři automobil, který stál celou noc na mrazu a ty do něho ráno sedneš a nutíš nerozehřátý motor k velkému výkonu. Většinou se motor značně opotřebuje, nebo dokonce zadře. A obdobně: rozjede-li se do slalomových bran nerozcvičený závodník, nezadře se, ale často upadne. Zde tedy máš vysvětlení pro záhadné pády i v technicky nenáročném trati.

Nebo jiná, často ověřená zkušenost: jak je možné, že druhé kolo slalomu se, ti jede poměrně lehce, třeba že je

i technicky těžší, než první kolo. Zdálo by se, že by tomu snad mělo být opačně, i když příčina v podstatě je stejná: nezahřátý motor můžeme srovnat s nerozcvičeným závodníkem.

A tak se stane, že nerozcvičený sjezdař není schopen v závodě podat ani takový výkon, který by mu byl běžný v tréninku.

Co to vlastně je rozcvičení a co se při něm děje v organismu?

Je všeobecně známé, že každá námaha vyvolá v lidském těle hluboké fyziologické a biochemické změny. Méně už je známo, že je nutné, aby před závodem nebo tréninkem

ROZCVIČUJ SE

došlo ke zvýšení dráždivosti centrálního nervového systému a zároveň, aby nebyl narušen rovnovážný vztah mezi procesem podráždění a útlumu. (Podráždění a útlum je funkční stav kory mozkové; jejich rovnovážný vztah je nutný pro ekonomické provedení jakékoliv práce, tedy i sportovního výkonu.)

Vycházíme-li tedy z těchto poznatků, pak je jistě nutné připravit organismus závodníka na pracovní vypětí. U atletů nebo plavců si závod bez řádného rozcvičení ani dost dobře nedovedeme představit. Bohužel není tomu tak u sjezdařů, a je lehce pochopitelné, že organismus závodníka, který není připraven na nárazovou zátěž řádným rozcvičením, nemůže podat očekávaný výkon. Není dobře možné, aby tepový a minutový objem srdeční, výměna kyslíku v plicích a základní přeměna látková se přizpůsobila bez časového zpoždění tak, aby organismus bezprostředně mohl podat plný výkon.

Zde je tedy vysvětlení často přecházejícího stavu. Trať, kterou jsi v tréninku projížděl bez větší únavy, činí ti v závodě potíže právě proto, že tvůj organismus, nebyl připraven (rozehřát), tak jako v tréninku. Trénuješ totiž většinou po malých úsecích, dřív než přistoupíš k nácviku celé sjezdovky. Tak podvědomě se vlastně v tréninku rozvíčuješ. Požaduješ-li sám od sebe dobrý výkon v závodě, nepodeceňuj důležitost rozcvičení!

V úvodu jsem se zmínil o závodníkovi, který na startu zívá. Z vlastního pozorování jde o zjev častější, než by se zdálo. Říká se mu »předstartovní apatie«, která přichází u těžších závodů. Spolupůsobí tu delší očekávání startu. Protilehlým stavem je »startovní horečka«. Poznal jsi ji jistě také sám na sobě. To je onen již v úvodu popsaný stav, projevující se vtípkováním a povídavostí ve své fyziologické povzbuzující fázi. Pod pojem »startovní horečky« patří ovšem i nežádoucí chvění celého těla, provázené zvýšenou motorickou dráždivostí celé zažívací trubice. Vzpomeň si na svíravé pocity v žaludku. Tento stav nijak nepřispěje k dobrému výkonu, ale počáteční stav,

SEMINÁŘE TRÉNÉRŮ PŘI MEZINÁRODNÍCH ZÁVODECH

Podobně jako v minulém roce uspořádá ústřední TR v době mezinárodních závodů v Harrachově a při VCS ve Vysokých Tatrách semináře dobrovolných trenérů na náklady účastníků nebo vysílající složky. Denní penze bude v Harrachově asi 32 Kčs, v Tatrách asi 40 Kčs. Sraz účastníků v tělovýchovném středisku v Harrachově je plánován na 20.00 hod. dne 12. III. t. r. a ukončení ve 14.00 hod. dne 15. III. t. r. V Tatrách sraz ve 20.00 hod. dne 31. III. t. r. a ukončení ve 14.00 hod. dne 24. III. t. r. Přesně budou místa a do-

by srazů uvedeny v pozván- Vedením kursu v Harrachově je pověřen trenér soudruh Teresčák a vedením kursu v Tatrách trenér soudruh dr. Čtvrtečka. Jmenovaní soudruzi zajišťují konsultace se zahraničními trenéry i se závodníky a provádějí další instruktáže.

Doporučujeme všem krajským trenérským radám a trenérům, aby využili této možnosti k získání cenných poznatků.

Závazné přihlášky je třeba zaslati ústřední lyžařské sekci, a to nejpozději do 1. III. 1959.

Za ÚTR: B. TVRZNIK

ZE ŠKOLY DOBROVOLNÝCH TRÉNÉRŮ

Ve dnech 10.—17. I. 1959 probíhal v Tělovýchovném středisku v Harrachově první seminář

VIII. ročníku dálkové školy dobrovolných trenérů lyžování.

Celkem 37 posluchačů absolvovalo bez nehody náročný program. Přes to, že šest z nich nesplnilo technické požadavky, lze hovořit o průměru velmi dobré úrovně. Trenérsky značně budou posílení skokani. Nejlepší naši závodníci Jřebavý, Chroust, Rieger i Bulín se rozhodli splnit povinnost reprezentanta a věnovat se po skončení aktivní činnosti plně trenérské práci. Z běžců přijel doplnit své trenérské znalosti bývalý člen státního družstva Ludvík Podešva, ze sjezdařů Olga Charvátová, Eva Malá, Tonda Fučík a Harry Slavíček.

Kritizovat musíme nerespektování rozhodnutí předsednictva ÚV ČSTV o zvýšené pod-

poře rozvoje klasických disciplín. Jinak by se nemohlo stát, aby kraje vyslaly čtyři posluchače skoku, 11 posluchačů běhu a 22 posluchačů sjezdu bez ohledu na schopnost zvládnout náročné požadavky. Jak byla škola obeslána:

	Běh	Sjezd	Skok
Praha MV	—	5	—
Praha KV	1	2	—
Pízeň	2	—	—
Karlovy Vary	1	—	—
Liberec	—	1	3
Hradec Králové	—	4	—
Pardubice	1	1	—
Jihlava	—	—	1
Olomouc	1	1	—
Brno	3	3	—
Ostrava	—	1	—
Gottwaldov	1	4	—
B. Bystrica	1	—	—

udrženy v žádoucích mezích, burcuje organismus k zesílení krevního oběhu a dýchání. Tak se tělo sportovce připravuje na očekávaný výkon.

Jak se vypořádat se stavem, který nepřispěje k dobrému výkonu?

Samozřejmým předpokladem v boji proti startovní »nerovzitě« (tj. startovní horečka, startovní apatie), je zdravé **sebevědomí** závodníkovy, vycházející z poctivého tréninku. Neméně důležitá je zde **rada trenéra**, která patřičně usměrní a dodá sebedůvěry. Velmi důležitá je právě často opomíjená **řádná rozcvička**. Tělesná námaha přispěje k rovnováze dráždivých a tlumivých procesů kory mozko-

PŘED ZÁVODEM

vé. Neklid před startem není ničím jiným, než narušením vhodného poměru mezi podrážděním a útlumem určitých oblastí kory mozkové. Při »startovní horečce« převládá podráždění a naopak je tomu při »předstartovní apatii«, kdy převládá útlum.

A nyní několik rad k rozcvičení. Kdy, jak a s jakou intenzitou se před závodem rozcvičit?

Rozcvič se asi 10 minut před skutečným, nikoliv předpokládaným startem. Do startu je to doba poměrně krátká, proto se rozcvičuj již na lyžích. Nejdříve proved několik uvolňovacích cviků (nezapomeň na horní končetiny a svalstvo trupu). Cviky na místě ukončí několika různými dřepy, spojenými s intenzivním dýcháním. Celé rozcvičení zakončí sérií oblouků na ověření, »že jsi to nezapomněl«. Tři oblouky ale nestačí. Doba rozcvičení, trvajících asi 3—6 minut, musí být využita dynamickým a rychlým cvičením. Lehké zapocení a pocit tepla je znamením, že jsi rozcvičen. U dalších závodů se rozcvičuj důkladněji.

A nakonec několik praktických rad, které přispějí k tvému startovnímu klidu:

Ráno vstaň včas. Spěch před startem klidu nepřidá. Jakmile vstaneš, proved několik uvolňovacích cviků na studeném vzduchu, jen tak na probuzení. Zapomeň na fyziologické potřeby. Umyj se ve studené vodě. Snídej tak, jak jsi zvyklý a jak ti chutná. Přejídání, »aby jsi byl silný«, se ti nemusí vyplatit. Jez ale tolik, abys neměl hlad.

Při mazání lyží nepodléhej zbytečně panice. Máš své potřeby k mazání jistě v pořádku a shánění štetce na poslední chvíli rovněž klidu nepřidá. Při oblékání se vyvaruj přílišného utahení šněrovadel bot víc, než jsi zvyklý v tréninku. Oblékni se tak, aby ti nebylo zima. Raději předpokládej zpožděný start a vezmi si kabát. Některý rozhodčí na startu ti jej rád »pohlídá«.

V plánu své jízdy pamatuj na úseky, kde si můžeš odpočinout. Na startu si ještě naposledy ujasni předem stanovený taktický plán jízdy a rozumně jej uprav podle



Laco Riehválský

připravených změn na trati (změnu sněhu, počasí). Nejezdí nikdy »nad poměry«. Neboj se, že sjeďeš vosk při rozcvičování. Máš-li správně namazáno »na grundu«, pak nemusíš mít obavy; naopak, vosk rozjedeš. Po rozcvičení nepřipusť vychladnutí. Těsně před startem zhluboka dýchej, tím se uklidníš!

A nakonec ti přeji »zlom vaz« a pěkné umístění.

MUDr. JIRÍ NĚMEČEK

JUBILEJNÍ LYŽARSKÝ ODZNAK

Lyžarské oddíly mohou zakoupit pro své členy libovolné množství jubilejních odznaků ve skladu ÚV ČSTV, Praha 2, Na poříčí 12, u soudruha Nováka. Při odběru více než 25 kusů je poskytována 10% sleva.



Tato skutečnost ukazuje, že některé trenérské rady neřídí plánovitě ve svém kraji rozvoj závodního lyžování, ale ponechávají jej náhodě.

Snaha vyučujících předat co nejvíce svých zkušeností měla za následek přeplnění programu na úkor společenské výchovy, kolektivního života i potřeby odpočinku. Věříme, že se toto podaří napravit na letním závěrečném semináři, který proběhne ve dnech 9. až 12. července v Tělovýchovném středisku v Třeboní.

Z VÝROČNĚJ ČLENSKÉJ SCHŮDZE LYŽARSKÉHO ODDĚLU LOKOMOTIVA VRŮTKY

Přeběha období výročních členských schůzí lyžarských

oddělov. Pekne zorganizovaný schůzdu mal tiež jeden z agilných lyžarských oddielov Žilinského kraja — Lokomotiva Vrútky. Pekné pozvánky a dobre pripravený referát o činnosti rozprúdili diskusiu.

Lyžarsky oddiel Lokomotiva Vrútky správne pochopil, že v získavaní mládeže do oddielu treba vidieť hlavnú úlohu. Doteraz sa im v ich snahe podarilo získať 15 nových mladých členov. A týchto mladých hneď zverili do opatery cvičiteľom a trénerom prof. Štátnému a Budzovi, ktorí sú zárukou, že z nich vyrastú najlepší pretekári. Na úseku politickovýchovnej činnosti zhodnotili dobrú účasť lyžiarov pri návštevách na Tělovýchovné slávnosti a svoj morálny profil

preukázali pomocou pri likvidovaní požiaru hospodárskej budovy na Magure a potom aj pomocou pri výstavbe.

V rámci daných finančných možností oddiel umožňoval svojim pretekárom zájazdy na preteky. Pretekári sa mohli zúčastniť celkom 15 pretekov v počte 106 pretekárov. Na týchto pretekoch dosiahli pretekári oddielu 11 prvých, 9 druhých, 5 tretích miest a rad ďalších miest.

Pre nepretekárov pripravil oddiel celkom 38 turisticko-lyžarských výletov, na ktorých sa zúčastnilo 306 členov.

Veľká diskusia sa točila okolo stavby výťahu na Maguru. Vrútockí lyžiarovia dobrovoľnými brigádami v počte 2800 hodín

vytrasovali trať, pripravili sondy a neradi by, aby celá vec padla, pretože niet peňazí na prísunovú cestu. No vo svojej viere nestrácajú nádej a urputne bojujú za jeho realizovanie. Veria, že teraz, keď stavbu prevzala do svojej réžie Správa ČSD Košice, sa stavba čoskoro pohne dopredu.

No Lokomotiva Vrútky sa vzor-ne stará aj o výchovu funkcionárskych kádrov, ktorých pravidelne vysiela na školenie, lebo vie, že budú vychovávať a pripravovať ďalšiu mládež do oddielu, aby takto splnili uznesenie I. sjazdu ČSTV, ktorý určil lyžiarstvu na Slovensku pritiahnúť čo najviac mládeže do dobre organizovaných lyžarských oddielov.

-Mr-

O LYŽÍCH V MUZEU

Když jsem viděl v Lahti při mistrovství světa hezkou výstavu lyží, výkonnostních odznaků, grafů o růstu lyžařské výkonnosti a počtu závodníků i moderní lyže, na kterých hvězdy finského nebo zářily na světových soutěžích, i lyže předních finských státníků, rozhodl jsem se, že se po něm podobným podívám i v Helsinkách.

Nedalo ani mnoho práce v Helsinkách nalézt olympijský stadión a v něm sportovní muzeum umístěné ve dvou menších sálech. A tak jsem brzy ráno vstoupil do sálu, kde vedle zlatých olympijských medailí, oštěpů Matti Järvinena, se kterými hodil své slavné světové rekordy, je krásná sbírka 60 různých lyží.

Hned první lyže, ten starý kus dřeva, mne zaujal tak, že jsem se dlouho díval na stářím zešedlý povrch, který přes své vrásky nesl stopy své mladické krásy. Snad mu ta moje pozornost zalichotila tak, že mi začal do zešeřelého sálu o sobě vyprávět: »Tak předně — po mně se neproháněl žádný olympionik jako na mých sousedech, které uvidíš na druhém konci řady. Mne vytesal a užíval lovec, který žil v okolí našich jezer v době 2000 let před naším letopočtem. Divíš se? Jen se na mne podívej a uvěříš! Vždyť i naši historikové, kteří píší o této době, označují tohoto lovece jako Ski Fina, tj. Fina lyžaře. A jak vidíš — již tenkrát uměl se mnou dobře zacházet! Jsem zvědav, jak budou vypadat ta vaše prkýnka za 4000 let! Zabručel s výtěnkou. Ale pak se shovívavě usmál a řekl: »Já vím, že se neuchovají jako já. Můj pán totiž, když s mojí pomocí dokončil poslední lov, mne schoval do mechu a již se ke mně nevrátil. A za pár let se z mechu stala rašelina a já tam pěkně dřímám až do doby, než mne z rašeliny vykopalí a dají sem do mladší skutečnosti. Však se také na ně podívej!« A ukázal na své sousedy, kteří i když se mému průvodci nemohli rovnat věkem, překonávali ho délkou, úpravou vázání, špiček atd.

Mezi těmi staršími byly pozoruhodné lyže z dvou či tří větvi různě kombinovaných. Větve byly většinou rovnopěžné a na ně připevněné prkýnko. Jasně sloužily skluzu a nešlo o sněžnice. Vedle stála laponská lyže asi 180 cm dlouhá a 13 cm široká na obou koncích pobíhá křivě. Další laponská lyže měla sobě křivě pouze přední stranou středovou strunou a byl to iakási zárodek snímátného pásu. I další exemplář připomínal moderní lyže lapenské. Lyže byla sešroubována ze dvou na sobě ležících dřev. ní domž horní vrstva tvořila vlastně péro.

Ale to jsme již přeběhli řadu staletí a jsme v minulém, které si zakládalo na lyžích zdobených, různě vyřezávaných, s monogramy a dokonce s letopočty označujícími rok výroby. Lyže z tohoto období dosahují dvojnásobku

délky té nejstarší lyže, tj. přes tři metry. Na lyžích se místo »dřevěných šuplíčků pro nohu« objevují vázání z kůže, později kolem roku 1890 vázání z rákosy, podložky pod nohu z březové kůry, špičky lyže stabilně ohnuté vypnutou strunou (jako u luku) a řada dalších drobností, které znamenaly zlepšení lyžařského výkonu i v závodech, které se v této době hodně rozšířily.

To již vidíme dlouhé štíhlé běžky ze začátku tohoto století, které byly známé i u nás v období před první světovou válkou. Závěr té dlouhé řady tvoří moderní Järvinenky, které jsou i ve Finsku považovány za nejlepší. Však jich také továrna v Lahti vyrábí ročně 120.000 párů, chce-li uspokojit velký zájem. Na konci řady přibývají lyže, jejichž špičky zdobí označení z olympiád a mistrovství světa. A na lyžích je jednoduchým písmem napsáno jméno a letopočet značící, kdo a kdy dobyl světového prvenství.

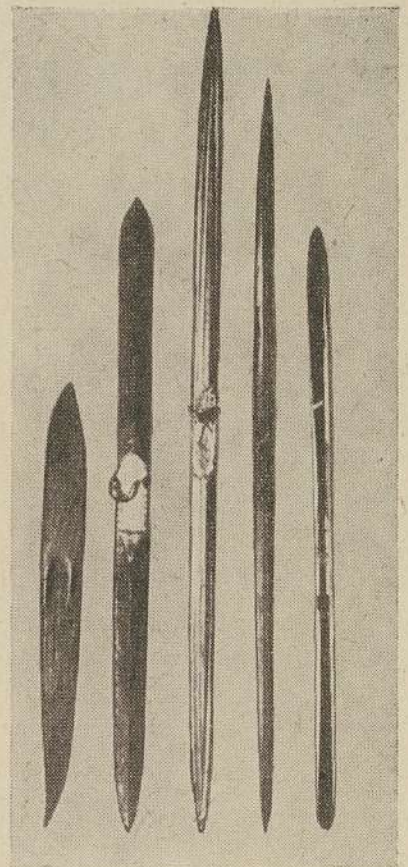
Tak vám před očima běží Veli Sarinen 1933, Pekka Niemi, 1937, Kalle Jalkanen, 1938 a z mladších jména Hasu Hakulinen, Pietikainen, Mälälä a další, ke kterým letos přibyli Hamalainen, Korhonen, Kärkinen.

Vracím se k nejstaršímu veteránu, který dal zážitek tomu všemu, který mi na rozloučenou říká: »Tak vidíš, kam jsme to až dotáhli.« A hned na mně vyzvídá: »A jak je to u vás? Vážíte si také těch starých dřev, která razila ve vaší historii první stopy, a těch, která pomáhala vašim nejlepším lyžařům k velkým výkonům v závodech? Víím, že tam u vás nemám žádného bratra, který by se mi mohl stářím trochu rovnat. Ani vaše podmínky sněžové i tradice nejsou takové jako zde u nás. Víím však, že v jiných sportech jste daleko před námi a když to vezmete dobře do ruky, pochytíte mládež, dostanete se i s lyžařinou tam, kde jistě chcete být. Dejte dohromady takovou starou gardu, jako vidíte zde, a uvidíte, kolik toho pro rozvoj lyžování uděláte!«

Rychle mu vysvětluji, že v našem vrchlabském muzeu máme také pěknou sbírku starých lyží i hodně památek na mistra Hanče i Jilemnické muzeum nám něco řekne z historie lyžování, něco je i ve Vysokém a v Novém Městě na Moravě, i ve Sportovním muzeu v Praze i jinde. Uspokojil jsem ho svou odpovědí natolik, že pomalu usnul.

Nedivte se, vždyť bylo ještě brzy ráno a už má přece těch zatracených 4000 let.

Potíchu opouštím muzeum, abych ho nevbudil a aby nechtěl vědět, jestli to máme v těch našich sbírkách



všechno v pořádku. Aby se náhodou nezeptal, jestli máme lyže našich nejlepších lyžařů někde uschované, abychom mohli mládeži třeba ukázat lyže našich reprezentantů z Lake Placid, lyže Jaroltmka či Německého, nebo lyže, na kterých byl Franta Šimunek čtvrtý na olympiádě v Ga-Pa, nebo Bartoňovy lyže z mamutiho můstku. Aby se nezeptal, jestli jsme dosti hrdí na naše »Stfedoevropany«, kteří někdy v závodech nebrali ohledy ani na tisícileté severské tradice.

Já bych se musel přiznat, že těch památek máme málo, právě tak jako pravidelného zachycování a popularizování rozvoje lyžařského sportu v ročenkách či jiném propagačním materiálu. Napadlo mne, že by se mělo i u nás nalézt muzeum (a podle mého názoru by k tomu mělo nejlepší předpoklady vrchlabské), které by bylo pověřeno (a současně podporováno) systematickým zachycováním lyžařského života v ČSR. Zde by našlo místo nejen lyže našich nejlepších, ale i pokusy např. s umělou hmotou atd.

Nakonec i ta krkonošská prkýnka Jarou Cardala, na kteréž jel tolik světových závodů, by jistě uměla mládeži hodně vyprávět.

BOHUSLAV SÝKORA

**LYŽAŘI, NACVIČUJTE SPARTAKIÁDNÍ
SKLADBU S PLNÝMI MÍČI!**

SLOVO TURISTY

lyžaře

V prosinci minulého roku jsem se zúčastnil kursu instruktorů lyžařských cvičitelů v Krkonoších. Dověděl jsem se tam nejen podrobnosti o nové učební osnově nezávodního lyžování, ale také mnoho zajímavého o zásadách při provádění výcviku širokých mas pracujících a mládeže i o smyslu a cílech, kterými jsou pracovníci UMK LS při propagaci a rozšiřování lyžařského sportu vedeni.

Mají vodit také své svěřence do terénu, chodit s otevřenými očima a naučit je mluvit zimní horskou přírodou. Myslím, že je správně využívat co nejvíce lyžařských zařízení, jako jsou lanovky a lyžařské vleky, a to hlavně k zintenzivnění výcviku a k rozjezdění, ale na druhé straně skutečně nezapomínat na jízdu v terénu, která je nám neocenitelnou školou.

Dá se správně vycházet z co nejširší masové základy a naučit co nejvíce dospělých i mládeže chodit do hor a lyžovat. Čím větší počet mladých nám přijde na lyže, tím snazší bude pak také výběr lyžařských talentů pro závodní lyžování. Velkým přínosem je rovněž rozšíření výcviku na běžkách v instruktorském kursu z jednoho na tři půdní. Záleží teď jenom na instruktorech a cvičitelích, aby tuto snahu UMK přenesli až do základních výcvikových kursů a do činnosti jednot. Tím pomůžeme nejen ke zvýšení úrovně běhu na lyžích, ale přivedeme i více lyžařů do terénu. Zůstává sice problém lyžařské výzbroje, poněvadž lyže a hlavně vázání nevyhovují prozatím oběma účelům, tj. jezdění na sjezdovkách nebo v terénu kolem lanovek a jezdění v terénu a pochodům na druhé straně. Tomu, aby si široké masy lyžařů opatřily výzbroj jak sjezdářskou, tak i běžeckou, brání opět vysoké ceny výzbroje. Doufejme však, že se i tento problém vbrzku vyřeší.

Chtěl bych však také osvětlit náplň a dnešní pojetí turistiky a říci několik slov o tom, jak turisté chtějí přispět k rozšiřování zimní turistiky a lyžařského sportu.

Turistika se skutečně již stává celoroční činností. Je to však samozřejmé, poněvadž všestranní turisté se mohou vyžít při provádění turistiky v každém ročním období.

Dnes si již nepředstavujeme pod pojmem turista jen pěšáka s holí ozdobenou štítky a rancem na zádech, ale vžívají se stále více další druhy turistiky, jako cyklistická, vodácká a lyžařská. Snahou pracovníků na úseku zimní turistiky je, co nejvíce propagovat a rozšiřovat zimní turistiku a docílit toho, aby pojem zimní turistika byl shodný s pojmem turistika na lyžích. Se zvyšováním životní úrovně přibývá také stále více majitelů osobních automobilů a také zde je úkolem při provádění mototuristiky prosazování celoroční činnosti a využití motorových vozidel k zpřístupnění lyžařských terénů těmto členům turistických odborů.

Náplň zimní turistiky je bohatá. Pro

zájemce o závodní činnost jsou pořádány zimní orientační závody, ostatní pak mohou soutěžit v získávání výkonnostních tříd po linii zápočtových cest, pod kterýmžto pojmem rozumíme delší putování po předem připravené trase při předepsané počtu dnů a kilometrů. Pro zájemce o »rekreační« turistiku jsou pořádány, a to mnohdy ve spolupráci s lyžařským oddílem jednoty nebo s odborem ZTV, kratší nebo delší zájezdy do hor. Členům se rovněž doporučuje účast na Sokolovském závodě branné zdatnosti.

Nikomu se nebrání v příležitostné účasti na lyžařských závodech a je namístě, aby se Tito »příležitostní« závodníci stali současně členy lyžařského oddílu jednoty. Při lyžařském výcviku mládeže je povinností cvičitelů, aby schopným jedincům doporučovali členství v lyžařském oddíle a předávali je do péče zkušeným trenérům.

Zimní turistika je pouze jedním úsekem celoroční práce turistického odboru, a proto se nezakládají zvláštní odbory zimní turistiky. Provádí se na stejných zásadách jako ostatní druhy a OT se snaží jí dát dostatečnou kulturně poznávací náplň, připravit členy pro její provádění seznámením se základními turistickými znalostmi (topografie, stravování a vaření v přírodě, stanování a bivakování, zdravotní a první pomoc, nebezpečí v horách apod.) a stará se také o technický výcvik svých členů v ovládnutí »přesunového prostředku«, kterým jsou lyže.

Bylo by nesprávné se domnívat, že turista nemusí dokonale ovládat základní lyžařskou techniku. Rozdíl je

pouze v tom, že u turistů je správné zvládnutí lyžařské techniky pouze prostředkem k vlastnímu provádění činnosti a výuka je zaměřena na dokonalé a stylové zvládnutí základních prvků umožňujících bezpečnou jízdu v terénu a ekonomické zdolávání vzdáleností.

Z uvedeného vyplývá, že mezi turisty a lyžaři je nutná spolupráce, a to především na úseku metodickém. Proto již v roce 1957 byla uzavřena dohoda, podle které komise zimní turistiky respektuje metodické pokyny lyžařské sekce a navíc volá ke zkouškám cvičitelů zimní turistiky, které se konají na závěr ústředních škol zimní turistiky, zástupce UMK LS. Proti tomu se podle uvedené dohody přiznává lyžařským cvičitelům, kteří jsou současně cvičiteli turistiky, jejich zimní specializace bez dalšího školení nebo skládání zvláštních zkoušek.

Lyžařským cvičitelům se podle této dohody dále uznává činnost v turistice jako rovnocenná činnosti lyžařské při prodlužování platnosti cvičitelských průkazů.

Doufám, že plodná spolupráce přinese ovoce na obou stranách. Turisté jistě pomohou při rozšiřování lyžařské turistiky a lyžování mezi mládeží ve vyhledávání nových lyžařských talentů, společně s lyžařskými oddíly umožní co největšímu počtu členů jednot zájezdy nebo pobyt na horách a budou spolupracovat při lyžařském výcviku. Naproti tomu mají lyžaři závodníci možnost při své letní činnosti zúčastnit se některých turistických akcí po vzoru předních lyžařských závodníků, jako je např. mistr sportu Ija Matouš, nebo závodníci Hrubý, Hrnčiar a další, kteří dosáhli úspěchy již i v závodní turistice.

Naším společným cílem musí být přivést co nejvíce lidí do přírody, na hory a na lyže.

M. SATORI,

člen komise zimní turistiky ÚOT

Malý fatranský Kriváň. Pohled z cesty na Kravarské.



Fyzikální výklad švihů na lyžích



Úspěšný vpád nové lyžařské školy na kolbiště lyžařů, její jasné vítězství v technických disciplínách mělo za následek přezkoumání dosavadní lyžařské techniky a nástup nové lyžařské techniky, více méně podobné technice rakouské školy. Při tom jsme si

uvědomili, že stejného výsledku, například švihů doprava, je možno docílit jak otočením rameny doprava («francouzská škola»), tak i švihnutím rameny doleva («rakouská škola»). (Pro jednoduchost budeme školy označovat podle zemí jejich vzniku.)

Podíváme se na oba styly, zda neodporují zákonům fyzikální mechaniky, jimiž se všechny pohyby, tedy i jízda na lyžích musí řídit. Nejprve si objasníme zákon zachování rotačního impulsu, jímž se řídí rotační pohyby těles. Po krátkém a zjednodušeném popisu rakouské a francouzské školy a po vyzdvížení podstatných rozdílů v provádění švihů podle obou škol jasně vysvětlíme jejich fyzikální opodstatnění i jasná výhoda švihů, prováděných podle rakouské školy.

Jedinou poučkou, již budeme z mechaniky potřebovat, je zákon zachování rotačního impulsu. Tento zákon nám říká, že pro těleso nebo několik těles navzájem spolu otočně spojených, na něž nepůsobí žádné vnější síly, jež by mohly točit tělesem, zůstává rotační impuls zachován. Rotační impuls je součinem momentu setrvačnosti a úhlové rychlosti (rychlosti otáčení) tělesa. Moment setrvačnosti je vlastnost tělesa úměrná hmotě tělesa a čtverci vzdálenosti jednotlivých jeho částí od osy otáčení; je tedy možno jej pro náš případ považovat za konstantní.

Příkladem tohoto zákona je každý setrvačnick (vlček, káča, setrvačnický na motorech), který by se stále točil, kdyby nebyl brzděn. Zde je moment setrvačnosti stejný, a proto je i rychlost otáčení teoreticky stále stejná. Z tohoto zákona plyne i samozřejmý důsledek, že se setrvačnick, pokud na něj nepůsobíme žádnou silou, sám neroztočí. Tento důsledek je zcela samozřejmý, avšak zcela samozřejmým není vysvětlení toho, jak je možné, že kočka vždy, když padá, dopadne na nohy a nikdy nedopadne na záda, i když na začátku pádu je otočena hřbetem dolů. Kočka se nemůže ve vzduchu o nic opřít, ani na ni nepůsobí žádné síly. Při bedlivém pozorování zjistíme, že chce-li se kočka ve vzduchu otočit například doleva, točí při tom prudce ocasem doprava. Tím je její otáčení vysvětleno. Rotační impuls celé mechanické soustavy, v našem případě kočky, zůstává zachován, protože rotační impuls těla kočky (malé otočení těla kočky) je vyrovnán rotačním impulsem opačného směru, který vyvolá velké otočení jejího ocasu. Podobným způsobem je možno vysvětlit i způsob, jímž člověk vyrovnává ztracenou rovnováhu. Stojí-li člověk na volném prostranství, kde není možno něčeho se zachytit, a ztratí-li najednou rovnováhu (padá-li například dopředu), zatočí oběma rukama dozadu, čímž tělo vyrovná rotační impuls tak, že se vrátí do své původní polohy. V obou těchto případech pro celou soustavu (kočku, člověka) zůstává rotační impuls zachován, i když se rotační impulsy jednotlivých částí těchto soustav mění, avšak tak, že se navzájem vyrovnávají.

Tyto příklady z praxe nejsou příliš názorné, poněvadž se pohyb vždy odehrává příliš rychle a přes otáčení se překládá ještě jiný pohyb (pád u kočky). Na zcela jasné znázornění by bylo třeba mít nějakou volně otočnou desku či stoličku.

Postavíme-li se na ně, tvoříme »volnou soustavu« (až na malé tření v ložiskách) a bude pro náš pohyb platit přesně zákon zachování rotačního impulsu. Zjistíme, že otočit nohama na jednu stranu vyžaduje skutečně otočení tělem na druhou stranu, a že to dokonce ani jinak není možné

I při švihcích na lyžích je možno si představit lyžaře jako mechanickou soustavu skládající se ze dvou setrvačnicků spolu navzájem otočně spojených. Jedním setrvačnickem budiž horní polovina těla s pažema a holemi, přibližně ke kyčlím a jako druhý setrvačnick spodní část těla s lyžemi. Ve skutečnosti není v těle lyžaře pouze jediný kloub, avšak pro výklad fyzikální podstaty navržené zjednodušení zcela postačí.

Nyní si zopakujeme nejdůležitější pohyby při provádění švihů podle obou lyžařských škol: Lyžař má na svahu provést oblouk například na levou stranu. Při provádění švihů podle francouzské školy lyžař předem otočí horní část těla na opačnou stranu (doprava) a pak roztočí tělo doleva, na stranu, na níž se chce otočit i s lyžemi. Nyní lyžař zpevní klouby proti otáčení a současně sníží těžiště. Tím odlehčí lyže, dostane se do smyku a otočí se na správnou stranu — doleva.

Pozorujeme nyní lyžaře provádějícího švih podle rakouské školy. Na první pohled se chová paradoxně a nelogicky. Chce-li se točit lyžemi doleva, otočí horní částí těla doprava a současným snížením těžiště odlehčí lyže a lyže se otočí tam, kam chce, doleva. Avšak podle toho, co jsme si již řekli, je vysvětlení tohoto švihů zcela samozřejmé. Snížením těžiště se odlehčí lyže od sněhu, takže je možno pokládat lyžaře za volnou soustavu (nepůsobí na něho síla tření lyží o sněh) a pak zcela samozřejmě musí být rotační impuls celé soustavy zachován. Jestliže se nyní jeden setrvačnick (horní část těla) roztočí na jednu stranu, musí se druhý setrvačnick volně soustavy (dolní část těla s lyžemi) otočit na druhou stranu. (Pohyb lyžaře dopředu jsme nemuseli uvažovat, poněvadž k rotačnímu pohybu nepřispívá. Ze stejného důvodu nemusíme uvažovat vliv zemské tíže.)



Ze stručného popisu obou škol jasně vysvětluje převaha rakouské školy nad francouzskou. Tato převaha se musí nejvíce projevit v technických disciplínách, jak jsme viděli na posledním mistrovství světa. Před každým švihem francouzské školy se musí

lyžař předem připravit alespoň malým přetočením na druhou stranu a před tím, než odlehčí lyže, musí být již jeho tělo roztočené. Naproti tomu při provádění švihů rakouské školy taková příprava předem není vůbec nutná a je možno provést švih okamžitě, bez jakékoliv předběžné přípravy.

Ze shora uvedeného popisu též vysvětluje další výhoda rakouské školy — švihy je možno mnohem snadněji provádět na zledovatělém terénu, poněvadž není nutno před švihem opevnit lyži o terén tělo roztočet jako při škole francouzské. Podobná výhoda se projevuje i v nerovném terénu, na tzv. bouřích, kde při rakouské škole je možno provést otočení i tehdy, když již boule lyžaře vyhodila do vzduchu, kdežto při škole francouzské není možno následky takového překvapení již zdolat.

Vysvětlili jsme si na základě zákona o zachování rotačního impulsu provádění švihů na lyžích jak podle francouzské, tak podle rakouské školy a vidíme, že oba způsoby provádění švihů se přesně řídí tímto fyzikálním zákonem. Ukázali jsme si, že celkem jasné musí být rakouská škola při závodních technických disciplínách výhodnější než škola francouzská, poněvadž je pohotovější, švihy se snadněji provádějí v těžším terénu, na ledu, v bouřích. Proto můžeme tvrdit, že i pro lyžaře, který nechce provádět sjezd a slalom závodně, je rakouská škola výhodnější, a jestliže bude od začátku správně pochopena, bude i její výcvik snazší a lehčí.

JIRÍ VRÁNA

Horská služba v Krušných horách

Vracím se ve vzpomínkách zpět, kdy občané v Jirkově u Chomutova, si překvapeně prohlíželi několik mužů s nehorázně velkými batohy. Kdo je to, zněly tiché otázky? Milovníci hor stejně tiše sdělovali: »členové Horské služby, kteří mají svůj seminář v lyžařském středisku Pyšně«.

Není divu, že mnoho lidí nezná členy HS, vždyť byla teprve nedávno ustanovena přičiněním krajského výboru ČSTV v Ústí nad Labem a hlavně iniciativou několika jedinců.

Kdo se stále toulá v horách, může vám o jejich práci hodně vyprávět. Po vzoru HS jiných oblastí dávají členové krušnohorské Horské služby na rozcestí ukazatele a vkusně provedené mapy.

Rozcestníky a mapky nejsou tu zvláštností a v podobě fotografie je možno (na některých chatách) obdržet část mapky úseku, ve kterém se právě nalézáte. Dnes se nemusíte bát zablouzení při svých lyžařských túrách po Krušnohoří.

Se stoupajícím ruchem a výstavbou lyžařských středisek, stoupá i důležitost Horské služby. Nezapomínejte, že HS jsou dobrovolní pracovníci, jež slouží po svém zaměstnání všemu našemu lidu.

Neničte rozcestníky, ukazatele a zimní znače-

ni, neztěžujte jim odpovědnou práci. Služba HS se zde buduje a začíná z mála. Postupem času si na členy Horské služby zvyknete a jistě s nimi budete rádi spolupracovat.

Vybavení středisek je skromné, a v některém středisku se teprve buduje. Na mnoha místech

nejdou telefony, a národní výbory nechápu správně poslání Horské služby.

Přijďte do Krušných hor a posuďte sami, co se změnilo během dvou let.

Nezapomeňte však, že i Krušné hory jsou v zimě zrádné a nepodceňujte výstrahy HSI! K. B.

Pozor na omrzliny

Mráz a slunce...

Je krásné vyjet si za slunečného dne na lyže, do lesa nebo na zasnežené pláň. Lyžování nás obohacuje citově i tělesně. Ale nezdírka tomu bývá i naopak. Bezstarostný lyžař se po několika hodinách, strávených na mrazivém vzduchu, octne najednou s omrzlinou u lékaře.

JAK SE VYHNEME TĚTO NEPŘIJEMNOSTI?

Musíme si uvědomit, že k nachlazení jsou náchylní především lidé, kteří nejsou otužilí a jsou zvyklí pořádně se balit. Proto je důležité zvyknout si hned za prvních mrazivých dnů být na vzduchu ve vhodném oblečení z látky, která špatně vodí teplo a dostatečně propouští vzduch. K tomuto účelu se nejlépe hodí trikotinové prádlo, vlněné košile a kalhoty. Větrovky chrání sportovce před větrem.

Obuv nemá být těžká, těsná a příliš měkká. Do bot se vkládají vložky. Aby do obuvi nepronikala voda, musí se pravidelně mazat tukem. Na nohy bereme vlněné ponožky, obvykle dvě páry, bez záplat a hrubých švů, abychom se vyhnuli odřeninám.

Podstatný význam v profylaxi omrzlin má čistota kůže a strava. Tělesná špina vyvolává, jak známo, kožní onemocnění a při něm snáze dochází k omrzlinám. Přijímání stravy, zvláště teplé, zvyšuje značně tělesnou teplotu. Proto nemáme lyžovat na lačný žaludek.

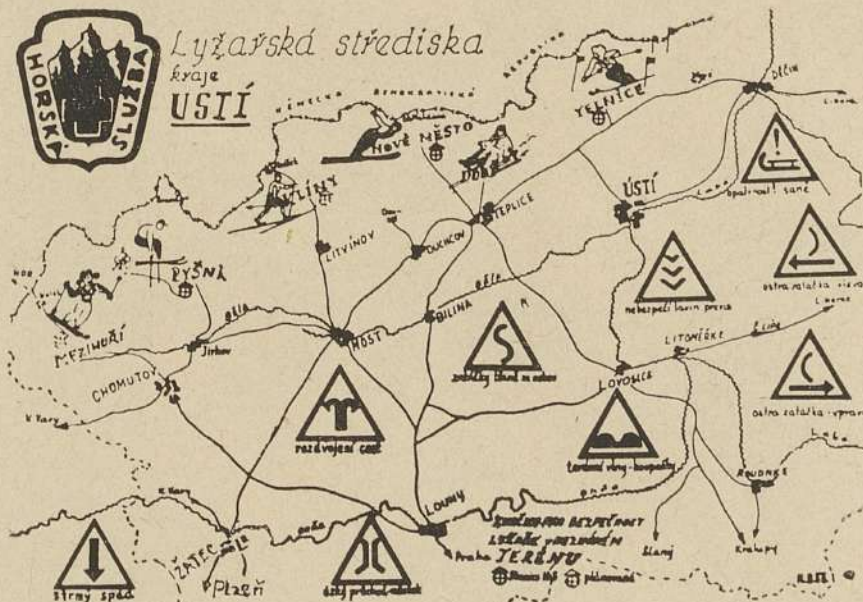
Ale co, když přes všechna tato opatření, utrpíte vy, nebo váš přítel omrzliny? Co učiníte potom?

Dosud převládá názor, že nejlepší prostředek proti omrzlinám je tření sněhem. Není to správné. Sněh ještě více ochlazuje tělo a kromě toho ledové krystalky, které se ve sněhu nalézají, mohou poranit kůži a způsobit infekci.

Při lehké omrzlině (zpočátku pocítujeme píchání a svrbění kůže, která náhle zbledá a stává se necitlivou), je nejlépe zasažené místo třít vlněnou rukavicí nebo šálou. Když se dostanete do teplé místnosti, třete kůži energicky alkoholem pokud nezhřevná. Potom se teple zabalte a vypijte horké mléko.

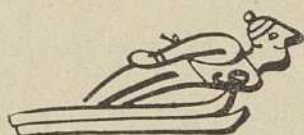
Stejná pomoc jako při lehkých omrzlinách poskytuje se také při těžkých omrzlinách. Ale jestliže se na těle objevily puchýře, nedotýkejte se jich. Na puchýře položte sterilní obvaz a pokud možno nejrychleji dovedte nemocného k lékaři.

Nejtěžší stupeň omrzlin nastává tehdy, když člověk ztrácí vědomí a začíná tuhnout. Abyste postiženého přivedli k vědomí, přeneste ho opatrně do místnosti, sejměte z něho šaty a teplo ho zabalte. Potom mu nalejte do úst horký nápoj a začněte ho třít lihem. Jestliže nezačne dýchat, zaveďte umělé dýchání. Když ztuhlý člověk přijde k sobě, dejte mu najíst a zařídte dopravu k lékaři.



JASNÁ AKO BUDÚCE LYŽIARSKÉ STREDISKO?

ROK 1953 — KRÁTKA HISTÓRIA



Máme ešte v živej pamäti telovýchovu organizovanú po linke sektorov a spravovanú ROH. Nebudeme o tom polemizovať, či bola správna alebo nie. Píšeme o nej preto, že vlastné

dejiny výstavby Jasnej ako lyžiarskeho strediska začínajú v tejto dobe.

Ústredný výbor Dynama v Prahe došiel na základe dlhodobých pozorovaní a informácií miestnych športových činiteľov v Jasnej súdruhov Lutonského, Benku, Ferienčíka, Šlachtu a iných k uzáveru, že v Demänovskej doline oblasť Chopku a Derešov je jedným z miest, kde sneh vydrží do neskorej jari (máj—jún) a táto skutočnosť by sa mala náležite využiť. Rozhodol sa pre stavbu zimného strediska. Všetky potrebné začiatky (zamerania, vyvlastňovacie, kúpopredajné, nájomné zmluvy, územný plán atď.) boli už takmer hotové. Stredisko malo sústreďovať okrem príslušných stavebných objektov aj štadión s umelou ľadovou plochou, štartami a cieľom bežeckých, zjazdových a slalomových tratí, skokanské mostíky a pod.

Reorganizácia všetky plány oddialila, prebudili sa alebo lepšie povedané začali mravčou prácou pokračovať mikulášski lyžiarski pracovníci. Vedeli, že predpokladané dielo malo si vyžiadať nákladu niekoľko miliónov, no to ich neodradilo — začali pomaly s pevnou vôľou vytvoriť hodnoty — bez miliónov.



OKTÓBER 1958 — PRÍTOMNOSŤ

Dohotovená náročná zjazdová trať o meniteľnej dĺžke od 1500—3500 metrov, 40 m široká, s výškovým rozdielom 920—1000 metrov, idúca z Chopku — priehybskou stranou — ochranným lesom s cieľom »Na Záhradkách«. Po celej dĺžke skabelizované so siedmimi vývodmi pre kontrolné miesta a možnosťou okamžitej montáže elektrického merania.





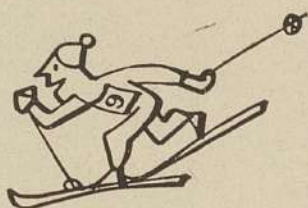
Slalomový svah o dĺžke 450 m, 60 m široký a s výškovým rozdielom 210 m, taktiež stabilne telefonizovaný s možnosťou postavenia troch kol naraz.

Dve štandardné bežecké trate 15 km dlhé, z nich jedna vysokohorská so štartom a cieľom pri Mikulášskej chate — zas čakajú na bežcov. Chceme vychovať aj mladých skokanov, ktorí budú môcť skúšať svoje umenie na mostíku s kritickým bodom 35 m na Lúčkach.

Nezávodné lyžiarstvo a jeho milovníkov chceme omnoho viac spopularizovať, a preto sme pre nich pripravili novú, 4500 m dlhú plynulú turistickú zjazdovku s medzistanicou Luková s cieľom u štartu lyžiarskeho vleku.

Plastické mapy tratí, vlastný rozhlas, dostatok slalomových tyčí, päť sád čísiel s emblemom Jasná, praporky a terče zdajú sa byť samozrejmosťou — všetko však vyžadovalo veľa práce a starostlivého úsilia.

ROK 1960 — BUDÚCNOSŤ



Vybudovanie kropiaceho zariadenia na slalomový svah (možno už v tejto sezóne) príjemne prekvapí slalomárov. Postaviť novú zjazdovú trať o dĺžke 4000 m s potrebnými požiadavkami pre medzinárodné preteky.

Pre letné tréningy bežcov postaviť umelú trať o dĺžke 400 m, pre skokanov taktiež umelú hmotu na mostík.

Na Záhradkách vystaviť lyžiarsku chatu o 50 lôžkach s príslušenstvom. Nový lyžiarsky vlek a nové

turistické zjazdovky majú len doplniť všetky tieto zariadenia.

Tolko o lyžiaroch-pracovníkoch.

Čakáme však pomoc aj z druhej strany. Je to v prvom rade Turista, n. p. Všetky tieto zariadenia nebudú slúžiť výlučne lyžiarom-pretekárom, ale aj turistom a širokej pracujúcej verejnosti. Doterajšia posteľová kapacita absolútne nestačí a pevne veríme, že ak aj určitá zaujatosť nepraje výstavbe Jasnej, potreba samotná vynúti si čo najskôr riešiť problematiku okolo stavieb hotelov, kanalizácie a celoročne schodnej cesty až k údolnej stanici výtahu, prebudovať sedačkový výťah na 4-miestne kabínový a pod.

Čakáme podporu aj od zainteresovaných zložiek ľudovej správy a ďalších pracovníkov, aby výstavba Jasnej nebola len záležitosťou pár nadšencov telovýchovnej jednoty Dynama Nízke Tatry, lebo hodnoty, ktoré tvoríme, budú patriť nám všetkým a veríme, že to robíme dobre tak, že »nezačínáme stavať dom od komína«, ale od základov.

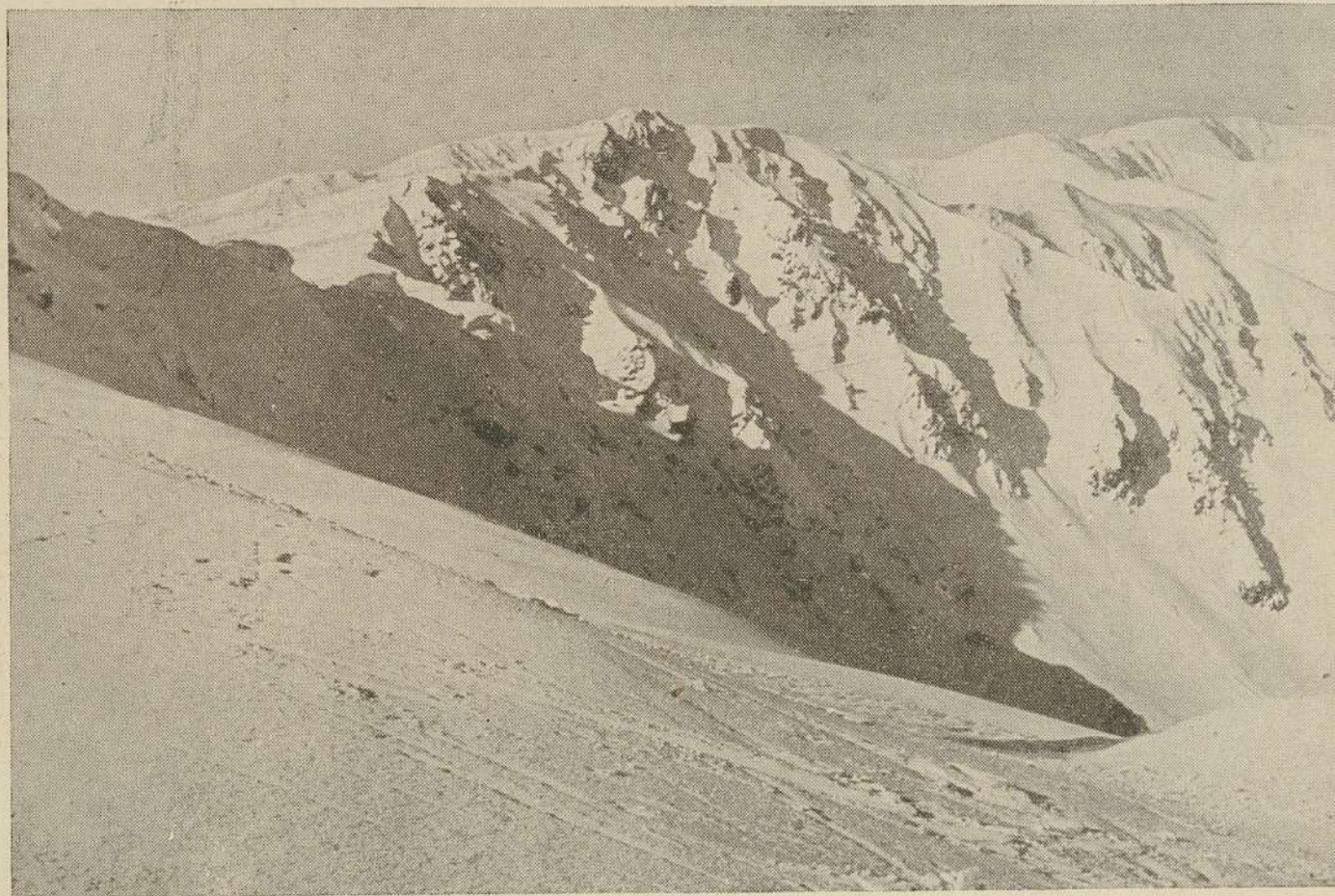
A nakoniec: Bolo správne rozhodnutie komisie pre výstavbu Jasnej?

»Komisia lyžiarskej sekcie SVTVŠ na zasadnutí 26. 5. 1956 konštatovala, že Demänovskú dolinu nie je možné považovať v prvom rade za športové stredisko. Konfigurácia terénu nedovoľuje rozvinúť zjazdové trate s patričným sklonom na prístupných miestach. Tak isto je nedostatok slalomových svahov, ktoré by bolo možné použiť aj pri menej priaznivom počasí. Dnešná zjazdová dráha je v hornom úseku trochu plochá a celkove málo variabilná. Za najlepšie zjazdárske stredisko považuje komisia t. č. Vrátnu.«

Doslovne sme citovali rozhodnutie lyžiarskej sekcie pri bývalom SVTVŠ a veríme, že toto rozhodnutie na základe dnešnej skutočnosti bude zmenené.

Mikuláš je mesto medzi horami a my si chceme súčasne vzorne vybudovať obidvoje.

ONDREJ FOGEL



O STARTU PŘI SJEZDOVÝCH ZÁVODECH

Článek J. Čejky v 10. čísle Lyžařství byl velmi účelný. O problému, kterým se článek zabýval, se v uplynulé zimě skutečně mnoho debatovalo. A přece mohl logický rozbor pravidla o startu v rozmezí plus minus 1 vteřina a porovnání s ostatními ustanoveními o startu dovést každého k jasnému vědomí, že se start na povel »Jedna!« nemůže týkat měření ručního.

Nejasnost nevznikla jenom nepřesnou úpravou závodních pravidel, ale také snahou mnohých rozhodčích ukázněně dodržovat znění pravidel »do posledního písmene«. Je to také známkou, že málo rozhodčích promýšlí hlouběji závodní pravidla. Hlavně rozhodčí nejvyšších kategorií by měli pravidla soustavně studovat, aby je pomáhali zpřesňovat, aby byli učitelé nových a nezkušených rozhodčích.

Pravidla sestávají lidí. I mezinárodní pravidla vždy mívají slabá místa.

Naše pravidla vycházela vždy z platných pravidel mezinárodních, aby naši reprezentanti nebyli při mezinárodních závodech v něčem poškozeni z nezvyku na mezinárodní ustanovení a aby se naši rozhodčí nedopouštěli chyb při mezinárodních závodech pořádaných u nás. Pro mezinárodní závody ovšem platí ve všem mezinárodní pravidla, pro naše vnitřní závody jen naše pravidla. A v mnohém se tato dvojí pravidla nutně liší.

U nás musíme zajišťovat mezinárodní závody stejně pečlivě, jako to dělají v cizině. A protože naši pořadatelé mnohokrát prokázali, že dovedou mnohé udělat lépe než leckde v cizině (a nemíním jenom vzornou osobní péči o cizí závodníky a hodnotu cen pro ně), je třeba, abychom v prvé řadě byli vždy schopni soutěžit s cizinou v technickém provedení závodů.

K tomu například patří i dobrá znalost a vyspělost činovníků. Startér je ve sjezdových disciplínách jedním z nejdůležitějších. Jeho výkon se nedá tak pojistit proti možným chybám jako práce činovníků v cíli nebo strážců branek. Protože startér má bezprostřední styk se startujícími, ovlivňuje závodníky. Je třeba, aby působení startéra na závodící bylo kladné, regulérní a nestranné. Sebelepeší znění pravidel a sebezpřesnější přístroje nezachrání to, co pokazí špatný startér. Proto je třeba pro tuto funkci při každých závodech určovat nejschopnějšího. Opak by byl porušováním smyslu pravidel. Ta nemohou podrobně vyčerpávat všechny úkoly, povinnosti, prostředky a způsoby práce startéra, ale snaží se dát jasnou směrnici pro co nejsprávnější a nepřesnější start.

Osobnosti startéra by se měla zabývat školení a doškolení rozhodčích.

Zmínil jsem se o práci startéra proto, abych zdůraznil, že jej nelze pominout při řešení startovních problémů.

Vratme se však k samotným pravidlům. Návrat k startovnímu povelu, který umožňuje využít rytmu ke zpřesnění startu je jedině správný. Povel: »Pět vteřin!« »Při-

Dr. JIŘÍ JELÍNEK

pravit!« »Teď!« (stejně jako »Připravte se!« »Pozor!« »Teď!«) je účelný jenom tam, kde intervaly mezi částmi povelu nejsou

pravidly určeny příliš přesně. Startér sprintů v atletice má úpravou intervalu docílit úplného uklidnění a soustředění závodníků před výstřelem.

Lyžařský startér musí ve sjezdu a v obřím slalomu startovat v určený čas a má startovní okamžik co nejpřesněji označit závodníkovi, někdy i telefonicky časoměřičům. Ani výstřel, písknutí, krátký ostrý povel nevyklučuje chyby, protože startér musí sledovat i hodiny i závodníka. Je velkým omylem domnívat se, že startérův pomocník může přesně za startéra rozhodnout časově správně či nesprávně odstartování závodníka. Rytmičkový povel však může usnadnit startérovi i závodníkovi provést povel zcela přesně. Rytmus povelu se dá dokonale nacvičit.

Startér si musí být vědom, že dovršení každé vteřiny musí vyznačovat co nejkratším a vždy stejným vyslovováním čísel pět až jedna i vlastního povelu »Teď!«. Pro toto úsečné a výrazné taktování je třeba hlasové modulace, která do jisté míry zkrusluje výslovnost.

Všechny části povelu by měly být časově stejně dlouhé, aby byl povel skutečně rytmický. Slova pět, tři, dvě a teď jsou kratší než dvojslabičné čtyři nebo jedna. Startér se musí učit vyslovovat úsečně tyto části podle vteřinové ručičky tak dlouho, až je všechny umí velet zcela úsečně a v přesném vteřinovém rytmu.

Je správné, že mezinárodní pravidla jednají v podstatě jen o elektrickém měření, které je nesporným pokrokem.

Naše pravidla nemohou však počítat pro sjezdařské závody jen s elektrickým měřením. Naprostá většina našich závodů se přece měří ručně a v budoucnosti bude stále mnoho závodů, které se budou měřit ručně. A nesmíme přece odbývat menší závody a trpět nepřesné startování a měření časů na závodech nižšího řádu. Každý závod a u mládeže zvláště, musí být přece výchovný.

Máme proto při každém závodě vychovávat závodníky i rozhodčí také k přesnosti a k poctivosti a pro vyšší závody. Žádné chytračení s dřívějším odstartováním není zdravé.

U elektrického měření jde o sebeklam toho, kdo si myslí, že je ve výhodě, když odstartuje dříve, než je dán startovní povel. A u měření ručního by to byla nepoctivá snaha urvat pro sebe výhodu. Naopak je třeba naučit závodníka startovat tak soustředěně, přesně a rychle, aby neztrácel zbytečně ani desetinku, která mu pak třeba chybí. Často vidáme závodníka při odstartování buď neukázněně nedočkavého, nebo zase flegmaticky nedbalého.

Na VCS 1958 měli při elektrickém měření možnost naši i cizí závodníci vyrazit na trať dříve až o 1 vteřinu, ale nejčastěji byl start 2/10 vt. po povelu »Teď!«. S ohledem

● MEZINÁRODNÍ ZÁVODY ŽEN V GRINDELWALDU

V první polovině ledna byl uspořádán již 21. ročník tradičních mezinárodních lyžařských závodů žen ve švýcarském Grindelwaldu. U startu se sešly reprezentantky 17 zemí, mezi nimiž bylo mnoho vynikajících lyžařek. Výsledky závodů: Běh na 10 km: 1. S. Rantanenová 47:05 min., 2. P. Korkeeová (obě Finsko) 47:50 min., 3. R. Borgesová (NDR) 48:26 min., 4. I. Nieminenová (Finsko) 48:45 min., 5. H. Gasteniová (Polsko) 49:06 min., 6. Ch. Göhlerová (NDR) 49:12 min., 7. S. Edströmová (Švédsko) 49:20 min., 8. J. Peksaová (Polsko) 49:23 min., 9. E. Spiegelhauerová 49:25 min., 10. S. Kallusová (obě NDR) 49:26 min.

Obří slalom (trať dlouhá 1050 m s výškovým rozdílem 315 m a 46 brankami): 1. B. Sniteová (USA) 1:44:4 min., 2. D. Thélängeová (Francie) 1:45:6 min., 3. P. Rivaová (Itálie) 1:46:2 min., 4.—5. H. Hofherrová (Rakousko) a A. Sandviková (Norsko) obě 1:46:4 min., 6. J. Schirrová (Itálie) 1:46:9 min.

Slalom: 1. H. Mittermeyerová 116,1 vt. (54,8 a 61,3 vt.), 2. B. Hennebergerová (obě NSR) 116,4 vt. (54,3 a 62,1 vt.), 3. A. Waserová (Švýcarsko) 116,5 vt. (55,4 a 61,1 vt.), 4. P. Pitouová (USA) 117,7 vt., 5. A. Meggllová (NSR) 118,3 vt., 6. M. Chamotová-Berthodová (Švýcarsko) 118,4 vt.

Sjezd (trať dlouhá 1300 m s výškovým rozdílem 315 m a 23 brankami): 1.

P. Pitouová 1:27,4 min., 2. B. Sniteová (obě USA) 1:28,2 min., 3. H. Hofherrová (Rakousko) 1:29,1 min., 4. M. Chamotová-Berthodová (Švýcarsko) 1:29,2 min., 5. D. Thélängeová (Francie) 1:29,4 min., 6. M. Haraldsenová (Norsko) 1:29,5 min.

Alpská kombinace: 1. P. Pitouová (USA) 0,83 b., 2. H. Hofherrová (Rakousko) 3,12 b., 3. M. Chamotová-Berthodová 3,17 b., 4. A. Waserová (obě Švýcarsko) 3,65 b., 5. D. Thélängeová (Francie) 4,58 b., 6. A. Heggveitová (Kanada) 5,23 b.

Stafeta 3X5 km: 1. Švédsko (Martinssonová, Johanssonová, Edströmová) 1:18:24 hod., 2. Finsko (Korkeeová, Nieminenová, Rantanenová) 1:18:49 hod., 3.

na dobu od vyrazení vpřed k otevření branky o potřebný úhel možno říci, že to byly starty přesně na povel. Jen 2 závodníci průměrně při každém závodě vyrazili na trať dříve a otevřeli branku před povel «Teď!». Menšina závodníků (převážně slabších) se se startem zbytečně opožďovala. Nebylo to v naprosté většině proto, že by měli fyziologicky pomalejší reakci na povel, ale proto, že se tak nesoustředili ke startu a neměli tolik bojovnosti. Takovýto závodníkův nedostatek mu nemají opravovat závodní pravidla tím, že se mu začne počítat čas závodu až přetne startovní linii. To by nebylo výchovné. Tento nedostatek si musí odstraňovat závodník a jeho trenér.

Zavěli-li startér «Teď!» při elektrickém měření o desetinku dříve či později, nezmenší to samo o sobě přesnost měření času, ale činí to nepřesným kontrolní ruční měření. Kazí to však cit závodníka pro přesnost intervalů povelu. Při ručním měření však každá odchylka větší než 5 setin vteřiny je už zneřádněním startu.

Startovní povel, rytmicky odměřující poslední vteřiny, plně vyhovuje pro ruční i elektrické měření. Lépe než nějaké mechanické startovní znamení. Světelné (barevné či čitelné) znamení nemůže vyhovovat, protože by se závodník musel dívat jinam než na trať. Zvukové znamení (zvonek, houkačka či úder) nemá výhody proti přesně nacičeným povelům a mělo by stejný smysl jen při elektrickém měření.

Hlavním důvodem pro to, aby start byl prováděn rytmickým povel, ať se měří ručně nebo elektricky, je požadavek, aby závodník přesně nacvičoval start a vždy jej stejně prováděl na povel k vyrazení na trať.

Pravidlo, že startér drží hodinky tak, aby je startující závodník mohl sledovat, není nějakým zpřesněním startu. Závodník se většinou na hodinky ani nepodívá. Lecdý však přece ano, při přípravě ke startu. Ne však těsně před vyrazením, aby podle nich startoval. Vědomí, že jsou hodinky sledovatelné i okolními lidmi je ubezpečuje, že start bude velen poctivě a přesně. A to je správné a nutné. Přesnost a poctivost startéra je rozhodující.

Chybou úpravy mezinárodních pravidel je, že neuvádějí tenýž rytmický povel také pro start v běžích. Tím spíše, že se už řešily návrhy na měření běhů s přesností 1/10 vteřiny.

Tato nelogičnost by se však měla co nejdříve odstranit. U běžců sice není takové nebezpečí »ulít se« při startu, ale rozhodně by to některým běžcům ušetřilo často zbytečné ztráty u startu.

Běžec ani sjezdař nemusí ani při startovním povelu strnout do úplného klidu jako v lehké atletice. Běžec musí mít možnost ustavičného pohybu lyží, k vůli mazání. Sjezdař potřebuje někdy před startem posunout hůl, jednu nohu, přikrčit se, odklonit nebo předklonit se atd. To vše je dobře možné bez zmenšení přesnosti startu, je-li start připravován rytmicky.

Měla by se však sladit pravidla pro běhy i sjezdy, v tom, že před startem smí mít závodník před startovní čarou hole a přední část lyží, za startovní čarou však musí mít boty. Bylo by to další zpřesnění startu běžců.

Upravujte správně můstky

V právě probíhající lyžařské závodní období upozorňujeme všechny lyžařské pracovníky, a to nejen techniky, ale i rozhodčí a trenéry, že jsme byli v posledních letech častěji svědky téměř již pravidelných a vážných zranění našich předních závodníků ve skoku na lyžích. A to jak v přípravě, tak i v samých závodech.

Připomeňme si zranění a tím i vyrazení z přípravy a nakonec ze státní reprezentace na MS v Lahti ve Finsku jednoho z našich nejnadanějších skokanů Bulína, zranění mistra sportu Remsy a v současném závodním období vyrazení dalšího reprezentanta Vašuta.

Tato zranění vyřazující skokany ze sportovní činnosti i z výkonu povolání nutí nás, pracovníky na úseku lyžování, abychom se důsledně zabývali rozbořením příčin které tyto závažné nedostatky způsobují a tak nás připravují o nadějně reprezentanty.

Zde je tedy nutné svědomitě uvážit, jak postupovat při úpravě lyžařských můstků.

Přejeme si, aby náš příspěvek vedl všechny techniky k důslednému a hlubokému rozboru a zjištění nelostatků a k odstranění příčin ohrožujících zdraví skokanů.

Vyřešení této otázky vyžaduje plné odpovědnosti a poctivosti nás všech, abychom v době budování socialismu v naší vlasti přispívali svou prací v lyžařském sportu všemi prostředky k upevňování zdraví závodníků.

Proto je třeba, abychom okamžitě odstranili všechny až dosud zjištěné nedostatky, kterých jsme se dopustili, ať již při výstavbě nebo úpravě skokanských můstků a takto zamezili případným dalším zraněním sportovců.

Jako příklad uvedu některé nedostatky, které ohrožují zdraví skokanů:

1. Zanedbává se včasná úprava můstků již od prvního napadnutí sněhu. Nezpevňuje se doskočiště a dojezd řádným uslapáním po dalším nově napadlém sněhu.

2. Příčinou velmi vážných úrazů skokanů bývá při opomenutí právě shora uvedeného nedostatku (zejména na doskočišti) ta situace, že po zmrznutí horní vrstvy sněhu vzniká zmrzlá kůra, která při běžném zkoušení drží, ale při tvrdším dopadu skokana dochází k jejímu prořiznutí, zpravidla k pádu a pak ke zranění.

3. Dalším hrubým nedostatkem při úpravě můstku bývá nestejné složení sněhu. Například: na nájezdové věži vlhký sníh, na odrazovém stole částečně promísený se starým zmrzlým sněhem a na doskočišti neupravený a nepřizpůsobený sníh k uvedeným druhům sněhu. Tento nedostatek se zpravidla projevuje při větším množství čerstvé napadlého sněhu. Dochází k němu neodborným či nevhodným používáním zpevňovacích látek na sníh, jako salmiaku apod.

4. K ohrožení bezpečnosti skokanů dochází při nedodržení stanovených profilů (sklonu) podle projektů jednotlivých můstků, případně nedodržení stanovených norem již při jejich stavbě.

5. K častým zraněním dochází také ze strany neukázněných diváků, kdy pro pořadatelskou službu není zajištěn potřebný počet činovníků.

K odstraňování nedostatků a k rozboru příčin vážných zranění skokanů přistupujeme k době usilovných příprav na úspěšné provedení zimní části II. celostátní spartakiády a jsme si jistě všichni vědomi, že naše lyžařství si zasluhuje všestrannou péči.

JIRÍ FEIX,
předseda skokanské subkomise STK — ŮLS ČSTV

NDR (Borgesová, Göhlerová, Kallusová) 1:20:40 hod., 4. Polsko (Buková, Blegunová, Peksaová) 1:22:23 hod., 5. NSR (Czechová-Blaslová, Köhrerová, Hermleová) 1:23:23 hod., 6. Itálie 1:27:29 hod.

● RAKUŠAN OBERAIGNER VÍTEZEM 29. ROČNÍKU ZÁVODŮ LAUBERHORN

Tradičním zahájením mezinárodní lyžařské sezóny v alpských disciplínách byl 29. ročník závodů Lauberhorn ve Wengen (Švýcarsko). Přinesl úspěch Rakušanům, kteří zvítězili ve sjezdu, slalomu i v alpské kombinaci. Vítězem alpské kombinace se stal E. Oberaigner před Švýcarem R. Staubem.

Sjezd (2850 m, výškový rozdíl 740 m,

12 branek): 1. K. Schranz 2:41,7 min., 2. A. Molterer (oba Rakousko) 2:43,2 min., 3. R. Staub (Švýcarsko) 2:44,3 min., 4. B. Werner (USA) 2:44,4 min., 5. E. Oberaigner (Rakousko) 2:44,7 min., 6. H. Lanig (NSR) 2:44,8 min.

Slalom: 1. E. Oberaigner (Rakousko) 1:31,3 vt. (67,7 a 63,6 vt.), 2. H. Leitner (oba Rakousko) 1:36,2 vt. (70,9 a 65,3 vt.), 3. R. Staub (Švýcarsko) 1:37,9 vt. (69,3 a 68,9 vt.), 4. E. Zimmermann 1:39,1 vt., 5. P. Stiegler (oba Rakousko) 1:39,9 vt., 6. L. Leitner (Německo) 1:41,2 vt.

Alpská kombinace: 1. E. Oberaigner (Rakousko) 1:78 b., 2. R. Staub (Švýcarsko) 4:55 b., 3. E. Zimmermann 5:50 b., 4. H. Leitner (oba Rakousko)

5:66 b., 5. L. Leitner (NSR) 6:64 b., 6. F. Brupbacher (Švýcarsko) 7:54 b.

★

Toni Sailer nejlepším rakouským sportovcem. Již potřeť za sebou byl Toni Sailer rakouskými sportovními novináři vyhlášen nejlepším rakouským sportovcem. Získal 634 bodů a obsadil první místo před dalším lyžařským reprezentantem J. Riederem 536 b. Na třetím místě je krasobruslařka I. Wendlová se 433 b.

★

Per Erik Larsson zvítězil ve švédském závodě v běhu na 18 km zvaném Oxbergsloppet v čase 1:10:04 hod. Druhý byl jeho krajan H. Persson za 1:10:11 hod. před Norem H. Brendenem 1:11:05 hod.

CELOSTÁTNÍ AKTIV PŘEDSEDŮ UČEBNĚ METODICKÝCH KOMISÍ LYŽAŘSKÝCH SEKCI KV A MV ČSTV

V krásném prostředí Jeseníků na Kursovni chatě pod Přádem proběhl v říjnu 1958 celostátní aktiv předsedů UMK, který vyřešil množství závažných úkolů.

Účastníci aktivu zhlédli dva nové lyžařské filmy. Oba byly přijaty příznivě a spolu se dvěma krátkými referáty o zkušenostech s výcvikem podle nové učební osnovy a o novinkách v technice lyžování byly jedinými okamžiky, kdy se během celých tří dnů sněmování mluvilo o vlastní technice lyžování.

Na aktiv se nedostavili zástupci osmi krajů. Tato jednotvárná neúčast byla nakonec všemi přítomnými velmi kriticky odsouzena. Také neúčast zástupce ministerstva školství nepotěšila přítomné, přestože byla omluvena vážnými důvody.

Účast na celostátním aktivu vzhledem k závažným úkolům na úseku nezávodního lyžování — zejména v práci oddílů — považujeme nejen za ukázkou dobrovolné kázně, ale i odpovědnosti, politické vyspělosti a pochopení zájmů problematiky tělesné výchovy. Z tohoto důvodu byla udělena výtka krajům, které se nedostavily a v usnesení celostátního aktivu bylo uloženo ústřední UMK, aby tyto kraje zveřejnila. Jsou to: B. Bystrice, Gttwaldov, Košice, Prešov, Ústí n. L. Pro závažnost úkolů projednávaných aktivem nemůžeme uznat omluvu zasláné kraji. C. Budějovice, Hradec Králové a Karlovy Vary, protože termín celostátního aktivu byl znám dostatečně dlouho předem, aby si kolektivy komisí mohly včas zajistit své zástupce.

Pracovní náplň aktivu byla zaměřena na oživení činnosti lyžařských oddílů, zlepšení celoroční práce cvičitelů a jejich zapojení do II. celostátní spartakiády.

Obsáhlá a bohatá diskuse dala podnět k řadě dobrých námětů pro náplň práce ústředních a krajských UMK, které uvádíme.

UZNESENIE Z CELOSTÁTNEHO AKTÍVU PŘEDSEDŮ UMK KV A MV LS ČSTV

1. Aktiv schvaluje referáty prednesené ústrednou metodickou komisiou ako smernice pre ďalšiu prácu.
2. Po skúsenostiach získaných v uplynutej sezóne aktiv schvaluje doterajšiu prácu ústrednej metodickej komisie na poli lyžiarskej techniky a metodiky.
3. Aktiv udeľuje výtku krajom, ktoré sa nedostavili, a ukladá ústrednej metodickej komisii ich zverejnenie v »Lyžařství«.

Ústrednej metodickej komisii sa ukladá

4. Vychádzajúc z rozboru situácie činnosti oddielov a z diskusie na 3. aktive, vypracovať dňhodový plán a vytýčiť najdôležitejšie úlohy pre súčasnú dobu, ako aj poradie ich dôležitosti.
5. Sústavne informovať členov predsedníctva sekcie o zvláštnostiach súčasnej práce v oddieloch.
6. Zabezpečiť podmienky pre uskutočnenie akcie »Lyžař ČSR«. Predložiť návrh predsedníctvu LS a znovu preveriť všetky možnosti zabezpečenia kovových odznakov pre túto akciu.
7. Nadviazať spoluprácu s ČSM a Pionierskou organizáciou, so Sväzarmom, s Ministerstvom školstva a kultúry, s Minister-

stvom národnej obrany, ROH a odbormi turistiky na poli zjednotenia techniky a metodiky lyžovania a využitia cvičiteľov.

8. Do školenia inštruktorov zaradiť prednášky na tému práca s mládežou.
9. V spolupráci s ústrednou komisiou mládeže skoordinať uznesenie oboch aktivov a oznámiť krajom.
10. Sústavne sa starať o zvyšovanie úrovne časopisu »Lyžařství« a o rozšírenie časti zaoberajúcej sa problémami učebno-metodickými, najmä nezávadnou činnosťou lyžiarskych oddielov.
11. Co najrýchlejšie dokončiť a rozoslať smernice o školení cvičiteľov.
12. Prevádzať ďalší výskum a tiež prenášanie zahraničných skúseností vo vývoji lyžiarskej výzbroje.
13. Znova prešetriť požiadavku písomného súhlasu ZV ROH pre prijatie do kurzu cvičiteľov.
14. V spolupráci s trénerskou radou stanoviť podmienku pre prijatie do trénerských kurzov — dvojnásobná činnosť vo vedení oddielu.
15. Ďalej pokračovať v prenášaní vlastných i zahraničných skúseností v technike a metodike lyžovania.
16. Pre budúci aktiv zabezpečiť rozmnoženie všetkých materiálov.
17. Rozoslať odpis týchto uznesení všetkým krajom najneskôr do štyroch týždňov a zverejniť ich v »Lyžařství«.

Krajským metodickým komisiám sa ukladá

18. Skvalitniť previerky cvičiteľov.
19. Do troch týždňov po vydaní smerníc pre akciu »Lyžař ČSR« vytýčiť štandardné trate, zverejniť ich a ohlásiť ústrednej metodickej komisii.
20. Nadviazať praktickú prácu s odbormi ZTV.
21. Zabezpečiť nábor cvičiteľov k príprave II. celoštátnej spartakiády (aktívnej, náborovej a organizačnej).
22. Spolupracovať s oddielmi za úspešné uskutočnenie súťaže o Spartakiádu vložku.
23. V krajskom meradle nadviazať spoluprácu s ČSM, Domami PO, Sväzarmom, krajskými pedagogickými sbormi a odbormi turistiky na poli zjednotenia techniky a metodiky lyžovania a využitia cvičiteľov.
24. V súčasnom stave kľásť väčší dôraz na prácu cvičiteľov na organizačnom úseku v oddieloch, najmä na celoročnú prácu v rámci jednoty.
25. viesť cvičiteľov k publikačnej činnosti.
26. Pokračovať v získavaní skúseností pri výcviku podľa novej učebnej osnovy a zasielať výsledky UMK.
27. Zaoberať sa nepracujúcimi oddielmi, previesť rozbor a výsledky zaslať UMK.

U všech zúčastněných nutno vyzdvihnout pevnou vůli a snahu zvládnout dané úkoly a přispět co největším dílem na vybudování socialistické tělovýchovy a na dosažení všech cílů, které si k tomu na úseku nezávodního lyžování učebně metodické komise určily, a to je vyjádřeno v usnesení. UMK LS ČSTV

H. RECKNAGEL VÍTEZEM NĚMECKO-RAKOUSKÉHO TURNÉ

Německo-rakouské turné ve skoku na lyžích, sestávající ze čtyř závodů, bylo také v letošním závodním období ve znamení velmi dobré mezinárodní konkurence. Skončilo pozoruhodným úspěchem reprezentanta Německé demokratické republiky H. Recknagela. Zvítězil ve třech závodech a ve čtvrtém ho o prvenství připravil pád. Jeho suverenní vítězství mělo velký ohlas ve světě.

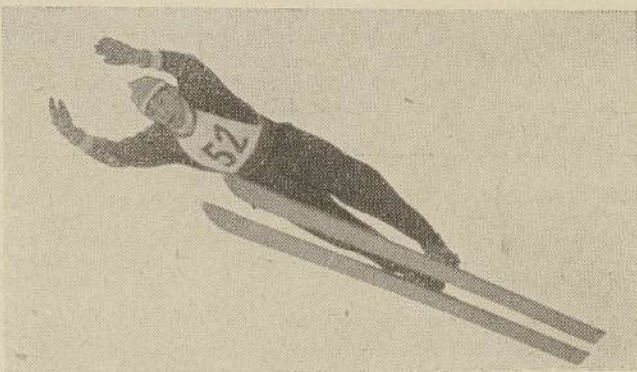
První závod se konal 28. prosince v Oberstdorfu (NSR) za nepříznivých povětrnostních podmínek za účasti 52 startujících ze sedmi zemí.

Výsledky: 1. Recknagel (NDR) 226,5 b. (69,5 a 70,5 m) 2. Kirjonen (Finsko) 224,5 b. (68 a 68,5 m), 3. Šamov (SSSR) 221 b. (67,5 a 70,5 m), 4. Woldseth (Norsko) 219,5 b. (66 a 70 m), 5. Leodolter (Rakousko) 218 b.

(66,5 a 70 m), 6. Tirkkonen (Finsko) 217,5 b. (68 a 66 m), 7. Kamenskij (SSSR) 216,5 b., 8. H. Glass (NDR) 215,0 b., 9. Hoel (Norsko) 214,0 b., 10. Egger (Rakousko) 212,5 bodu. Umístění čs. reprezentantů: 34. Mazánek 185,5 b. (61 a 58 m), 36. Martiňák 181,5 bodu (59 a 56,5 m), 47. Ulrych se zraněním 158,5 b. (52 a 50 m).

Na Nový rok pokračovalo turné v Garmisch-Partenkirchen, kde se přišlo podívat na závody na olympijském můstku 20 000 diváků. Viděli opět vítězství H. Recknagela, tentokrát před sovětskými skokany Čakadzem a Šamovem.

Výsledky: 1. Recknagel (NDR) 225,7 b. (84 a 86 m), 2. Čakadze 223,0 b. (82,5 a 87 m), 3. Šamov 216,5 b. (78 a 87 m), 4. Samsonov (všichni SSSR) 215,7 b. (80 a 86 m), 5. Kankkonen (Finsko) 215,3 b. (79 a 83 m), 6. Kopstad (Norsko) 213,7 b. (80 a 83,5 m), 7. Kamenskij



H. Recknagel

(SSSR) 213,1 b., 8. Hoel (Norsko) 212,2 b., 9. Kirjonen (Finsko) 212,1 b. 10. Habersatter (Rakousko) 211,8 b. Umístění čs. skokanů: 28. Martiňák 189,8 bodu (72 a 73 m), 36. Mazánek

180 b. (67,5 a 72 m), 44. Ulrych 156,6 b. (57 a 61 m).

Také v neděli 4. ledna v rakouském Innsbrucku do třetice si odnesl palmu vítězství H. Recknagel

ÚPRAVA SJEZDOVÝCH TRATÍ

Úprava povrchu sjezdových tratí je jednou z nejdůležitějších prací na přípravách závodu. Podle předpisů pravidel lyžování (mezinárodních i našich) má být regulérní trať udržena ve stejném stavu pro všechny závodníky. Záleží tedy na upravovateli tratí, jak se s tímto závažným problémem vyrovnají.

Teoreticky nejsnadnější by to mělo být na standardních tratích, které jsou součástí zimního střediska s dnes již neodlučitelným zařízením, lanovky nebo vleku. Podle předpisů o provozu lanových drah a vleků má být určité procento výtěžku těchto zařízení věnováno na úpravu a údržbu tratí.

Pomocí dalších zařízení (rozvod vody, sněhové žlaby, různé druhy válců) se má četa upravovatelů věnovat trvale upravování sjezdových tratí. Kromě hlavní sezóny má být terén před zasněžením upravován a rovnán a od prvního napadnutí sněhu se má trať neustále sešlapávat, rovnat, dusat, zpevňovat. Tato činnost má být neustálá a ještě se má zvýšit a pečlivěji provádět po každém napadnutí větší sněhové vrstvy a hlavně v tréninku a před závodem.

Správně upravená trať má mít pevný, tvrdý podklad, který nedovoluje prošlápnutí, vyjíždění koryt a odolává i menším nárazům při pádech. Vnitřní složení této základové vrstvy má být dostatečně provzdušněné, čímž získává na pružnosti. Přitom však její pevnost a odolnost vůči nárazům a tlakům, má-li vyhovět požadovaným podmínkám, by měla být přibližně stejná jako u tvrdé gumy. Stejně jako tato vnitřní struktura je důležitý i povrch této základové vrstvy. Nesmí být ani hladký jako zrcadlo, ani hrubě vlnitý jako roleta. Správným povrchem je struktura podobná ulehlému písku. Na tomto podkladě má být vodící povrchová vrstva jeden až dva centimetry, avšak maximálně 5 cm vysoká. Protože málokdy tato vrstva vznikne přirozenou cestou (napadnutím sněhu) bývá nutno opatřit ji uměle, tj. nastrouháním podkladu hranami lyží.

Před závodem musí tuto vrstvu zajistit upravovatelé tratí, během závodu ji závodníci sami neustále obrušují. Tato obrusnost podkladové vrstvy je vysoce důležitá ze dvou důvodů. Za prvé zajišťuje závodníkům jistotu vedení lyží v obloucích, protože lyžemi si sami vytvářejí opěrnou plochu, zamezující ustřelení lyží. Za druhé takto získaná vodící vrstva má stejné jízdní vlastnosti jako vrstva podkladová, takže i v místech odhalené podkladové vrstvy má trať stejnou skluznost, zajišťující plynulost jízdy.

Dosavadní běžně užívaná práce při úpravě tratí je značně namáhavá a neohospodárná svou nárazovostí a častou

improvizací. I když pracovní postupy jsou v zásadě stejné, nejsou střediska vybavena dostatkem mechanizačních prostředků a instalačních zařízení. Je nutno vždy pro tyto nedostatky, krátkost pracovních termínů a nedostatečný počet pracovníků, neúměrně zvyšovat pracovní úsilí. Při tom však výsledky této námahy nemohou být nikdy úměrné požadavkům a kvalitě systematicky upravovaných tratí. Ze tím trpí regulérnost soutěží a zbytečně se zvyšuje možnost úrazu, je všem zúčastněným pracovníkům jasné.

Obraťme však nyní zřetel k daným možnostem a naznačme si postup práce na úpravě tratí za těchto ztížených podmínek, kdy k ní přistupujeme krátce před vlastní soutěží.

Před začátkem prací musíme si uvědomit několik faktorů, které nám určí základní požadavky na trať, pracovní postup a použití pomocného materiálu. Jsou to hlavně:

dosavadní stav tratě,
současný stav sněhové pokrývky,
současný stav a předpokládaný vývoj počasí,
určení druhů závodů a kategorií a předpokládaného počtu závodníků.

Podle dosavadního stavu tratě zhruba určíme rozsah potřebných prací. Zjistíme potřebu úpravy příčných vln a boulí, nutnost a způsob odstranění vyježděných koryt, nutnost odstranění nebo zakrytí přírodních překážek (kameny, na terén vyjetá místa, pařezy atd.). Příčné vlny, vyježděná koryta a nepříznivé boule odstraňujeme buď odkopáním vrcholů nebo zarovnaním úžlabí. Zarovnaním úžlabí můžeme provádět různým způsobem, buď vyplněním jiným materiálem (větvemi, senem, slámou) nebo sněhem. Musíme však vždy dbát při nanášení sněhové vrstvy na náležitě zpevnění podkladu a zamezení dalšího vyjíždění. Nekrytá a vyježděná místa přikrýváme podle možnosti opět větvemi a podobně, nebo sněhem opět za pečlivého zpevnění nového sněhového podkladu. Podle potřeby a možnosti můžeme i ze základu tímto způsobem změnit sklon zatáček a vyrovnat příliš příčné sklony traverzů.

Na všechny tyto práce, hlavně na způsob jejich provádění, má vliv současný stav sněhové pokrývky, počasí a jeho předpokládaný vývoj. Je-li sníh suchý, přemrzlý a dá se očekávat další větší mráz, použijeme nejraději pro zpevnění podkladu vody. V případě její nedosažitelnosti užíváme soli. Zde musíme ovšem správně odhadnout potřebné množství užití soli, protože sůl sníh vlní a změkčuje. Při správném použití nám sníh po prosolení během několika minut zvlhne a po náležitém udusání opět zmrzne a vytvoří pevný podklad.

Tímto způsobem rovněž zpevňujeme pláň s čerstvě napadanou vyšší vrstvou nevázného prašanu. V tomto případě prosolíme svah v celé šíři, prošlapeme stejnoměrně botami a pak utáhneme lyžemi. Takto upravený svah přes noc náležitě zpevní. Při nedostatečnosti tohoto postupu (když se nám nepodaří docílit pevný podklad), nebo ihned místo soli používáme salmiaku rozpuštěného ve vodě. Touto salmiakovou vodou svah kropíme a ihned sešlapáváme. Se salmiakem se musí pracovat však daleko rychleji než se solí, protože ihned tuhne. V případě vlhkého nebo mokrého sněhu použijeme ke zpevnění tratě sešlapávání botami a lyžemi nebo promísání salmiakem před sešlapáním.

Při všech těchto úpravách nám pomůže mnoho správný odhad nejbližšího vývoje počasí, podle něhož řídíme i rozsah a druh všech upravovacích prací. Pochopitelně celou práci řídíme podle druhu závodu, kategorií, které závod pojedou, a předpokládaného počtu závodníků.

Zásadně upravujeme vždy trať s pevným podkladem. Pouze jeho tvrdost přizpůsobujeme. Pro mládež a menší počet závodníků je lépe upravit trať poněkud měkčí a pružnější, pro muže a velký počet závodníků musí být trať co nejtvrdší.

Uvedli jsme několik rad o úpravě sjezdových tratí před závodem. O úpravě tratí během závodu si povíme příště.

Inž. arch. KAREL MEZERA

Výsledky: 1. Recknagel (NDR) 226,5 b. (77 a 75 m), 2. Kankkonen (Finsko) 222,5 b. (75 a 72,5 m), 3. Woldseth (Norsko) 219,5 b. (70,5 a 74,5 m), 4. H. Glass (NDR) 217,0 b. (71 a 71,5 metru), 5. Habersatter (Rakousko) 214,5 b. (72,5 a 72 m), 6. Hoel (Norsko) 214,0 b. (73 a 72,5 m), 7. Samov (SSSR) 212,5 bodu, 8.—9. Tirkonnen (Finsko) a Egger (Rakousko), oba 212,0 bodů, 10.—11. Samsonov (SSSR) a Leodolter (Rakousko), oba 211,5 b. Pořadí čs. reprezentantů: 29. Martiňák 192 b. (65 a 68 m), 33. Mazánek 189,5 bodu (63,5 a 67 m), 47. Ulrych 131 b. (56 a 56,5 m s pádem).

Německo-rakouské turné bylo zakončeno 6. ledna v Bilschofshofenu. Vítěz prvních tří závodů Recknagel dosáhl sice v prvním kole nejdelšího skoku dne 96,5 m, ale upadl a skončil až na 15. místě.

Výsledky: 1. Habersatter (Rakousko) 222,5 b. (94 a 84,5 m), 2. Kirjonen (Finsko) 220,2 b. (86,5 a 88 m), 3. Kamenskij (SSSR) 218,6 b. (92 a 80,5 m), 4. Woldseth (Norsko) 205,0 b. (90 a 78 m), 5. H. Glass (NDR) 214,5 b. (87,5 a 78 m), 6. Steinegger (Rakousko) 211,7 b. (89,5 a 80 m), 7. Samsonov (SSSR) 210,4 b., 8. Bolkart (NSR) 210,3 b., 9. Hoel (Norsko) 210,2 b., 10. Bykov (SSSR) 206,9 b., 15. Recknagel (NDR) 201,0 b. (96,5 s pádem a 89 m). Umístění čs. skokanů: 25. Martiňák 184 b. (76 a 74 m), 34. Ulrych 164 b. (64 a 68 m), 35. Mazánek 160,5 bodu (72,5 m s pádem a 68 m).

Konečné pořadí turné čtyř místků: 1. Recknagel (NDR) 883,2 b., 2. Habersatter (Rakousko) 860,8 b., 3. Hoel (Norsko) 850,4 b., 4. Samov 839,7 b., 5. Kamenskij (oba SSSR) 838,2 bodu, 6. Leodolter (Rakousko) 837,6 b., 7. Woldseth (Norsko) 835,9 b., 8. Samsonov 835,1 b., 9. Bykov (oba SSSR) 833,9 b., 10. Glass (NDR) 831,0 b.

DO DISKUSIE

Domnívám se, že celá diskuse by měla mít zcela jiný směr než dosud. Ještě dnes diskutovat a vyvolávat spory o zásadách, které jsme již všichni pokládali za jednoznačně vyřešené, pokládám za počinání nercuznamé, které nemůže přinést žádný prospěch československému lyžařství.

Podle mého názoru je v každé lidské činnosti nejdůležitější rozlišit věci podstatné od podružných, principy zásadního významu od detailů. Jinak se každá práce — a o vyučování to platí dvojnásob — rozmělní do spousty podrobností a bezvýznamných maličkostí a základní princip nakonec uniká. Podle této metody hlavního článku chtěl bych proto poděkovat za skutečně velikou a záslužnou práci autorům učební osnovy, která má snad některé chyby v maličkostech, ale která je správná právě ve věcech zásadních, což je pro praktický výcvik nejdůležitější. Detaily si stejně každý cvičitel upravuje podle svého názoru a zkušeností, avšak základní principy musí být jednotné a všeobecně platné.

Mně se na učební osnově líbí právě ty dvě věci, které byly podstatou tak tvrdé kritiky soudruha Koudelky, který kritizuje hlavně to, že

1. základ a struktura učební osnovy je převzata z Kruckenhauerova Schillerplanu,

2. cesta přes přivrát je zbytečná a zdlouhavá.

Mám právě opačný názor:

1. Převzetí základu a struktury učební osnovy z rakouského Schillerplanu pokládám naprosto a jedině za správné, protože se domnívám, že po úspěchu rakouské školy ve Val d'Isère i ve Starlien je nutno její techniku i metodiku pokládat v současné době za nejlepší na světě. To, že vůbec ještě existuje škola francouzská a švýcarská, jsou jen zájmy ryze obchodní. Vždyť i jejich přednášedníci jezdí bez výjimky technikou rakouskou. Prof. Kruckenhauer vysvětlil jako první základní principy nové techniky jízdy na lyžích a on i jeho cvičitelé ze školy v St. Christophu měli dostatek času i možností získat nepřehledné bohatství praktických zkušeností z výcviku, což je hlavní předpoklad pro sestavení metodiky. My v ČSR máme zatím z výcviku jen zkušenosti jednorozdílné.

Proč tedy žádá soudruh Koudelka přepracování učební osnovy od základu? Cožpak chce tvrdit, že kupříkladu on by byl schopen sestavit lepší učební postup než prof. Kruckenhauer i než autoři učební osnovy, kteří ke své práci prostudovali celou dosažitelnou literaturu?

2. Dále soudruh Koudelka tvrdí, že cesta přes přivrát je zbytečná a zdlouhavá. Zde je si třeba ujasnit, že autoři učební osnovy netvrdí, že cesta přes přivrát je jediná, nýbrž připouštějí možnost jít snožnou technikou u nadaných jedinců. Ze zkušeností vlastních i sdělených chci však odpovědně tvrdit, že u 90 % cvičenců lze použít jediné cesty přes přivrát a že jen výjimečně nadaní jedinci jsou schopni jít cestou snožnou.

Hlavní příčinu, proč přivrátá cesta je schůdnější, vidím v nacvičení nového prvku a sice v protinatování těla. Kupříkladu při přivrátém oblouku nebo smyku od svahu — kteréžto cviky je možno také provést v daleko menší rychlosti než smyk snožný — je doba k provedení protinatování poměrně dlouhá a cvičenec má tak možnost je dokonale provést. U snožného smyku je třeba provést protinatování daleko energičtěji a v poměrně krátkém časovém úseku (ihned při odlehčení lyží a vysouvání patek stranou), což žádá průměrný cvičenec na počátku výcviku nezvládne. Druhým faktorem, který speciálně u začátečníků je základní důležitostí, je možnost při použití přivrátu provést daleko dokonalejší zatížení vnější lyže. To pokládám vůbec za nejdůležitější prvek v jízdě.

Souhrnně řečeno:

Zanechme osobních sporů a snahy po originalitě za každou cenu. Budme skromnější a nebojme se převzít i cizí poznatky, jsou-li podepřeny větší zkušeností, než máme zatím sami. Proč si nevzít právě v této otázce příklad ze Sovětského svazu, který dosáhl takových úspěchů ve sportu i proto, že neváhal převzít zkušenosti a poznatky nejlepších světových odborníků ve sportu ať už byl z kterékoli země. A věřte, že nikdo v SSSR nepokládá tuto činnost za koketování se Západem.

Nastupme již konečně cestu rozumné spolupráce a řekněme si raději o hlavních problémech a potížích při výcviku nové školy a snažme se najít v zásadě nejlepší způsob nácivku.

Podle svých zkušeností vidím zatím při výcviku tyto hlavní potíže a problémy:

1. Zatížení vnější lyže.

Jak jsem již řekl, pokládám tento prvek za nejdůležitější v celém výcviku jízdy na lyžích. Dal bych toto pravidlo do rámečku a opakoval je téměř na každé stránce nově vydané učební osnovy, protože jsem přesvědčen, že naprostá většina všech potíží při výcviku i většina pádů na lyžích vzniká z nesprávného zatížení lyže vnitřní.

Nesprávné zatížení má potom za následek i další chyby: nepředsunutí nebo pozdní předsunutí vnitřní lyže a tím vznikající překřížení lyží, neklidné vedení smyku, kdy vnitřní zati-

žená a příliši zahraniční lyže skáče nebo se zařízne a cvičenec bezmocně padá atd.

Myslím, že jediná cesta k naučení správného zatížení lyží je cesta přivrátu a stále zdůrazňování zatížit vnější lyži při nebo ještě lépe, před přejezdem spádnice. Z vlastních zkušeností bych chtěl říci, jak podstatně se zlepši jízda cvičenců, jestliže dbají v prvé řadě na zatížení vnější lyže.

Zatížit lyži vnější je pravidlo, které je třeba i u vyspělejších cvičenců (hlavně žen) stále a stále zdůrazňovat!

2. Druhým a poměrně těžkým prvkem výuky je **dostatečný odklon trupu od svahu se současným přikloněním kolen ke svahu** — pánev mimo lyže. Naštěstí zatížení vnější lyže a dostatečný odklon od svahu mají přímou souvislost, takže při dostatečném zatížení vnější lyže se většinou provede i správný odklon od svahu a naopak při dostatečném odklonu se provede i správné zatížení vnější lyže. Jinak myslím, že dobrou pomockou při nácivku tohoto prvku je dokonale zvládnutí jízdy šikmo svahem zvláště na prudkém svahu, kdy odklon trupu se stává již markantním.

Při této přiležitosti upozorňuji na často se objevující chybu: správné vysunutí boků ke svahu je zaměňováno za výrazné vytočení pánve, což však vede k sedavému způsobu jízdy.

3. Navazování přivrátých a snožných smyků.

Velmi často se stává, že cvičenec celkem dobře zvládne jeden přivrátý nebo snožný smyk, ale jejich správné a rytmické navazování je nesmírně obtížné. Základní chybu bych viděl v tom, že cvičenec při jediném smyku neprovede správně jeho zakončení, tj. zahraniční přikloněním kolem ke svahu, snížení těžiště a jeho opětné zvýšení (odraz) pro odlehčení lyží pro další smyk. Zvláště konečné zahraniční je zdrojem potíží. Plně se přikláním k vašemu pravidlu z učební osnovy, že je mnohem lépe více zahanit a méně odrazit než naopak. I toto pravidlo bych dal do rámečku a často opakoval!

Vzhledem k uvedeným potížím jsem toho názoru, že smyk ke svahu je třeba naučit s řádným zakončením a nácivku smyku od svahu provádět takto:

Z jízdy šikmo svahem (která se blíží ke spádnicí) provedeme nejprve smyk ku svahu a teprve po jeho řádném zakončení navážeme smyk od svahu, který také správně zakončíme. A co nejdříve přejdeme k nácivku dvou nebo ještě lépe tří smyků od svahu. Nedoporučoval bych počátku nácivku navazování většího počtu smyků, protože cvičenec je většinou rozumově nezvládne a provedení je čím dál tím horší.

K ulehčení smyku od svahu je třeba dobře zvládnout sesouvání a zvláště jeho ukončení zahraničním. K rytmizaci pohybů prospěje dobré zvládnutí girland a smyků ke svahu.

4. Práce rukou při píchání holí u krátkých snožných smyků.

V učební osnově je vysvětlována práce rukou jen minimálně, většinou se poukazuje na to, že způsob píchání holí a práce rukou jsou patrné u obrázků. Myslím, že tento důležitý prvek je třeba vysvětlit i slovně a říci:

Pícháním holí napomáháme odlehčení lyží a získáváme větší stabilitu pro začátek dalšího smyku.

Hlavně je třeba zdůraznit, že zabodnutí hole je velmi krátké a nesmí zdržovat protinatování trupu, jak správně uvádí dr. Čtvrtečka při vysvětlení kinogramu Igayl a Sallera. Právě při výcviku se stává, že cvičenec se o hůl opírá takovým způsobem a tak dlouho, že k protinatování trupu buď nedochází, nebo pozdě, až na konci smyku. Tento nesprávný způsob nese s sebou někdy i souhlasnou rotaci trupu a cvičenec se pak neumí bez použití holí vůbec zatočit. Proto je nutno zdůraznit:

Po píchnutí holí pokračuje tátáž ruka ihned v pohybu vpřed a zavírá se — v lokti mírně pokrčená — před tělem. Zároveň opačná ruka se otáčí zpět při současném vytáčení zápěstí a tím i hole směrem kupředu.

5. V posledním bodě bych chtěl říci, jak velký význam pro dokonale zvládnutí nového způsobu jízdy má **správné osvojení počátečních cviků — jízdy šikmo svahem, sesouvání, smyku ke svahu a girland**.

Vždyt:

a) jízda šikmo svahem — hlavně na prudkém svahu — nás naučí přiklonění boků a kolen ke svahu a dostatečnému odklonu trupu od svahu a pocitu, že těžiště je mimo lyže;

b) sesouvání a jeho zastavení zahraničním nás naučí klidnému vedení smyku a jeho ukončení;

c) smyk ke svahu nás naučí stálivému vysunutí patek se současným protinatováním trupu a zatížením nižší lyže;

d) girlandy nás naučí rytmizaci pohybů a aktivním přisunutím přivrátěné lyže vyvolaný smyk nám podstatně ulehčí nácivku přivrátěného smyku.

V tomto počátečním období se vyplácí více než kdy jindy nepospíchat!

Chťel jsem v uvedených pěti bodech naznačit hlavní potíže při výcviku a vysvětlit jejich příčiny.

Budu velmi rád, jestliže někdo zkušenější moje připomínky opraví, přičiny lépe vysvětlí a doplní vlastními poznatky.

Na ukončení bych chtěl říci, že nejsem lyžařským cvičitelem, ale zajímal jsem se vždy o otázky techniky a metodiky jízdy na lyžích a snažil jsem se svoje — byť nepatrné — zkušenosti dát ve prospěch celku.

JAROSLAV KAMPRLÉ

O zimním počasí v Krkonoších

Inž. J. HRBEK, Hydrometeorologický ústav

Účelem tohoto krátkého článku je informovat zimní návštěvníky hor o povětrnostních podmínkách v zimním období v našich nejnavštěvovanějších horách, v Krkonoších, a hlavně o tom, co nejvíce zajímá lyžaře, tj. o teplotě, sněhu a slunci.

Dále uváděný přehled byl sestaven na základě devítiletých pozorování meteorologických stanic na Zlatém návrší (nadm. v. 1430 m) a na Benecku (nadm. v. 900 m). V období 1947—1955 byly sledovány poměry sněhové, teplotní a oblačnost. Bylo zjištěno, že sněhová pokrývka vyšší než 20 cm byla na Zlatém návrší průměrně po dobu 130 dní, zatímco na Benecku ležela v průměru pouze 98 dní ročně.

Souvislá a trvalá sněhová pokrývka nad 20 cm spadla na Benecku nejdříve v roce 1955, a to již 20. listopadu, nejpozději v roce 1951 17. ledna. Nejdéle do jara setrvala v roce 1955, a to až do 26. dubna, nejdříve roztál sníh v roce 1948, a to 10. března.

Na Zlatém návrší se trvalá sněhová pokrývka nad 20 cm vytvořila v roce 1952 již 6. listopadu a trvala nejdéle v roce 1954 až do 4. května. Nejpozději napadl sníh na Zlatém návrší v roce 1949, a to 13. ledna, a v téže zimě také nejdříve roztál, již 4. dubna byla sněhová vrstva nižší než 20 cm.

Velmi patrný rozdíl je mezi oběma místy a mezi jednotlivými zimními měsíci i v teplotách. Ukazuje to nejlépe tabulka, ve které je udán průměrný počet ledových dnů, tj. dnů, ve kterých nejvyšší denní teplota nevystoupila nad $-0,1^{\circ}\text{C}$.

TABULKA PRŮMĚRNÉHO POČTU LEDOVÝCH DNŮ

	Leden	Únor	Březen
Zlaté návrší	27	24	14
Benecko	18	17	8

Z této tabulky je vidět nejenom rozdíl mezi nižšími a vyššími polohami, ale i rychlé oteplování na jaře. Rozdíl mezi lednem a únorem je celkem malý, březen má ale již jen přibližně poloviční počet ledových dnů proti lednu.

Malý rozdíl mezi jednotlivými měsíci můžeme pozorovat u srážkových poměrů. Jsou v následující tabulce vyjádřeny průměrným počtem dní se srážkami 1 mm a více v jednotlivých zimních měsících.

TABULKA PRŮMĚRNÉHO POČTU DNÍ SE SRÁŽKAMI
1 mm A VÍCE

	Leden	Únor	Březen
Zlaté návrší	13	13	10
Benecko	11	11	8

Velmi patrné jsou rozdíly mezi jednotlivými zimními měsíci a mezi různě vysokými polohami ve slunečném svitu. Pro vyjádření těchto poměrů je použito průměrného počtu dnů jasných a dnů zamračených, připadajících na jeden měsíc.

TABULKA PRŮMĚRNÉHO POČTU JASNÝCH
A ZAMRAČENÝCH DNŮ

	Leden	Únor	Březen	
Zlaté návrší:	jasné dny	3	2	5
	zamračené dny	18	17	13
Benecko:	jasné dny	4	3	7
	zamračené dny	17	13	10

Z tabulky vidíme, že průměrný počet jasných dnů byl v březnu téměř dvojnásobný proti lednu a s jarem rovněž značně poklesl počet dnů zamračených. Přesto, že zvýšení

průměrného počtu jasných dnů v březnu o 2 až 3 dny proti lednu se zdá poměrně malé, je přírůstek slunečního záření k jaru veliký. Slunce se v březnu pohybuje již vysoko nad obzorem a doba slunečního svitu se podstatně prodlužuje. Tak například v polovině března je již o 2 hod. 30 min. delší, tj. 12 hod. (Uvedené délky doby možného slunečního svitu platí pro místa v rovině s obzorem nezakrytým horami apod.)

S postupujícím jarem se doba slunečního svitu nejenom prodlužuje, ale vzrůstá rychle i jeho intenzita, která je na horách ještě velmi podstatně zvýšena tím, že značná část dopadajících paprsků (80—90 %) je odražena povrchem sněhu zpět do atmosféry.

Sledujme pro zajímavost, jak se mění v zimních měsících množství záření, které dopadá na určitou vodorovnou plochu zemského povrchu, například na jeden čtvereční cm. Množství dopadajícího záření si pro tento účel vyjádříme množstvím tepla, které by vzniklo, kdyby se všechna energie zářivá přeměnila v energii tepelnou. Pro měsíce leden, únor a březen jsou udávány tyto hodnoty:

TABULKA PRŮMĚRNÉHO MNOŽSTVÍ ZÁŘENÍ
DOPADAJÍCÍHO NA ZEMSKÝ POVRCH

	Leden	Únor	Březen
Průměrné denní množství záření dopadajícího na 1 cm ² vodorovného zemského povrchu. Vyjádřeno v cal	34	90	240

Jak je z tabulky zřejmé, dopadá v únoru na zemský povrch více než dvojnásobná, v březnu pak již přibližně sedminásobná dávka záření lednového. S postupem jara se však nejen prodlužuje doba slunečního svitu, ale vzrůstá intenzita záření. V dopadajícím záření vzrůstá i podíl biologicky velmi účinného krátkovlnného ultrafialového záření, které v mírných dávkách působí příznivě na lidský organismus, ve vyšších dávkách je však škodlivé.

Uvedené údaje o povětrnostních podmínkách lze pro informaci zimních návštěvníků Krkonoš shrnout takto:

Dostatečně vysoká sněhová pokrývka leží v Krkonoších i v nižších polohách téměř vždy v únoru. V lednu, obzvláště v jeho první polovině, a v březnu, hlavně v druhé polovině, mají hory, zejména v nižších polohách, v některých letech pouze nízkou sněhovou pokrývku nebo jsou i zcela bez sněhu.

V lednu a v únoru jsou teploty ve vyšších polohách v převážné většině dnů pod nulou, v březnu nastane asi v polovině dnů tání sněhu při vzestupu denních teplot nad 0°C . V nižších polohách lze i v lednu a v únoru předpokládat tání sněhu v jedné třetině až polovině dnů, v březnu pak dochází k tání sněhu v převážné většině dnů.

Pokud jde o slunce, které zajímá mnohé návštěvníky skoro stejně nebo dokonce i více než sníh, lze říci toto: V lednu bývá více než polovina dnů podmráčených anebo mlhavých. Únor je jen poněkud lepší, v březnu je pak podmráčených dnů již jen asi jedna třetina. V březnu velmi podstatně vzrůstá intenzita slunečního záření, které je několikrát intenzivnější než v lednu. Je proto třeba být opatrný, obzvláště na sněhu, který většinu záření odráží, a je nutné chránit se před přílišnou dávkou oslunění.

Závěrem je nutno podotknout, že údaje o sněhových a teplotních poměrech, o počtu jasných a zamračených dnů z oblasti Krkonoš, uvedené v tomto článku, se vztahují pouze na poměrně krátké, devítileté období. Je proto třeba nahlížet na ně pouze jako na informaci o povětrnostních poměrech, které nevystihují definitivně klimatické poměry této oblasti a tohoto ročního období.

IX. KOŘENOVSKÝ BĚH

Memoriál Jardy Materny



Již druhý ročník tohoto vytrvalostního běhu na 30 km byl odstartován 18. ledna na stadiónu ve Sv. Petru. Padesát sedm závodníků přihlášených ke startu vyslechlo při zahájení vzpomínku na J. Maternu z úst náčelníka Horské služby Oty Štětky. Trať závodu vedla ze Sv. Petra přes Bedřichov na Krausovy boudy a odtud na Divčí lávky, Labský důl, Jelení boudy, směrem na Spindlerovku, přes chatu u Bílého Labe, tzv. dřevařskou cestou do Sv. Petra, za Panorámu a zpět do stadiónu.

Závod byl dobře připraven několika obětavými pracovníky ze Spindlerova Mlýna a snad až na dlouhé stoupání od Labe pod Spindlerovku neměl nedostatky. Trať vedla místy, kde před třemi léty připravoval standardní trať právě Jarda Materna. Letos se sešla na startu hezká řádka těch, kteří častokrát bojovali s Jardou na trati a ustupovali ze stopy před jeho bojovnou jízdou.

Ti staří nejeli závod jako každý jiný, ale také jako důkaz, že nezapomněli na skromného sportovce, obětavého pracovníka Horské služby a dobrého člověka.

Myslím, že bojovnost a vůle, s kterými závodili právě ti starší vrstevníci Jardy Materny, mohly být vzorem mnoha našim mladým závodníkům, kteří tak často podléhají při prvních obtížích a neúspěších. Byl to závod v duchu Jardy Materny, závod jeho starých soupeřů, Novotného, Kmocha, Petruše, Nechanického, Valkouna, Kňourka a dalších, a to, že zvítězil zasloužilý mistr sportu Jarka Cardal, bylo nejlepším závěrem tohoto závodu.

Muži: 1/2 Veber Míla, Dukla Liberec, 2:05:49, 2/3 Holubec Josef, Dukla Liberec, 2:08:53, 3/4 Buchar Josef, Spartak Sokolovo, 2:11:37, 4/5 Dvořák Karel, Jiskra Harrachov, 2:13:25, 5/6 Nespěchal Ot., Jiskra Machov, 2:19:43 hod.

Muži starší: 1/1 Cardal Jaroslav, Slovan Spindlerův Mlýn, 2:05:21, 2/19 Kňourek Josef, Lokomotiva Trutnov, 2:34:31, 3/20 Sýkora Boh., Slávia Praha, 2:37:41, 4/24 Valkoun Oldřich, Slovan Praha, 2:40:25, 5/27 Petrus František.

Dne 11. ledna 1959 se konal již IX. Kořenovský běh TJ Slavoj Kořenov, stanovený současně jako výběrový závod pro žebříček běžců.

Je málo závodů, které mají takovou přitažlivost jako tento závod. Snad je to nedočkavost na první měření, snad též skromné opravdu běžecké prostředí s dobrou organizací, činovníky a dobře upravenými tratěmi. Nevím, ale něco do Kořenova táhne. S dvěstěosmdesáti startujícími, kteří zde letos bojovali, bude se moci těžko některý jiný pořadatel pochlibit.

Traťe byly pečlivě upraveny. Bolestí zůstává jen jejich profil, který nelze zatím zlepšit. Snad nás Kořenovští překvapí v příštím roce, až se budou moci rozběhnout kousek za vodu. Dobrá příprava závodu zajistila hladký spád a konečně příznivé sněhové podmínky i regulérnost závodu.

Přes neúčast několika našich špičkových závodníků, kteří byli na zájezdu v SSSR, vyznačovaly se závody dobrými výkony a vysokou bojovností. Projevil ji především novoměstský Blažiček. Připočteme-li jeho tvrdou letní přípravu, je jeho vítězství zasloužené. Zdá se, že novoměstští běžci chtějí obnovit slávu Vysočiny. V mladších dorostenkách zvítězila Jana Fousková a v juniorech její bratr Vít Fousek, svěfenec inž. Karla Hlaváče, který svým šestým místem na patnácté zarmoutil devadesát daleko mladších, kteří byli za ním. Pro reprezentanty Hrubého a Teplého byl závod v běhu na 15 km výstrahou, že podceňování se nevyplácí.

Z žen překvapila mile Srnková a Fajstaverová a pak samotná dobrá účast v závodech žen. Méně spokojeni můžeme být s počtem juniorek a starších dorostenek. Zdá se však, že i z tohoto menšího počtu nám vyrostou vynikající závodnice.

ČO NOVÉHO V MARTINE?

Výhodná poloha a dobré sněhové podmínky, v kterých se nachází město Martin, přímo nabádá mladých k tomu, aby se chopili příležitosti im ponuká-ných.

Mladí pochopili. Pustili se do systematické práce a dnes lyžarský oddíl Spartaku Martin chystá se oslavit na ja-gavom sněhu svojí triumf — vysněný lyžarský vlek.

Nepracovali chlapci sobotu čo sobotu, nedělu čo nedělu nadarmo. Zo sna sa zrodila skutočnosť. Skutočnosť, ktorá teší, pomáha a spája.

Donedávna v jesenných mesiacoch ešte len kuli plány, rozmýšľali, keď po pravidelných tréningoch v telocvični dva razy v týždni sa stretli na oddielovej schôdzi. V týždni rozmýšľali, v nedelu pracovali. Ale práca bola aj povyrazením, výletom a tréningom. Veď sa išlo vždy družne na Martinské hole!

A ako medzi mladými býva, neobišli sa sobotné večery bez spevu a radovánok. Šťastný a radostný je život mladých lyžiarov v Martine!

Radujú sa z výsledkov ich neúmornej práce — z lyžarskeho vleku, ktorý v mesiaci januári bude ich veľkým pomocníkom v získavaní lyžarskeho umenia.

Tešia sa tiež na február, kedy nimi pripravený svah slalomovej lúky (dĺžky asi 700 m) bude dejiskom kvalifikačného preteku pre majstrovstvá Slovenska v slalome — Memoriálu Janka Nováka.

Ukazuje se též ovoce trpělivé a dobré práce trutnovských trenérů, jejichž mladí závodníci si dělají stále větší nároky na první místa. Nakonec nelze přehlédnout ani úspěch budějovických závodníků Kopfa a Berana v dorostu starším a Noska v juniorech. Přejeme šumavákům i dále hodně úspěchů.

VÝSLEDKY:

Dorostenky mladší — 3 km: 1. Fousková Jana, Slovan Nové Město na Mor., 13,01 min., 2. Hamplová Vlad., Lokomotiva Trutnov, 14,07 min. 3. Ventluková Jana, Jiskra Harrachov, 14,22 min.

Dorostenky starší — 5 km: 1. Hrodek Josef, Lokomotiva Trutnov, 23,17 min. 2. Hrdinka Milan, Lokomotiva Trutnov, 23,21 min. 3. Geisler Emil, Lokomotiva Trutnov, 24,18 min.

Dorostenky starší — 5 km: 1. Břízová Eva, Sokol Líšnice, 25,33 min. 2. Gajancová Betka, Tatran T. Lomnice, 26,25 min. 3. Říhová Jana, Slávia Praha, 27,22 min.

Dorostenky starší — 10 km: 1. Breth Vintř, Jiskra Tanvald, 42,21 min. 2. Kopf Jiří, OV ČSTV Vimperk, 43,03 min. 3. Jeník Jaroslav, Jiskra Harrachov, 43,06 min.

Juniorky — 5 km: 1. Klovová Marie, Jiskra Náchod, 25,22 min. 2. Mečířová Vally, Slovan Jilemnice, 26,02 min. 3. Do-stálová Zdena, Slávia Praha, 27,22 min.

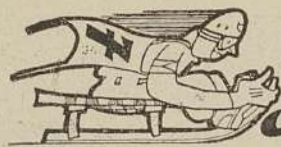
Juniorky — 10 km: 1. Fousek Vít, Lokomotiva Brno, 38,56 min. 2. Kuthel Josef, Dukla Liberec, 39,25 min. 3. Honců Jaroslav, Slávia Praha, 40,15 min.

Ženy — 5 km: 1. Inž. Srnková Vlasta, Slávia Praha, 23,54 min. 2. Lauermannová Eva, Slávia Praha, 24,18 min. 3. Benešová Eva, Slovan Jilemnice, 24,32 min.

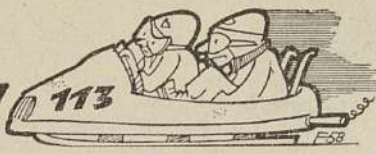
Muži — 15 km: 1. Blažiček Jan, Sokol Nové Město na Mor., 58,01 min. 2. Jeřábek Ladislav, Dukla Prešov, 58,08 min. 3. Hrubý Ladislav, Sokol H. Branná, 58,14 min.

A tam, kde je chuť a elán, dobré výsledky a úspěchy sú blízke. Oddielové, okresné a iné verejné preteky, ktoré martinských lyžiarov v hojnej miere čakajú, budú iste dobrou previerkou ich úsilia.
Dr. V. MIŠÍK





Saně a boby



ZLEPŠIT PRÁCI TRENÉRA V SÁNKARSTVÍ A BOBOVÉM SPORTU

Předsednictvo ústřední sekce saní a bobů při ÚV ČSTV schválilo návrh trenérské rady na jmenování trenérů sáňkařského a bobového sportu. Ústřední sekce saní a bobů jmenovala po vyskolení v ústředních cvičitelských a trenérských kursech a po prokázané trenérské praxi trenéry, jejichž seznam otiskujeme. Vyzýváme všechny složky a zájemce o sáňkařský a bobový sport, aby si vyžádali podle místa bydliště trenérskou pomoc a radu při pořádání propagačních besed s filmy a při organizování sáňkařského výcviku a náborových závodů.

Jméno:	Kraj:	Jednota:	Adresa:
I. TRÍDA:			
inž. Bronislav Hanák	Praha	Slávia Praha	Praha 11, Koněvova 198
Zdeněk Chládek	Ústí n. L.	Baník Teplice	Teplice, Havlíčkova 11
Oba vykonávají funkci ústředních trenérů.			
II. TRÍDA:			
inž. Vladimír Dašek	Praha	Slávia Praha	Praha 5, U 1. baterie 13
inž. Bohumír Dubec	Praha	Slávia Praha	Praha 16, Na Bělidle 16
inž. Vlad. Kovanda	Praha	Slávia Praha	Praha 16, Na černém vrchu 17
Miroslav Hora	Karlovy Vary	Slovan Mar. Lázně	Velká Hledebe u Mariánských Lázní 122
Pavel Vojtíšek	Karlovy Vary	Dukla Mar. Lázně	Mar. Lázně, voj. útvar
Václav Hejný	Ústí n. L.	Baník Teplice	Teplice 2, Leninova
František Moravec	Ústí n. L.	Baník Teplice	Teplice, Duchcovská 2189
Věra Tomášková	Ústí n. L.	Lokomotiva Teplice	Teplice 1, Kollárova ul.
Miloslav Belda	Liberec	Spartak Smržovka	Smržovka, Komenského 1220
Rudolf Preussler	Liberec	Jiskra Liberec	Liberec, Šumavská 9
Petr Skrabálek	Liberec	Tatran Albrechtice	Albrechtice, Luční 1024
Jan Svadlena	Liberec	Spartak Smržovka	Smržovka, Luční 1024
inž. Antonín Hrubec	Brno	Slávia Brno	Újezd u Brna 565
inž. Luboš Pásek	Brno	Slávia Brno	Brno 18, Charbulova 9
Bohumír Osina	Ostrava	Slavoj Ostrava	Ostrava II, Hlučinská 70
III. TRÍDA:			
Josef Beneš	Praha	Slávia Praha	Suchdol u Prahy, Havlíčkova 683
Petr Ziegrosser	Č. Budějovice	Sokol Kvítkovice	Habří 17, p.p. Dubné
Antonín Pláteník	Karlovy Vary	Slovan M. Lázně	Mar. Lázně, Lidická 369
Jaroslav Tomášek	Ústí n. L.	Lokomotiva Teplice	Teplice 1, Kollárova 12
Karel Kozderka	Liberec	Sokol Jistebko	Jistebko 91
Josef Patрман	Liberec	Spartak Smržovka	Smržovka 55
Marta Seifrová	Liberec	Jiskra Liberec	Liberec XII, Šimáčkova
Jan Matějčiček	Brno	Slávia Brno	Brno, Jánská 7

Jmenování trenérů jsou specializovanými tělovýchovnými pedagogy v sáňkařském a bobovém sportu. Z toho vyplývá jejich funkce odborně technicky vést naše sportovce v oddílech, pečovat o jejich výchovu jako občanů lidové demokratické republiky a propagovat oba naše krásné sporty.

Zvláště se zvyšují nároky na úroveň pedagogické činnosti trenérů bobového a sáňkařského sportu. Je třeba zkvalitnit ideově politickou výchovu našich sportovců — bobistů a sáňkařů. Dále je nutno se vyrovnat se světovým růstem výkonnosti, aby umístění našich závodníků na mezinárodním poli odpovídalo hospodářskému a kulturnímu postavení Československa ve světě a bylo tak výrazem přednosti našeho společenského zřízení před kapitalistickým. Stálé zkvalitňování trenérské práce je možno dosáhnout jedině tak, že aktiv dobrovolných trenérů se bude neustále vzdělávat individuálním studiem i v trenérských kursech a doškolovacích seminářích, že se budou trenéři vzájemně radit a vyměňovat si své zkušenosti a že se budou opírat o nejnovejší poznatky týkající se tréninkových

a výchovných metod používaných v bobovém a sáňkařském sportu u nás i v zahraničí.

Jednou z hlavních podmínek správného tréninkového procesu je celoroční činnost v sáňkařských a bobových oddílech. Celoroční tréninková činnost pomáhá organizačně upevnit naše oddíly, zabezpečuje vysokou úroveň tělesné přípravy sáňkařů a bobistů a urychluje růst jejich výkonnosti. Je třeba usilovat o to, aby celoroční práce v oddílech nebyla formální a aby se trénink nenahrazoval pouze účastí na závodech bez náležité přípravy. Podle sdělení s. Miloslava Bedy, předsedy ústřední trenérské rady, na podzimním plenárním zasedání pracovníků v sáňkařském a bobovém sportu byla celoroční činnost prováděna v roce 1957 v 75 % všech našich oddílů. Stačilo však škrtnutí zahraničních zájezdů v minulých sezónách, aby se celoroční činnost v letošním roce omezila na 50 % oddílů. Zde čeká naše trenéry hodně práce, aby přesvědčili ty závodníky a oddíly, které doposud celoročně pravidelně netrénují, o důležitosti plnění celoročního tréninkového plánu. Je to velký a odpovědný

úkol, který byl vložen na bedra trenérů v sáňkařském a bobovém sportu. Předpoklad jeho splnění je v tom, abychom dokázali zapálit nadšení a obětavost v práci všech našich trenérů a závodníků.

Nadšení a obětavost pomohou bobistům a sáňkařům překonávat překážky a houževnatě bojovat za zlepšení své výkonnosti. Závodník přitom musí mít radost z přípravy a závodění. Bohužel se také někdy setkáváme s tím, že musíme některé závodníky přímo nutit do tak samozřejmé věci, jako je celoroční pravidelný trénink. Budeme-li chtít postupit rychleji kupředu, musí se naši trenéři a všichni pracovníci v sáňkařském a bobovém sportu pustit do boje s nesprávnými názory některých našich závodníků a funkcionářů na celoroční činnost.

V žádném případě nemůže být celoroční trénink nahrazen prací na sáňkařských a bobových drahách či stavbou saní a bobů. I když o tuto činnost je náš sport bohatší proti mnohým ostatním sportům a vyžaduje hodně osobního volna, finanční náklady i kopu práce, bude jedním z prvních úkolů sáňkařského a bobového trenéra co nejdříve odstranit nedostatky a chyby, které poškozují výkonnost a morální profil našich sportovců a prosadit celoroční pravidelnou trenérskou činnost v každém oddíle a v každém sáňkařském či turisticko-sáňkařském kroužku.

Ještě jeden důležitý úkol očekává naše trenéry v přípravném a zvláště v hlavním období. Trénění sáňkařského a bobového sportu se musí stát aktivními propagátory obou našich sportů mezi mládeží a v nejširší veřejnosti. Naši trenéři budou iniciativně pomáhat oddílům ZTV zvláště na vesnici, turistickým a turisticko-sáňkařským oddílům, krajským pionýrským domům a pionýrským oddílům a především výběrovým a ostatním školám včetně zkušebních dvanáctiletých při organizování propagačních besed o sáňkařství s promítáním filmů, s instruktáží o technice jízdy na saních. Zvláště pak je třeba soustředit pozornost a aktivní pomoc trenérů na organizování sáňkařských náborových závodů, které jsou pořádány v nastávajícím zimním období výše uvedenými složkami a organizacemi. Také zimní rekreace Revolučního odborového hnutí s mnoha tisíci rekreatantů, kteří nelyžují, nesmí být opomenuta a pro zimní střediska ROH musí být zajištěn dostatečný počet kvalifikovaných trenérů propagujících sáňkařský sport.

K zajištění dobré přípravy závodníků sáňkařů i bobistů a k jednotnému vedení tréninkové práce v krajích určila trenérská rada oblastní trenéry.

Oblastní dobrovolní trenéři jsou tělovýchovnými pracovníky, jejichž okruhem působnosti je kraj nebo více krajů vzájemně sousedících. Jsou to pracovníci, kteří musí sehnat rozhodující úlohu při zvyšování úrovně a zmasovění organizovaného sáňkařského sportu a při rozvoji bobového sportu. Mají být vzorem všem ostatním trenérům v úrovni vlastní trenérské činnosti, v uplatňování celoroční plánované práce podle správných metodických zásad a v uskutečňování tréninku jako všestranného výchovného procesu v souladu s cíli naší tělesné výchovy. V tomto smyslu musí usměrňovat a

zkvalitňovat práci ostatních jim podléhajících trenérů ve své oblasti.

Jedná se v podstatě o dva úkoly pedagogického charakteru:

1. Vlastní učeňně výchovná práce trenéra, to je soustavný a pravidelný výcvik a výchova družstva nebo jednotlivých závodníků v některém sánkařském a bobovém či v turisticko-sánkařském oddíle. Povinností trenéra je soustavným a pravidelným tréninkem podle celoročního plánu vést své svěřence k získávání výkonostních tříd až k dosažení nejvyšší výkonosti a všestranným výchovným působením, osobním i prostřednictvím kolektivu, v tréninku i mimo něj, vychovávat bobisty, sánkaře a ostatní zájemce o naše sporty v hrdé vlastence a vzorné sportovce.

2. Na základě své vlastní trenérské a výchovné praxe a zkušeností pečovat o výchovu nových a zvyšování úrovně ostatních trenérů sánkařského a bobového sportu v okruhu své působnosti. Formou školení, doškolení, seminářů, instruktáží, ukázkových tréninkových hodin apod., které připravuje a organizuje nebo jichž se účastní jako přednášející. Oblastní trenér se zaměřuje zejména na uplatňování správných metodických zásad v provádění sportovního tréninku, jako jsou např. zásada plánovitosti, soustavnosti a všestranného výchovného působení trenéra. Oblastní trenér věnuje pozornost odstraňování hlavních nedostatků, které se v práci trenérů vyskytují, zejména na zkvalitnění ideové politické výchovy a všestranné a speciální tělesné přípravy sánkařů a bobistů. Oblastní trenér přenášá na schůzkách a ukázkových cvičebních hodinách na ostatní trenéry své oblasti zkušenosti nejlepších našich i zahraničních trenérů.

První úkol je nerozlučně spjatý s pojmem trenér. Jedná se o činnost, v níž trenér uplatňuje a ověřuje si dosavadní

a získává nové poznatky a zkušenosti a jejíž výsledky mu získávají autoritu mezi ostatními trenéry. Druhý úkol vyplývá nutně z funkce oblastního trenéra a z jeho poslán. Do náplně práce oblastních trenérů je nutno počítat i úkoly přispívající k řádnému zajištění a kvalitnímu plnění hlavních úkolů. Patří sem např. tyto úkoly:

— jmenování zvláštních trenérů pro mládež v sánkařských oddílech a pomoc v jejich práci,
— péče o sebevzdělání a zvyšování vlastní kvalifikace,
— zevšeobecňování a předávání zkušeností z tréninkové práce,
— práce v trenérské radě krajské sekce saní a bobů,
— evidence trenérů sánkařského a bobového sportu v kraji a stálý přehled o jejich činnosti,
— kontrola kvality práce trenérů a úrovně učeňně výchovné činnosti v sánkařských a bobových i turisticko-sánkařských oddílech apod.

Úspěch práce oblastních trenérů závisí na nejužší spolupráci s ústřední trenérskou radou. K zlepšení tohoto styku budou obnoveny kontrolní instruktážní ústředních trenérů a ostatních členů TR v jednotlivých stanovených oblastech, které se v našem hnutí v minulosti osvědčily. Při plnění všech úkolů dodržují trenéři sánkařského a bobového sportu zásadní směrnice ÚV ČSTV a řídí se pokyny pro metodickou práci, které vydává ústřední sekce saní a bobů ČSTV. O formách styku oblastních trenérů s ústřední sekci saní a bobů a o spolupráci s krajskými sekcemi saní a bobů píšeme ve Zprávách sekce.

Nově jmenovaným trenérům sánkařského a bobového sportu přeje předsednictvo ústřední sekce a trenérská rada hodně úspěchů v jejich významné práci.

OBLASTNÍ TRENÉŘI

Inž. Vladimír DAŠEK, Praha 5, U 1. baterie 13
Miroslav HORA, Velká Hledebe u Mar. Lázní,
Bezručova 122

František MORAVEC, Teplice, Duchcovská 2189

Rudolf PREUSSLER, Liberec, Šumavská 9

Miloslav BELDA, Smržovka, Komenského 1220

Petr ZIEGROSSER, Habří 17, p. p. Dubné u Č. Budějovic

Inž. Lluboš PÁSEK, Brno 18, Charbulova 9

Bohumír OSINA, Ostrava II, Hlučínská 80

Josef NĚMEC, Jeseník, Stalinova 108

Svatoslav NOVOTNÝ, Tatranská Lomnice, Vysoké Tatry

Milan GERDELÁN, Bratislava, Odborářská 378

pro oblast Praha

pro oblast Marián. Lázně

pro oblast Teplice

pro oblast Liberec-město

pro oblast Smržovka

pro oblast Čes. Budějovice

pro oblast Brno

pro oblast Ostrava

pro oblast Olomouc

pro oblast Vysoké Tatry

pro oblast Bratislava

Inž. BRONISLAV HANÁK, ústřední trenér čs. sánkařů

III. TECHNICKÝ KONGRES FIL O MLÁDEŽI

Na dny 12.—14. XII. 1958 byl svolán do Weimaru (NDR) III. technický kongres mezinárodní sánkařské federace FIL, aby se zabýval otázkami sánkařského sportu u mládeže.

Při jednání o statutu FIL k bodům o propagaci a spolupráci se školami a jinými institucemi pro mládež byly předloženy československé elaboráty o zařazení sánkařství do školní tělesné výchovy (dr. Zdeněk) a o časně specializaci v sánkařství (inž. Pásek). Oba naše příspěvky byly vysoce oceněny a bylo rozhodnuto vyzvat předsedu FIL pana Satische z Rakouska, aby byl čs. delegát pozván na další kongres 31. I. 1959 v Rakousku (u příležitosti juniorských mistrovství ve Weissenbachu), kde by přednesl referát o vědeckých základech sánkařského sportu. Naše příspěvky daly iniciativní náměty ostatním svazům a ukázaly potřebu, aby se FIL zabývala i vědeckými problémy a usilovala o jejich dokumentaci, koordinaci a publikaci.

Líbilo se i náš propagační sánkařský plakát a osnovy besídek s mládeží o sánkařství. Byli jsme požádáni o jejich překlad a rozmnožení pro delegáty kongresu ve Weissenbachu.

Z jednání kongresu bylo vidět, že čs. sánkařství má na mezinárodním fóru lepší pozici, než jak se doma domnívá, a že naše absence na mezinárodních podnikcích je nepříznivě pocítována.

Je třeba neustále zdůrazňovat a opravdu usilovat o to, aby se sánkařství stalo doma masovým sportem a aby využilo možnosti získat významné mezinárodní postavení.

Předpoklady pro oboje tu jsou, a slavná tradice v tomto směru zavazuje.

V NDR se počíná rozvíjet rovněž spolupráce s turisty, jako u nás. Z propagačních důvodů posílají na každé krajské mistrovství i některého vynikajícího závodníka, aby jeho výkon byl vzorem sánkařům z řad místní mládeže.

Při jednání se zdůrazňovala potřeba



Přebornici kraje Praha na rok 1958 — inž. Kovanda a Tuhy ze Slávie Vysoké školy na bobové dráze v Mariánských Lázních. Bob vyjízdí z Krakonošovy zátky.

výměny zkušeností i teoretických prací v oboru sánkařství.

Na návrh Norska bylo rozhodnuto, že při mezinárodních mistrovstvích bude vždy určen z pořadatelů země společný vedoucí mládeže, který pak podá podrobné informace o dráze atd. všem účastníkům současně a jednotně, aby se předešlo výtkám.

Kladně byl zhodnocen letošní IV. evropský pohár v Oberhofu a podány informace o V. poháru juniorů 1959 ve Weissenbachu v Rakousku. K jeho propagaci byly připomínky, že nutno nejdříve dokončit jízdy jednotlivců a pak teprve zahájit jízdy dvojic. Pro příště nutno vyhradit mládeži tři dny na trénink.

Evropský pohár juniorský se bude vždy vypisovat jako evropské mistrovství.

Váha saní juniorů se může pohybovat do 20 kg — nebyla stanovena přesná nižší váha.

V NDR pořádají náborové sánkařské týdně se závody mládeže; každý účastník obdrží upomínkový odznáček. V horských místech jsou půjčovny, v nichž si mohou zájemci vypůjčit saně, které zakoupil stát. Například ve stanici Oberhof mají přes 200 saní. V posledních 10 letech bylo v NDR vyrobeno přes 10 tisíc závodních saní.

Bylo doporučeno prohlédnout všechny užívané závodní dráhy a u nich vždy uvést, jak se hodí pro soutěže mládeže.

Všechny členské svazy budou vyzvány, aby vypracovaly řád pro soutěže mládeže.

Členem komise mládeže FIL není stálá určitá osoba, nýbrž ten, kdo je vyslán jako delegát k jednání; zpravidla je to vedoucí mládeže.

Kongres byl vzorně připraven i jeho program absolvován.

Doc. dr. DALIBOR ZDENĚK,
delegát sekce saní a bobů ČSTV



Příběh lyžaře - závodníka

(13. pokračování.)

Medvěd rovná dárky.

Balíček kávy pro Helenu, krabička doutníků pro Ondřeje, lahvička rumu pro Hofmana, kartáček na česání vousů patří Emanovi. Teplou šálu dostane Martin. Co jiného by mohl dostat Lojza než krabičič s dopisními papíry.

Jiří! uhodí se Medvěd do čela, na toho jsem zapomněl. To má z toho, že poslední dobou dochází tak nepravidelně.

Čert vem ty jeho chrípky, spalničky a všelijaké zápal, za nimiž se naběhá víc než za děvčaty.

Co teď? uvažuje Medvěd a rozhlíží se kolem sebe. Kdesi za pultem ve vedlejší sále najde lahvičku žaludeční hořké. Proti ní nebude mít ani jako lékař námitky. Zabalí ji do bílého papíru a jako všechny dárky převáže balíček zlatou šňůrkou, za níž zastrčí zelenou větvíčku. Papír naslíná a na vlhké místo napíše velkými písmeny jméno obdarovaného.

Děvčata z kuchyně již prostírají a Medvěd klade k talířům maličké smrkové snítky. Jde už na sedmou a budou tu co nevidět. O kom se mluví nebo na koho se myslí, nebývá obvykle daleko.

Ve dveřích se objevila Helena s Richardem, každý pod pažďí balíčky.

— Já to dám, kam to patří, hlásí se Medvěd o své právo chráně tajemství pod větve vánočního stromu a zároveň se s oběma vítá.

— I vy, nějak jste si pospíšili, hlásí se ve dveřích Lojza a zároveň setrášá ze sebe zimu.

— Všechno odevzdat! sahá Medvěd do naditých kapes jeho zimníku.

Lojza se dá do smíchu.

— A na to hlavní jsi zapomněl! vytahuje balíček z náprsní kapsy. Myslím, že je to zrovna pro tebe. Ale nerozbalovat, až po večeři. Teď je to listovní tajemství! A abych nezapomněl: je to nevyplaceně, směje se Lojza.

— Vyřídíduch! rozumí Medvěd Lojzovi a nalévá mu číšku »žaludeční«.

Nikdo se neposadí; obcházejí dlouhý stůl. Je v nich sváteční vzrušení a nedočkavost. Helena jde pomoci do kuchyně a hned se odtamtud ozve plno smíchu.

— Ta má tu bude co nevidět. Kuchti dort pro Martina, svěťuje se Lojza Richardovi. A já mu ho doručím. Bude na něm jeho jméno z čokolády.

— Jako vždycky, málem poslední, vítá ve dveřích Richard Eman, který se rozmotává z dlouhé šály.

— A co Martin? Jiří? ospravedlňuje se Eman.

— Mají dalekou cestu, omlouvá je Lojza. A kde máš svou polovici?

— Helena si ji vzala do kuchyně, upravuje si Eman plnovous, který zvlhl, jak na něm roztálo jíní.

— Že sis do toho copánku neuvázal mašličku, když je tak slavný den, neodpustí si Lojza.

— Zrovna špatný nápad to není, přitakává Eman.

— Ale až po polívce, uskakuje Lojza.

— Martin! oznamuje Helena, vracející se z kuchyně, dalšího hosta. Zároveň vysvobozuje Martinovy ruce, které objímají košík, podobající se slepičí kukani.

Rázem to místností zvonělo.

Inu, Martinův dar: sušené hříby. Každý si z košíku nabere podle libosti.

Martin se vydal na cestu s Borkem i koněm, kterého zapřáhl do lehkých saní. Stavení hřadají jen hvězdy a vítr. Martin ví, že je uhlidají.

Poslední přišel Jiří.

Dárky pod stromkem se rozrůstají aspoň do šířky, když do výšky jim brání silné větve. I Jiří přiložil několik balíčků, neboť Medvěda je teď zapotřebí v kuchyni.

Nad stolem se rozvoněla rybí polévka a všichni ušedají na svá místa. Zazvoní lžice a po chvíli ticha nosí děvčata z kuchyně další štedrovecerní jídla.

Pak nastala Medvědova chvíle.

Přistupuje k jedli, rozsvěcuje ji zteplou a vonící. V tom světle se podobá ženě, která si až po paty rozpustila plavé vlasy. Jako by tu najednou bylo o jednoho víc, jako by za nimi přišel les s horami. Posedět, pobesedovat a rozdat dary. Taková je to slavnostní chvíle.

Cím je dárek prostší, o to je upřímnější.

— Božínku, dopisní papír, rozbaluje nenápadný balíček Lojzova žena Marie.

— Vidiš a tobě to není nic platné. To vy nevíte, že se tu do ní zakoukal jeden rekreant. Že prý jí bude každý týden psát, rozkládá Lojza.

— No, řekla jsem mu, jestli mu to nebude vadit, že můj muž je listonoš, směje se Marie.

— Nic z toho nebylo, a taková příležitost, rozbaluje Lojza další balíček.

Martin nechce svým očím věřit. Jakživ toho tolik nedostal, co dneska.

— Jistě jsi byl hodný, utrousí Eman. Zrovna jako já. Musíš zitra udělat houbačku, nakloníš se ke své ženě tak, aby Martin slyšel každé slovo.

— Jen nepohrděj, brání Helena Martina. Houby beztak porostou nejdřív zaplň roku.

— A co je tohle? prohlíží Eman modrou pentličku zabalenu do hedvábného papíru. To je snad tobě, obrací se k ženě.

— Ne, ne, to je tvoje, Emáne. Měl bys to vědět. Až budeš jíst tu houbačku, podvážeš si vousy, aby sis je nesmočil, vysvětluje Helena.

— Je pevná a dlouho vydrží, přikyvuje Richard.

— I vy, i vy! hrozí Eman. Však já vám to oplatím.

— Do příštích vánocí si jistě něco vymyslíš, směje se Helena.

— Ne, abys mu to snědl, to je pro Borka, napomíná Lojza Martina dumajícího nad věnečkem špekáčků. Ať se má dobře, patří přece taky mezi hosty.

Ve všech je pohoda, radost a mír. Medvěd nalévá sklenice k vánočnímu připitku.

— A teď už zůstaň mezi námi! My tě v kuchyni vystřídáme, nabízí se první Lojza.

Medvěd, nejstarší z nich, pozvedá číš s vínem.

První doušek na šťastné vánoce, na dobré přátelství s přáním, aby tu za rok opět všichni ve zdraví seděli.

Na chvíli ztichnou a poslouchají z rozhlasa vánoční písně. Vždyt mnohé jsou odtud. Ale to teplo, které sálá přímo ze srdce, ta sdílnost, přenes je opět nad stůl, nad hladiny skleniček, do nejužší blízkosti.

Není tu nikoho, kdo by měl jít podle starého zvyku zatřást do Medvědovy zahrady jablůnkou?

— Co ty, Martine?

— Ale Martin je někde hluboko v sobě.

— Měl bys jít, Martine! povzbuzuje ho Helena. Zkus štěstí! Odkud pes zaštěká, odtamtud dostaneš nevěstu.

— Půjdu, abyste věděli! vyskočí Martin.

Všichni jdou za ním.

Martin zatřeše jablůnkou, která ho obejmě stříbrem jinovatky. Všichni poslouchají.

Z dálky odpovídá jen šumění hor.

— Ještě jednou, Martine. Musíš třikrát za sebou, radí mu Helena. Ale ani podruhé nezaslechl štěkot psa.

Když Martin potřetí jablůnkou zatřásl, zahučely lesy odněkud z hloubi hor.

— Tam je moje nevěsta, ukázal Martin na zasněžené vrchy lesknoucí se pod světlou oblohou.

Vracejí se mlčky do vyhráté místnosti.

— Tak na tu tvou nevěstu, Martine, když už je to takhle. Není to špatná děvče, a myslím, že ani ty nejsi pro ni špatný muž, pozvedá Lojza napíněnou číš a za tím všichni ostatní.

Martin v tom připitku zahlédl tvář Jarmily. Ale cožpak může připíjet Jarmile na zdraví? Možná, že by se mu vysmála jako všichni ostatní.

Po každém doušku je v očích o plamínek víc. Přibývá sdílnosti a všech těch dobrých vlastností, které sedávají s hosty u vánočního stolu.

— Že sis, Medvěde, přihnul v kuchyni? vyšetřuje Medvědovu podezřelou bujnost Eman.

— No, když jsem musel, brání se Medvěd neohrabaně. Tam jsem taky přece dostal dárky.

— Ne abys nám s tou náladou utekl, musíš počkat na nás, napomíná ho Helena.

— Ať žije babička Helena! zvedl Medvěd rozpustile sklenku a vzpomněl si tak na blízkost se rodinnou událost.

— Tak na nejmladší babičku, přitukla si Helena s Medvědem.

— A ať jsou to dvojčata, ať ukáže tak Jiří, co dovede, rozvažuje Medvěd a připíjí si s lékařem. Půjdemě jim s Martinem za kmotra.

Blíží se teprve devátá, ale teď se čas na hodiny nepočítá, tím méně na roky. Co tomu říkáš, Martine? Je ještě jiné bezpečí. Nejen mezi neprodyšnými stěnami svého stavení, ale zde mezi živými. Tady především. Přichází chvíle, kdy tvá opuštěnost a smutek tě vyženou od vlastního prahu. Kam jít než mezi lidmi.

To je dnešní večer. A co teprve ostatní dny, kdy se sám se sebou vypořádáš a budeš vidět dál, než jsi viděl dosud...

— Telefon, Medvěde!

Ale dříve než Medvěd je u aparátu Lojza.

— Tebe volají, Jiří!

— Kdo je? svírá lékař sluchátko.

— Bolesti? Kdy začaly? Ano, pamatuju se... připravte prádlo a dejte ohřát vodu... Tak za dvě hodiny bychom mohli být u vás. Ano, znám tu cestu... Myslím, že je nejkratší. Spolehněte se... zavěšuje Jiří sluchátko.

Pohledy všech visí na Jiřím.

(Pokračování)

Žádný strach před velkými jmény

KE KINOGRAMU NA TŘETÍ STRANĚ OBÁLKY

Tak lze nazvat náš poslední kinogram z Mistrovství světa v Badgasteinu, porovnání jízdy našeho Kurta Hennricha s vítězem tohoto závodu Toni Sailem. Snímky byly pořízeny na jednom z nejrychlejších úseků sjezdové trati tak zvaném »Himmelreichtu«. Zobrazují na jedné straně riskantní jízdu Sailem, na druhé hrdinný boj Kurtův nejen s tímto a mnoha jemu rovnými soupeři, ale i s nepřízní počasí, nedostatkem tréninku na tak těžkých tratích a startů na mezinárodních závodech.

Porovnání jízdy Hennricha (obr. 1—12) a Sailem (obr. 13—24) nenechá nikoho na pochybách o vysoké technické úrovni našeho reprezentanta a potvrzuje, že jeho sedmé místo ve sjezdu na OH v Cortině nebylo náhodné. Úzká stopa, nízký sjezdový postoj a jisté vedení lyží ve stokilometrové rychlosti, kterou projíždí tento úsek, si v ničem nezadají před rasantní jízdou Sailem.

Z kinogramu je zřejmé, že se jednalo o přejezd veliké šikmé vlny, kterých bylo na »Himmelreichtu« několik.

Hennrich dno vlny prošlapuje (obr. 4) nečeká, až se dostane na její vrchol, ale ještě před ním skrčuje nohy pod tělo a přechází do nízkého plynulého předskoku (obr. 5—11), po jehož provedení opět měkce a bez nejmenší ztráty rovnováhy dopadá. Předskok navazuje nenásilně na předcházející jízdou jako její organická součást a odraz je proveden na tolik, aby závodník odlepil lyže od sněhu, zatímco těžiště se nijak výrazně nezvyšuje. Podobný charakter má i jízda Sailemova a všech ostatních špičkových závodníků.

Prošlapování a nízké předskakování vln na sebe navazuje a až k nerozeznání splývá, takže mnohdy lze těžko říci, zda závodník vlnu prošlapl nebo předskočil. Předskoky se provádějí bez přípravy, tj. bez předchozího snížení a zvýšení postoje. Zdolávání terénu předskoky a prošlapováním vychází z dokonalého citu pro terén. Ten zase vyplývá z velké vyježděnosti, ke které přistupuje v závodech naprostá znalost trati a volba přesné stopy.

Tímto kinogramem končíme sérii ukázek jízdy našich i cizích závodníků z mistrovství světa 1958. Byly vybírány tak, aby zachytily ty prvky nejnovější sjezdové a slalomové techniky, ve kterých naši závodníci dosud nedosáhli technické úrovně světových špiček.

Na druhé straně mají ukázat, že i mezi námi máme jezdce světové úrovně, od kterých se můžeme ještě mnohému naučit.

Kinogramy a texty k nim mají zároveň doplnit skripta sjezdové a slalomové techniky, která v nejbližší době vydá ČSTV. Má se tak stát zejména tam, kde rychlý vývoj sjezdových disciplín přinesl nejvýraznější změny, které nejsou zachyceny ve skriptech pro jejich stručnost a téměř dvouroční časové zpoždění vydání od jejich sepsání.

Bude dobře, když naši trenéři a závodníci vyčtou z kinogramů i to, co třeba v textu nebylo uvedeno, po případě když si text podle kinogramů opraví.

Hlavně, aby si naši mladí osvojili nejvíce z toho, co dosud neznali a neuměli. A pak směle na start prvních malých i velkých závodníků. Nikdo není neporazitelný. Proto ani žádný strach před velkými jmény.

Dr. JAROSLAV ČTVRTEČKA

Brno hlásí

Lyžařská sekce MV ČSTV Brno připravila školení pomocných cvičitelů lyžování. Teoretická část školení, která obsahovala 25 vyučovacích hodin, probíhala v prosinci a ze 48 frekventantů prošlo 46 úspěšně zkouškami.

Praktická část výcviku, která proběhla v lednu 1959, byla jednou z hlavních náplní školení. Frekventanti absolvovali 35 hodin výcviku na sněhu včetně zkoušek. Závěrečné praktické zkoušky byly provedeny do 31. ledna 1959 a nově jmenovaní pomocní cvičitelé mohou již v letošní sezóně úspěšně pracovat ve svých oddílech. Dík a uznání patří instruktorům a přednášejícím soudruhům F. Pailovi, M. Dvořákovi, R. Skřivánkovi, Vrátničkovi, Lorencovi, Pešovi a dalším, kteří věnují svůj volný čas ve prospěch lyžařství na Brněnsku.

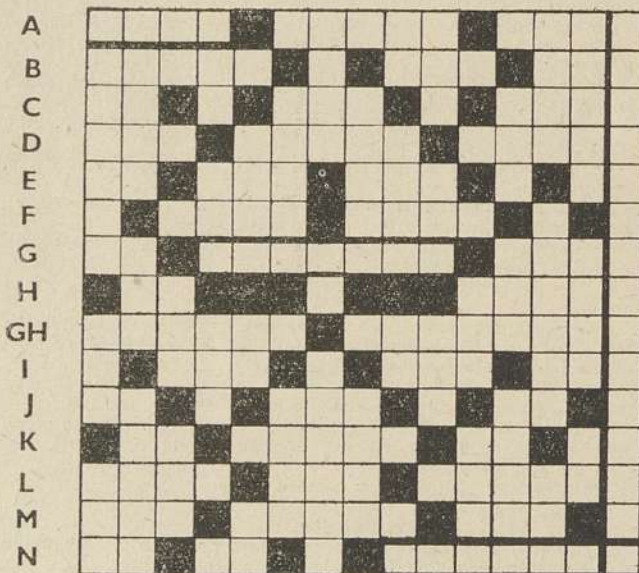
★

Na všech svazích v okolí Brna učí lyžařství cvičitelé ze všech brněnských oddílů mládež i dospělé účelnému a zdravému pohybu na lyžích. Současně jsou organizovány soutěže mladých o Spartakiádní vložku. Při nedostatku sněhu v Brně, jezdí lyžaři do Nedvědic, na Sekoň, Unčín Dalečín a do Nového Města.

Bezroukův memoriál ve Zvolenu

Dne 18. 1. 1959. konal se druhý výběrový závod našich běžců, spojený s tradičním závodem »Bezroukův memoriál« ve Zvolenu. Podrobnosti tohoto závodu, jehož se již zúčastnili také reprezentanti, kteří se vrátili ze Sovětského svazu, do uzávěrky Lyžařství nedošly.

VTJ Dukla Liberec vymění skokanské lyže značky »Howdeski« — 235 — 240 cm za lyže stejné kvality o délce: 245—250 cm.

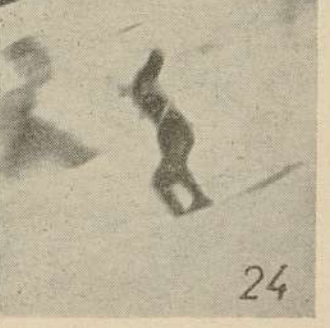
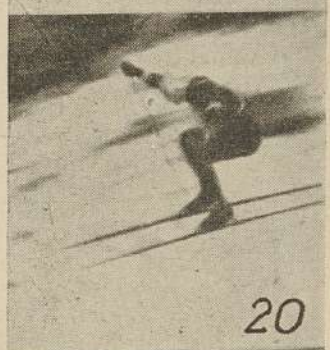


1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

Vodorovně: A. 1. část tajenky; podzimní květina; otvor pro světlo. B. Příslušník rodiny sovětských národů; chem. značka dusíku; souhlásky »ponese«; místo k těžení kamene. C. Fr. »jde«;

konec abecedy; tlakový stroj; chem. zn. kyslíku; indický oděv. D. Zkřivil; pět stejných souhlásek; zápach (obr.). E. Ruské přítakaní; franc. člen se zdvojenou souhláskou; lyžařský patron (obr.); řím. 50; zkrácená značka atmosféry. F. Chem. zn. dusíku; tvar angl. slovesa »opustiti«; část těla; struna houslí; rádius. G. Něm. předložka; 2. část tajenky; norské město (obr.). H. Řím. 49; vitamín; lyžař. městečko na moravsko-slov. pohraničí. CH. Nejrychlejší lyžařská disciplína (mn. číslo); druh lyžař. závodu (obr.). I. Chem. zn. draslíku; opak »čím«; řím. 1000; záporová spojka; angl. »jísti«. J. Zkr. inženýr. komory; délková míra; ochranná hmota nátěrová; předložka; nář. bezpečnost; řím. 5. K. Kost (fr.); energický; fr. člen; přivlastňovací tvarosloví. L. Ulpíváš; květen (něm.); potřeba hokejistů. M. Vada; kosa (něm.); rak. lázeň, městečko; syzkavka. N. Chem. značka hliníku; karetní výraz; spojka; 3. část tajenky (9 až 14); jednotka radioaktivního záření.

Svisle: 1. Označení vyznačené lyž. dráhy; lyže; projevuje bolest. 2. Lyžař. trať; přijímám potravu (obr.); pohyboval nohama; 3. Něm. předložka; značka duté míry (dvakrát); dráha lyžař. skokana; značka sovět. auta (obr.). 4. Ničí kovy; spojovací hmota; zn. sovět. auta; měkká souhláska; poloměr. 5. Chem. zn. dusíku; oves (něm.); délková míra; rádius; ohlas zvrtného slovesa. 6. Spojka; upevnil (obr.); tvrdá samohláska; ničí. 7. Podmínka lyžování; zn. autooleje; zásada dobrého skluzu lyží. 8. Zn. tuny; seskupí (e=ě); ypsilon; kmen něm. slovesa »klesati« (obr.). 9. Rudé právo; okrasný strom; předložka; měkká samohláska; předložka (obr.). 10. Souhlas; výraz pro strašidlo; zkr. bývalého vydavatelství knih; předložka; nota. 11. Chem. zn. síry; řím. 500; spojka; feka v Čechách; hudeb. nástroj (2. p. mn. čís.). 12. Chem. zn. kyslíku; velká místnost; tři různé samohlásky; trn (s=š, obr.). 13. Jasný (něm.); světově známá značka autom. vah; starý (angl.). 14. Předepsaný výkon; alkálie; lidově »jsem«; předložka. 15. 4. část tajenky.





Lyžařství

2

Lýžařství

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

J. Holst
7

ROČNÍK 45
BŘEZEN 1959



3



Helmuth Recknagel, vítěz německo-rakouského skokanského turné, je po vítězství odnášen svými krajany Glassem a Lesserem (snímek vlevo nahoře).

Karl Schranz zvítězil ve sjezdu na Lauberhornu; trať dlouhou 2850 m s výškovým rozdílem 740 m projel za 2:41,7 min. (snímek dole vlevo).

Ernst Oberaigner, pátý ve sjezdu, první ve slalomu s pětivteřinovým náskokem, zvítězil na Lauberhornu i v kombinaci (snímek dole vpravo).



Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

Séfredaktor dr. Ctibor Rybár,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Spaček

★

Redakce: Praha 1-Staré Město,
Národní třída 33, telefon 228071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

Obsah

Plody naší práce	1
Nad Saharou sněží	2
Spartakiáda volá	3
60. mistrovství ČSR v jízdě na lyžích	4-5
Preteky vo Sverdlövsku	6-7
Trenér skokanů o německo- rakouském turné	8-9
Týden zimních skandináv- ských her	10-11
Pět dní pod »Glassovým můstkem«	12
O štít febrúárového víťazstva v Banskej Bystrici	13
Do diskuse	14-15
Psychická příprava lyžařské- ho závodníka	15
I na rovině porostou závod- níci	16
Přerovská mládež na Tesáku	16
Bytčianski lyžalri	16
O závodě nejmladších	17
Spartakiádne vločky »padajú« v Kremnici	17
Připravujeme nová lyžařská pravidla	18
Hory mají srdce v člověku	19-20
Saně a bobý	21-23
Předolympijská bilance sjez- dařů	24
Víte, že	24

★

Fotografie: O. Hůrka, inž.
M. Kumpošt, V. Kocúm, Vl. Pácl,
Zd. Pelc, J. Skála

★

Snímky na obálce: 1. stra-
na: I ti nejmenší sbírali letos na
zasněžených horách Spartakiádní
vločky. — 4. strana: Miroslav Mar-
tiňák dokázal i ve výběrovém zá-
vodě na Pustevnách, že s ním mů-
žeme do budoucna počítat.

★

Vychází měsíčně kromě července
a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství
ústředního výboru KSČ. — Rozši-
řuje Poštovní novlnová služba. —
Cena 2,50 Kčs. — Objednávky pří-
jímá každý poštovní úřad nebo do-
ručovatel. — Předplatné na I. po-
loletí 15 Kčs, na II. pololetí
10 Kčs. A-21191

PLODY NAŠÍ PRÁCE

Začátkem letošního hlavního období byl náš veřejný život ve zna-
mení diskuse k dopisu komunistické strany za další zvýšení životní
úrovně v Československu. Lyžaři žili problematikou dne, vyjadřovali své
mnění a také jejich hlasy byly mezi těmi, které došly ÚV KSČ, které
vyjadřovaly vědomí a vůli pracujících, jejich účast na společném budo-
vání našich lepších zítřků.

V průběhu sezóny začátkem letošního roku jsme byli radostně pře-
kvapeni úspěchem sovětských soudruhů. Člověk vstoupil poprvé v his-
torii do vesmíru a jeho dílo překročilo hranice zemské působnosti. Ten-
to čin je důkazem zákonitého rozvoje lidského ducha a společnosti
v podmínkách lidovlády a byl nejlepším darem vědy XXI. sjezdu KSSS.

A XXI. sjezd KSSS znovu přesvědčil i ty nejzarytější nepřátele lidu
o síle sovětů, o síle a nevyčerpatelnosti rezerv, které vytváří osvo-
bozený a uvědomělý lid. Lid, který poznal svou sflu a dal ji do služeb
míru a štěstí na světě.

A tak jsme denně svědky nových a nových, nebývalých překvapení
rozvíjejícího se života národů, kterým se již podařilo osvobodit se od
kapitalismu.

Začátkem tohoto měsíce rozhodla KSČ o dalším už sedmém snížení
cen, o zvýšení a úpravě rodinných přídavků, o zvýšení nízkých důchodů
a dalších úpravách v sociálním zabezpečení československých občanů.
Rozhodla tak na základě návrhů a připomínek nás všech, rozdělila vý-
sledky naší práce a ukázala tak znovu pracujícím celého světa, že jedi-
nou spolehlivou cestou k jejich blahobytu je svobodná socialistická
práce.

Krok za krokem dobýváme vítězství v ekonomické soutěži z nejvy-
spělejšími kapitalistickými státy, doháníme je a můžeme říci, že je už
předháníme i v životní úrovni. Naše životní úroveň patří dnes k nej-
vyšším na světě a připomeňme si, že je to v době, kdy už není jediné
kapitalistické země, v níž by statisíce a někde i milióny proletářů ne-
stálo opět ve frontách na práci, kde ceny životních potřeb stoupají
rychleji než mzdy vybojované v těžkých stávkových bojích.

Ani revizionisté nás nepřesvědčí o jejich lepší cestě k socialismu,
protože i v Jugoslávii dále stoupají ceny denních potřeb. Dělník si zde
může koupit za průměrnou mzdu o polovinu chleba, cukru a jiných po-
travin méně než dělník u nás, přestože je Jugoslávie převážně země-
dělskou zemí.

A tak se neustále přesvědčujeme na zlepšujícím se životě, že cesta
Komunistické strany Československa je pro náš lid správná a jediná.

Radujeme se z výsledků práce našeho lidu. Život v Československu je
opravdu po všech stránkách bohatý. Ani naše sportovní dění se neza-
stavuje. Končíme sice letošní období a brzy se rozloučíme s posledním
sněhem, ale čekají na nás nové zážitky.

Připravujeme se na největší svátek všech československých spor-
tovců — na okresní spartakiády. My, sportovci, oslavíme na okresních
spartakiádách před naší veřejností po našem způsobu život v Česko-
slovensku. Ukážeme, že dovedeme žít, že se dovedeme zdravě ze života
radovat, i těm, kteří dosud neznají tuto radost z pohybu a cvičení. Uká-
žeme jim, kde ji mají hledat.



NAD SAHAROU SNĚŽÍ

MIROSLAV LAUTERBACH

V minulých dnech jsem dostal pohlednici z Káhiry. Se srdečným pozdravem byl přibalen i povzdech: Škoda, že u nás neznáme sních. Tak rád bych viděl Krkonoše pod sněhem. Autorem těchto slov je Egyptan pan Kamal Naguib, sportovec tělem i duší. Vždyť sport nás vlastně také do-
stal dohromady. Ale to je dlouhá historie...

V těchto dnech k jeho vlasti i celému africkému kontinentu zalétají myšlenky miliónů lidí. Mnoho nového se zde odehrává.

Africe se v řeči kupců a zbohatlíků odjakživa říkalo »loviště«. Patrně už od doby, kdy od afrických břehů odplouvaly otrokářské lodi s nákladem černochů v podpalubí a směřovaly k americkým tržišťům. 400 let trvalo koloniální panství nad Afrikou. Výsledky tohoto, jak se v New Yorku, Londýně či Paříži říká, »civilizačního poslání« jsou strašlivé. Za tu dobu ztratila Afrika pod vlivem podvýživy a nejtěžší lidské práce na 150 miliónů lidí. Ještě dnes je mzda domorodého dělníka v Belgickém Kongu 64krát nižší než bělocha. Průměrný věk člověka v této oblasti se pohybuje okolo 34—36 let. Sport se zde s novým životem teprve rodí.

Národy Afriky však už povstaly do boje. Nebylo již možno déle snášet bezpráví a hlad. A před nimi byly takové příklady jako vítězství čínskému lidu, Indie a dalších zemí. V krvi se rodily nové africké státy — Maroko, Tunisko, Sjednocená arabská republika, Ghana, Guinea a další. Alžírsko je v jednom plameni boje. Na hrobech 42 vlastenců hlavního města Belgického Konga Léopoldville, kteří byli zastřeleni při nedávných demonstracích, jsou ještě otisky bosých nohou Afričanů, kteří sem přicházejí přísahat věrnost ideálům, pro které tito mučedníci padli.

Na moskevském festivalu mládeže jsem se setkal s mladíčkým egyptským důstojníkem Elfanažilim, který hraje v národním fotbalovém mužstvu záložníka. V době bojů o Suezský průplav velel jednotce v hrđinském Port Saidu. Vyprávěl nám, kolik mladých lidí na obou stranách umíralo. Ještě dnes na některých egyptských fotbalových hřištích jsou hroby sportovců, padlých v boji za svobodu své rodné země.

To hlavní — mír — spojuje lidi. Spojuje sportovce ať lyžují nebo veslují, ať hovoří jakýmikoliv jazyky, ať bydlí pod Tatrami nebo na kraji Saharské pouště.

Egyptský fotbalista, o němž jsem hovořil, vyprávěl o obrovském národně osvobozeneckém hnutí v Africe. Ale podobné je i v Asii a Latinské Americe. Vždyť kromě 700miliónového čínskému lidu se zbavilo chomoutu kolonialismu ještě dalších 700 miliónů lidí, což je dohromady polovina lidstva.

My, Čechoslováci, kteří jsme prožili hrůzy hitlerovské okupace, chováme k porobeným a bojujícím národům vřelé sympatie. A stejně tak oni k nám. V únoru jsme v Praze vítali delegaci mladické Guinejské republiky, jejíž členové otevřeně řekli, že si hluboce váží Československa, protože

jím pomohlo v nejtěžších chvílích po ustavení republiky. Guinejští černoši s úctou a láskou vyslovují jméno naší vlasti.

V téže době byla v Káhiře uzavřena dohoda o tom, že na první etapě stavby Asuánské přehrady ve Sjednocené arabské republice, se bude podílet také Československo. Je to před širokou světovou veřejností otevřeně uznání mistrovství a dovednosti našich dělníků a techniků. Vždyť je všeobecně známo, že se o tuto zakázku zájímaly také firmy americké a západoněmecké. Sly dokonce pod naše výrobní ceny, jenom aby nás jako konkurenty porazily. Avšak neuspěly...

Proč vám však toto vše vyprávím. Jistě ne proto, že africké země nemají o sněhu a lyžích ani ponětí. Jen tak na okraj: Vzpomínám si, jak jsme před časem doprovázeli pana Naguibu (toho, o němž jsem psal již na začátku) při jeho návštěvě v Československu. Projížděli jsme Krušnými horami. Pan Naguib dal náhle zastavit auto, ukázal na vršek kopce, kde zůstalo ještě trochu splhlého sněhu. Chvilí uvažoval a potom křičel: »Sníh! Sníh!« Ve svých světlých šatech šplhal po stráni a špinavý sníh nabíral oběma rukama. Potom nám řekl, že jej viděl poprvé v životě. A tak si jej zamiloval, že by si to rád zkusil i na lyžích. Snad tedy přijede ještě někdy okolo vánoc (nebudou-li takové jako letos).

Zdálo by se, že naši lyžaři a zimní sportovci vůbec nemají s Afrikou co společného. Sníh je tam pokládán za zvláštní Allahovo znamení a dříve než dopadne na zem — prší. Sníh je radost. A ta radost, život, svoboda dnes už padá nad celým africkým kontinentem. Už i nad alžírskou Saharou »sněží«.

Sportovci celého světa mají mnoho společného. Především to, že tam, kde padají bomby a stavějí se okopy pro odpalovací rampy, tam není na sport pomyšlení. Avšak i mnoho jiného sportovce sdružuje, třebaš jeden je z Afriky a druhý z Českých Budějovic. Na festivalech mládeže, myslím, že je tato jednota sportovců vyjádřena přímo plasticky. Pojedou-li někteří z vás letos do Vídně, přesvědčte se o tom. Ne, tam se nebude lyžovat, tam si však podají atleti i fotbalisté, boxeři i veslaři ruce na mír a na přátelství.

Nedávno jsem četl slova našeho lyžařského reprezentanta VI. Melicha k sovětské sedmiletce. Hovoří o vlastnostech sovětských sportovců a zvlášť zdůrazňuje jejich houževnatost a důslednost. Ano, tak je tomu. Myslím, že tyto vlastnosti jsou do značné míry příznačné i pro další sportovce ve srovnání s ostatními občany. V tomto směru hraje svou úlohu výchova sportovce, život v kolektivu apod. Sportovec má být nejen důsledný, houževnatý, ale stejně tak čestný, uvědomělý. Možná, že si vzpomínáte na »záhadný útěk« alžírských fotbalistů z francouzských klubů na protest proti francouzské válce v Alžírsku. Jak tito sportovci cítili s lidem své bojující vlasti. Jak se jí i dnes snaží pomoci.

Až budete číst nové a nové zprávy o boji afrických národů, vzpomeňte si, že jsou mezi nimi v předních řadách také sportovci. Těžko se s nimi setkáte někdy při závodech na lyžích, ale s námi shodně usilují o mír ve světě, přátelství mezi národy. Jsou našimi přáteli.

Českoslovenští lyžaři si podali ruce letos poprvé se sportovci arabských národů. Byli jsme pozváni na lyžařské závody do Maroka, abychom tam navázali sportovní a přátelské styky. Kurt Henrich byl prvním našim lyžařem, který reprezentoval lidově demokratické Československo na svazích bájněho Atlasu, který dokumentoval naše vztahy k národům Afriky.

Srdečné přijetí a přátelství, která tam byla navázána, jsou dalším důkazem životnosti politiky míru a jsou důkazem touhy všech slušných lidí na celém světě po spolupráci mezi národy.

Nový život, který se rodí v srdci veliké Afriky, se nedá zadusit, touha všech afrických národů po svobodě a míru je obrovská a nezadržitelná.

Spartakiáda volá

Účast na VIII. ZOH ve Squaw Valley ohrožena

Za pouhé tři roky budeme slavit stoleté výročí naší organizované tělesné výchovy — což samo o sobě je pro nás nejlepší vizitkou toho, že i na tomto úseku se může náš lid pochlubit tradicemi vskutku úctyhodnými. A jedním z nejceněnějších vkladů do této tradice je i dlouholetá prosulost masových tělovýchovných vystoupení; proslavila nás ve světě stejně tak, jak řada vrcholných úspěchů našich reprezentantů v jednotlivých sportovních odvětvích. Proto na oblibu a tradici sokolských sletů, proletářských spartakiád i dělnických olympiád navázala po sjednocení naší tělesné výchovy I. celostátní spartakiáda v roce 1955, která ve všech směrech předčila mohutnost někdejších lidových tělovýchovných slavností. A také mezinárodním dosahem spontánního úspěchu potvrdila správnost navazování na to nejceněnější z našich bohatých tělovýchovných tradic.

Je přirozené, že nejmohutnějším dojmem při spartakiádním pořadu působí masová vystoupení v hromadných pohybových skladbách. A i když při II. celostátní spartakiádě chceme, aby její sportovní část byla pokud možno rovněž nejbohatší, přece jen je zapotřebí, aby vedle cvičenců z odborů základní tělesné výchovy přispěli k maximálnímu úspěchu masově předváděných skladeb také příslušníci sportovních oddílů, především těch, jejichž odvětví nebudou mít plnou závodní sezónu (hlavně jde v tomto případě o zimní sporty). Protože pak konec konců nejmasovější součástí II. celostátní spartakiády budou okresní spartakiády v květnu a červnu 1958, jejichž patřičný úspěch je největším úkolem našeho tělovýchovného hnutí

v tomto roce, je vrcholně zapotřebí, aby také příslušníci našich lyžařských oddílů přispěli v tomto směru svým nejčestnějším podílem.

Nyní, po závěru hlavního závodního období, mají naši lyžaři vítanou možnost vyvodit z této čestné povinnosti potřebné závěry a účasti na nácviku masových vystoupení splnit při nejmenším dva závažné požadavky: a) velmi vhodným způsobem naplnit tréninkové hodiny v čase svého aktivního odpočinku po dobu přechodného a přípravného období, b) dokázat přesvědčivým způsobem vědomí své sounáležitosti k celému našemu tělovýchovnému hnutí zapojením do splnění nejširšího kolektivního úkolu.

Masové skladby pro II. celostátní spartakiádu jdou po stránce pohybové náplně i celkového vyznění dál než tomu bylo při I. celostátní spartakiádě a cvičenci si při jejich nácviku skutečně »přijdou na své« pokud se týče působení na celkovou fyzickou kondici. Ale právě nácvik v kolektivu je jedním z nejceněnějších prvků, pomáhajících tříbit a utužovat morální kvality tak jako jen v malém počtu ostatních záležitostí.

Lze proto našim lyžařům účast na spartakiádním nácviku a výrazný příspěvek ke zdaru okresních spartakiád v květnu a červnu 1958 položit jako otázku jejich cti — ať už si vyberou u mužů skladbu s plnými míči, s tyčemi, u žen nejspíše »Rozsévačku« či konečně se »po svém« zařadí i dorost. Ale především zde tentokrát platí: kdo rychle dává — dvakrát dává. Okresní spartakiády i II. celostátní spartakiáda čekají na účast našich lyžařů — ale k nácviku už je skutečně čas nejvyšší!

Koncem února jsme byli překvapeni zprávou, že byla lyžařům NDR odmítnuta vstupní víza do USA. Východoněmeckých reprezentantům byla odmítnuta víza proto, že prý mezi nimi bylo osm komunistů.

Pozastavujeme se nad tímto jednáním, protože je všem známo ujištění samotného státního tajemníka USA pana Dullese, který s plnou odpovědností prohlásil, že vládní orgány USA povolí bez překážek vstup na území Spojených států všem sportovcům, kteří budou vysláni na ZOH.

My, českoslovenští lyžaři, nemůžeme nikdy souhlasit s podobným postupem, kdy je znemožňována příprava a případně i účast na největší sportovní soutěži — na OH. Podali jsme proto protest organizačnímu výboru VIII. zimních olympijských her proti odmítnutí udělení víz a zároveň znovu v dopise upozorňujeme na stále nebezpečí radioaktivity, zvyšované neustálými americkými pokusnými výbuchy nukleárních zbraní v nevadské poušti, jen několik set kilometrů vzdálené od Squaw Valley.

Na naše první upozornění, v němž jsme poukazovali na nebezpečí radioaktivního záření, odpověděl předseda Mezinárodního olympijského výboru velmi rozpačitě. Domnívá se, že pokusy a výbuchy již v nevadské poušti skončily a slibuje, že se obrátí na vládu USA, aby zaručila nerušený průběh příprav a uspořádání VIII. Zimních olympijských her.

Nedávné odmítnutí reprezentantů NDR svědčí o tom, že připomínky pana Brundage neberou kompetentní místa USA docela vážně.

Souvislost zvýšené radioaktivity s odmítnutím vstupu sportovců lidově demokratického Německa na půdu Spojených států nasvědčuje, že politiku v USA ovlivňují dosud osoby, kterým by dorozumění a přátelství sportovců nedalo klidně spát. Ale úředníci amerického departementu si budou muset dříve nebo později přiznat, že všichni čestní sportovci na celém světě jsou opačného mínění.

Jim záleží na přátelství, jim jde o opravdové dorozumění mezi národy a jsou přesvědčeni, že jim ani odmítnutí víz do USA nezviklá přesvědčení o správnosti jejich postupu.

Českoslovenští sportovci proto znovu důrazně žádají, aby byla zaručena účast americkou vládou na VIII. Zimních olympijských hrách všem Národním olympijským výborům, které vyšlou své reprezentanty do Squaw Valley.

VŠESTRANNOST LYŽAŘŮ JIHLAVSKÉHO KRAJE

Poslední zimy se chovají macešsky k oblastem Jihlavska. To lyžaře neodradilo, ale naopak jejich činnost zintenzívněla. Za dobrých podmínek byla uspořádána řada lyžařských závodů — zvláště pro mládež. Máme radost, že se již lyžaři zapojili do nácviku hromadných vystoupení na okresní spartakiády. Jsou to oddíly Sokola Nové Město na Moravě, Tatra- nu Jihlava a dalších jednot.

Mládež je v nácviku nejdále, u dospělých je třeba ještě přidat a zvýšit počty. Věříme, že nyní po skončení závodního období budou jihlavští lyžaři mezi nejlepšími. Velmi mnoho závisí na postoji trenérů a cvičitelů. Když každý z nich pochopí tento úkol, jako vzorný trenér J. Beranovský, který obětavě zajišťoval závody, plnění »Spartakiádních vloček« a aktivně nacvičuje skladby mládeže, pak budeme mít radost na okresních spartakiádách všichni.

60. MISTROVSTVÍ ČSR

AŤ TO FRČÍ!

JILEMNICKÁ PADESÁTKA

Jilemnice a okolí byla kolébkou našeho lyžařství. Jméno města bylo již dávno spojeno s představou výborných lyžařů a každý kdo byl z Jilemnice byl lyžař. Již v minulém století se konaly v Jilemnici slavné lyžařské závody dokonce i mezinárodní. ČKS Ski Jilemnice pořádala v roce 1897 závody, kterých se zúčastnilo přes 8000 diváků. Letošní jubilejní mistrovská padesátka měla navázat na tyto slavné tradice. Na horách však v těchto únorových dnech pálilo dubnové slunce a Sněžka, Kozí hřbety i jiná místa vysoko položená byla beze sněhu a vzbuzovala obavy o osud letošního mistrovství. Jilemničtí však stále hlásali, že padesátka bude. A byla. Byla dokonce taková, že překvapila ať závodníky či diváky, probíhala za krásného slunečného mrazivého počasí. Vzorně připravená organizačně, dokonale upravené trati, dobře volený terén. Staré slavné tradice se spojily s novým elánem a Jilemnice dokázala, že chce znovu patřit na přední místo našeho lyžařského dění. Kolik hodin práce představovala příprava závodu, je těžké odhadnout, vždyť na některých místech bylo třeba nasypat sněh a vytvořit sněhové chodníky, upravit v lesích cesty, připravit ubytování a bezvadné stravování, zajistit 30 krásných cen, to vše bylo obrazem ohromné péče a práce, s jakou byl závod připraven.

Traf vedla ze stadiónu u sokolovny a měla dva okruhy, jeden patnáctikilometrový a druhý pětikilometrový. První okruh se

jel zkrácený na deset kilometrů, po projetí stadiónem se jela pětka, pak znovu celý patnáctikilometrový okruh, znovu pět a nakonec patnáct kilometrů. Tato organizace umožňovala bezvadné sledování závodu všem divákům, mezi kterými nechyběli ani ti staří průkopníci Jarolímek, Fajstauer, Krňoul a další. Z toho všeho jsme měli radost. Horší to již bylo s počtem startujících. Jenom 34 závodníků na startu padesátky, to je málo potěšující skutečnost. A vezmeme-li v úvahu, že většina z nich byla z těch »věrných«, kteří startují v padesátkách již po řadu let, nemůžeme být spokojeni právě tak jako se skutečností, že nestartoval ani jeden závodník ze Slovenska a jen jeden závodník z reprezentačního družstva. Přes tyto stinné stránky probíhal závod tak, jak již dlouho nepamätujeme. Především se o to postarali velmi rychlým začátkem Blažíček, Hrubý, Švanda a Dvořák. Po první patnáctce se dostal do čela Hrubý s náskokem téměř půl minuty. V dalších kilometrech se však propracoval do čela skvěle jedoucí novoměstský Švanda, který každým kilometrem zvětšoval svůj náskok. V závěrečném okruhu však Cardal ukázal svoji sílu a skvělým závěrem již po třinácté zvítězil v mistrovské padesátce. Druhé místo Švandy s nepatrnou časovou ztrátou za Cardalem zasluhuje plného uznání právě tak jako třetí místo Blažíčka. »Nováček padesátky« Hrubý ukázal, že i v nejtěžším vytrvalostním závodě patří k nejlepším. I ti další Hlaváč a Dvořák zajeli výborně, přestože mají už hezkou řádku padesátek za sebou a hned za nimi následující skupina Novotný, Blažek, Junek a Smetana ukázala, že má všechny předpoklady jít v padesátce ještě hodně a hodně nahoru. A bylo by jistě spravedlivé pochválit všechny, kteří závod dojeli i když ne na prvních místech. Vždyť Oškera, Valkoun, Pátek a další patří již mezi starší. Při příjezdu Pátka do cíle oznámil hlasatel, že ujel právě tolik kilometrů, kolik má let a projet padesátku za 4:10 by bylo zatraceným problémem pro mnoho a mnoho mladších.

A tak nezbývá než si přát, aby závodníci šli za výkony stejně houževnatě jako vítěz Cardal a všichni lyžařští pracovníci měli stejné nadšení jako organizátoři padesátky v Jilemnici. Přejeme si, aby na příští padesátce bylo více startujících, aby bylo více těch, kteří budou bojovat o vítězství, a aby naše lyžařské závody všude byly připraveny tak dokonale, jako na letošní jilemnické padesátce.

B. Sýkora

60. MISTROVSTVÍ ČSR — VÝSLEDKY ZÁVODU V BĚHU NA 50 KM »HANČŮV MEMORIÁL«

Poř. čís.	Start. čís.	Jméno závodníka	Jednota	Kraj	Čas
1.	26	CARDAL JAROSLAV	Slovan Špindl. Mlýn	Hradec Králové	3:10:52
2.	32	ŠVANDA JAROSLAV	Sokol N. Město	Jihlava	3:11:23
3.	34	BLAŽÍČEK JAN	Sokol N. Město	Jihlava	3:13:03
4.	35	HRUBÝ LADISLAV	Sokol Horní Branná	Liberec	3:14:30
5.	27	INŽ. HLAVÁČ KAREL	Lokomotiva Brno	Brno	3:15:23
6.	33	DVOŘÁK KAREL	Jiskra Harrachov	Liberec	3:18:31
7.	36	NOVOTNÝ JAROMÍR	Sokol Horní Branná	Liberec	3:20:52
8.	17	BLAŽEK JOSEF	Jiskra Držkov	Liberec	3:23:15
9.	29	INŽ. JUNEK ZBYNĚK	Lokomotiva Brno	Brno	3:23:58
10.	15	SMETANA ZDENĚK	Lokomotiva Šumperk	Olomouc	3:26:38
11.	31	SEIFERT VÁCLAV	Jiskra Liberec	Liberec	3:27:41
12.	20	HAŠEK KAREL	Lokomotiva Brno	Brno	3:28:58
13.	8	HERBS VÁCLAV	RH Vrchlabí	Hradec Králové	3:31:20
14.	19	ŠIMŮNEK VLAD.	Lokomotiva Liberec	Liberec	3:34:15
15.	16	BUCHAR JOSEF	Spartak Sokolovo Praha	Praha	3:34:32
16.	18	STRAPINA JOSEF	Lokomotiva Brno	Brno	3:36:07
17.	24	SKUHROVEC FRANT.	Sl. Zdravot. Praha	Praha	3:36:38
18.	3	KAŠPAR JIRÍ	Jiskra Rubena Náchod	Hradec Králové	3:41:06
19.	2	HANUŠ FRANTIŠEK	Jiskra Tep	Hradec Králové	3:41:48
20.	10	VÁCLAVEK FRANT.	RH Olomouc	Olomouc	3:42:22
21.	13	ADAM PŘEMYSL	Jiskra Machov	Hradec Králové	3:42:43
22.	37	BEZECNÝ MILAN	Baník Ostrava	Ostrava	3:43:47
23.	25	MANIŠ JOSEF	Sp. Val. Klobouky	Gottwaldov	3:43:50
24.	6	SOŠKA JOSEF	Sp. Žďár n. Sáz.	Jihlava	3:44:39
25.	4	HÁJEK VLADISLAV	Sp. Rýnovice	Liberec	3:45:19
26.	7	POSPÍŠIL BOH.	RH Vrchlabí	Hradec Králové	3:49:12
27.	23	KRÁL RICHARD	RH Praha	Praha	3:49:22
28.	14	INŽ. PETŘÍK MILAN	Sp. České Budějovice	České Budějovice	3:52:16
29.	1	HRUBÝ OLDŘICH	Slovan Jilemnice	Liberec	3:56:29
30.	22	OŠKERA OLDŘICH	T. Bystřice pod. Host.	Gottwaldov	3:59:41
31.	21	VALKOUN OLDŘICH	Sl. UV ČSTV Praha	Praha	4:05:49
32.	12	PÁTEK JAN	Sp. ZJŠ Brno	Brno	4:10:35
33.	5	KARAS JAROMÍR	Sl. STŠ Tábor	České Budějovice	4:14:13

Startovalo celkem 34 závodníků z přihlášených 37. Závod dokončilo 33 závodníků, jeden vzdal.

V JÍZDĚ NA LYŽÍCH

28. titul Jardy Cardala

BOHUMIL SÝKORA



Malý dřevěný domek na stadiónu ve Sv. Petru zná větší na lyžařů. Bývá zde start a cíl běžeckých závodů, končí u něj sjezdové tratě i dojezdy můstek. Je spjat s lyžařinou nejen svojí polohou, ale i obyvateli. V přízemí bydlí rodina Balcarova, ve které všichni, od táty až k tomu nejmenšímu, jsou výbornými skokany, a nahoře bydlí náš nejlepší lyžař Jarda Cardal.

Měli jsme s Jardou dohodnuto, že

si hned brzy ráno v pondělí promluvíme o včerejší padesátce, ve které Jarda dokázal to, o čem se již řadu let říká, že není možné. Opět zvítězil. Již před několika léty byl Jarda označován jako závodník »starý« a byly z toho učiněny i závěry. Jarda si však zásadu o tom, že je člověk tak starý, jak se cítí, upravit poctivě o dovětek »a jak to umí poctivým sportovním výkonem dokázat«. Jeho láska k lyžím a horám a jeho poctivý trénink i život slavily na jubilejní padesátce triumf. Skromnost v životě, náročnost v tréninku mu přinesly opět další mistrovský titul. Ale těžko by se dalo vypsat, co musel Cardal udělat všechno pro to, aby stál ve svých 40 letech na stupních vítězů. Každý z vás, lyžaři, kteří jste alespoň jednou stáli na startu běžeckého závodu, víte, co znamená start, závod a vítězství. A chce-li člověk vítězit 20 let, na to musí být Cardalem. A když vám chce odpovědět, kolikrát se stal vítězem v mistrovských lyžařských závodech, musí jít ke skřini a počítat mistrovské plakety. 28krát stál na mistrovství republiky na nejvyšším stupni. Mimo to startoval na stovkách závodů doma i v zahraničí. Kolik jich bylo, to je těžké říci, stejně jako kolik kilometrů naběhal Jarda v tréninku. Jsou to desetitisíce kilometrů, ale když se podíváte na hromady tréninkových záznamů, výsledků ze závodů a zpráv, přejde vás chuť dát dohromady přesné údaje, i když je materiál pečlivě srovnán po letopočtech. A tak vezmeme náhodně jen některé, u kterých se Jarda sám zastavuje. 1938, první závody středoškolské. To bylo první pořádné vítězství na 10 km, i když předtím byla již řada startů na školních závodech. Válka zablokovala naše hory a Cardal je zaměstnán v Jilemnici, kde předtím chodil do gymnasia. I v této době startuje na některých závodech a v roce 1941 poráží v Praze-Chuchli v závodě »Přes tři kopce« tehdejšího nejlepšího běžce inž. Vladu Nováka. V dalších letech však byl udušen všecken lyžařský život a teprve po osvobození na mistrovství ČSR v Banské Bystrici vítězí Cardal v běhu na 18 km a od tohoto roku dokázal vítězit každoročně v některém mistrovském závodě. Od roku 1947 vítězil ve všech mistrovských padesátkách a přidával k tomu vítězství i na kratších tratích a štafetových závodech. Ze zahraničních startů je třeba si všimnout 8. místa na 50 km na olympiádě ve Sv. Mořici. A Jarda hned dodává, že 8. místo bylo sice pěkné, vždyť tehdy zvítězil Švéd Niels Karlson a za ním jako osmý byl Čechoslovák, ale ještě dnes Jarda není spokojen s velkým časovým rozdílem, který tehdy měl za vítězem, a rychle vytahuje azbuku psané výsledky o řadu let mladší ze závodu v SSSR. Tam dokázal být za vítězem Hakullnemem pouze 8 min. A další olympiády, mistrovství světa, vítězství v mezinárodních mistrovstvích leti s obracenými stránkami až k letošní Jilemnici. Na té Jardovi letos obzvlášť záleželo. Vždyť svůj křest na padesátce prodělal v roce 1947 právě v Jilemnici, kde prvně zvítězil, a po 13 letech přijel do Jilemnice opět vyhrát. Počálo se mu to k veliké radosti všech jilemnických občanů, kteří považují Cardala za jilemníčkáka, i když se narodil o kousek blíž ke kopcům v Mrklově.

»Má poslední padesátka je za mnou,« říká Jarda, »ještě si zajedu některé kratší tratě v tomto roce a pak...« Doufejme, že to nevydrží a že znovu přijde bojovat o vítězství i v dalších letech, aby těm mladším stále ukazoval, jak se má bojovat a závodit, a doufejme, že až přijde Jarda na start za rok, že ho bude ohrožovat více Švandů, Blažičků, Hrubých, Hlaváčů, Dvořáků, Novotných atd., aby si konečně už jednou mohl odpustit svůj poznámku, kterou si neodpustil po letošním vítězství: »je to vlastně ostuda, že jsem já starý zase vyhrál.« Je pravda, že to, co oslavujeme u Cardala, má svojí druhou stránku v současné úrovni našeho závodního lyžování. Ale tím víc si musíme vážít jeho výkonů, neboť celým svým životem a závoděním se snažil přivést československé závodní lyžování na nejvyšší úroveň. A jeho vzorem by se měli řídit nejen běžci na tratích, ale všichni, kterým záleží na dobrém jménu československého lyžařství, ať pracují na kterémkoliv místě. Budeme-li všichni pracovat tak poctivě jako Jarda na nedělní padesátce, pak se o budoucnost československého lyžování bát nemusíme.

Náš ranní pohovor uběhl. V 8 hodin začínají na stadiónu ve Sv. Petru závody a Jarda musí jako zaměstnanec stadiónu připravit řadu věcí. Rychle zavírá velkou knihu výsledků, ze které vypadne 20 let starý výstřížek s fotografií mladého Cardala a s titulkem »nová běžecká naděje«. Cardal byl běžeckou nadějí, která překonala očekávání. O kolika nadějích se za těch 20 let psalo, kolik jich vyrůstalo v daleko lepších podmínkách a dnes o nich v lyžařině nic nevíme. A chceme-li, aby současně naděje předčasně nezestárla a nezapadla, musí jít cestou Jardy Cardala skromně v životě, náročně v tréninku a s velkou láskou k horám a k lyžařině.

Na trati padesátky vidíme v plném tempu Jardu Blažička (34) a Jaroslava Švandu (32) Jarka Cardal (26) bojuje s inž. Petříkem



PRETEKY VO SVERDLOVSKU

4000 km ZA SNEHOM

Na požiadanie redakcie Lyžařství podávam touto cestou našej lyžiarskej verejnosti zprávu o zájazde československých lyžiarov-bežcov do Sverdlovsku, kde sa na medzinárodných pretekoch 10.—11. januára okrem domácich pretekárov zúčastnili tiež pretekári Nórska, Fínska a Československa.

Vo výprave, ktorá z priam jesenného počasia v Prahe letela za snehom takmer 4000 km, boli: Patočková, Matouš, Prokeš a Čillík, spolu s trénerom J. Terežákem. Najmä po veľmi slabých tréningových možnostiach v novembri a decembri 1958 boli si naši lyžiarski tréneri vedomí toho, že proti našim lyžiarom nastúpi prakticky celá bežecká elita Európy, omnoho lepšie pripravená ako naši bežci.

VELMI PRIJEMNÉ POČASIE

prekvapilo našu výpravu tak v Moskve, ako aj vo Sverdlovsku, takže z „naplánovanej“ mínus 30—40-stupňovej zimy sa splnila tretina — mínus 8—11 stupňov. Poveternostné podmienky boli preto celkom dobré a preteky sa uskutočnili za krásneho snežného počasia. Aj snehová pokrývka bola na sverdlovské pomery malá, keď v meste bolo snehu málo a na trati prikrývka 10—20 cm.

Po prvej etape letu lietadlom TU 104 Praha—Moskva sme druhý deň pokračovali taktiež TU 104 z Moskvy do Sverdlovsku, čo znamenalo približne taktiež okolo 2000 km. Ako ukázala prax a o čom zhodne hovorili všetci zahraniční pretekári, v budúcnosti treba rátať aj s takým činiteľom, akým je nepriaznivé počasie (nás to stálo jeden deň zbytočného čakania na letišti), a potom príchod jeden deň pred pretekmi sa ukázal ako krajný prípad, ktorý znemožnil potrebnú orientáciu. Sovietski pretekári nielen že boli dokonale aklimatizovaní — mali sústredenie vo Sverdlovsku — ale tiež dokonale poznali trať a nemali tiež ťažkosti s dýchaním ako naši pretekári.

SKVELÁ ORGANIZÁCIA PRETEKOV

bola výsledkom toho, že stovky nadšených dobrovoľných pracovníkov skvele splnili svoje poslanie. Oč usporiadateľského sboru a riadenia dopravy z mesta do miesta pretekov až po bleskové sprá-

covanie výsledkov priamo z jednotlivých kontrol a vytlačenie oficiálnych výsledkov. Všetko bolo skutočne skvele zvládnuté. Väčšie výpravy, ako fínska a sovietska, mali svoje osobitne vybudované stany s veškerým komfortom, postelami, dekami, stoličkami, klubovkami a samozrejme vykurovaním a nórska výprava mala tento stan spoločne s nami.

Osobitne treba vyzdvihnúť zpravodajskú službu, ktorá pomocou rozhlasu in-

formovala na mieste štartu a cieľa divákov o priebehu celých pretekov a po každom piatom kilometri vydávali pre vedúcich aj písomný záznam s poradím pretekárov. Hoci to boli neoficiálne výsledky, tieto sa po vydaní oficiálnych výsledkov v ziadnom prípade nerozhádzali. Aj to svedčí o skvelej a rýchlej práci rozhodcovského a organizačného sboru.

SUVERÉNNE VÍTAZSTVO SOVIETSKYCH LYŽIAROV

Nebudem tu podrobne písať o jednotlivých umiesteniach a výsledkoch. Tie už boli niekoľko ráz uverejnené. Pozrime sa však na tabuľku medzičasov jednotlivých pretekov a na umiestenie jednotlivých zahraničných a našich pretekárov. V pretekoch žien na 10 km štartovalo celkom 38 pretekárov, z toho 3 fínske pretekárky a naša Libuše Patočková.

ESTE NIEKOEKO SLOV O TRATI

Štart a cieľ bol v lyžiarskom stredisku, kde je trvalá lyžiarska základňa. Trať viedla v okolí tejto základne na ani nie tak vysokých, ako neustále stúpajúcich a klesajúcich briežkoch, kde nebolo takmer rovinky. Konečne o tom najlepšie hovoria pripojené grafy. Trať

BEH ŽIEN NA 10 km:

Celk. um.	Meno	3 km	Um.	5 km	Um.	8 km	Um.	10 km
1.	A. Kolčina, SSSR	11:14	2	18:27	1	29:21	1	36:52 min.
2.	R. Jerošina, SSSR	11:20	3	18:39	3	29:50	2	37:12 min.
3.	L. Baranova, SSSR	11:28	4	18:39	2	29:51	3	37:19 min.
19.	E. Häägg, Fínsko	12:16	15	21:05	32	32:17	19	40:06 min.
34.	L. Patočková, CSR	12:01	10	22:17	38	34:01	35	41:51 min.

Časový rozdiel medzi prvou a poslednou pretekárkou V. Orlovou 6 min. 59 sek. Priemerný čas: 40:17 min.

BEH MUŽOV NA 15 km:

Celk. um.	Meno	5 km	Um.	10 km	Um.	15 km
2.	Vladimír Kuzin, SSSR	16:58	3	33:45	3	49:00 min.
3.	Mariničev, SSSR	16:59	4	33:42	2	49:07 min.
4.	Kuznecov, SSSR	16:57	2	34:03	5	49:33 min.
7.	Grüningen, Nórsko	17:10	5	34:11	8	49:49 min.
8.	Oikarainen, Fínsko	17:12	6	34:06	6	49:54 min.
9.	A. Simonen, Fínsko	17:27	14	34:31	11	50:13 min.
12.	Riasinen, Fínsko	17:25	13	34:28	10	50:23 min.
15.	Hakulinen, Fínsko	17:22	10	34:45	12	50:39 min.
31.	I. Matouš, CSR	17:56	34	35:35	30	52:04 min.
50.	R. Čillík, CSR	18:33	52	37:19	52	54:04 min.

Celkove sa zúčastnilo pretekov 57 účastníkov. Rozdiel medzi prvým a posledným pretekárom 6 min. 41 sekúnd. Priemerný čas 51:42 min.

PRETEKY MUŽOV NA 30 km:

Celk. um.	Meno	10 km	Um.	15 km	Um.	20 km	Um.	25 km	Um.	30 km
1.	Anikin, SSSR	31:40	2	48:03	1	1:02:48	1	1:19:19	1	1:34:59
2.	Kolčin, SSSR	32:11	4	49:06	3	1:04:00	4	1:20:36	4	1:35:55
3.	Kondakov, SSSR	32:06	3	48:46	2	1:03:37	2	1:20:28	2	1:36:18
7.	Simonen, Fínsko	32:50	6	49:40	5	1:04:42	7	1:21:48	5	1:38:09
14.	Grüningen, Nórsko	33:51	24	51:22	22	1:06:41	20	1:23:35	15	1:39:25
22.	V. Hakulinen, Fín.	33:41	17	51:07	16	1:06:38	19	1:24:15	20	1:40:49
37.	Prokeš, CSR — medzičasy neudané, celkový čas									1:44:04 hod.

Rozdiel medzi prvým a posledným pretekárom 12 minút a 3 sekundy. Priemerný dosiahnutý čas 1:41:13 hod. Celková účasť 51 pretekárov.



Gusakov a Šeljuchin pred štartom na 15 km.

10 km a 15 km je vyznačená na grafoch. Trať na 30 km bola do 9 km zhodná s traťou na 15 km, potom bola vložka od 9—14 km, kde bol pridaný okruh 5 km, a potom trať pokračovala po trase 15 km a končila trasou, na ktorej pretekali ženy na 10 km. Na všetkých rázcestiach veľmi starostlivo vyznačená, všade regulovčiaci a zástavky. A čo bolo najradostnejšie, že sme z tých vyše 40 000 divákov, ktorí sledovali po obidva dni tieto preteky, videli veľkú väčšinu na vlastných lyžiach po celej trase.

Venoval som mnoho času rozhovorom s trénermi sovietskych lyžiarov. Na preteky sa dôkladne pripravovali. »Sborná komanda«, ktorá má 40 členov, sa pripravovala spoločne 6 týždňov a príprava skončila v decembri. Osobitne sa na tieto preteky pripravovali vo Sverdlovsku. Po pretekoch odcestovali sovietski lyžiari do Bakuriani, kde sa pripravujú na majstrovstvo SSSR »silnejších«, ktoré bude vo februári. Toto bude akýmsi vylučovacím pretekom pre OH 1960. Rovnako tvrdá a sústavná je aj prípra-

ČO Povedali O Pretekoch Odborníci?

● **OLAVI RISSANEN — VEDÚCI FÍNSKEJ VÝPRAVY:** Organizácia pretekov bola skvelá. Osobitne by som chcel vyzdvihnúť skvelú organizáciu informačnej služby v pretekoch na 30 km, kedy z každého piateho kilometra vydával rozhodcovia poradie pretekárov, ktorú pohotovosť nie je často vidieť ani na najväčších lyžiarskych pretekoch. Neúspešné vystúpenie našich lyžiarov možno osvetliť skutočnosťou, že boli unavení dlhou cestou a nemali dostatok času na oddych pred týmito namáhavými pretekmi. Okrem toho, najlepšie svoje výkony podávajú obyčajne v polovici februára, kedy vrcholí lyžiarska sezóna vo Fínsku národnými majstrovstvami.

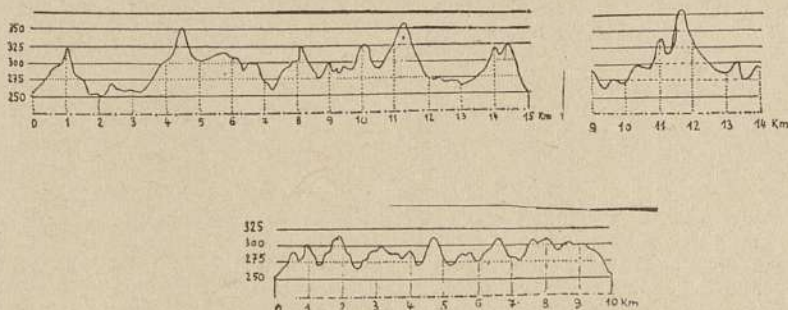
Treba otvorene povedať: sovietski lyžiari sú v skvelej forme. Osobitným dojmom na mňa zapôsobil Kolčín a Anikin. Radostná je skutočnosť, že sa tiež Kuzin dostáva do svojej formy, akú mal v čase získania svetového prvenstva v roku 1954.

Zúčastňujem sa na mnohých pretekoch, kde sa zúčastňujú tiež sovietski lyžiari. Je radostným poznatkom, že sa úroveň všetkých sovietskych lyžiarov za tých päť rokov veľmi zvýšila.

● **OLAVI SICHVONEN — TRÉNER FÍNSKYCH LYŽIAROV:** Sovietski lyžiari dosiahli v pretekoch vo Sverdlovsku skvelú formu. Ak by sa bol týchto pretekov zúčastnil aj majster sveta Švéd Sixten Jörnberg, tak si myslím, že nemožno rátať s víťazstvom a skončil by tak na 13.—15. mieste. Sovietski lyžiari vynikajú skvelou fyzickou zdatnosťou a je na nich vidieť vysoký stupeň trénovanosti.

● **BENEDIKT KAMENSKIJ — TRÉNER SOVIETSKYCH LYŽIAROV:** Naši lyžiari dosiahli v týchto pretekoch skvelé výsledky. Bez ohľadu na znižovanie dosiahnutých výkonov treba však vidieť, že fínski pretekári prišli na preteky nie najlepšie pripravení. Nebolo by preto správne uspokojovať sa dosiahnutými výsledkami. Je nám treba ešte veľa a veľa trpezlivosti a vytrvalosti, aby aj naše ďalšie vystúpenia na medzinárodných pretekoch boli rovnako úspešné.

● **HELBERT HELGESSEN — VEDÚCI NÓRSKYCH LYŽIAROV:** Preteky boli veľmi dobre organizované a dosiahnuté úspechy — osobitne na 30 km, tak mimoriadne namáhavých — fantastické. Sám som si túto trať prešiel a môžem povedať, že som z svojho života nevidel tak náročnú trať. Máme radosť z úspechu nášho Grüningena, no ak sa máme priblížiť k úrovni sovietskych lyžiarov, treba nám v Nórsku porozmýšľať o tom, ako toto za čas čo najkratší dosiahnuť. Myslíme, že to pôjde len za pomoci celej nórskej verejnosti, ktorá má lyžiarsky šport vo veľkej obľube.



SKVELÁ PRÁCA SOVIETSKYCH TRÉNEROV

Naši pretekári a najmä tréner súdruh Terežčák živo diskutovali s pretekármi a najmä so sovietskymi trénermi. Tréner nazbieral iste veľa skúseností pre svoju ďalšiu prácu. Veď konečne aj sverdlovské preteky potvrdili veľmi dobrú prácu sovietskych trénerov, ktorí požívajú u svojich zverencov ako aj u vedenia lyžiarskej sekcie úplnú dôveru. Ale o poznatkoch trénera nechajme hovoriť súdruhu Jána Terežčáka:

Pomerne veľká vzdialenosť z Prahy do Sverdlovka vyziadala si takmer 80 percent času len na cestu tam a späť. Dlhodobé cestovanie ako aj posunutie času o 4 hodiny nazad oproti nášmu času spôsobilo, že pretekári boli sústavne nevyspatí a pomerne dosť unavení.

Trate boli veľmi náročné. Technická úprava tratí dokonalá. Stopa bola vyšľapaná na šírku lyží. Zákruty na prudkých zjazdoch boli klopené a rýchle — tak ako na MS v Lahti. Profily tratí, tak ako je vidieť na priložených nákresoch, boli nezvykle a ťažké. Autor tratí celkom vylúčil rovinky. Neustále stúpanie o rôznom sklone striedali prudké a krátke zjazdy. Zásadne každá trať začínala stúpaním v dĺžke 1 km. V prlebehu trate nebolo zvláštnosťou stúpanie v 2—3 km úseku. Na trati 15 km prevažovali jednokilometrové stúpania a na trati 30 km boli stúpania v priemere 2 km. Vylosovanie všetkých zahraničných pretekárov bolo výsadné.

Ako hodnotím umiestenie našich pretekárov? Naša Patočková začala veľmi dobre, bola spočiatku na 10. mieste, no nevydržala so silami a stratila veľa času najmä na prudkých stúpaniach.

V behu na 15 km štartovali Matouš a Čilík. Podali svoje dobré výkony a za daných podmienok treba najmä výkon Matouša hodnotiť pomerne priaznivo. V behu na 30 km bol pôvodne prihlásený aj Čilík, no pre obnovené zranenie (zhnisanie nechtu) neštartoval. Napriek veľkej snahe nášho jediného reprezentanta na tejto trati — Prokeša — skončil na 37. mieste. Treba pripomenúť, že naši pretekári bojovali zo všetkých síl, no márna bola bojovnosť, keď sily nestačili. A aby sily stačili, k tomu mali naši reprezentanti veľmi málo prípravy na snehu.

va žien. Nečudo, že sa dostávajú aj také skvelé výsledky.

Osobitne som sa spýtal na tréningové metódy. A sovietski tréneri nám o nich ochotne rozprávali: v lete tréning, prevažne ľahkoatletická príprava, a súčasne špeciálne cvičenie — ako napr. kolieskové korčule (doteraz sme si aj pre našich pretekárov doviezli). Tu by som doporučoval považovať o možnosti pozvať súdruha Kolčína s manželkou v júni či júli do CSR, ktorí by u nás, rovnako ako v roku 1958 v Rumunsku, viedli špeciálnu prípravu lyžiarov na týchto korčuľach.

Zimná príprava sovietskych lyžiarov je vzhľadom k dobrým a dlhodobým snehovým podmienkam veľmi tvrdá. Na snehu sa tréneri zameriavajú najmä na rýchlosť vo vytrvalosti a na rýchlosť vobec.

Na záver rád by som, aj napriek menším úspechom čo do získania popredných miest, kladne zhodnotil vystúpenie našich lyžiarov-bežcov vo Sverdlovsku.

SKVELE PRIJATIE ZAHRANIČNÝCH ÚČASTNÍKOV.

to je už tradičné v bratskom Sovietskom sväze. Aj napr. náš krátky pobyt v Moskve a Sverdlovsku organizovali tak, že sme videli nočnú Moskvu, Leninské hory aj s univerzitou, štadión Lužniky a celý komplex a na spätočnej ceste aj balet Labutie jazero. A vo Sverdlovsku sme v replnenej sále divadla dostali čestné prvé miesta na Pucciniho Madame Butterfly.

Boli sme v SSSR práve v predvečer otvorenia dnes už historicky významného XXI. sjazdu KSSS. Videli sme na vlastné oči veľa nového — videli sme už veľa z toho, o čom sa v pláne na budúci sedem rokov hovorí ako o hotových veciach. Poznali sme veľa nových a nám tak drahých sovietskych ľudí, športovcov aj občanov, ktorí sa s nami — reprezentantami Československa — dali radi do reči o Prahe, Bratislave a o našom živote. A opäť sme si v praxi overili, že sovietsky človek je nám tak blízky, že v krajine Sovietov máme najlepších a najvernejších priateľov.

MILAN NAVRÁTIL,
vedúci čs. lyžiarov vo Sverdlovsku

Německo-rakouské turné je rozsahem i konkurencí bezesporu největším skokanským závodem na světě. Na startu se schází skokanská elita z celé Evropy. Jako vše se postupem doby zdokonaluje, tak i skok na lyžích nezůstal pozadu a není možno, abych se nezmínil v souvislosti s posledním pojetím skoků o jméně Helmuta Recknagela, dnes podle německých a rakouských novin »Krále skokanů«, před 4 léty ještě neznámého skokana, jako jsou Ulrich nebo Matouš, kterého tehdy trenér Renner nenechal skákat, protože na něm viděl, že má strach.

Trenér skokanů o německo-rakouském turné



Jaroslav Mazánek (ČSR)

Dnes je Recknagel skokanem doby. Najíždí nízko, hrudník opřen o kolena, přičemž nohy svírají ostrý úhel s lyžemi. Má mohutný odraz, lyže i tělo jako z jednoho kusu, vymrští šikmo vzhůru zezadu kupředu, rukama opisuje půlkruh směrem k tělu, napřed k nohám a podél celého těla je protahuje do vzpažení. Tyto pohyby provádí pod sebou tak, že nikde o vzduch zbytečně nebrzdí.

Okamžitě po odrazu se protáhne do ideálního předklonu, který během letu s velkou citlivostí řídí, čímž využívá minimální rychlosti s pažemi vpředu k prodloužení letu.

OBERSTDORF

Lyžařská sekce rozhodla vyslat na turné mladé skokany. Chlapci v této těžké soutěži skutečně bojovali a lepší se závod od závodu. Konečné závěry z tohoto zájezdu nemůžeme udělat dnes, ale projeví se snad za jeden až dva roky.

Okamžitě po příjezdu do Oberstdorfu jsme šli k můstku. Každý závodník měl povolené dva tréninkové skoky na špatně upraveném můstku. Naši závodníci byli překvapeni velmi nízkou nájezdovou rychlostí. Dosud trénovali velkou nájezdovou rychlostí, takže naučený způsob odrazu (hodně kupředu) nevyhovoval. Naši přemožitelé dosahovali větších délek o 10 až 15 m hlavně odrazem šikmo nahoru a okamžitě po odrazu mohutným předklonem, řekl bych spíše úsporným nabytím rovnováhy s co nejmenším odporem v letu. Museli jsme se přizpůsobit.

V závodě byla již mnohem lepší situace, i když tomu výsledky nenasvědčují. Nejlépe si z našich vedl Mazánek. Martiňák trpěl duševní depresí, startoval poprvé mezi samými kanóny. Ulrich po sobotním pádu byl jako v Jiřkově vidění. Celková nála-

da se zlepšila až po dalším společném tréninku se sovětskými a západoněmeckými skokany. Naši si zvykli na můstek a skákalo se jim dobře, třebaže hodně přšelo. To byla poslední příležitost k tréninku za celého turné vůbec. Můstek měl sklon 7° a závod byl velmi dobře připraven.

GARMISCH-PARTENKIRCHEN

Autobusem jsme se přesunuli do Garmische a po příjezdu nás vedla zvědavost jako obvykle ihned k můst-



Miroslav Martiňák (ČSR)

ku. Nebyl sice upraven, sněh na něj teprve navázeli, ale stačilo nám, že jsme si jej prohlédli. Trénink byl až druhého dne odpoledne. Dovoleno bylo pouze dva skoky a našemu Martiňákovi, Mazánkovi a Tsakadsemu se podařilo skočit dokonce třikrát. V tomto tréninku skákali naši chlapci poměrně dobře, přivykli již konkurenci a délky jejich skoků byly v průměru dobré. Dokonce takové — jako Glasse a Lessera.

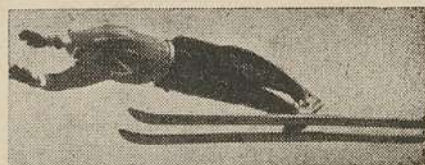
Na Nový rok byl zahájen závod na velmi dobře upraveném můstku, sklon stolu 6,5°. Sněh vlhký firn při teplotě 1–2° C rad nulou. Neskákalo se jako v tréninku. Naše výsledky v prvním kole nebyly špatné. Na druhé kolo byl zvýšen nájezd o 3 m. Martiňák zpozdil odraz, ani jeho aktivní let, kterým sice dohonil předklon, se však neprojevil délkou. Také Mazánek zpozdil odraz. Ulrich skákal o něco lépe, otevřen od stolu, sice vyrovnaný, ale s velkým odporem vzduchu. Zvítězil Recknagel před Tsakadsem, Šamovem a Samsonovem. Teprve třetím byl první Fin Kankkonen, náš Martiňák byl dvacátý osmý. V prvním kole měl dokonce o metr delší skok než Lesser.

INNSBRUCK

Jako všude, tak i tam nebyl sněh. Můstek nebyl ještě hotov a v tréninku byly povoleny jen dva skoky. Na závod byl můstek velmi dobře upraven, sklon stolu 6½°. Zvítězil opět Recknagel z NDR skoky 77 a 75,5 m. Naši neměli štěstí, i když se stále lepšili, projevila se u nich startovní horečka a při prvním skoku značně opozdili odraz. Ve druhém kole skákali ze všech závodů nejlépe, ale nestačilo to na nějaké podstatné zlepšení ve výsledcích. Martiňák byl dvacátý devátý se 192 body, Mazánek třicátý třetí se 189 a Ulrich čtyřicátý sedmý se 131 body.

BISCHOFSHOFEN

Při prohlídce můstku jsme už nebyli překvapeni, že nebyl ještě upraven. Upoutalo nás jen, že přechodový oblouk na stůl upravovali přesně podle toho, jak se pronesla 35 m dlouhá šňůra, upevněná od přechodu na stůl směrem k nájezdu. Dva tréninkové skoky byly povoleny až před závodem. Protože hustě sněžilo, byl trénink přerušen pro mnoho pádů. Druhé tréninkové kolo se už vůbec neuskutečnilo a první nedokončila asi třetina závodníků. My jsme na štěstí tohoto tréninku využili až překvapivě výborně, neboť Mazánek skočil 82 m, Martiňák 80 m s pádem a Ulrich 72 m. Na závod byl nájezd zkrácen o 15 m. Stopa se postupně projížděla a zrychlovala, takže musel být nájezd znovu zkrácen o dalších 8 m ještě během prvního kola. Závodníci s předními startovními čísly musili svůj skok opakovat. Nám tato rychlost vyhovovala, ale Recknagel bez velké námahy skočil 96,5 m až do přechodového oblouku, takže upadl. Rovněž sovětský reprezentant Šanov upadl na 95,5 m. V tomto závodě se mnoho padalo a čtrnáct závodníků



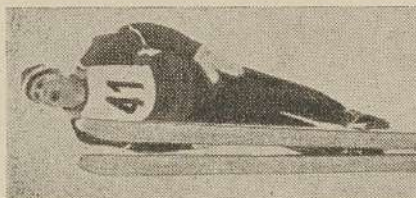
Helmut Recknagel (NDR)

závod pro zranění nedokončilo. Průběhem druhého kola byl nájezd rovněž dvakrát snížen, napřed o 6 m a pak ještě o 4 m. V závodě se umístili:

	m	body
1. Habersatter (Rak.)	94	222,5
2. Kirjonen (Finsko)	86,5	220,5
3. Kamenský (SSSR)	92	218,0
15. Recknagel (NDR)	96,5 s pádem	
nejdelší skok II. kola	89	201
26. Martiňák (ČSR)	76	184,6
34. Ulrich (ČSR)	64	164,1
38. Mazánek (ČSR)	72,5 s pádem	144,5
	68	

Rozbor celého turné ukazuje, že nejlepší kolektiv v průměru měli reprezentanti SSSR před Rakušany, Nory, NDR a Finy. Průměr Severanů zkruskuje okolnost, že na tyto závody vyslali jednoho výborného a dva nebo tři mladé skokany.

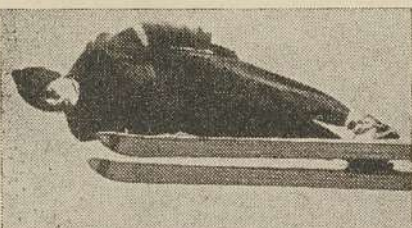
Všichni sovětské skokani najíždějí nízko, hrudník opřen o kolena, nohy svírají ostrý úhel s lyžemi. Odraz provádějí bleskurychle ze zákmihu a protočí paže. Současně s odrazem vymrští tělo šikmo vzhůru, lyže vedou špičkami vzhůru tak, že klouzají lyžemi po vzduchu a nabírají výšku. Toto vše se odehrává v docela krátkém časovém úseku. Řekl bych, že rozhodující je zde rychlost odrazu. Takový odraz je dokončován nalehnutím na vzduch, při čemž lyže jsou drženy stále vzhůru a aktivitu letu tak zvětšují. Všichni až na Samsonova do tří čtvrtin letu drží ruce vzadu a pak upažením přenášejí kupředu, Tsakadse drží ruce vzhůru téměř do konce skoku. Doskok mají pružný a poměrně úzký, zase až na Tsakadseho, který neumí doskakovat. Doskakuje většinou sounož a dosti široko.



Otto Leodolter (Rakousko)

Podobně najíždějí Rakušané, Němci a Norové, i odraz provádějí stejně, někteří bez zášvihu s pažemi přímo od nohou. Ti, kteří nepoužívají zášvihu, paže neprotáčejí. Někteří letí s rukama vpředu, druzí zase vzadu, ale všichni do jednoho přenášejí po první polovině letu ruce vpřed a prodlužují tak nosnou plochu.

Finové a Italové najíždějí s vahou více vpředu, hrudník tisknou mezi kolena. Odrážejí se ještě mohutněji, ale často při odrazu nevedou správně špičky lyží. Let mají potom neklidný. Jediný Kirjonen uměl v Garmischu dokončit takovýto skok bez pádu.



Peter Müller (Rakousko)

Neúspěch našich chlapců byl hlavně v odrazu, neboť při nízké nájezdové rychlosti musí být odraz sto procentně využit. Odraz se můžeme dokonale naučit i u nás doma, ovšem

je zapotřebí, aby kromě trenérů i technici soustavně odstraňovali tyto nedostatky, které už řadu let máme. Že se v cizině najíždí pomalu, není věc nová.

Pro přesnější informaci předkládám poměr dále všech čtyř závodů v procentech pro porovnání, o kolik má světový skokanský průměr lepší odraz i styl proti našemu nejlepšímu závodníkovi.

OBERSTDORF:

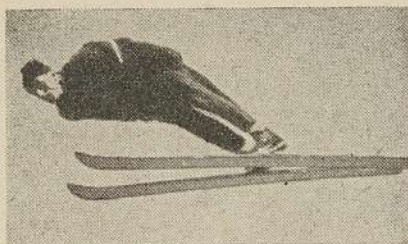
	m	body
1. Recknagel	69,5 70,5	226,5
2. Kirjonen	68 68,5	222
3. Šanov	67,5 70,5	221
4. Woldseth	66 70	209,5
34. Mazánek	61 58	85,7 % průměr 83 % 185

GARMISCH-PARTENKIRCHEN:

	m	body
1. Recknagel	84	225,7
2. Tsakadse	82,5 87	223
3. Šanov	78 87	216,5
4. Samsonov	80 86	215,7
28. Martiňák	72 73	86,4 % průměr 86 % 189,2

INNSBRUCK:

	m	body
1. Recknagel	77 75,5	230
2. Kakkonen	75 72,5	222,5
3. Woldseth	70,5 74,5	219,5
4. Glass	71 71,5	214,5
29. Martiňák	65 68	90,5 % průměr 86,5 % 192



Willi Egger (Rakousko)

Tato čísla nám mnoho napovídají. Je možné, že mnozí s uvedenými závěry nebudou souhlasit, ale považují za povinnost, má-li naše lyžařství dohonit světový průměr, dívat se na situaci takto. Nečekat na nějaký zázrak, že se nám objeví talent, který bude mít všechny uvedené vlastnosti; ty musíme u závodníků sami vychovat.

JOSEF SKRBEK

Jak si nepředstavujeme, aby si představovali naši reprezentanti nácvik na II. CS



SKOKANI - ZAŘADILI JSME NÁCVIK PŘÍMO DO SVÉ DISCIPLINY



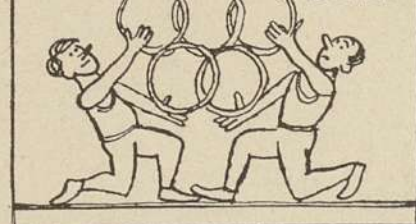
SJEZDAŘI - CVIČÍME S TYČEMI



BĚŽKYNĚ - S NÁMI CVIČÍ NĚMKY (NASSAU)



TRENÉŘI - ZKOUŠÍME SKLADBU S OBRUČEMI PRO VYBRANÉ JEDINCE



Ze skicáře mistra sportu I. Matouše.

TÝDEN ZIMNÍCH SKANDINÁVSKÝCH HER

ŠVÉDOVĚ NÁS PŘEKVAPILI

Naši sdruženáři — mistr sportu Vlastimil Melich a Jan Kubica — stali se účastníky týdne skoku na lyžích, přestože byli lyžařskou sekci vysláni do Švédska pouze na dva závody a z nich hlavně na sdružený závod ve Fallunu.

Po pěkném přijetí ve Stockholmu nás pořadatelé překvapili pořadem závodů, kterých jsme se museli zúčastnit.

Je sice pravda, že závodník vyrostl po důkladné fyzické přípravě hlavně častým závoděním. V tomto případě nám bylo nejméně milé, že závod sdružený byl až předposledním závodem. Pro samé cestování ve dne i v noci jsme neměli čas na běžecskou přípravu, na prohlídku tratě a na seznámení se s můstkem ve Fallunu.

Snaha po zlepšení našich vyhlídek na dřívější příjezd do Fallunu nevedla k ničemu. Pořadatelé otáleli rozhodnout o našem dřívějším odjezdu. Jediný, kdo mohl rozhodnout — předseda švédského lyžařského svazu Sigge Bergmann — nebyl přítomen. A tak nám nezbylo nic jiného (protože jsme byli hosté), než přičlenit se ke skupině ostatních skokanů a tak mít zajištěn i příjezd do Fallunu.

STOCKHOLM

První závody byly zahájeny na můstku Hamarby ve Stockholmu za početné účasti startujících i diváků. Počasí až na silný vítr uspokojilo.

Výsledky:	Metry	Body
1. Pekka Yliniemi, Finsko	55,5—55,5	221,6
2. Walter Habersatter, Rakousko	56 —55	218,1
3. Bror Ostman, Švédsko	55 —54,5	217,3
4. Kjell Kopstadt, Norsko	54 —53	210,8
5. Holgen Carisson, Švédsko	51 —54	210,4
19. Veikko Kankkonen, Finsko	60 —53	189
20. Jan Kubica, ČSR	48 —51,5	188,8
27. Vlastimil Melich, ČSR	45 —45,5	183,5

Startovalo celkem 57 závodníků, dokončilo 41.

Po skončení závodu uspořádal klub Hamarby slavnostní společnou večeři s vyhlášením výsledků a rozdělením cen pro prvních dvacet závodníků.

SUANDSVAL

Ještě tentýž večer odjeli všichni účastníci do Suandsvalu. Suandsvalský můstek byl vzdálen asi 4 km od města a nebyl ještě pro trénink připraven. Noční teplý vítr strávil většinu sněhu na nájezdu, a proto pořadatelé museli snít navážet.

Doba tréninku byla neustále oddalována, a když nebyla naděje, že se vůbec bude trénovat, vydal jsem se spolu s Melichem a Kubicou na pomoc pořadatelům. Vzali jsme si na starost doskočiště a po našem osvědčeném způsobu, který na severu pravděpodobně neznají, jsme zanedlouho upravili doskočiště i s dojezdem tak, že se mohlo ihned skákat. Měli jsme radost, že naše pracovní morálka strhla i mnoho přihlížejících diváků. Pozorní Švédové nezapomněli při zahájení závodu vyzdvihnout naši zásluhu o úpravu můstku.

Závody měly opět slavnostní zahájení, počasí, stejně jako ve Stockholmu, nebylo příznivé pro silný nárazový vítr. Přesto závody skončily bez vážných zranění, i když některé pády, zaviněné větrem, vypadaly velmi nebezpečně. V tomto závodě skákal dobře Kubica. Melich podal průměrný výkon.

Výsledky:	Metry	Body
1. Veikko Kankkonen, Finsko	58,5—60	225
2. Walter Habersatter, Rakousko	59,5—57,5	212,6
3. Lars Ake Bergseije, Švédsko	58 —53,5	211
4. Pentti Uotinen, Finsko	56,5—52	207,9
5. Walter Steinegger, Rakousko	59 —51,5	203,3
14. Jan Kubica, ČSR	47 —48	172,7
16. Vlastimil Melich, ČSR	45 —48,5	169,9

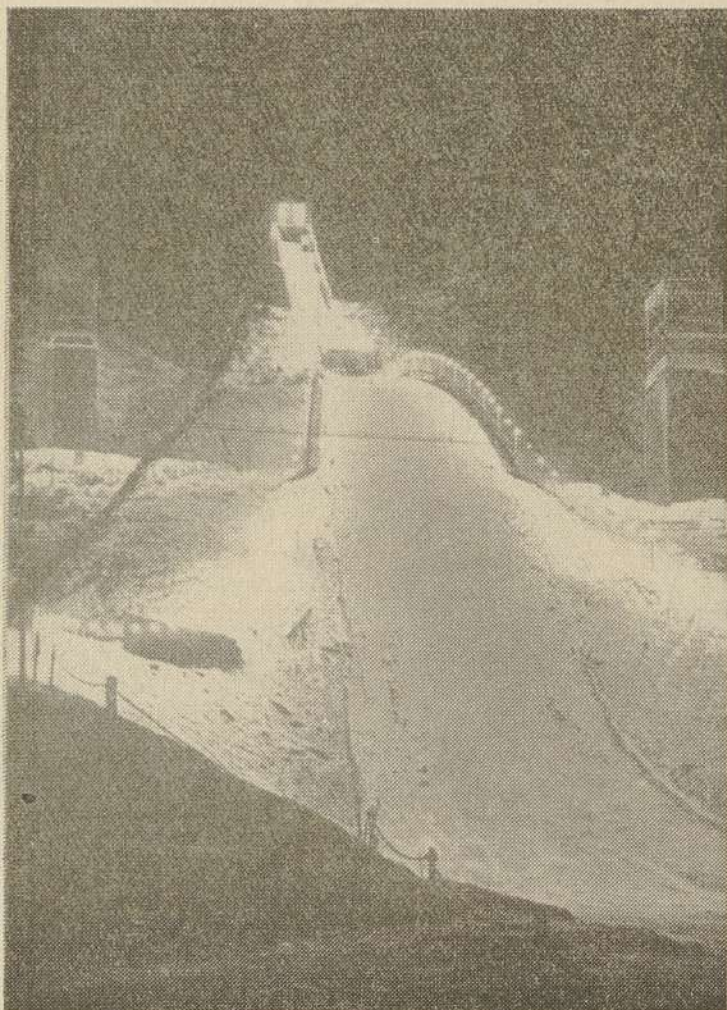
ÖRNSKÖLDSVIK

Dne 4. února 1959 ráno jsme odjžděli společně dálkovým autobusem do dalšího přístavního města Örnköldsviku, vzdáleného asi 200 km od Suandsvalu a asi 600 km od Stockholmu. Zde bylo všechno velmi dobře připraveno a zajištěno tak, že všichni účastníci závodu si odnesli ty nejhezčí vzpomínky.

Tamější můstek má kritický bod asi 68 m a rekord utvořený A. Hyvärinenem, je 74 m. Patří mezi nejlepší můstky ve Švédsku a je nejlépe vybaven pro skoky při uměleém osvětlení. Skoky na lyžích jsou ve Švédsku velmi oblíbené, takže účast diváků je vždy veliká. Slavnostní nástupy závodníků na dojezdu a jejich jednotlivé představení divákům je velmi populární. Z našich sdruženářů skákal v dobré formě Vlastimil Melich. Kubica již neskákal tak dobře jako na můstcích menší konstrukce.

Výsledky:	Metry	Body
1. Folke Mikaelson, Švédsko	66,5—71	227
2. Veikko Kankkonen, Finsko	67,5—68	226,5
3. Pekka Yliniemi, Finsko	66 —69	225
4. Walter Habersatter, Rakousko	66 —68,5	218,5
5. Anders Wolseth, Norsko	67 —65,5	218
18. Vlastimil Melich, ČSR	57,5—61	191
26. Jan Kubica, ČSR	54,5—56,5	175,5

Startovalo 49 závodníků.



Vzorně osvětlený můstek v Örnköldsviku.

FALLUN

Z Örnsköldsaviku jsme odjeli ve 22.30 a po dvanácti hodinách jízdy s několikerým přestupováním jsme dorazili do Fallunu. Zde jsme byli mile přivítáni zástupci klubu.

Pro nedostatek času jsme dali přednost před obědem, který trvá ve Švédsku obvykle déle než u nás, můstku a šli jsme jej hned po příjezdu vyzkoušet.

Příštího dne jsme nemohli prostudovat trať, a proto jsme jeli »patnáctku« na ostro. Nepředpokládali jsme různé složení sněhu, zvláště v lese, který přes den akumuloval sluneční teplo, a v noci, kdy teplota klesla až na minus 20°, opět zmrzl na led, který pak zavínil, že se našim závodníkům tvrdé mazání nanesené bez podkladu na ledě sdíralo a ve stoupání lyže podklouzávaly. Sníh na prvních dvou kilometrech trati, které jsem znal, vylučoval jakékoliv pochyby o jeho změně, poněvadž teplota byla minus 10° C a ze stadiónu vedla stopa krásným jemně zrnitým sněhem, který byl ideální pro zvolené mazání.

Výsledky běhu do první části závodu sdruženého jsou tedy podstatně zkresleny, i když Vlastimil Melich na trati bojoval ze všech sil o nejlepší umístění, kterého byl za daných podmínek schopen.

Výsledky skoků:

	Metry:			Body:
1. Bengt, Eriksson, Švédsko	50,5	51,5	51	222,5
2. Tormund Knutsen, Norsko	48,5	50,5	51	216
3. Sverre Stenersen, Norsko	51	49,5	49	214
4. Esko Jussila, Finsko	45,5	48	50,5	212,5
5. Gunder Gundersen, Norsko	48	49	50,5	208,5
6. Pekka Ristola, Finsko	47,5	47	48	201,5
7. Franciszek Gasienica-Gron, Polsko	47	43	45,5	199,5
8. Vlastimil Melich, ČSR	44,5	45,5	46	195
9. Jozef Karpel, Polsko	36,5	45,5	43	191,5
10. Aleksander Kowalski, Polsko	42	40,5	40	185,5
13. Jan Kubica, ČSR	41	36	42	172

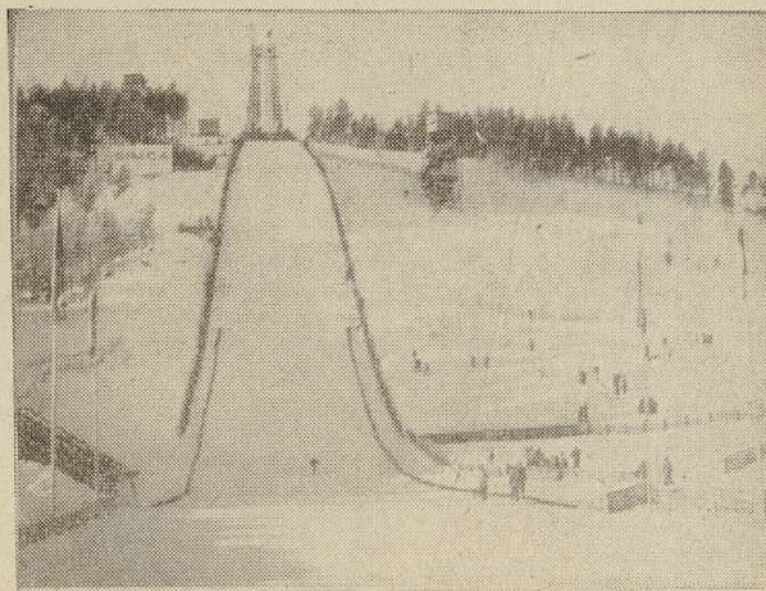
Výsledky běhu na 15 km:

	Minut
1. Gunder Gundersen, Norsko	53,07
2. Jozef Karpel, Polsko	53,41
3. Pekka Ristola, Finsko	53,44
4. Franciszek Gasienica-Gron, Polsko	54,33
5. Tormund Knutsen, Norsko	54,50
9. Vlastimil Melich, ČSR	57,39
16. Jan Kubica, ČSR	1:05,56 hod.

Konečný výsledek závodu sdruženého:

	Body
1. Tormund Knutsen, Norsko	449,1
2. Gunder Gundersen, Norsko	448,5
3. Sverre Stenersen, Norsko	446
4. Esko Jussila, Finsko	442,5
5. Pekka Ristola, Finsko	439
6. Bengt Eriksson, Švédsko	437,8
7. Franciszek Gasienica-Gron, Polsko	433,8
8. Jozef Karpel, Polsko	429,2
9. Vlastimil Melich, ČSR	416,8
10. Aleksander Kowalski, Polsko	416,5
16. Jan Kubica, ČSR	360,7

Výkony našich závodníků v tomto závodě byly průměrné, nepříznivě ovlivněné dlouhým cestováním, neznalostí tratě a nevhodným mazáním.



Pohled na můstek ve Fallunu.

Účast našich předních sdruženářů ve skokanských soutěžích se severskou elitou byla výbornou školou. Bude možná obratem v tréninku hlavně v přípravném období, protože si závodníci ověřili své chyby a nedostatky, z nichž některé jim byly vytýkány již dříve na našich soustředěních. Připomínky cizích trenérů a závodníků nám znovu ukázaly, že příprava u nás doma je vedena dobře a že bude záležet na závodnících samých, jak da.ece využijí tréninkových možností v přípravném období při odstraňování chyb, hlavně při odrazu, a tím i dosažení větších délek skoků.

Inž. Miroslav Kumpošt,
trenér družstva sdruženářů

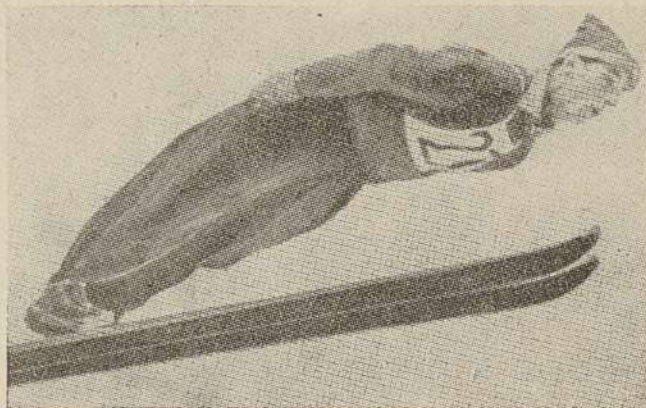


Účastníci Tědne zimních skandinávských her zprava: Habersatter, Hyttiä, Yliniemi, Kankkonen, Steinegger, Wolseth, Kubica, Dölpast, Motinen, Melich a Moche.

Pět dní pod „Glassovým můstkem“

To město, ležící na samé hraniční čáře s NDR, kam koncem ledna zavítali k mezinárodním závodům naši běžci a sruženáři, má melodické jméno: Klingenthal. Odpovídá patrně »melodickému« průmyslu, jímž se proslavuje. Jdi kamkoliv nahoru nebo dolů cestami, které šplhají po severních svazích Krušných hor, všude najdeš továrnu nebo aspoň dílnu na nejlidovější muziku — foukací i tahací harmoniky. Odtud putují do světa »Weltmeistři« i »Vermony«...

Stačilo však posledních sedm měsíců, aby se Klingenthal obohatil ještě o další možnost, jak úspěšně proniknout do světa. Třeba sportovního.



V postranním údolí nad Klingenthalem vyrostl od července lyžařský můstek. To by snad nebylo nic zvláštního kdyby: ad 1. to nebyl největší můstek v NDR, ad 2. a nebyl jedním z nejmodernějších v Evropě, předčící v lecčems i starý známý a také slavný Holmenkollen. Vede k němu úzká silnice, odbočující z hlavní dopravní tepny, vedoucí na Mühlleiten. Orientuje vás jen malý ukazatel se šipkou. Ale text vedle ní řekne málo slovy, proč byl postaven: »V upomínku na bronzovou medaili Harryho Glasse na olympijských hrách v Cortině! Ba pravda, Harry Glass, jedno ze současných skokanských »es« NDR je místní občan. Usadil se takřka pod můstkem a každý vám rád a také s trochou hrstí ukáže jeho úhledný nový domek. A tak se hravě ukáže cesta, již se starý lyžařský Klingenthal — protějšek našich Kraslic — vrací k obnově staré slávy.

Opravdu — jen sedm měsíců stačilo, aby na vrcholku příhodné stráně s přirozeným amfiteátre vyrostla betonová noha nájezdové věže. S výše 118 metrů nad dojezdem se kočkovitě prohýbá nejmodernější profil 115 metrů dlouhé nájezdové dráhy z betonu a ocele a kružnicovým bubnem vrhá skokany nad i pod kritický bod 83 m. Už 21 000 kubíků přemístili stroje i lidé, aby udělali místo můstku, budoucím tribunám, dlouhému tunelu, jehož hřbet je kusem dojezdu do protisvahu a pod jehož podlahou bublá prudký horský potok.

Jeden a půl miliónu marek stála až dosud ta stavba a ještě se budou stavět postranní tribuny a ochozy kolem dojezdu. Aby se sem vešlo těch 100 000 diváků — i když už 70 000 na skocích byl zástup k nedohlédnutí. A to ani nemluvíme o stanovišti rozhodčích s účelným elektrickým tlačítkovým řízením. Body, součty i délky rychle putují až nahoru na ochoz a vývěsní tabule rychle orientují diváky.

Hezká upomínka na olympijský úspěch. A také pěkný můstek ke skokům za jinými velkými cíli lyžařů NDR: k tomu, aby zvítězili ve výkonnostním souborji s lyžaři NSR, i k tomu, aby se v mezinárodním soupeření kolem něho dále upevňovalo mírové přátelství sportovců různých národů.

Klingenthalský »Glassův« můstek dal podnět k položení základů tradice dalších velkých mezinárodních závodů v klasických disciplínách. Jednou rádi vzpomeneme, že jsme je společně s Finy, Nory a Poláky pomohli klást. Už proto, že všechno, co jsme za pět dní v Klingenthalu viděli, utvrzuje v tom, že lyžaři NDR využijí vskutku v s e c h přednosti můstku v Aschbergschem pohoří.

Z okna Sporthotelu »Waldgut«, našeho sídliště vysoko nad kouřovým kloboukem klingenthalských závodů, jsme si mohli názorně ověřit poučení, že »hranice jsou myšlenou čarou mezi státy«. Někteří lidé by je raději viděli jako tlustou, hmatatelnou čáru mezi lidmi. Musí zůstat u přání. Takřka u jednoho stolu se tady sešli lidé z pěti zemí. Setkali se starí přátelé, objevovali noví. Už ráno po příjezdu si Ilja Matouš stiskl srdečně pravici s »harrachovským« známým Lehtonenem. S Finy se jezdilo na trénink, posedávalo u stolů. Koistinem, Sanktapukki přestali být jmény, stali se dobrými přáteli. Pobesedovali jsme s polským trenérem Marianem Orlewiczem, s Kuno Wernerem, který rád vzpomíná na svoje závodnické začátky u Labské boudy. »Hodně jsem se u vás naučil,« podotýká. Nacházíme široký zájem o Československo nejen mezi lyžaři, kteří se chystají na Harrachov, ale i mezi mládeží. Chtějí nejen autogramy, ale také adresy mladých lidí u nás, aby si mohli dopisovat...

Takový byl první »klasický« Klingenthal v roce 1959 — do něhož doléhala pozorně sledovaná slova z moskevského XXI. sjezdu, zdůrazňující znovu pevně přání sovětských lidí udržet přátelství a mír, zdůrazňující mírové soutěžení mezi národy!

Za čas, za rok, za dva, se patrně Klingenthal přiřadí do výčtu známých velikých mezinárodních soutěží. Mezi Le Brassus, Grindelwald, Kurikuli, Holmenkolen a Lahti. Společně s naším Harrachovem však bude mít vždy jednu výhodu: bude spolehlivě sloužit myšlence míru a přátelství mezi národy — jako soutěž pořádaná sportovci země socialistického národa.

A na rozloučenou slyšíme slova nejlepšího běžce NDR Kuno Wernera, když hovořil o sjezdu sovětských komunistů, o skvělém sedmiletém plánu: »Osobně přeji sovětským lidem, aby se jim podařilo splnit plán co nejrychleji. Už v zájmu míru...«

Vločky z Klingenthalu

● TAKOVOU SMŮLU, jako měl Harry Glass, málokdy vidíme. Otevření nového můstku v Klingenthalu bylo jak náleží slavnostní. Přijeli a hovořili členové vlády, zástupci tělovýchovy i Recknagel. Na Glasse, domorodce z Klingenthalu, připadl čestný zahajovací skok. Třebaže při předchozím tréninku skákal

jistě kolem 90 m — čestný skok před 70 000 diváky byl neslavný. Harry Glass měl pád a sjel dolů v poloze horizontální...

● LOS SI ZAHŘÁL s nervy dvou velkých soupeřů v běhu na 15 km. Nasadil na stejnou minutu Fina Lehtonena a Kuno Wernera. Lepší nervy i kondici měl tentokrát Kuno — vyhrál o 46 vteřin. Snad i proto, že Lehtonen měl

v nohou desítku ve štafetě z minulého dne, zatímco Werner takticky do štafety nenastoupil. Mohl si to dovolit. NDR má nyní hodně mladých běžeců naději.

● U NÁS ZNÁMÝ LINDELAUB byl překvapením klingenthalské »klasiky«. Ve štafetě běžel první úsek na Fina Lehtonena a výtečného Morninga z družstva NDR I. Zůstal za Finem jen o něco

málo vteřin a zdolal jasně Morninga. A hned druhý den v běhu na 15 km obsadil krásně 6. místo za našim Matoušem!

● 30 000 LÍSTKŮ prodali na nedělní skok pořadatelé už v předprodeji. Zájemce přivezlo do Klingenthalu 500 autobusů. Kolik jich přijelo vlakem, nepočítáme... 70 000 diváků, to bylo už pořádné mraveniště.



Reprezentanti NDR zľava: Lothar Glass, Kuehrt, Kampf, vedúci výpravy Franz Renner a Heyer.



Reprezentanti Fínska sprava: Haikkala, Holma, Lehtonen a vedúci výpravy Mäkinen.

II. ROČNÍK PRETEKU V SKOKU S MEDZINÁRODNOU ÚČASTOU

O štít februárového víťazstva v Banskej Bystrici

NOVÝ REKORD V SKOKU NA LYŽIACH V ČSR 84,5 m

Viac ako 10 000 spokojných divákov odchádzalo po skončení preteku. Napriek tomu, že tesne pred pretekmi odriekli svoju účasť Rakúšan a bola ohrozená i účasť pretekárov z NDR, čo malo vplyv i na menšiu návštevu, treba preteky hodnotiť veľmi kladne.

NDR vyslala na preteky mladé družstvo, v ktorom bol najstarší Lothar Glass, ktorý na majstrovstvách NDR obsadil ôsme miesto, ostatní traja, Kampf, Kuehrt a Heyer, boli z družstva mladých. Reprezentanti robotníckeho svazu Fínska Haikkala, Holma a Lehtonen sklámali domáce obecenstvo, ktoré v preteku očakávalo od nich lepšie výsledky. Napriek tomu, že mali možnosť o jeden deň viac trénovať, neprekročili v dĺžkach 68 m, hoci v tréningu Haikkala skočil 76 m.

Z československých skokanov sa ukázali najlepší Remsa a majster ČSR Drahoš Jebavý, z mladých ukázal zlepšenie i odvahu Motejlek a Martiňák. Trojdenné sústredenie pomohlo i všetkým ostatným mladým skokanom z reprezentačného družstva, aby si overili svoju odvahu i výkonnosť pred nastávajúcimi majstrovstvami.

Z prihlásených 32 skokanov pretek dokončili 29, z ktorých iba jediný Čunderlík v súťaži mal skok s pádom. Táto skutočnosť potvrdila to, čo po preteku tvrdili vedúci pretekárov z NDR Franz Renner i Fin Mäkinen, že úprava mostíka bola veľmi dobrá.

Zatiaľ ešte slovenských skokanov bolo na preteku len veľmi málo — inž. Lupták z Tatranu Harmanec, Homolka a Halenkovič z Lokomotívy Bratislava, Ján Ďurian z Baníka Kremnica a Satara a Čunderlík z ČH Banská Bystrica. Posledný z nich — nebyť pádu — by sa bol umiestnil bezpečne na prvom mieste medzi slovenskými skokanmi. Preteky boli výbornou školou a poučením pre mladých skokanov z ČH Banská Bystrica, z ktorých niektorí (Filanda, Kozovský a Gallo) boli predskokanmi.

V budúcom roku bude v Banskej Bystrici vybudovaný nový 50-metrový mostík na žltom piesku s umelou hmotou a veríme, že možnosť tréningu i cez letné mesiace bude znamenať novú etapu v skokanských disciplínach na Slovensku, keď uvážime, že mostík s umelou hmotou bude v budúcom roku dokončený i v Bratislave.

TECHNICKÉ VÝSLEDKY PRVÝCH 15 PRETEKÁROV:

Meno:	Body:	Metre:	
1. Glass Lothar, NDR	215,5	84,5	81,5
2. Remsa Zdeněk, ČSR	211	74,5	79
3. Kampf Rainer, NDR	206,7	78,5	78
4. Jebavý Drahoš, ČSR	203,5	74,5	73
5. Motejlek Libor, ČSR	198	74,5	73,5
6. Martiňák Miroslav, ČSR	196,7	71	73,5
7. Skalský Petr, ČSR	194	72	71,5
8. Berger Wolfgang, ČSR	193,7	71	73,5
9. Matouš Josef, ČSR	193,1	71,5	75
10. Kuehrt Veit, NDR	192,6	74	70,5
11. Bojda Jiří, ČSR	190,5	72	71
12. Heyer Lothar, NDR	189,6	69	71,5
13. Haikkala Pentti, Fínsko TUL	185,5	67	65
14. Holma Sauli, Fínsko TUL	181,8	68	62
15. Raška Jiří, ČSR	179,1	69	67

-Km-

Vyznamenania lyžiarskym pracovníkom

Pri slávnostnom rozdielení cien na II. ročníku pretekov v skoku boli vyznamenaní niekoľko lyžiarski pracovníci z Banskobystrického kraja. Verejným uznaním I. stupňa bol odmenený za svoju viac ako 30-ročnú záslužnú činnosť v lyžiarske na Slovensku Václav Kocum, verejné uznanie II. tr. dostali Mária Sobotová, inž. Belo Bukovčan a Rudolf Valent.

Vyznamenania im v mene Slovenského ústredného výboru ČSTV odovzdal predseda KV ČSTV súdruh Milan Sokol. Ich dlhoročnú prácu zhodnotil predseda lyžiarskej sekcie SÚV súdruh Ján Mráz, ktorý vyznamenaných kiadol ako príklad pre našu mládež.



Václav Kocum, ako ho zvykneme vidieť na pretekoch

DO DISKUSIE

Na stránkách lyžařství probíhá právě diskuse o nové československé učební osnově lyžařského nezávadního výcviku. Je to trochu paradoxní, neboť diskuse by měla zavedení nové osnovy předcházet. První příspěvek zaslal soudruh J. Koudelka. S jeho obsahem nezepte písně souhlasit. Avšak také podrážděný a suverénní způsob, kterým na něj reagovala UMK lyžařské sekce ÚV CSTV, se nám nezdá nejvhodnější. Nechceme dále rozepisovat problém »umlcených a neumlcených« hlasů, ale chceme se vyjádřit k některým připomínkám soudruha Koudelky a připojit několik vlastních poznámek a zkušeností.

Je to především název osnovy, který je opravdu příliš dlouhý. V osnově není nic specificky československého ani nic z československé lyžařské tradice. Nedá se také říci, že osnova patří pro Československo, když slovenská lyžařská sekce se řídí přímo rakouským plánem. Většina metodických a učebních osnov jiných sportů také dobře plní svůj úkol bez označení »československá«. U lyžařské osnovy připadá k tomu ještě ta skutečnost, že sjezdové prvky, a ty tvoří nejdůležitější část, jsou téměř doslova převzaty z osnovy rakouské. Také poslední slovo názvu »nezávadní«, jak uvedl soudruh Koudelka, není nutné. Stačí letmý pohled na kteroukoli stránku osnovy, aby se zjistilo o jaký výcvik se jedná.

Autori uvádějí, že nepřikročili k překladu rakouského Schilehplanu jako slovenská sekce, nýbrž k vytvoření nové vlastní československé učební osnovy. Podle našeho názoru se jedná spíše o vhodné doplnění Schilehplanu výcvikem běžeckým a jeho překlad do češtiny. Snad by bylo vhodné přidat odkaz na některou naši běžeckou literaturu (Vl. Pácl — Běh na lyžích), případně při dalším vydání osnovy partie běžeckého výcviku rozšířit.

Nesprávně je však napadení autorů pro přijímání cizích vzorů. Bylo by nesmyslné dále zvyšovat naše zaostávání za světovou spíčkou zatvrzelym setrváváním na našich dosavadních formách a způsobech výcviku.

Za povšimnutí stojí ještě zmínka o tak zvané dvojkoľejnosti našeho lyžařského výcviku, podle UMK zaviněného neochotou ke spolupráci se strany MŠK a VSP v Praze. Pracovníci lyžařské katedry Vysoké školy pedagogické mají za sebou dlouholetou praxi a snad nejbohatší zkušenosti ze všech našich cvičitelů v provádění základního výcviku a největší počet vyskojených lyžařů všech věkových kategorií. Jejich výsledky jsou dobré a konečné formy výcviku nejsou v zásadním rozporu s výcvikovými cíli UMK. Je tedy celkem pochopitelné, že nechceme rázem opustit to, co se jim v praxi osvědčilo, a přejít k něčemu novému, u nás dosud nevyzkoušenému. A to tím spíše, že se zde jedná o výcvik učitelů, tj. výcvik po státní linii i po stránce finanční, kde nelze provádět experimenty na masové základně.

Také na ostatních vysokých školách je třeba přistoupit k nové osnově pomalu a nikoli bezvýhradně. Zimní výcvikové kurzy pro posluchače vysokých škol jsou týdenní až desetidenní. Nejméně tři až čtyři dny odpadnou na celodenní přesun, běžecký výcvik a závěrečné závody. Je přirozené, že vyučující mají zájem udělat za tuto dobu co nejvíce. Ukázalo se však, že výcvik podle nové osnovy, jak uvedeno dále, je ve většině případů pomalejší.

To vše souvisí se zaváděním nové osnovy, které podle našeho názoru nebylo provedeno nejvhodnější formou. V hlavním období 1956—1957 se o nové osnově téměř nic nevědělo. Začátkem zimy 1957—1958 došlo však k rychlému přeskolení všech cvičitelů, k jednoznačnému odsouzení veškerého dosavadního výcviku a k jeho změně podle nové osnovy. Jelikož se jednalo o zásadní změnu celého způsobu jízdy, působilo přeskolení většiny cvičitelů značné potíže, bylo často špatně chápáno a nesprávně prováděno. S tím souvisely některé horší výcvikové výsledky a občasné projevy averze lyžařské veřejnosti. Jistě by byl vhodnější pomalejší způsob zavádění nové osnovy, vyčkání dokonalejšího jejího osvojení a poznání s využitím zkušeností cvičitelů.

Soudruh Koudelka obviňuje UMK, že dělá z lyžování módu. Toto je obvinění nespravedlivé vůči UMK, která se snažila prosadit moderní způsob jízdy. Svým pojetím však nová osnova »módnost« lyžařství dost podporuje.

V celém rakouském, tedy i našem způsobu výcviku je přeháňena forma »protinatování«, vykláňení dovnitř oblouku a odsouvání pater do stran. Souvisí to s vytvořením nové rakouské školy, která vznikla rozbořením a kopíí jízdy nejlepších závodníků. V jejich jízdě však není nic z těch nepřirozených a přehnaných poloh a postavění, které vidíme na našich loučkách, u některých cvičitelů a částečně i u instruktorů prof. Krukenhausera v lyžařském filmu ze Sv. Křištofa. U vrcholných závodníků vznikla uvedená poloha těla z nutnosti zvládnout ostré oblouky ve velkých rychlostech a na prudkých svazích. Tak lze překonat působení odstředivé síly a ostatních fyzikálních zákonů. Udržení lyží na hranách a zamezení podjetí závisí při velké odstředivé síle a značnému úhlu nohou

k povrchu mimo jiné i na poloze těžiště. Čím blíže je těžiště lyžaře k místu styku lyží se sněhem, tím je postavení jezdecké jistější. Proto již v dřívějších letech (i když francouzská škola to přímo zapovídala) jzdili závodníci, a to i francouzští, vykláňáním v bocích, čímž do značné míry odhalovali podjetí lyží v obloucích a mírnili působení odstředivé síly. Zvyšováním rychlosti a dalším ztížením závodních tratí došlo pak ještě k většímu působení odstředivé síly. Bylo nutno posunout těžiště ještě blíže k lyžím. Protože další bočné vykláňání bylo z důvodů anatomických nemožné, nastoupilo proto natočení trupu, které dovolilo větší předklon a tím další přiblížení těžiště k lyžím. Protinatování je také velmi výhodné pro možnost bližšího najetí vnitřní brankové tyče a má pravděpodobně zde svůj další důvod. Toto protinatování a vykláňání je u závodníků přímo úměrné rychlosti a poloměru oblouku. Na mírném svahu a při větším oblouku je nepatrné. Je tedy otázka, kdy a do jaké míry mají být oba prvky aplikovány na elementární prvky základního výcviku.

Tento způsob jízdy nejlepších závodníků stal se velmi přitažlivým i pro masu nezávadních lyžařů. Zařazením některých prvků a poloh těla jako základního principu nového způsobu jízdy dosáhl prof. Krukenhauser velké popularity své školy u rakouské i ostatní světové lyžařské veřejnosti. Stejným způsobem reagovala i část naší lyžařské veřejnosti, hlavně ta mladší.

Je zbytečné diskutovat o vhodnosti náviku nového způsobu jízdy u pokročilejších a mladších lyžařů. Zde je docela na místě.

Je však problémem, zda je vhodné zařazovat protinatování a vysedávání do výcviku začátečníků, hlavně těch, u kterých nejsou pohybové, věkové i časové předpoklady dosažení takového stupně vycvičenosti, kdy budou moci tyto prvky účelně upotřebit. Je třeba si také uvědomit, že uvedené prvky jsou p. odem mistrovské jízdy nejlepších závodníků, tedy jsou mimořádně tělesně obratných. Vyžadují tedy i k průměrnému zvidunutí určitou tělesnou dispozici. Ta není u všech, kteří se do lyžařského výcviku hlásí, hlavně u lyžařů starších. Výsledkem jsou pak směšné a různé nesprávně pokroucené postavy. Mimo to, podle našeho pozorování, ipění na dodržení těchto poloh v první části základního výcviku postup zpomaluje. To je tedy závažný důvod k zamýšlení nad vhodností zařazení protinatování s vysedáváním do některých základních prvků, jako je sjezd šikmo svahem, oblouky v pluhu a snad i privratné oblouky. Také v novém filmu UMK »Lyžařská abeceda« působí ukázka jízdy šikmo svahem velmi přehnaně, neekonomicky a neesteticky.

K podobným závěrům došli například Francouzi, jejichž »Technique moderne« dochází ke stejným cílům jako škola rakouská. V lednu a únoru 1958 zúčastnili jsme se III. mezinárodního tábora studentstva v Grenoblu ve Francii. Při svém pobytu jsme měli možnost studovat jak klasickou francouzskou rotační školu, tak i novou techniku, jejíž kolébka je právě v Grenoblu. Tento nový způsob výcviku je velmi populární hlavně u mladších lyžařů a konkuruje silně staré klasické francouzské škole.

Mezi naší osnovou a francouzským výcvikem moderní techniku je řada větších i bezvýznamných rozdílů. Za nejdůležitější považujeme ten, že protinatování trupu s vysedáváním je u nás a Rakusanů základním postojem jízdy šikmo svahem a tedy i postojem začátku a konce každého oblouku. U Francouzů je jejich »angulation« (vysednutí s protinatováním) jen pomůckou s hybnou silou k provádění smyků. Zařazují proto jeho návik až do třetí části výcviku pro středně pokročilé lyžaře. Podle našeho názoru a zkušeností je to vhodné, neboť zařazením protinatování do všech prvků výcviku působí často násilně a pro slabší lyžaře je velmi obtížné. Je celkem neúčelné a jak uvádíme, výcvik zpomaluje.

Jako momentu otáčení využívají Francouzi více přenášení váhy, pohybu paží, terénních nerovností a vertikálního pohybu nohou. Při potřebě krátkého nebo okamžitého smyku používají pouhé snížení nohou (christiania sans preparation), při ostatních delších a spojovaných smycích používají nadlehčení zvýšením a snížením těžiště (christiania avec preparation).

K podobným výsledkům jsme došli i při provádění výcviku na zimních kurzech naší školy. Vysoké školy chemicko-technologické v Praze. Začátečníci a pohybově nenadaní jednotlivci snadněji zvládli sjezd šikmo svahem bez protinatování a vysednutí, které je nepřirozené a zbytečné na tak mírných svazích, na jakých jezdí začátečníci. Na prudších svazích má sice postavení těla podle Rakusanů výhodu v zabezpečení proti sjetí ze svahu, ovšem také větší nevýhodu v malé stabilitě a v únavné nepřirozenosti jízdy. Také při obloucích v pluhu se nám protinatování neosvědčilo. Jeho provedení svádělo k zatížení opačné (vnitřní) nohy a k natažení nohy vnější. Mimo to se celkové provedení oblouku zkomplikovalo a začátečníkům ztížilo. To se projevilo částečně i při cvičení privratného oblouku.

Určité zvýšení počáteční nesnadnosti přineslo pak i další zá-

Psychická příprava lyžařského závodníka

Důležitou a v současné době velmi aktuální otázkou sportovního tréninku, je otázka harmonického rozvíjení a zdokonalování všech činitelů, přispívajících k dosažení nejvyšších výkonů. Fyzická připravenost a ovládnutí techniky jízdy je dnes na takovém stupni, že se pozornost trenérů obrací na další složky tréninku. Stávalo se totiž, a ještě dnes můžeme být svědky toho, že mnozí trenéři zaměřují tréninkové úsilí jednostranně, buď na nácvik techniky a opomíjejí fyzickou přípravu, nebo obráceně. Přitom se velmi často zapomíná na další, i když třeba jen »druhořadé« momenty v přípravě závodníka. Tyto momenty jsou sice »druhořadé«, podílejí se na výkonu závodníka jen menším dílem, avšak při dosahování těch nejvyšších výkonů jsou stejně důležité, protože mohou a v mnohých případech také způsobují buď dosažení vítězství, nebo snížení výkonnosti.

Ve svém článku chceme poukázat na jeden z těchto tréninkových momentů, který není v naší tréninkové praxi dosud příliš uplatňován, na psychickou přípravu závodníka a tím alespoň částečně zaplnit mezeru na tomto úseku.

Psychologie sportu je velmi mladé vědní odvětví. Ve svých počátcích má ještě celou řadu nevyřešených otázek, ale sklízí již první ovoce. Příkladem toho může být i mužstvo kopané Brazílie, na jehož přípravě před mistrovstvím světa ve Švédsku 1954 se podílel i odborník-psycholog.

Nebo jiný příklad, bližší našemu tématu. Vždyť teprve po druhé světové válce byl vyvrácen do té doby panující mylný názor, že závodník ve slalomu si nemůže zapamatovat seskupení jednotlivých branek celé trati. Sovětský pracovník A. Jegurov dokázal celou řadou svých pokusů, že dobře psychicky připravený závodník si může zapamatovat časově i prostorově sídla branek celého slalomu, obsahujícího 90—100 branek. Sjezdový závodník musí reagovat na vnější prostředí při rychlosti ve slalomu až 17 m za vt. a ve sjezdu při rychlosti až 25 m za vt. Úspěšně projetí tratě nutně vyžaduje, aby si závodník zapamatoval a promyslel celou trať, jinak by nestačil rychle a správně reagovat na trať, brány, terén atd. Musí se zaměřit buď na celkově pamatování tratě, nebo jen na některé úseky, zejména ty nejobtížnější, mluvíme pak o výběrovém pamatování.

Vedle otázek paměti a zapamatování řeší psychologie sportu celou řadu dalších otázek, které mnohdy úzce souvisejí s taktickou přípravou a se zásadami správného nácviku techniky.

Jednou z nejdůležitějších otázek psychické přípravy je navození správného předstartovního stavu. Vlastní předstartovní stav je stav, ve kterém prožíváme vlastní účast v nastávajícím závodě a řadíme ho mezi city a emoce. A. C. Puni na základě speciálních psychologických pozorování rozdělil různé formy předstartovního stavu do tří základních:

1. Forma — startovní horečka — je výsledkem nadměrné činnosti kůry mozku se současným oslabením tlumivého působení na podkoří. To má za následek nadměrné změny v činnosti jednotlivých orgánů, porušování koordinace a další negativní příznaky, jako je žaludeční nevolnost apod.

2. Forma — apatie — je výsledkem útlumu v mozkové kůře spojeného s ochrannými útlumu. Tato forma předstartovního stavu přináší s sebou většinou snížení výkonu. V některých případech však apatický stav závodníků zaniká po odstartování a v těchto případech může závodník, i když jeho nervová soustava byla před startem ve stavu útlumu, úspěšně závod dokončit. Je to způsobeno změnou mezicentrálních vztahů v mozkové kůře následkem působení silných impulsů vrcholného svalstva a cirkulačního aparátu.

3. Forma — bojovná připravenost — je charakterizována optimálním stavem vzrušivosti mozkové kůry a současně všech fyziologických funkcí. Forma bojovné připravenosti nej-

lépe a nejrychleji zabezpečuje přechod do optimálního tempa a podání nejlepšího výkonu.

Jaké faktory rozhodují o předstartovním stavu? Ve stručnosti je možno vypočítat:

1. Stupeň trénovanosti a připravenosti před závodem.
 2. Povahy závodu a jeho význam pro závodníka.
 3. Nervový typ a psychický stav závodníka.
 4. Vnější podněty, jako obecnost, organizovanost závodů, počasí atd.
 5. Kvalita a počet soupeřících.
- Z hlediska trenéra je důležité, že startovní stav je proměnlivý, není před každým závodem stejný a stejného druhu. Jestliže má trenér, případně závodník, správné představy o příčinách a průběhu předstartovního stavu a přihlíží k individuálním zvláštnostem, k nervovému typu závodníka, může usměrnit jeho předstartovní reakce k dosažení maximálního výkonu.

Stupeň a charakter předstartovního stavu je možno utvářet i v samém tréninku. Vždyť startovní změny můžeme pozorovat nejen před závodem, ale i před tréninkem, pokud je sami umyslně navodíme. Znamená to vystříhat se šablonovitého, nudného způsobu přípravy, vkládat do přípravy soutěživé prvky, nové zajímavé formy apod. Závodník, který je ukázněn, dovede se podřídit rozhodnutí trenéra, kolektivu apod., který dovede ovládat své city a chování, dokáže také lépe regulovat své předstartovní pocity a vpravit se do stavu bojovné připravenosti. Závodník, který přistupuje na start závodu s vědomím a myšlenkou, že bojuje o nejvyšší počty, se zdravou ctižádostí a sebevědomím, má daleko lepší předpoklady dosahnout lepšího výkonu, než závodník, kterému tyto vlastnosti chybějí.

Předstartovní stav může rovněž ovlivnit působení trenéra a jeho autorita, vhodné rozvolnění před startem, prostředí, ve kterém se závodník před závody zdržuje, dobrý a veselý kolektiv apod.

Další otázkou, kterou řeší psychologie sportu, je otázka odvahy a strachu, zajímavá především z hlediska přípravy závodníka ve sjezdových disciplínách a ve skoku.

Odvaha, případně strach, může působit jako kladný, případně záporný činitel jak v předstartovním stavu, tak i v samém závodě.

Co rozumíme pod pojmem strachu? Jde zde především o různé stupně pasivního obranného reflexu, je to základní reakce sebezáchovy. Strach je vlastní každému člověku, nelze ho vykořenit. Strach je možno pouze omezit na míru co nejmenší, případně překonat. Strachové podněty vyvolávají u závodníků obrannou reakci, kterou můžeme v podstatě rozdělit do dvou forem. První forma se projevuje tzv. agresí, závodník reaguje kladně na strachové podněty, druhá forma se nazývá pasivitou a projevuje se kapitulací závodníka, závodník reaguje záporně.

Pasivita má ještě dvě krajní formy, projevující se jednak reflexem aktivního strachu (panikou), nebo reflexem pasivního strachu (znemožnění pohybu).

Strachové podněty jsou vyvolávány buď samým závodem, nebo nebezpečnými místy v trati, ostrou zatáčkou, obtížnou skupinou branek apod. a vyvolávají tzv. strachový útlum. Strachový útlum zasahuje zvláště motorický analyzátor a diskoordinuje nebo dokonce znemožňuje pohyby. Tu se také často stává, že závodník ze strachu upadá do pohybově starších reakcí, jeho technika jízdy se zhoršuje. Dokonce se stává, že závodník provádí obranné (brzdivé) a únikové pohyby — při slalomu vyjede z tratě nebo zastaví apod.

Strachové útlumy působí nepříznivě jak v předstartovním stavu, tak i v samém závodě, a někdy i velmi snižují výkonnost závodníka. Omezení, případně překonání strachových útlumů úzce souvisí s výchovou vůle, odvahy a sebevědomí.

Trenér i závodník se všemi těmito i s dalšími psychologickými činiteli musí počítat a svou přípravu zaměřit na odstranění nebo potlačení záporných a zdokonalení všech těch kladných psychologických činitelů, které přispějí k dosažení nejlepšího výkonu.

FELIX CHOVANEC a JIRÍ PISL.

por. Protože ke zvládnutí pohybu bylo třeba delší doby, málo se jezdilo a hodně cvičilo. A přece na lyžích se musí při jakémkoli stupni výcviku jezdit, jezdit a zase jezdit. Hlavně u nás musíme si to stále znovu opakovat. Nedostatek lanovek svádí při provádění sjezdového výcviku k pohodlnějšímu cvičení na malém kousku srahu, kde družstvo cvičí i několik lekcí za sebou. To jsme viděli u družstev našich i ostatních vysokých škol, ROH i jiných. Je třeba mít na zřeteli, že maximálně využitý den pro sjezdový výcvik trvá podle našeho pozorování přibližně 15 minut, když nelze použít lanovky.

U lepších družstev (nadanější a pokročilejší lyžaři) se nová osnova osvědčila. Podle našeho názoru a zkušeností je správný postup přes přívrat. Dosáhne se tak rychlejšího přechodu přes spádnicí, dřívější aplikace prvků v terénu a dokonalého nácviku protinatocení a vysednutí. Přívrat naučí správně přenesení váhy, plynulou jízdu a jsou nejspokladnější cestou pro masu našich lyžařů. Použití přívratu vidíme i u vrcholných závodníků v nejvyšších soutěžích.

Podle našich zkušeností, pozorování a výsledků studia literatury doporučujeme:

1. Zjednodušit název lyžařské osnovy. Nejedná se o původní československé prvky, ale o převzaté.
2. U starších lyžařů, kteří již prodělali určitý základ podle staré školy, pokračovat v tomto výcviku. Omezit rotaci a přidat vertikální pohyb nohou, to znamená odlehčení lyží zvýšením postoje.
3. Jízdu šikmo svahem navcivovat jen s mírným natočením vnitřního ramene vpřed, bez protinatocení trupu a vysednutí.
4. Vysednutí a protinatocení vynechat u oblouku v pluhu a snad i u přívratných oblouků a provádět je jen přenesením váhy.
5. Při výcviku zařazovat co nejvíce jízdy v terénu, rychlých přímých sjezdů, odšlapování, překonávání terénních nerovností, terénních skoků apod. To i za cenu nedokonalého zvládnutí nového způsobu jízdy na louce.

O. MAŠKA - J. MATEK, KTV VŠCHT v Praze

I na rovině porostou závodníci

O kraji Brno se vždy říkalo, že je to lyžařsky slabý kraj. V posledních několika letech zima to jen potvrdila. Za sněhem musí jezdit závodníci z Brna a okolí do vzdálených Orlických hor, Jeseníků, Beskyd a v poslední době na Lopeník do Karpat. Tréninková soustředění musela být v Krkonoších nebo nahrazena intenzivní přípravou na suchu. A přece na krajských přeborech uspořádaných na Pustevnách se ukázalo, že se závodní lyžařinou v kraji Brno to není tak špatné. V klasické části přeboru se na startu vystřídala stovka dospělých i mladých závodníků. A co nejvíce překvapilo, to byl počet startujících mužů v běhu na 15 km. Rovných 40 jich nastoupilo ke startu a všichni dokončili. I když se ukázaly rozdíly výkonnosti, je to potěšitelný zjev. A mládež? I tam byly všechny kategorie dobře obsazeny počtem i výkonem. Přidat budou muset ale všichni pracovníci ve výchově závodnic, kterých je stále málo.

V druhé polovině týdne dominovali sjezdaři. I jim přálo počasí. Horší to bylo se sněhem, jak se říká, pod »Václavákem«, kde už se objevily kameny a pařezy, a proto bylo nutno sjezdovou trať zkrátit. Výkonnost mladších dorostenců jde velice rychle k předu, jsou technicky i bojovnosti

přímo nabíti. Jen závodnickou rutinu musí získat, aby nekončili závod předčasně, jako Kolda, Skarké a jiní. Starší dorostenci a junioři jsou celkem výkonnostně hodně vyrovnaní a řada z nich přesahuje krajský průměr dospělých. M. s. Bogdálék jistě mezi nimi najde řadu dobrých talentů, aby jim předal svoje bohaté zkušenosti. A opět v kategorii žen se ukázala značná mezera a mezi dorostenkami málo nadějí.

Z tohoto přeboru vyplývá poučení a závazek pro krajskou lyžařskou sekci, že nesmí zůstat stát. Musí podchytnout chuť závodníků, využít zkušenosti trenérů a vrcholných závodníků k výchově dalších, kteří se začínají objevovat nejen v Brně, ale i v okresech Vyškov, Blansko, Bystřice.

A na konec ještě poznámka, která pracovníky brněnské lyžařiny nejvíce mrzí. Radu let pořádají závody na Pustevnách, ale tak špatně se jim neprovovalo nikdy, jako letos. Nenajdeme-li na horách u lyžařských zařízení v ubytovacích a stravovacích zařízeních pochopení pro provádění tělovýchovy, pak nám nepomohou žádné talenty, žádné zkušenosti, žádná dobrá vůle. A tohoto by si mělo být vědomo i ředitelství RJ ve Valašském Meziříčí, kam spadají podniky na Pustevnách.

Ph. Mr. JIRÍ MACHAL

Přerovská mládež na Tesáku

Lyžařská sekce při OV ČSTV v Přerově si dala závazek, že letos zaměří svoji činnost hlavně na lyžařský výcvik mládeže.

Rodičům pionýrů a školních dětí byly zaslány informativní dopisy o programu lyžařského výcviku. Současně k nim byly přiloženy přihlášky pro zavedení řádné evidence o počtu dětí, které se zúčastní výcviku, a také pro zajištění souhlasu rodičů. Kromě toho byla uspořádána pro rodiče schůze, kde je členové lyžařské sekce důkladně a podrobně informovali o všech otázkách výcviku, přípravy výstroje, nákupu výstroje apod.

Takto připravená akce měla nečekaný úspěch. Přihlásilo se 364 dětí z následujících škol: všechny přerovské osmiletky, Brodek, Horní Moštěnice, Kokory a Předmostí.

Poněvadž v okolí Přerova není lyžařský dostatek sněhu, byl výcvik prováděn na Tesáku, kam byly pravidelně vy-

pravovány každou neděli autobusové zájezdy.

O výcvik v družstvech se ochotně a obětavě starali cvičitelé lyžařské sekce a učitelé. Z učitelů se do této záslužné práce zapojili soudruzi: Mir. Bdinka, Jindřich Čoupek, Karel Hrazdira, Vlad. Janovský, Jos. Kalman, Rad. Klesnil a Vlad. Koksa.

Během výcviku byl uspořádán lyžařský náborový závod mládeže. Účastníci mají možnost získat Pionýrské sněhové vložky a Spartakiádní vložky. Lyžařská sekce chce tím vzbudit u pionýrů nejen zájem o vyspělost a zdatnost v lyžování, ale sleduje také cíl, aby každý školák měl možnost plnění podmínek zimní soutěže vypsané pro PO.

Celou akci věnovali cvičitelé a učitelé pionýrům v letošním jubilejním roce, kdy slaví desáté výročí založení své organizace.

JOSEF KALMAN

Bytčianski lyžiarri

Lyžiarstvo má v Bytči už tradíciu. Vytvorilo ju nadšenie športovcov i vhodné podmienky — blízkosť Javorníkov. Pred rokmi bývalý Slovenský klub lyžiarov a turistov v Bytči vystaval lyžiarsky vlek na Javorníkoch pri Melocičkovi. Vtedy krásy Javorníkov začali využívať aj lyžiarri zo susedných okresov na Slovensku i na Morave.

V zime v roku 1954 už vlek neexistoval. Rozkradli ho. Niečo ľudia z dediny a lano si privlastnil Okresný stavebný podnik v Bytči.

Jozef Hájek, starý lyžiar a organizátor lyžiarstva v okrese, spolu s ostatnými sa najprv zlostil. Neskôr ho aj lyžovačka prestala baviť. Lyžiatarský šport v okrese upadal. Klub slovenských lyžiarov a turistov už neexistoval a lyžiarri nemali inej športovej organizácie. Pred dvoma rokmi bola pri OV ČSTV v Bytči založená lyžiarska sekcia. Predseda: Jozef Hájek. A to je dôležitá! Už začiatkom roku 1958 kompetentné úrady schválili výstavbu lyžiarskeho vleku na Čerenske. Schválili — a už sa aj buduje. Jozef Hájek zorganizoval všetkých lyžiarov z okresu, od najmladších po veteránov, a lyžiarska sekcia je najlepšou sekciou OV ČSTV. Do konca tohto roku na Čerenske v krásnom prostredí Javorníkov bude stát nový lyžiarsky vlek a čajovňa. Investíciou stavby je MNV v Kolároviaciach. Výstavba vleku bude stát 308 000 Kčs. Vlastne, toľko by to malo stát. Lyžiarri sa zaviazali, že 126 000 Kčs odpracujú sami dobrovoľnými brigádami. Nie je to iba záväzok. Sami si vyhotovili projekt a minulý rok v jeseni vyrúbali 8 m široký a 260 m dlhý pás lesa pre vlek.

Do konca roku 1961 bude stát na Čerenske aj chata s kapacitou 100 lôžok a do roku 1962 bude vybudované kúpalisko. Čerenska sa stane tým, čím ju tito skromní, ale aktívni bytčianski športovci chcú mať: strediskom zimných športov pre lyžiarov z okolia a v lete chata s kúpaliskom bude slúžiť pracujúcim celého okresu i okolitých okresov pre rekreáciu.

Bytčianski lyžiarri majú i ďalšiu starosť: jediná športová organizácia v Bytči TJ Spartak ich nechce, a tak lyžiarri vyvíjajú úsilie o založenie novej športovej organizácie Tatran pri n. p. Sátov Bytča. V tejto TJ by okrem lyžiarov boli združení: sankári, vodáci a turisti. Túto snahu treba podporiť, no netreba zabúdať, že by bolo lepšie, keby v Bytči bola jediná silná TJ, ako dve chorľavé, ako je v súčasnom období TJ Spartak Bytča.

V Bytči sú dobrí lyžiarri, dobrí športovci a organizátori. Keď ich, Kubicu, Adamika, Gertnera, Kalaša a ďalších, vedie ronnako zápalistý Jozef Hájek, je istota: nie len v to, že v Bytči vyrastie ďalšia generácia lyžiarov, ale aj v to, že lyžiarsky vlek na Čerenske bude do konca tohto roku vybudovaný a krásy Javorníkov budú opäť využívané.

MILAN VÁROS

LYŽAŘI — PŘÍSPĚJTE K ZDÁRNÉMU
PRŮBĚHU OKRESNÍCH SPARTAKIÁD



Jirka Kubík na trati obřího slalomu.

O ZÁVODĚ NEJMLADŠÍCH

Ve dnech 2. a 3. února t. r. uspořádal Spartak Vrchlabí v Herlíkovicích u Vrchlabí krajské závody žactva ve sjezdových disciplínách.

Úbočí Žalého vrchu ožilo zdravým ruchem mladých lyžařů. Všichni byli mile překvapeni terénem, pro mnohé dosud neznámým. Nádherné slunné počasí přispělo také ke zdaru celého závodu. Autorům tratí, mistru sportu Evženu Čermákovi a Zdenku Pelcovi, se podařilo vytýčit technicky velmi dobré tratě.

Závody byly dílčí přehlídkou československých sjezdařských nadějí, protože žáci Hradeckého kraje patří k nejlepším v republice. Technickou převahu měli především žáci vrchlabského a trutnovského okresu, kteří mají kromě dobrých podmínek pro lyžování i odborné vedení v lyžařských základnách ve Vrchlabí a v Jánkách Lázních.

Vítězně vyšli z tohoto utkání žáci Vrchlabska, protože z dvanácti přebornických titulů získali osm. Příjemně

překvapili mladší žáci a zážkyňe ze Spindlerova Mlýna.

Závody ukázaly, že u nás v Krkonoších vyrůstá mnoho lyžařských nadějí a že nemusíme mít obavy o budoucnost naší závodní sjezdařiny.

Technické výsledky: Žáci starší — Sjezdový dvojboj: 1. Novotný Jan (Spartak Vrchlabí) 5,92 b., 2. Čerman Jan (Sokol Janské Lázně) 7,16 b., 3. Peťfík Luboš (Spartak Vrchlabí) 12,81 b. **Obří slalom:** 1. Čerman Jan (Sokol J. Lázně) 51,3 vt., 2. Novák Bohuslav (Slovan Pec) 54,0 vt., 3. Peťfík Luboš (Spartak Vrchlabí) 54,6 vt. **Slalom:** 1. Novotný Jan (Spartak Vrchlabí) 83,1 vt., 2. Pelc Zdeněk (Spartak Vrchlabí) 88,5 vt., 3. Balcar Oldřich (Slovan Sp. Mlýn) 90,3 vt. **Žáci mladší. Sjezdový dvojboj:** 1. Ponec Ivan (Spartak Vrchlabí) 4,36 b., 2. Skrbek Vladimír (Slovan Pec) 13,56 b., 3. Kubík Jiří (Slovan Spindl. Mlýn) 19,40 b. **Obří slalom:** 1. Skrbek Vladimír (Slovan Pec) 47,0 vt., 2. Ponec Ivan (Spartak Vrchlabí) 48,2 vt., 3. Šefeřín

(Sokol J. Lázně) 52,8 vt. **Slalom:** 1. Kubík Jiří (Slovan Spindl. Mlýn) 54,9 vt., 2. Ponec Ivan (Spartak Vrchlabí) 56,9 vt., 3. Presler Jiří (Spartak Vrchlabí) 62,1 vt. **Zážkyňe starší. Sjezdový dvojboj:** 1. Zemanová Milka (Spartak Vrchlabí) 2,94 b., 2. Bubeníková Jar. (Sokol J. Lázně) 12,72 b., 3. Mladějovská Iva (Sokol J. Lázně) 25,03 b. **Obří slalom:** 1. Bubeníková Jaroslava (Sokol J. Lázně) 57,3 vt., 2. Zemanová Milka (Spartak Vrchlabí) 59,3 vt., 3. Špilmanová Lída (Spartak Vrchlabí) 61,1 vt. **Slalom:** 1. Zemanová Milka (Spartak Vrchlabí) 90,4 vt., 2. Mladějovská Iva (Sokol J. L.) 107,1 vt., 3. Bubeníková Jaroslava (Sokol J. L.) 109,9 vt. **Zážkyňe mladší. Sjezdový dvojboj:** 1. Mencová Vlastimíla (Slovan Spindl. Mlýn) 3,04 b., 2. Nováková Karla (Slovan Pec) 4,15 b., 3. Luczková Hana (Slovan Spindl. Mlýn) 25,20 b. **Obří slalom:** 1. Mencová Vlastimíla (Slovan Spindlerův Mlýn) 59,1 vt., 2. Nováková Karla (Slovan Pec) 60,1 vt., 3. Honolková Lenka (Slovan Spindlerův Mlýn) 64,9 vt. **Slalom:** 1. Luczková Hana (Slovan Pec) 76,3 vt., 2. Nováková Karla (Slovan Pec) 79,8 vt., 3. Mencová Vlastimíla (Sl. Spindlerův Mlýn) 80,2 vt.

ZD. PELC

Spartakiádne vločky „padají“ v Kremnici

Milú slávnost mali mladí kremnickí lyžiarri na svojej výročnej čienskej schôdzi lyžiarskeho oddielu Baník Kremnica.

Popri hrdom konštatovaní nesporných úspechov kremnických lyžiarov v uplynulom roku, kedy sa umiestnili v súťaži oddielov na 14. mieste v celej ČSR a ako prví na Slovensku, uskutočnili aj milú slávnost odovzdávania prvých Spartakiádnych vločiek.

V rámci osláv 45. výročia prvých lyžiarskych pretekov v Kremnici odovzdali na schôdzi prítomní dvaja najstarší kremnickí lyžiarri Robert Kniep a Dr. Otto Hallenstein najmladším lyžiarom 43 Spartakiádnych vločiek a z toho už dve zlaté.

Do rámca mljej slávnosti zapadlo rozprávanie reprezentanta ČSR súdruha Ruda Čillíka z nedávnych medzinárodných pretekov vo Sverdlovsku. Mládež dychtivo počúvala jeho vyprávaniu o výborných sovietskych pretekároch, o ich tréningu, a vzala si k srdcu aj jeho otcovsky mienené slová, aby nedosahovali len pekné výsledky v usilovnom tréningu na lyžiach, ale aj v škole a na svojich pracoviskách. Prvé získané vločky istotne podnietia záujem o ich získanie aj u ostatnej mládeže, ktorá javí enormný záujem o lyžiarstvo. Veď vlni startovalo v Pretekoch o cenu Pionierskych novín do 450 mladých lyžiarov a v tejto zime v pripravách na II. celoštátnu spartakiádu chcú kremnickí lyžiarri získať ešte viacej účastníkov k získaniu Spartakiádnych vločiek a nadaných priťahnúť k ďalšej činnosti v rámci lyžiarskeho oddielu Baník Kremnica.

Len tak ďalej, kremnickí lyžiarri, aby ste si svoje umiestnenie na Slovensku ako najlepši oddiel udržali a v celoštátnom meradle polepšili. -rm-



Nejúspěšnější závodnice Vlastička Mencová a Milka Zemanová

Připravujeme nová lyžařská pravidla

V posledních dvou letech byla lyžařská pravidla častým námětem rozhovorů lyžařských pracovníků. Ať již tomu bylo při jejich vydání v roce 1956, při vydání jejich změn v roce 1957, anebo při prováděném přezkoušování rozhodčích. Skutečností je, že s dnešním jejich stavem nemůžeme být spokojeni. Změny ještě v době, než tiskárna po velkých průtazích pravidla vytiskla, rychlý vývoj sjezdových disciplín, který si vyžádal doplnit je o celé nové statě týkající se elektrického měření, a konečně dodatky, vydané kongresem FIS v Dubrovniku v roce 1957, způsobili, že dnešní pravidla jsou — díky doplňkům — hodně nepřehledná.

Ústřední komise rozhodčích je si toho dobře vědoma. Není však možné vydávat pravidla každým rokem nová. Provizorně řešila situaci tím, že vydala zatím jednotné doplňky, obsahující všechny změny až do konce roku 1957, hlavně pak ustanovení o elektrickém měření a změny z kongresu FIS. Kromě toho zahájila přípravu práce na vydání nových pravidel. V dnešním článku chceme vás s touto přípravou krátce seznámit.

Pravidla mají být vydána k podzimu roku 1961, a to z těchto důvodů, že na jaře roku 1961 se seje opět kongres FIS, který schválí nové změny pravidel, podle nichž vyjde i nové vydání mezinárodních pravidel. Chceme proto, aby v našich nových pravidlech byly již zahrnuty i tyto změny, aby se neopakoval stav z roku 1957, kdy změny mezinárodního řádu musely být vydány v doplňcích k našim pravidlům, před tím krátce vydaným. To ovšem nebude jediná změna.

Víme dobře, že je hodně připomínek — a dost závažných — k dnešním pravidlům od celé řady lyžařských pracovníků. Ať už je to k jejich formě, jejich textaci, k podrobnějšímu, respektive přesnějšímu znění. Někteří odborníci požadují vsunutí do pravidel, aspoň ve formě pokynů, nová ustanovení, umožňující ještě jednodušší postup při rozhodování na závodech. Jsou zde stovky dalších lyžařských pracovníků, rozhodčích, závodníků, trenérů, techniků, z nichž každý má k dnešním pravidlům co říci.

Komise rozhodčích ustavila proto zvláštní subkomise, které mají za úkol všechny připomínky shromážďovat. O co nyní jde? Aby se co možná nejširší lyžařská veřejnost na této práci zúčastnila. Každá vaše připomínka bude vzata v úvahu. A jak jsme se již zmínili výše, nejen k novým ustanovením v pravidlech, nebo ke znění dosavadních, ale i k formě pravidel, k jejich formátu, vzhledu, grafické úpravě. Někdo požaduje pravidla stručná, jen ve formě jasných paragrafů, někdo naopak podrobnější s textem, vystihujícím záležitost do nejmenších detailů. Je zde i návrh na určitý kompromis, podobně jako je tomu u mezinárodních pravidel, kde tato mají jen striktní ustanovení jednotlivých paragrafů a k tomu jsou připojeny pokyny k provádění.

O tom všem je možné uvažovat nyní, v době příprav. Až budou pravidla vydána, je pak zbytečné a i nezodpovědné je kritizovat a dávat své připomínky. Nyní ukaž každý svou aktivitu, svůj příspěvek k řešení problémů naší lyžařiny. Ostatně to je i podmínkou pro rozhodčí vyšších kategorií k jejich jmenování, aby tím prokázali své znalosti problematiky lyžařských pravidel.

Komise pro přípravu vydání nových pravidel se obrací proto na celou lyžařskou veřejnost, aby zasílala své připomínky na komisi rozhodčích při ústřední sekci v Praze. Teď po skončení sezóny, kdy máme ještě v čerstvé paměti různé ty nejasnosti, které nám komplikovaly hladký průběh závodů, je k tomu nejlepší doba. Všechny vaše připomínky budou shromážďovány, registrovány a během roku zpracovány třemi dvoučlennými subkomisemi: pro všeobecnou část, pro klasické a sjezdové disciplíny.

Uzávěrka pro připomínky lyžařské veřejnosti bude koncem dubna 1960, aby do konce června 1960 mohla být předložena hrubá struktura nových pravidel komisi rozhodčích k projednání. Definitivní text bude zpracován během letních měsíců roku 1960 a nejspíše do konce srpna 1960 předložen jednak jednotlivým komisím ústřední sekce, jednak na podzimním aktivu rozhodčích k při-

pomínkám. Uzávěrka připomínek z těchto jednání bude koncem října 1960. Během listopadu budou nová pravidla předložena předsednictvu sekce ke schválení a do konce roku 1960 bude čistopis předán tiskárně ke zhotovení kartáčového otisku. Do něho pak budou vsunuty na jaře roku 1961, ihned po kongresu FIS, jen změny tímto kongresem schválené, tak aby během léta 1961 mohla tiskárna pravidla vytisknout a ta byla na podzim roku 1961, ještě před zahájením sezóny, rozhodčím k dispozici.

JIRÍ ČEJKA

V Machově nezaháleli

Činnost členů lyžařského oddílu TJ Jiskra Machov je velmi bohatá. Díky pochopení MNV v Machově vybudovalo několik členů v pěkném zalesněném prostředí pod horou Borem finskou saunu, zatím jedinou v Hradecském kraji. Byla pronajata budova v těsné blízkosti sauny i sjezdovky a upravena postupně v lyžařskou chatu pro 15 osob. Na úpravě sauny a chaty bylo odpracováno několik set brigádnických hodin.

Na podzim byl dokončen malý tréninkový lyžařský můstek, a běžecné tratě na 15, 10 a 5 km byly vyznačeny jako standardní.

Snahou oddílu je získat mládež pro lyžování. Byla proto ustavena sportovní škola žactva, do které pravidelně dochází 10 žáků.

Vzhledem k tomu, že oddíl má malý počet aktivních členů, byl vykonán velký kus práce.



NAŠI ROZHODČÍ FIS

Druhé číslo časopisu mezinárodní lyžařské federace FIS, vydané v prosinci 1958, přináší mezi jiným i seznam FIS rozhodčích skoku na rok 1959. Z přehledu vysvítá, že během roku 1958 se počet našich rozhodčích FIS zvýšil z 12 na 20. Uvedený přehled je velmi zajímavý. Je z něho vidět, jak rostl náš počet FIS rozhodčích od roku 1953, kdy byl seznam

založen. Tehdy jsme měli dva rozhodčí FIS: soudruha Bělonožníka a soudruha inž. Jarolímk. V roce 1954 přibyl čtyři, v r. 1955 jen dva, v r. 1957 opět čtyři a v r. 1958 přibyl osem rozhodčích. K tomu je nutno poznamenat, že od 1. ledna 1959 byla zrušena funkce mezinárodního rozhodčího a je v platnosti pouze funkce rozhodčího FIS. Naši mezinárodní rozhodčí, kteří provedli právoplatné zkoušky na FIS rozhod-

čího při mezinárodním závodě, byli mezinárodní organizací FIS potvrzeni.

Nyní máme 20 FIS rozhodčích. Jsou to tyto soudruzi:

1953 — M. Bělonožník, inž. K. Jarolímek, 1954 — K. Doubalík, M. Duffek, J. Mráz, M. Procházka, — 1956 — dr. J. Jelínek, inž. Z. Němeček, 1957 — J. Čejka, V. Holan, J. Müller, inž. M. Tulis, 1958 — V. Kocum, L. Kroner, R. Krňoul, J.

Kunc, Ph. Mr. J. Máchal, J. Matoušek, B., Sobota, J. Springer. Celkem má FIS 126 rozhodčích skoku. Jednotlivé státy mají tyto počty rozhodčích: Norsko 29, ČSR 20, Finsko 14, Rakousko 9, NSR 9, Polsko 7, Švédsko 7, USA 7, NDR 8, Švýcarsko 5, Jugoslávie 5, Itálie 3, SSSR 1, Francie 1.

MARIE KLINGEROVÁ,
členka ústřední komise rozhodčích



(14. pokračování.)

— Z Mahrovy boudy volá Donát, zapaluje si Jiří v rozčilení cigaretu, aby ji za chvíli zase uhasil. Jeho žena dostala po večeri bolesti, čekají rodinu tak v polovině ledna, mluví Jiří útržkovitě. Mám obavu, aby to nebyl předčasný porod. Při prvním dítěti měla přirostlé lůžko, zamyslí se. Ano, kanadské saně, podívá se na Lojzu. Rozhodně by měla родit v nemocnici. Sraz co nejdříve.

— Už nemusíš, Jiří, hned se vrátíme. Rozumíme... hovoří Richard.

— Celtový pytel, čtyři pokrývky, termofory a samozřejmě spolehlivé svítilny. Já se postarám o ostatní, vidí Jiří v duchu cestu před sebou.

— Do dvaceti minut budeme před Hubertusem, je slyšet Lojzův hlas ze sně. Samozřejmě běžky a normální výstroj!

Venku se Jiří ještě krátce radí s Lojzou. A pak už spěchá. Klopýtá přes myšlenky. V duchu vidí Donátovou, jak připravuje večeri, jak se namáhá. Pak rozrušeně o dárků. To jsou pravděpodobné příčiny, které mohly porušit dosud klidný vývoj těhotenství.

Medvěďův lokál je vzhůru nohama.

Medvěd rázem vystřízlivěl. Vyběhl po schodech bez nejmenších potíží do pokoje a už se strojí.

Ostatní se už dávno vytratil. Ačkoliv tu nikdo neporoučel, každý o svém úkolu věděl. Všechno vycházelo ze srdce a svědomí. To byli nejvyšší nadřazení.

Jen Martin zůstal sám se zbytky jídel, jejichž vůně utíkala otevřenými dveřmi, a uvědomil si své pokořující postavení.

Cítí se opuštěn, zaskočen, zrazen.

Právě teď si uvědomuje smysl nepsaného zákona, který v horách platí od nepaměti: Jen lidé, kteří jsou srdcem a svědomím čistí, mohou pomáhat druhým v neštěstí.

Martin tu sedí jako v těžkém podezření. Nikdo ho o pomoc neprosí, nikdo na něm nic v této chvíli nechce. Co jsi to, Martine, provedl?

Ta žena někde vysoko v horách, s dítětem pod srdcem, tě usvědčuje. Ji mohou vzít pod svou ochranu jen ti nejsilnější a nejspolehlivější.

A přece není o nic horší lyžař než ti ostatní. Ba, mnohem lepší! Jak jsi to jezdil, Martine, ty své »patnáctky«, »padesátky« a všechny ty závody? Projel jsi první, ale nic víc. Tihle by ti zdaleka nestačili rychlostí a zkušenostmi, a přece jsou teď najednou víc. V čem je mezi vámi rozdíl?

Teprve teď si Martin uvědomuje, že za cílem »patnáctky«, »padesátky« a ostatních uvádějí je ještě jeden cíl. Cíl, jímž Martin dosud neproběhl, v němž se Martin-závodník setkává s Martinem-člověkem. Tak nějak to je. Helena, Richard, Eman, Jiří, Lojza, Ondřej i Hofman už oběma proběhli. Na tebe teprve čeká, Martine! Martin vyskočil prudce ze židle a vyběhl nahoru za Medvědem, který si už natahoval lyžařské boty.

— Pojedu s vámi! zastavil se ve dveřích.

V tom jeho hlas bylo nejen pevné rozhodnutí, ale také úzkost a strach. Úzkost, co Medvěd odpoví. To hrozné pomyšlení sedět mezi nedopitými sklenicemi vína, mezi zbytky vánočních jídel a čekat. To přece nedopustí ani Medvěd, ani kdokoliv z nich.

Medvěďovy oči již nejiskřily, když zvedl hlavu a podíval se na Martina.

— Já bych tě vzal. Ostatní asi taky. Dělej, a dole si zkus běžky. Ostatní máš přece s sebou.

Martinovou odpověď byl překotný běh po schodech a pak chodbou na dvůr do kůlny, kde byly uloženy lyže. Netrvalo mu dlouho, než našel ty, které patřily jeho noze.

Štědrý večer pádá z oken na sněh pruhu světla právě tak zlatými, jako jsou plencec vánoček. Zní hudbou a zpěvem z rozhlasových přijímačů, veselým či vážným hovorem a nejvíce dětskými hlasy. Světlo za světletem se ztrácí a před nimi vystupuje noc, hluboká noc, uprostřed níž je někde jejich cíl.

Tma vytrhla jejich oči z oslnivé záře světla a také myšlenky jsou už jiné. Je třeba myslet na tolik věcí. Všechno tu má své slovo a pozorně se o ně hlásí. Třeba ten metr čerstvého prašanu, do něhož zapadají jejich běžky a kanadské saně, záludnost terénu, který za noci mění svou podobu, směr větru i mrazivý vítr z boku.

12.

Teď už za ně neodpovídá jen zkušený lyžař, ale také lékař, který s každou diagnózou uvažuje i meteorologické podmínky. Jiří, celým jménem MUDr. Jiří Pokorný (my z jeho jména právě jako z většiny jmen ostatních známe jen to nejpodstatnější — jméno křestní. Jím se vyznačuje důvěrnost vztahu mezi lidmi na horách i dobrota srdce), není velitelem čety. Je jím Lojza. Je-li však v takové četě lékař, tím lépe.

To je ten nemluvný Jiří, který dovede nad lůžkem rozmlouvat s lidskou bolestí, který do horských chalup nosí důvěru a viru v uzdravení. To je lékař Jiří, kamarád dřevorubců a všech těch, kteří sem přicházejí často jen na chvíli, aby se zhlédli v krásě strží a údolí. Má rád své hory, třebaže jsou jinak pro něho mapovány.

Na stráni pod Jitřní horou je chalupa a v ní čtyřleté děvčátko se spalnicí. V myslivně nedaleko Kleče má žena ha'ného podrážděný žlučník. V chalupě pod Sněžnými stěnami leží dřevorubec s poraněnou nohou. V chatě Jitřenka se ukázal domovníkovou synku první zoubek, doprovázený neutišitelným pláčem. Pro Jiřího tu nejsou jen jména hor, kopců, strží a pater. Mapa jeho obvodu je poznamenána nejrůznějšími nemocemi, bolestmi i utrpením, ale také hojícími se ranami a nadějami v uzdravení.

MUDr. Jiří Pokorný se stal právě tak Jiřím jako listonoš Alois Kudrna Lojzou, účetní Eman Široký Emanem, Helena Mrázová Helenou a právě tak to bylo s ostatními.

Jenom s Martinem byla potíž. Osud si s ním trochu zahrál už nad kulebku. K příměni Martin se mu dostalo stejného křestního jména. Mnozí si dodnes nebyli jisti, zda ho jmenují příměním či jménem křestním.

Trochu viny na tom měla i Martinova povaha, neboť někdy byl nablízku svým prvním, jindy se vzdaloval druhým jménem.

Donát byl dřevorubec a bydlel v chalupě pod Mahrovou boudou. Nebyl tu tak dlouho jako většina ostatních, ale mezi lidmi už zdomácněl. Věděl tu o něm, znali i jeho osmiletou dcerku a jeho ženu.

Do nynější chalupy se přestěhoval z druhé strany hřebene. Setrvačností a zvyky patřil však k lidem v údolí. I tam sahala Jiřího obvod, takže jediný z celé výpravy znal dobře i tuto rodinu.

Šešest lyží uklidňuje, ale také přivolává další myšlenky. Jiří myslí na Marii Donátovou, která čeká dítě. Celé ty dvě hodiny cesty z Hubertusu do chalupy, která leží ve výšce asi tisíc dvě stě metrů, hovoří lékař s pacientem. Noc se podobá sni s roentgenem a Jiří ví nejen hluboko do nitra ženy, ale dovede odhadnout, co všechno se mohlo toho večera přihodit.

Jiří ví o Donátové více než ona o sobě.

Při prvním porodu měla přirostlé lůžko a při druhém dítěti by měla slehnout v nemocnici. Tak to bývá aspoň pravidlem. Jiří si vybavuje obraz posledního setkání s rodičkou, zná celý průběh těhotenství. Dítě se mělo narodit tak v polovině ledna.

Ovšem dnešní večer. Předcházel mu vánoční úklid, vaření, pečení, příprava dárků. To není jen námaha, ale také vzrušení, které potlačuje únavu. Donátová jí zapírá a chce vydržet, aby nezkažila radost mužovi i dcerce. Dočká se i okamžiku, kdy se dítě raduje z dárků pod vánočním stromem. Nové vzrušení. A pak přijde ta chvíle, kdy Donát utká do Mahrovy boudy a telefonu e pro Jiřího.

Co kdyby to byl předčasný porod? Jiří uvažuje. Jistě bude dost času přepravit ženu do nemocnice. Možná, že si dělá zbytečné starosti.

Teď už mají Modrý mlýn za zády a blíží se k úpatí Jitřní hory. Nesmějí zmeškat ani minutu.

— Martin, Eman, Richard dopředu! dává Lojza příkaz. Prošlapat stopu!

Je to trhaný pochod.

Sněhu přibývalo a ti tři první zapadají až po pás do měkkého prašanu. Je vidět tak na tři kroky. Ima ztěžkla hustou mlhou a tlumoky na zádech jsou jednou tak těžké právě tak jako nohy, které vytahu eš ze sněhu. Ani ostatním, kteří jedou na lyžích, se nepostupuje dobře.

Ve vzduchu může být tak deset pod nulou. Jen co vejdou do lesa, aspoň na chvíli si odpočinou. Mezi stromy se lépe dýchá. Teď se do nich opěl z pravého boku vítr. Za chvíli odrazili nový, prudší náraz.

Páryvový vítr, tak třicet až padesát kilometrů za hodinu, odhalil jej Jiří jako puls nebo vyšší horečky. Dovedl určit celkem spolehlivě i diagnózu ovzduší.

Cesta lesem je snadnější. Eman, Richard i Martin si napíali lyže. Pochod se rázem zrychlil. Nejkratší cestou a co nejrychleji se musí dostat k Donátově chalupě.

Jiří uvažuje o všech možnostech a připouští i ty nejkrajnější. Na to je zatím dost času. Teď mají před sebou jediný úkol: dorazit co nejdříve k cíli!

Na starém sněhu je slabá vrstva čerstvého. Zbytek je rozptýlen po větvích. Jde se jim lépe, i když cítí, jak se země do svahu zvedá, jako by chtěla prostoupit jejich tělo i jejich dech.

Tvoří přesný útvar. Každý z nich je důležitou součástí celku. V jejich tlumocích jsou provazy, baterie a všechno potřebné, aby výpravu nic nezdrželo. Jiřího batoh je malá lékárna nebo nemocnice na pochodu. Pamatoval na všechno: od sterilní rožky až po soupravu životně důležitých injekcí.

Teď, při pochodu lesem, i když stoupání je stále příkřejší, jsou běžky znamenitými pomocníky. Celý útvar je pohyblivější a pružnější.

V čele skupiny jede teď Richard, který reflektorem osvětluje cestu. Průvod uzavírá Eman, který druhým reflektorem svítí na postupující větvě, takže vědí jeden o druhém. Všichni mají ještě kapsní svítilny.

Každý z nich má své myšlenky.

V jejich kroku je úspornost, ostražitost. Ten, kdo přináší pomoc a zároveň podstupuje nebezpečí, musí mít čisté svědomí, srdce na místě a musí být i tělesně připraven. Vždyt největší hanbou je, když zachránce musí být sám zachraňován. Ale to je všechno v nich a každý z nich prodělal desítky podobných cest.

Snh má v noci jinou tvářnost než za dne. Jejich oči však dovedou hledat v terénu a jejich nohy odpovídají přesně na každý jeho pokus o zálužnost. Martin je ve středu skupiny. Takhle ještě nejel. Nemá zkušenosti z podobných cest, ani neví mnoho o cíli této jízdy. Štědrovečerní nálada z něho vyprchala. Snaží se, aby udržel krok s ostatními. Mechanicky, bez jakéhokoliv vzrušení, překonává překážky v nočním terénu.

Rád by promluvil na Medvěda, ale ví, že by porušil ticho. Takové zvláštní ticho. Zdá se mu, že jen lyže mezi sebou hovoří a domlouvají se šelestem, že tato řeč stačí, aby se Lojza dorozuměl s Jiřím a Medvěd s Richardem.

Tempo, které Lojza udal, a které všichni beze slova přijali, má něco do sebe. To Martin vytčíl. Nejedou rychle, ale přece je v tom rytmu vážnost, která odpovídá smyslu jejich úkolu. Musí připustit, že jen takto lze v noci zvládnout nebezpečný terén a neztratit přítom zbytečně ani minutu.

Jejich skupina, šplhající se stále výš a výš, se podobala vystupujícímu oblaku, který měl svou zvláštní atmosféru a napětí lišící se od okolní krajiny.

Za necelou půlhodinou lesem urazili značný kus cesty. Jak odbcílili nalevo, zahlédli pod sebou osvětlený Modrý mlýn. Vždyt vlastně jedou ve stopách Donátovy svatební cesty, vzpomněl si Ondřej. Právě tudy sjížděli nevěsta a ženich na lyžích a za nimi ostatní svatebčané do údolí k oddávám. Už je to hezkých pár let. Vždyt už Donátové Toničce bude osm.

Výstup lesem a střídavě otevřeným úbočím trval málem půl druhé hodiny. To nebyl jenom výstup. Každým krokem, každým klouznutím lyže si připravovali cestu, která by unesla plně naložené kanadské sáně. Bylo třeba myslet na všechno a každý na to myslet svými zkušenostmi.

Když vystoupili na hřeben, opřel se do nich ze západu vítr se sněhem a zle jim zalomcoval. Cesta tu byla přece jen lepší než na otevřeném úbočí. Jel po vyfoukaném, ale ztvrdlém povrchu, a už po rovině.

Dvacet minut cesty porostem změnilo opět způsob dosavadního postupu. V čele skupiny museli jít opět tři muži, kteří až po kolena zapadali do sněhu. Tentokrát šel Ondřej s Hofmanem a Jiří, aby klesli cestu ostatním, kteří ji pak sáněmi a lyžemi zpevňovali.

Každý rozdílný úsek cesty měl Jiří v paměti. Obával se jen jediného, právě tak jako ostatní: aby nezačalo trvale sněžit. Jinak by jejich námaha byla marná. Pak by museli vyšlapat i zpáteční cestu.

Když se opět octli v lese, znovu si vydechli. Pochod mezi stromy nevyžadoval tak velké námahy. To nejobtížnější už měli za sebou. Po cestě lesem a krátkém přechodu otevřenou plání bylo k Donátově chalupě necelých dvacet minut.

Lojza se podíval na hodinky. Půl jedenácté. Pak se rozhlédl mezi větvemi stromů. Obloha potemněla, a zachytil na tváři jemné pyří vloček. Také vítr utichl. To by byl konec pracně vyšlapané cesty, pomyslel si Lojza. Stejně v této chvíli uvažoval i Jiří. Tato nevyřčená myšlenka byla povellem, aby znovu všichni přidali.

Když se octli na otevřeném pláni, odkud byl výhled dolů, světlá z Modrého mlýna jen slabě prosvětlala houstnoucí mlhou a snh padal ve stále větších vločkách hustěji.

Ještě krátký průjezd lesem, pak úzkou cestou doleva, sjezd a už stáli před Donátovou chalupou. Oknem zahlédli vánoční stromek s ohořelými svíčkami. Jeden po druhém vjeli do zavětrání chalupy, kde si sundali lyže, zatímco Jiří s Lojzou a Helenou vstoupili první do světnice.

— Čekal jsem, že vás bude míň, vedl Donát ostatní do druhé světnice, kde po každé straně stála vystlaná postel a u okna byl stůl s lavičí zidlemi.

Jak by nevešli do tepla a přívětivé jizby, kde to vonělo pečivem a jehličím, kde si mohli vydechnout, sednout si na lavičí a natáhnout nohy.

Za chvíli přišel za nimi i Lojza.

— Jiří ji vyšetřuje. Za chvíli budeme vědět, na čem jsme, hovořil polohlasně.

— A ona, možná, taky, dodal Eman. Ještě, že je s námi Helena. Jen aby to všechno dobře padlo.

Až sem, vysoko nad ptáci hnízda, kde zamává křídly jen nejotuzilejší pták, kde je více sněhu a víchřice než pohody a slunce, lidé zanesli ovzduší vánoce, klidu a bezpečí.

V očích děvčátka, Toničky Donátové, je dosud tolik krásy a okouzlení z dnešního večera, v jeho úsměvu je tolik dobroty. Ta velká panna na posteli je přece také z dnešního večera. Je trochu jiná než ty panenky z údolí. Má něco z budoucí Toničky. Už ta větrovka, šponovky a dokonce lyže jsou věci tak nezbytné, bez nichž by se ani taková panenka nemohla vysoko na horách obejít. Inu, jako Tonička.

— To vám posílá maminka a tatínek, nosí děvčátko chlapům plné hrnce čaje a nakonec přinese vrchovatou mísu nakrájené vánočky.

Usmánil se na Toničku a teprve pak se zhurta pustil do obojího,

těžkýma rukama ulamující křehká a vonná sousta, zapíjející je čajem.

Ve vedlejší světnici sedí na židli u postele Jiří a na lavičce u kamen Helena.

Donát přechází netrpělivě od okna ke dveřím. Občas otevře dvířka u kamen a přihodí syrové polínko, které zasyčí. Voda v hrnci na kamnech vše a poklička, jak jí nadzvedá pára, rachotí. Světnice, jakých je na venkově mnoho: napul kuchyň, napul obytná místnost. Jedno okno vede do uzavřeného dvorku, druhé do lesa, od něhož je odděleno oploceným pruhem země, který se i v těchto výškách podobá zahrádce.

— Začalo to po večeri, vypravuje Donátová, ruce položené na modrobílé peřině. Ani jsem nevěděla, jestli je to obyčejné bolení břicha nebo to druhé. To víte, když je Štědrý večer, nechtěla jsem, aby všechno viselo na těch dvou, a trochu jsem pomáhala, svěruje se Jiřimu. Člověk kousne do toho, pak zas tohle ochutná. No, však víte, že ženská o vánočních nikde nezahálí, a ani by jí to nedalo, usmála se Donátová.

— A copak jste dostala pod stromeček? odvádí Jiří zdánlivě hovor jinam.

— No, starý se ukázal, pane doktore, zazářily oči Donátové. Jen se podívejte, na jaké krásné šaty mi koupil, ukazuje na lavičce. Až mně u srdce radostí bodlo, jako by to už i to druhé robě mělo vědět.

— A co Tonička?

— Tonka! opřela se Donátová oběma rukama, jako by chtěla povstat, ukáz panu doktorovi pannu!

Vzápětí však žena zkrivila tvář. Jako by chtěla bolest zapřít, dopověděla už slabším hlasem: To jste měl vidět, pane doktore, co se radostí navyváděla. Ani starý si nepřišel zkrátka...

— Až potom, přiblížil Jiří svou dlaň k jejím ústům, aby jí umlčel. To byla jen lékařská zvědavost, to všechno potřeboval Jiří vědět. Vzrušení tu bylo dost a není divu, že se dítě přihlásilo dříve.

Jiří pozorně sledoval hodinky a pokračoval ve vyšetřování rodíčky.

Po deseti minutách se znovu přihlásilo bolestí. Tentokrát trvaly téměř celé dvě minuty. Teď už věděl nájisto, že bude třeba Donátovou dopravit k porodu do nemocnice. Přirostlé lůžko při prvním dítěti bylo vážnou výstrahou pro lékařskou odpovědnost.

Jiří pozorně sledoval čas mezi bolestmi a dočasným klidem. Nemýlil se: byla to obvyklá lhůta, kterou poskytuje ženě její stav. Oddech, který jí přibližuje k vyvrcholení, v němž se bolest proměňuje v radost z nového života. Bolest, která štěpí ženu na dvě bytosti — matku a dítě.

— Vezmeme vás raději s sebou; bude to asi dříve než v polovině ledna, vzal Jiří Donátovou za ruku.

— Opravdu to, pane doktore, musí být? Aspoň přes ty vánoce mě tu nechte. Bylo by mně smutno a jim taky. Vid, Toničko, přitáhla dítě k sobě za ruku.

Děvčátko zesmutnělo a vyhrkly mu slzy. Položilo hlavu k mámě do peřiny.

Jiří kývl na matku a opět se podíval na hodinky. Druhou rukou dítě pohladil.

— Vezmeme s sebou jen to nejnnutnější, podíval se na Donátu a pak na Helenu.

Tím už bylo rozhodnuto.

— Myslíte, pane doktore... podíval se Donát na lékaře, ale nedořekl snad s ohledem na přítomnost dítěte.

Jiřího pohled byl natolik vylučující, že porozuměl.

— Pojď, pomůžeme mamince, vzal otec dítě za ruku. Brzy se vrátí a přiveze ti s sebou bratříčka.

Tonička se zalesklá oči a její tvář se na chvíli rozzářila.

— Bude zrovna tak malý a hezký jako ta panenka, kterou jsi dostala pod stromeček, konejší dítě Helena. Teď pojď a mamince pomůžeme.

Helena pomohla s Donátem ženě do teplého prádla a do tepláku, na něž si obklesla manželův beráncí kočich.

— A tohle! podává Tonička Heleně modré prádýlko pro dítě.

— Tak vidíš, že to bude chlapeček, usmála se Helena.

— Ráda bych, podívala se Donátová na muže.

Ten však měl hlavu skloněnou a její pohled neopětoval. Byla v něm úzkost a rozehvění. Tito chlapi nepovezou jenom jeho ženu s dítětem pod srdcem, ale také jeho úzkost a strach. A to je velmi zlý náklad.

Čas, čas, čas!

Musí postupovat co nejrychleji, ale přitom musí zachovat klid a zdánlivou lhostejnost. Helena a Jiří si tohle všechno uvědomují. Proto řídili poslední přípravy tak, jak bylo zapotřebí. I nevhodné slovo by mohlo ztížit odchod a být jim překážkou na těžké cestě, kterou mají před sebou.

Jiří se dorozumíval s Helenou očima a také Donát pochopil, proč se Jiří tak často dívá na hodinky.

Naposledy termofory s horkou vodou.

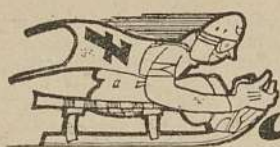
— Dáš si jej pod hlavu, drží Donát v ruce polštář.

Helena mu jej vzala, načechrala a položila k ostatním věcem na lavičce podle důležitosti a pořádku.

Dítě drží tátu za ruku a v té chvíli, kdy muži se vyhrnuli ze sousední světnice, dalo se znovu do pláče.

— Nesmíš plakat, hlídá otec hranatou rukou tvář dcerky. Mamince by to bylo líto.

[Pokračování]



Saně a boby



IV. mistrovství světa v jízdě na saních

Hodnotíme-li mistrovství světa jako vrcholnou soutěž každého sportu co do organizačního a technického zajištění, pak IV. mistrovství světa v jízdě na saních, pořádané ve dnech 7.—8. února 1959 ve známém zimním středisku jižní Francie — Villard-de-Lans u Grenoblu, jistě své poslání nespnilo. Bylo to nejslabší mistrovství světa v jízdě na saních ze všech dosud pořádaných, pokud se týká organizace a technického zajištění.

Příčin zde bylo několik. V první řadě závodní dráha. Nedostatkem byla skutečnost, že první mezinárodní závody, pořádané na této dráze, bylo právě IV. mistrovství světa. To znamenalo, že veškeré nedostatky dráhy se ukázaly až při vlastním závodě a mohly být odstraněny jen za velmi svízelných podmínek. K dovršení smůly byl ve Villiaržu nedostatek sněhu, takže těsně před konáním mistrovství světa se vážně uvažovalo o přeložení mistrovství do švýcarského Engelbergu. Proto také kongres FIL ve svém mimořádném zasedání rozhodl, aby příští mistrovství světa se konalo pouze na drahách, na kterých se rok předtím pojede alespoň jeden mezinárodní závod.

Také poloha závodní dráhy ve Villiaržu nebyla klimaticky příznivá, jelikož vedla po celé délce na volné pláni mimo jakýkoliv lesní porost, takže byla vystavena ve zvýšené míře povětrnostním změnám a zatáčky slunečnímu záření, i když byla vybudována na severovýchodním svahu. Původní délka dráhy je 1200 m s výškovým rozdílem 130 m. Má 6 umělých zatáček, mantinely jsou provedeny zemní úpravou. Pouze v zatáčce č. 4 byl mantinel zvýšen prkny asi do výše 3—4 m. Až k zatáčce č. 4 má dráha poměrně značný spád, asi 15 procent, zatímco ve druhé polovině dráhy se průměrný spád pohybuje kolem 7 procent. K prospěchu dráhy jistě není ta okolnost, že v rovných úsecích (spodní části dráhy) je poměrně malý spád, mnohdy až 5 procent, zatímco zatáčky jsou postaveny ve značném spádu. Výstavba celé dráhy byla také delegáty různých zemí kriticky hodnocena, což bylo v první řadě kladeno za vinu technické komisi, jejíchž někteří členové provedli v letních měsících její kontrolu, a přesto připustili některé nedostatky při budování. Zimní úprava dráhy byla provedena neodborně. Trasa dráhy v rovných úsecích byla provedena pouze uhlazením lopatou ve tvaru kolébky, takže tyto úseky byly prakticky bez mantinelů. Také zatáčky, i když byly téměř ledové, nebyly dostatečně prolity vodou, takže po absolvování jedné jízdy byly poměrně značně poškozeny. Z tohoto důvodu nebyly také jety dvousedadlové saně, neboť začátky č. 2, 3 a 4 byly ve značně špatném stavu, který nedovoľoval absolvování dalších jízd. Profil mantinelů zatáček nebyl postaven podle nejnovejších zkušeností, tj. do písmene C, aby se zabránilo eventuálnímu vylátnutí ze zatáčky. Tento nedostatek měl za následek nejméně 20 havárií v největší zatáčce č. 4, z nichž čtyři skončily poměrně vážným zraněním jezdců (Kretschmerová z NDR zlomení nohy, Oldehaver z NSR těžší otřes mozku atd.). Děk pomoci rakouských a západoněmeckých závodníků byl tento nedostatek pomocí prkenné nástavby odstraněn.

A nyní k vlastnímu průběhu mistrovství světa. Celkem bylo přihlášeno 76 závodníků z těchto států: NDR, NSR, Rakousko, Polsko, Itálie, Norsko, Švédsko, Švýcarsko, Lichtenštejnsko, Jugoslávie a Francie. Z tohoto počtu bylo 55 mužů a 21 žen. Během závodu vzdalo v důsledku havárie 11 mužů a 3 ženy. Trénink se konal v pondělí 2. února a v pátek 6. února vždy od 7.30 hod. ráno, vzhledem k slunečnému počasí. To znamená, že každý jezdec absolvoval maximálně dvě jízdy na dráze. Jelikož do 6. února vládl prakticky teplé počasí i v noci, jel se trénink na poměrně měkké dráze, takže rychlost se pohybovala v průměru kolem 45 km za hod. V noci z pátku na sobotu však podstatně přituhlo a poléváním nabyla dráha značně na rychlosti. V sobotu 7. února v 7.30 hod. začaly finálové jízdy jednosedadlových saní. Bohužel, již první jezdci měli havárie v zatáčkách, takže jury byla nucena zkrátit dráhu o 200 m, a tím upravit celkovou délku dráhy na rovných 1000 m. V sobotu 7. února byly v dopoledních hodinách absolvovány dvě jízdy mužů a jedna jízda žen, jelikož druhá jízda žen byla pro velký počet havárií v zatáčce č. 4 odvolána. Po prvním dnu bylo pořadí prvních 5 závodníků následující:

MUŽI:

1. THALER Herbert (Rakousko)	1:55,23 min.
2. PICHLER Georg (Itálie)	1:56,43 min.
3. FEISTMANTL (Rakousko)	1:56,80 min.
4. THALER Helmuth (Rakousko)	1:57,25 min.
5. MORODER David (Itálie)	1:57,34 min.

Mistr světa WOJNAR Jerzy (Polsko) se umístil na 12. místě v čase 1:59,23 min. Pendrak na 9. místě a Wojtinski na 16. místě. Ze závodníků NDR byl nejlepší TEIFEL Helmuth na 23. místě v čase 2:01,10 min. První závodník Švýcarska se umístil po prvním dnu na 26. místě, Norska na 32. místě, Švédska na 33. místě, Jugoslávie na 34. místě a Lichtenštejnska na 36. místě.

ŽENY:

1. LIEBEROVÁ Elly (Rakousko)	1:00,38 min.
2. MÜLLEROVÁ Helga (NSR)	1:00,60 min.
3. NEURUREROVÁ Agnes (Rakousko)	1:01,27 min.
4. ISSEROVÁ Marie (Rakousko)	1:02,71 min.
5. THURNEROVÁ Helena (Rakousko)	1:03,20 min.

Mistryně světa SEMCZYSZAKOVÁ Marie (Polsko) se umístila po první jízdě na 10. místě, nejlepší jezdce NDR ASCHERMANOVÁ Frea na 7. místě.

První den IV. mistrovství světa v jízdě na saních přinesl tedy překvapení v tom, že absolutní mistři světa z roku 1958 — Poláci — se umístili poměrně špatně, takže u mužů ani žen již neměli možnost zasáhnout do konečného pořadí na prvních třech místech. Ukázalo se, že technicky Poláci na sněhovou dráhu nestačí, a také, že saně polské výroby na sněhové dráze jedou poměrně pomalu. Určitým překvapením byla zlepšená výkonnost Rakušanů a Italů v porovnání s rokem 1958. A skutečně také závodníci Rakouska a Itálie rozhodli mezi sebou boj o titulu mistrů světa.

Neděle 8. února 1959 byla zahájena 2. jízda žen od 7.30 hod. ráno. Přestávka zatáčky č. 4 přispěla k poměrně hladkému průběhu druhého dne mistrovství. Také 3. jízda žen prokázala skutečně mistrovskou formu rakouských závodnic, jmenovitě Lieberové a Isserové, a také mladých závodnic Neururerové a Thurnerové. Po 3. jízdě žen se jela 3. a 4. jízda mužů a na závěr mistrovství 4. jízda žen. Konečné výsledky IV. mistrovství světa v jízdě na saních byly následující:

MUŽI:

	min.
1. THALER Herbert, Rakousko	3:49,21
2. FEISTMANTL Josef, Rakousko	3:52,92
3. MORODER David, Itálie	3:53,32
4. FROSCH Reinhold, Rakousko	3:53,38
5. THALER Helmut, Rakousko	3:53,46
6. PICHLER Georg, Itálie	3:53,64
7. LENZ Josef, NSR	3:53,67
8. WOJNAR Jiří, Polsko	3:54,59
9. SEIM Romold, Rakousko	3:55,45
10. PLENK Heinz, NSR	3:56,15

ŽENY:

	min.
1. LIEBEROVÁ Elly, Rakousko	4:00,92
2. ISSEROVÁ Marie, Rakousko	4:03,33
3. NEURUREROVÁ Agnes, Rakousko	4:04,36
4. CEGNAROVÁ Gerda, Rakousko	4:07,50
5. THURNEROVÁ Helena, Rakousko	4:11,59
6. REITEROVÁ Renata, NSR	4:12,37
7. REIPELOVÁ Hilda, NSR	4:12,80
8. GORGONOVÁ Barbara, Polsko	4:15,04
9. LIPSOVÁ Elsa, Švýcarsko	4:15,24
10. NAGELLE Elisabeth, Švýcarsko	4:15,45

Dvousedadlové saně se nejelely pro špatný stav dráhy.

Z těchto výsledků je zřejmá stoupající výkonnost rakouských závodníků a závodnic. Podstatně zlepšení prokázali též závodníci Itálie. Západní Němci jako obvykle mnoho riskovali a tím si také zhoršili umístění, i když lze tvrdit, že neměli naději na umístění mezi prvními třemi závodníky. Nedařilo se závodníkům NDR, kteří jezdili na saních PILZ, které jedou spíše na ledové dráze. Poláci jako obvykle na sněhové dráze ztrácejí, neboť jim vyhovuje ledová dráha, jako např. v Kry-

nici. Průměrné výkony podali Norové. Výkonnostně ustrnuli Švýcaři (nelze-li mluvit o poklesu), podprůměrní jsou Švédové, Jugoslávci a závodníci z Lichtenšteinska. Jistě není bez zajímavosti názor trenéra rakouských závodníků Toni Weisnicha na důvod stoupající úrovně Rakušanů: »Toto zlepšení přičítám dvěma věcem. Za prvé nové betonové umělé dráze v Imstu a dále pravidelnému cvičení během letního období (!). Na můj dotaz, o jaký druh cvičení se jedná, odpověděl, že jde o cvičení zaměřená na posílení břišních, ramenních a zádočných svalů, jakož i na cvičení rychlosti. Způsob provádění tohoto letního cvičení je v tom, že závodník dostane obsah tohoto cvičení, které provádí pravidelně denně asi 15 minut. Jednou za rok jsou závodníci svoláni na soustředění, kde se překontroluje jejich připravenost. Jinak se věnují též náhradním sportům, jako např. kopané, házené atd. Myslím, že k tomu není třeba žádného komentáře.

Pokud se saní týče, nedoznalo IV. mistrovství světa žádných změn proti roku 1958. Většina závodníků jezdila na saních typu Gasser (Rakušané, Italové, Švédové, Norové, Lichtenšteinci a částečně Jugoslávci), dále Weisnicht používali někteří závodníci z Norska a Itálie. Poláci měli saně vlastní výroby, Jugoslávci též jedny saně Pilz a vlastní výroby, Francouzové zčásti na Gasserkách a Weisnichtkách. Jeden závodník Itálie použil saní značky »Köck-Rennrodel«. Možná říci, že určitou změnu ve stavbě saní mají Čechoslováci se svými teleskopkami, bohužel ti se mistrovství nezúčastnili. Mazalo se většinou para-

finem (Švýcaři, Němci záp. a Italové), jinak Toko a Swixem. Podstatnou výhodou rychlého spádu mistrovství byl výtah pro saně od cíle ke startu, závodníci chodili pěšky podél dráhy. Naproti tomu málo vyhovující bylo elektrické měření. I když toto zařízení obsluhovali odborníci firmy Longines, bylo vzneseno proti měření mnoho připomínek, jelikož stopky se spouštěly od startu ručním kontaktem, který měl odborník Longines v ruce a zapnul jej v okamžiku, kdy podle jeho zrakového vjemu protly špiče závodních saní startovní čáru. Jistě důvod ke stížnostem ze strany závodníků. Také vzdálenost dráhy od města (asi 4 km) nebyla výhodou pro závodníky i pro pořadatele. Organizačně se staral o celkový průběh mistrovství prakticky jeden člověk, pan Huart, který pochopitelně na dokonale zvládnutí celého závodu nestačil. Po propagační stránce byl úkol zvládnut poměrně dobře, o čemž svědčí i počet diváků, který se pohyboval po oba dny kolem 5—8 tisíc lidí. Celý průběh mistrovství natáčela francouzská televize, která předala záběry též čs. televizi. Tyto záběry byly vysílány v neděli dne 15. února 1959 ve večerních hodinách.

IV. mistrovství světa v jízdě na saních skončilo. Nedostatků, které se ukázaly, budou jistě pomoci příštím pořadatelům, kterými jsou Němci, neboť V. mistrovství světa v jízdě na saních se koná v roce 1960 v Garmisch-Partenkirchenu. Bylo by jistě přínosem čs. sáňkařskému sportu, jestliže by se naši závodníci tohoto mistrovství zúčastnili.

MILOSLAV BELDA, delegát ČSR

Za vyšší bezpečnost a zvýšení sportovní hodnoty sáňkařství

Ústřední sekce bobů a saní se zabývala současným stavem závodního sáňkařství a otázkou dosud neorganizovaného sáňkovaání, především mládeže a došla k těmto závěrům:

— Rekreační sáňkování mládeže i dospělých je prováděno živelně, na nevhodných, mnohdy frekventovaných místech, nemajících sportovní hodnoty ani nejnütnějších bezpečnostních předpokladů. Užívané saně jsou neovladatelné, nestabilní, a tím neřiditelné. Tuto masovou základnu nutno podchytil a usměrnit, dát jí vyšší sportovní přípravu a tím i potřebnou bezpečnost.

— Sáňkařství v ČSR v nejširším slova smyslu, ve srovnání se stavem v Polsku, NDR, Rakousku a hlavně s roky předválečnými u nás, ve svém vývoji v současné době zaostává. Má nesporně určitou tradici, živěnou a žijící dál v tak početné základně, kdy každá rodina vlastní alespoň jedny saně a příležitostně jich užívá k potřebě, zábavě a sportovní rekreačnímu využití. Sáňkařství je pozadu vzhledem k ostatním zimním sportům i co do rozvoje techniky. Je podceňováno. V současné době je to především neinformovanost širokých vrstev a pracovníků odpovědných za výchovu a péči o naši mládež. Neznají hodnoty, které sáňkařství skýtá, nepoučují se z tradice ani ze skutečnosti a živelného zájmu.

— Závodní sáňkařství jde od roku 1954, kdy byla uspořádána první poválečná mistrovství ČSR v jízdě na saních, pomalu, ale jistě rok od roku nahoru, a to co do kvality i kvantity.

— Vyškolili jsme již 60 trenérů a cvičitelů bobového a sáňkařského sportu.

— Obnovili jsme tradiční sáňkařské a bobové dráhy.

— Je vypracována učební osnova pro výcvik v jízdě na saních a bobech. Vydali jsme přednáškové osnovy o sáňkařství, o konstrukci a stavbě saní i bobů o úpravě závodních drah. Svépomocí a dovozem jsme opatřili speciální závodní saně a boby.

— S metodickým postupem výcviku a techniky jízdy na saních jsou již seznámeni v rámci dálkového studia a doplňování znalostí učitelů na Vysoké škole pedagogické všichni učitelé základních škol. Sáňkařství je zavedeno do výuky tělesné výchovy na školách. Rovněž instruktory na zimní rekreaci ROH absolvovali sáňkařský výcvik. Zajišťujeme výrobu sportovních a závodních saní v ČSR. Pomáháme základní tělesné výchově, školám, pionýrům a všem zájemcům.

— Pořádali jsme četné náborové besedy, propagační a instrukční. Pomáháme v projekci, při výstavbě a upravování drah. Pořádáme celostátní soutěže v jízdě na saních i bobech, veřejné závody, propagační závody a instruktážní závody na saních, jízdy obecně a podobně.

Není toho málo, co jsme přes veškeré překážky vykonali. Je zapotřebí, aby si to vše uvědomovali především všichni naši členové, aby propagovali naše společné cíle, dovedli o nich mluvit a prosazovat je na kompetentních místech. Chápeme rozvoj sáňkařství, především jako potřebu celé naší společnosti. Nespokojujeme se s dosavadním stavem sáňkování širokých vrstev na jedné straně, ani s uzavřenými kruhy v našich sportovních oddílech na druhé straně, ale chceme dále k vyšším výkonům a chceme také poskytnout pracujícím a především mládeži možnost co nejhodnotnější zábavy, rekreace a sportovního využití ku prospěchu nás všech.

Usnesení: Cesty rozvoje — bezpeč-

nosti — a vyšší sportovní hodnoty sáňkařství jsou tyto:

1. Vyhrazovat a upravovat pro sáňkování sportovní hodnotnější prostory namísto dosavadních mnohdy frekventovaných ulic, nebo ničených sadů a podobně. V tomto bodě mohou nám pomoci především rodiče ve spolupráci se složkami: MNV, SNB, ČSM, ROH, ZO, vedoucí Pionýra, cvičitelé ZTV, učitelé, tělovýchovné jednoty, školy, družiny, uliční výbory, okresní a krajské výbory ČSTV. Nemáte-li v tomto směru potřebné znalosti, požádejte o radu ústřední sekci bobů a saní ÚV ČSTV Praha 3, Na poříčí 12.

2. Všichni spotřebitelé požadujte v obchodech pouze nové typy saní, které jsou ovladatelnější, stabilnější, a tím i bezpečnější. Z dosud prodávaných saní vyhovuje těmto základním požadavkům pouze jediný typ saní »Sport« za Kčs 160, které se hodí jen pro mládež a dorost. Prodávát kvalitní výrobek pokrokové konstrukce je úkolem především spojeného velkoobchodu MVO a také informovanosti prodáváčů o novém sortimentu a jeho přednostech. Výroba se již připravuje splnit tento úkol.

3. Zavádět novou techniku ovládnutí a řízení saní zajišťující bezpečnou jízdu a vyšší sportovní úroveň sáňkařství.

Obdobně jako v lyžování je toto úkol dlouhodobý a předpokládá realizaci všech bodů usnesení. Novou techniku budou učit instruktory a cvičitelé sáňkařského a bobového sportu, učitelé tělesné výchovy, a dále instruktory rekreace ROH. V blízké budoucnosti to budou i cvičitelé ZTV.

4. Rozšířit a upevnit domácí soutěže, především kvalifikační závody a celostátní postupovou soutěž, mistrovství ČSR. Všem našim sportovcům, především mládeži dát možnost soutěžení a jasnou perspektivu růstu.

5. Úspěšnou reprezentací na mezinárodních závodech, ME, MS a ZOH získat prvenství v duchu tradic československého sáňkařství, uznání ÚV ČSTV a celé široké veřejnosti i samotných sportovců.

Velká cena města Teplic v jízdě na saních

Dne 8. února 1959 přivítali pořadatelé z Lokomotivy Teplice Lázně v Čechách na VI. ročníku tradičního kvalifikačního závodu přes 150 závodníků. Na startu se sešlo 72 mužů, 45 dorostenců, 16 žen a právě tolik dorostenek.

Dráha byla v celé své délce ledová se čtyřmi uměle vystavěnými klopnými stěnami zatáček. Poslední dvě jsou na sebe navazující a tvoří tak zvané »S«. Při vysoké nájezdové rychlosti 80–90 km/hod. bylo »S« nejtvrdším oříškem z celého závodu. Horní úsek tratě byl nerovný bez ochranného postranního mantinelu, dostatečně široký bez nebezpečných překážek. Dojezd do cíle nebyl tentokrát dostatečně pečlivě připraven.

Závod probíhal díky dobře fungující rozhodcovské službě, včasnému telefonnímu spojení, vzorné pořadatelské službě z řad nezavodících bobistů a díky pohotovému reportéru

místního rozhlasu velmi dobře a měl rychlý spád.

Hodnotný sportovní pořad si pochvalovali jak samotní závodníci, tak četní diváci, kterých se sešlo asi 2000.

Dobře zorganizovaná pohotovostní služba zdravotního zabezpečení velmi přispěla k hladkému a nerušenému průběhu závodu.

Počtem zúčastněných téměř ze všech sáňkařských krajů a dosaženými výkony se tento důležitý kvalifikační závod, stal jakousi předehrou mistrovství ČSR. Byl také jedinou prověrkou našeho reprezentačního družstva před odjezdem do NDR. Muži zde prokázali svoje kvality a správnost nominace. Avšak u žen nastalo překvapení, kterému by bylo možno v případě širší nominace, během přípravy v soustředění nebo podle kontrolních závodů, předejít.

Dosažované vysoké nájezdové a průjezdní rychlosti v klopené »S« za-

táčce a jejich nepříznivé fyziologické účinky nenechaly tentokrát nikoho ze závodců na pochybách a projevíly se u celé řady i zkušených závodníků. Vysoká sportovní kvalita a rutinovanost našich předních závodníků se dokázala prosadit i v tomto směru. Naproti tomu mnozí si toto nebezpečí neuvědomovali nebo je podceňovali a havarovali.

Zvláště naši mládež je nutno s touto problematikou, hlavně s obranou proti centrifugálním zrychlením, seznámit. Velmi rozumně v zájmu dalšího rozvoje našeho sportu bylo proto rozhodnutí o zkrácení dráhy pro dorost na 600 m.

Závod se jel ve dvou finálových jízdách. Trénink nebyl dodržen a pilotní jízdy jel jen dorost. Toto byly jediné nedostatky závodu, avšak závažné natolik, že je nutno napříště se jich vystríhat.

Kov.

Premiéra na ještědské dráze

Sáňkaři Jiskry Liberec Textilana si vzali na bedra nemalý úkol — obnovení sáňkařské dráhy na ještědu, která byla postavena před 50 lety a patřila k nejlépeším v Evropě. Za přispění Městského národního výboru v Liberci se pustili v létě uplynulého roku do práce a do zimy dokončili zatím dolní úsek dráhy v délce 1100 m z původní délky 1909 m. Už v dnešním stavu odpovídá dráha závodním řádům, a tak na ni mohly být 1. února uspořádány krajské přebory všech kategorií. Sešlo se k nim 114 závodníků a závodníci, mezi nimiž byla řada mistrů a přeborníků ČSR. Počasí nebylo závodům příznivé. V sobotu odpoledne po tréninku, kdy dosahovali nejlepší závodníci průměrné rychlosti až 75 kilometrů, začal hustě padat sníh i po celou neděli byla silná sněhová vánice. Během závodu musela být dráha neustále upravována a byla mnohem pomalejší než při tréninku. Jezdilo se nejvýše průměrnou rychlostí 64 km. Velmi úspěšně si vedli závodníci ze Smržovky, kteří obsadili většinu prvních míst. Pamětníci původní ještědské dráhy zdůrazňují, že dnešní obnovená dráha je ještě lepší a že po dokončení přispěje k novému rozmachu sáňkařského sportu na Liberecku. Přebory Libereckého kraje v jízdě na saních, které ukázaly, že obnovení ještědské dráhy několika obětavci z Jiskry Liberec Textilana bylo skutečně záslužným činem, byly dobrou premiérou a současně zkouškou na připravované mistrovství ČSR, které se pojede v Liberci ve dnech 4.—8. března t. r. — Trať byla zkrácena v dolním úseku s cílovou zatáčkou, takže její délka byla 850 m s výškovým rozdílem 170 m a se sedmi zatáčkami.

V jednotlivých kategoriích přeboru Libereckého kraje zvíťazili:

Muži: Peukert, Sp. Smržovka 1:46,6 min.; ženy: Jarolimová, Jiskra Liberec Textilana 1:54,9 min.; starší dorostenci: Hynek, Sp. Smržovka 1:52,7 min.; mladší dorostenci: Hladík, Sp. Smržovka 2:06,2 min.; starší dorostenky: Urbanová, Sp. Smržovka 2:05,5 min.; mladší dorostenky:

Švadlenová, Sp. Smržovka 2:14 min. Dvousedadlové saně muži: Urban—Peukert, Sp. Smržovka 1:57 min.; ženy: Kašparová—Valentová, Sp. Smržovka 1:11 min.; starší dorostenci: Hujer, Sokol Jitěbsko—Hásek, Sp. Smržovka 1:01 min.; starší dorostenky: Hásková—Urbanová, Sp. Smržovka 2:16 min.; mladší dorostenky: Peterková—Švadlenová, Sp. Smržovka 1:05 min. Smíšené dvojice dospělých: Peukert, Sp. Smržovka—Jarolimová, Jiskra Liberec Textilana 1:03 min.; starší dorost: Pfibyl—Kabeláčová, Jiskra Liberec Textilana 1:08 min.; mladší dorost: Růžička—Šejrová, Jiskra Liberec Textilana, 1:19,4 min.

K. Slavík



Hanuš ze Spartaku Smržovka v »Mokrě zatáčce« na ještědské dráze.



Nástup účastníků přeboru Libereckého kraje v jízdě na saních.

Ve Squaw Valley v Kalifornii se konají za necelý rok zimní olympijské hry. V příští sezóně budou OH vlastně prvními velkými závody. Před nimi mohou sjezdaři pouze trénovat v listopadu a prosinci, kdy nejsou závody, a to ještě za nepříznivých sněhových podmínek. Zbývající čas jim zabere jízda do Kalifornie, aklimatizace a trénink na místě.

Co se děje letos v mezinárodní sjezdařské sezóně, je již přípravou a výběrem pro příští zimní olympiádu. Pro výběr nejlepších přicházely letos v úvahu prakticky pouze tři velké závody, a to na Lauberhornu ve Wengenu (Švýcarsko), na Hahnenkammu v Kitzbühlu (Rakousko) a konečně Kandahar letos pořádaný na Kreuzecku v Garmisch-Partenkirchenu (NSR).

Po těchto závodech mohou již ve-

Předolympijská bilance sjezdařů

doucí celkem šestnácti národních mužstev, která se závodů zúčastnila, nominovat kandidáty pro svou olympijskou sestavu.

Výsledky závodu ve Wengenu, Kitzbühlu a v Garmischi dávají jasný přehled o situaci. I při neúčasti Sailerera a Riedera je pozice rakouských sjezdařů velmi dobrá. Schranz, Molterer, Zimmermann, Hinterseer, Oberaigner, Leitner, Mark, Gamshammer, junioři Stiegler a Falch jsou trumfy rakouského mužstva. Je to velmi dobré družstvo. Ovšem tak jistí jako

před Cortinou a Badgasteinem Rakušané nejsou, protože jim vyrůstají nebezpeční soupeři. Ve sjezdu jsou to Američan Werner, Švýcar Staub, západní Němci Lanig, Bogner, Leitner, Wagnerberg, Francouzi Vuarnet, Bonlieu, Bozon a konečně Ital Alberti.

Zcela jiná je situace u žen. Zde rakouská převaha neexistuje. Špičkové závodnice jsou Američanky Pitouová a Sniteová, Norky Sandviková, Haraldsenová, Nesje-Stuveová, Italka Ria Rivaová a mladé německé závodnice, většinou dorostenky, a konečně Kanaďanka Hegtwitová.

Výsledky shora uvedených závodů tvoří předpoklady pro příznivé vylosování ve Squaw Valley. Zebříčky při losování budou velmi pečlivě kontrolovány a vítězové budou jistě z prvního tuctu startujících.

Víte, že ...

v Kitzbühelu zlomil Roger Staul (Švýcarsy) lyže poprvé při tréninku, Toni Sailer nebyl uvolněn z filmování a závody viděl pouze v televizi v

Vídni, mistr světa ve slalomu Rieder se pro nedostatek tréninku nezúčastnil sjezdu, přihlásil se ke slalomu a byl připuštěn jako poslední!!! se startovním číslem 46 a závodů se proto nezúčastnil (Hahnenkamm se jel jako dvojkombinace), sedmnáctiletá závodnice NSR Hedi Mittermaier, vítězka slalomu v Grindelwaldu, se v Kitzbühelu ve sjezdu nekvalifikovala mezi prvních 25 a slalom nejela,

Rakušané chtěli v Kitzbühelu použít »proudnicových lyží« a bylo jim to zakázáno vedením závodu,

televize umožňuje zhlédnout celkový obraz sjezdu lépe nežli sebevýhodnější místa na trati a počet diváků ve sjezdu proto rapidně klesá. I někteří reportéři sledují sjezd pouze v televizi,

platným rychlostním rekordem ve sjezdu je stále ještě Gasperlův rekord ze Sv. Mořice z roku 1932, jenž byl měřen (s letným startem) známým odborníkem inž. Straumannem elektrickými chronometry s přejížděnými kontakty a kontrolním filmovým pasem, s přesností na tisícinu vteřiny. Údajný rekord Američana Millera byl měřen pouze jedněmi stopkami (E. Allais) a dráha byla označena pouze čarami uhlem. Stejně byly podmínky u jízdy Zeno Cola. Proto tyto výkony nelze spolehlivě registrovat.

Tradiční štafetové závody »Hornobran-ská lyže« se letos rozhodně netěšily přízni přírody. Ve větrné a sněhové metelci však všichni závodníci udatně absolvovali celý závod. Kromě pěkného úspěchu domácí štafety mužů na 3X10 kilometrů (Novotný, Hrubý, Matouš) mohl být Hornobranští hrdí ještě na vysoký počet startujících. Z celého okolí

se totiž sjelo do Horní Branné několik desítek dorostenců a dorostenek, kteří se především postarali o bojovné a pěkné závody. Náš snímek zachytil jeden z nejobojovnějších a nejzajímavějších startů — dorostenek a dorostenců (startovali společně) na 3X5 km. První zprava je člen vítězná štafety Jiskry Mšeno — Novák.



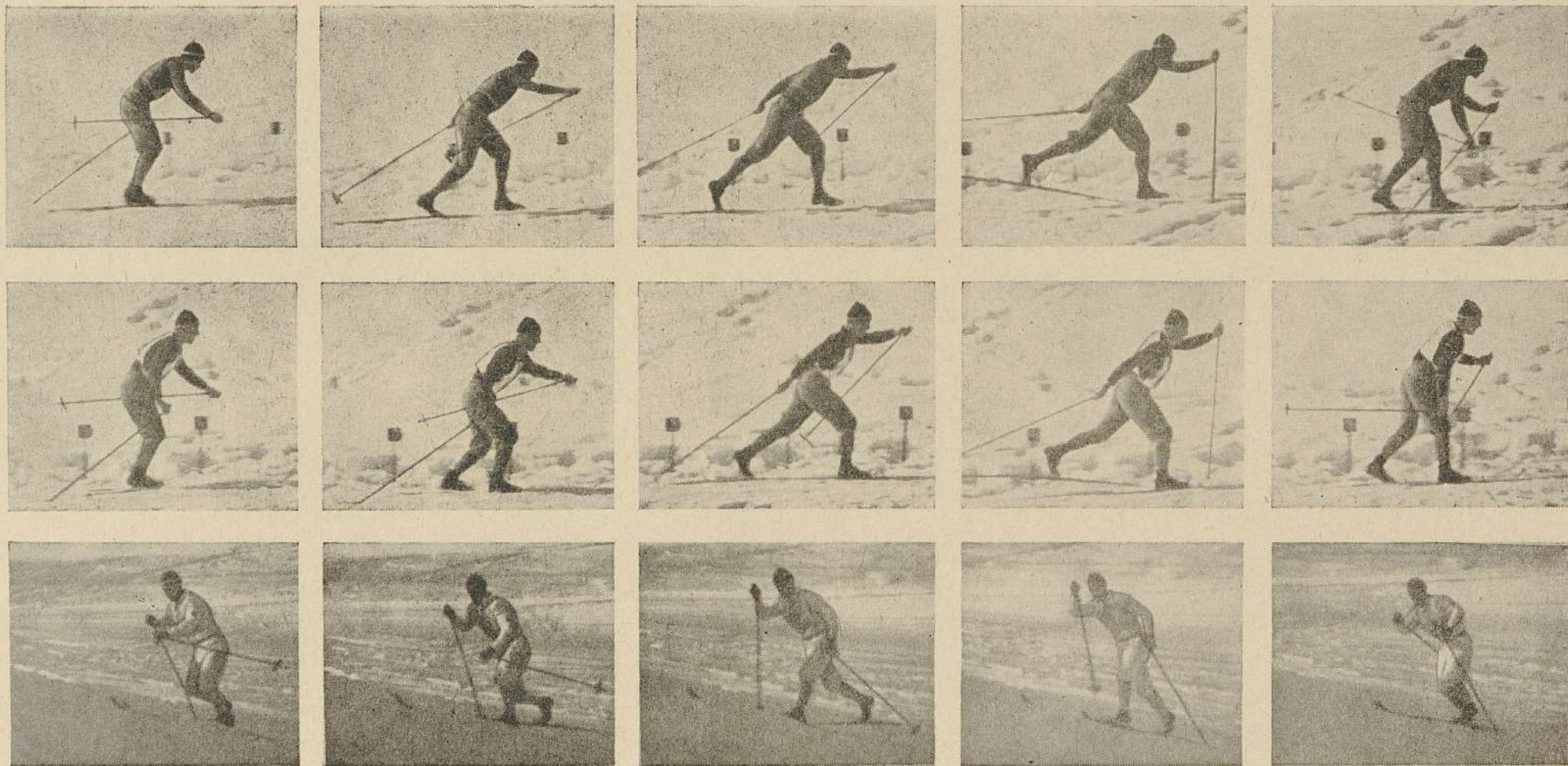
A ještě o Toni Sailerovi

Kvalifikační výbor FIS projednával 11. ledna t. r. znovu budoucnost Toni Sailerera a vydal toto prohlášení:

»Na základě oficiálního vysvětlení Toni Sailerera, že v letošní sezóně se nezúčastní žádných závodů, ale že má zájem zúčastnit se OH 1960, se kvalifikační výbor FIS usnesl, že konečné rozhodnutí oznámí teprve po projednání s Mezinárodním olympijským výborem. Členové výboru FIS litují, že byl jejich předseda napaden některými novináři za nesprávné informace. I Toni Sailer tyto informace označil jako nepravdivé.«

Uveřejňujeme proto toto oficiální prohlášení FIS, aby naši čtenáři byli správně informováni.





Běžci, o kterých se hovoří

Prvé mezinárodní závody ukázaly opět další růst sovětských lyžařů. V nejlepší formě jsou zasloužilý mistr sportu Pavel Kolčín a těsně za ním řada dalších.

Mezi nimi je N. Anikin, jehož technicky dokonalý střídavý běh vidíme v horní řadě kinogramu. U Anikina je charakteristické dokončení odrazu nohou, rychlá frekvence pohybů a švihová práce. Jeho pohyby vpřed bychom mohli nazvat dravými a běh atletickým. Naproti tomu běh dvojnásobného mistra světa V. Kuzina — na kinogramu uprostřed — dokumentuje jízdu klidnější,

řekli bychom klasickou. Jeho pohyby jsou měkčí, uvolněné a skluzu je maximálně využíváno. Také Kuzin přešel v poslední době na dravější způsob běhu o větší frekvenci pohybů při zachování dostatečné délky skluzu.

Na třetím kinogramu vidíme nejúspěšnějšího běžce na mistrovství světa 1958, Švéda S. Jernberga. Jeho způsob zdolávání výstupů je ideální. Charakteristická je velmi intenzivní práce paží, kdy končí energický odpich u boku. Také odraz nohou je maximální (viz čtvrtá fotografie zleva).



Lyžařství



Slyžarstun

Jedličková
7

ROČNÍK 45
DUBEN 1959

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

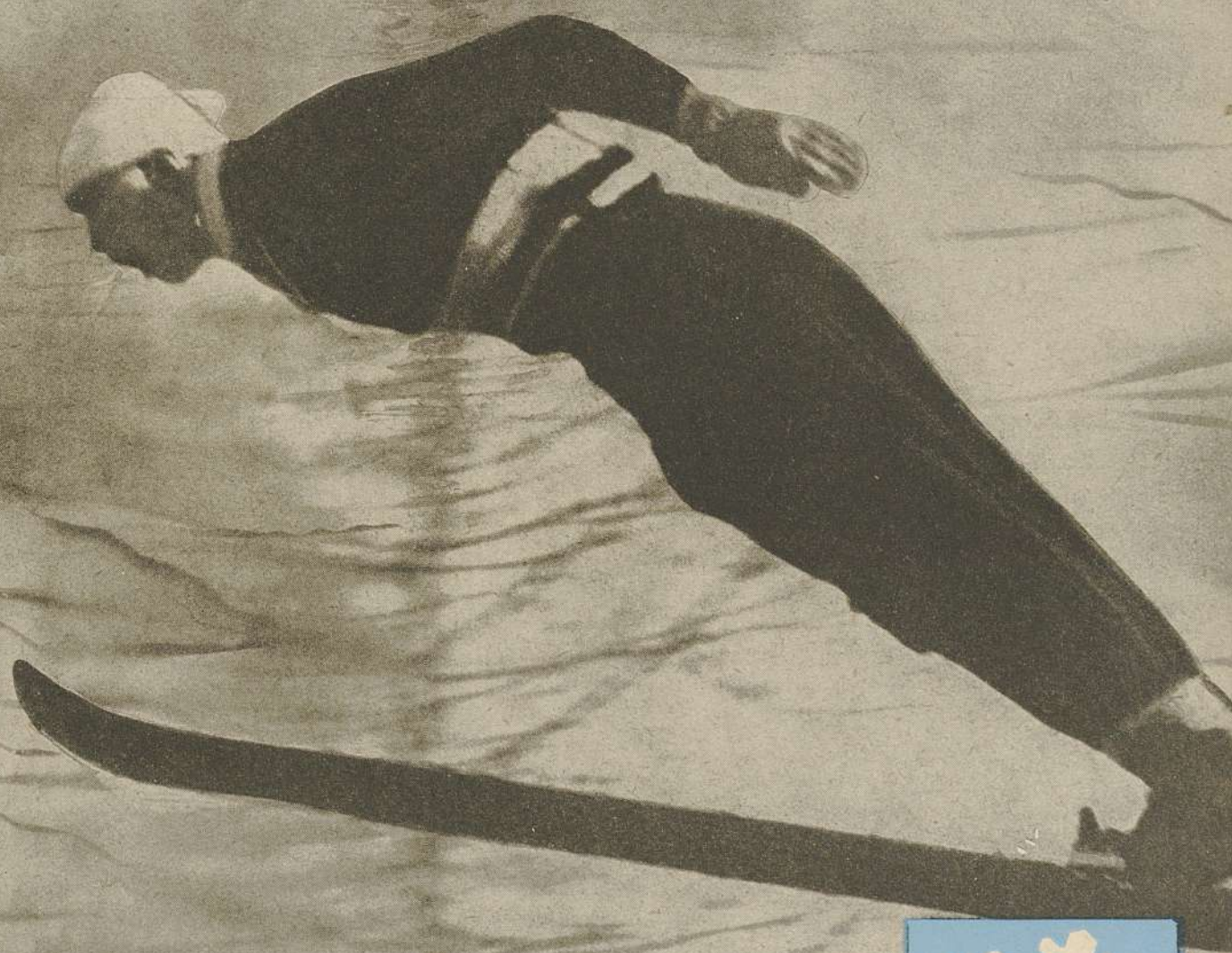




Foto: Vilém Heckel

Jak k nepoznání se změnil vzhled Roháčů v zimě proti jejich letnímu hávu. Jakmile se slunko vyhoupne nad Jamnické sedlo, zazáří štíty Liptovských holí v celé své strhující kráse daleko do rovin Oravy a vysoká bář modrojasné oblohy se směle klene nad čarokrásným obrazem strhujícím k obdivu.

Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.



Séfredaktor dr. Ctibor Rybár,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Špaček



Redakce: Praha 1-Staré Město,
Národní třída 33, telefon 228071



Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

Obsah

Dny radosti a štěstí	1
Letošní zima končí, spartakiády začínají	2—3
Mračna nad Squaw Valley	2—3
Zlepšme úroveň lyžařských závodů	4
Tři páry lyží	4
Rytmus slalomu	5
Běžci dvakrát v NDR	6—7
Föhn a jeho účinky	8
Za deset let	9
Chumelilo se, chumelilo	10—11
VI. mezinárodní závody v Harachově	12—13
Do diskuse	14
Přenášení váhy těla proti lyži	15
Rozhodčím, trenérům a závodníkům k úvaze	16
Krajské přebory škol v Libereckém kraji	17
O Jánošíkovu valaštíčku vo Vrátné	18
Mládež o »Pohár Železné Rudy«	19
Saně a boby	20—21
Hory mají srdce v člověku	22
Zprávy z krajů	23
Zprávy ze zahraničí	24



Fotografie: Archiv, Inž. B. Čulík, Z. Feyfar, V. Heckel, I. Hrabě, V. Mečíř, VI. Pácl, V. Vitek, J. Weiner.



Snímky na obálce: 1. strana: J. Bulín získal zaslouženě titul mistra ve skoku prostém na rok 1959 — foto P. Karásek. 4. strana: Celkový pohled na dějiště letošních jubilejních mistrovství ČSR — Lyžařský stadión ve Sv. Petru — foto Z. Feyfar.



Vychází měsíčně kromě července a srpna



Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-15592

DNY RADOSTI A ŠTĚSTÍ

Jako každoročně, tak i letos se chystáme k radostné oslavě 1. máje. Letos již po čtrnácté budeme oslavovat svátek pracujících ve svobodné vlasti. Opět společně vykročí dělník, rolník, pracující inteligence. Muži, ženy a mládež, sportovci, vojáci a pionýři. Všichni v jednom pevném šiku, v jednom mohutném proudu. Velký a slavný bude letošní náš První máj!

A ještě ani nedozní volání statisíců účastníků májových průvodů a již pozdravíme výroční den, kdy přímo do našeho života vkročil voják s pěticí hvězdou na čepici. Statečný sovětský voják.

Před čtrnácti lety slavilo lidstvo dějinné vítězství nad fašismem a válkou. Na Labi se setkaly armády z východní a západní části světa. Vojáci v amerických uniformách se objali s hrdinnými obránci Moskvy a Leningradu, s vítězi od Stalingradu a Berlína.

Tehdy jarní květy poprvé plně zavoněly. A každý květen má od té doby stále onu zvláštní vůni, která nevyprchá ani po staletí. Náš květen zůstane navždy symbolem nového života.

Od onoho slavného května v pětáctýřicátém uplyne letos čtrnáct let. Čtrnáct let života a boje za život. Za člověka. Je to vítězný boj! Máme se proto z čeho radovat.

Při letošních oslavách 1. máje a Dne vítězství bude naše radost větší o jedno velké očekávání: V máji vstoupíme do období okresních spartakiád a veřejných cvičení jednot. Jeden a čtvrt miliónu žactva, dorostu a dospělých z ČSTV, Svazarmu a příslušníků tělovýchovy v ozbrojených složkách, kteří se na tyto velké tělovýchovné slavnosti již několik měsíců chystají, se v květnu a červnu představí naší veřejnosti na tří stech okresních spartakiádách a několik tisících veřejných vystoupeních jednot. Bude to mohutná přehlídka fyzické a morální síly našeho lidu, nástup do hlavních příprav k velké, slavné a krásné události, k celostátní manifestaci: II. celostátní spartakiádě v Praze v roce 1960.

Na jejím úspěchu i na zdaru letošních okresních spartakiád se budou podílet také sportovci. Kromě účasti ve spartakiádních soutěžích, bude to především ve skladbě pro muže, s plnými míči. Cesta členů lyžařských oddílů do tělocvičen k nácviku spartakiádních skladeb se nedá přirovnat k rychlosti sjezdaře. Mnozí dlouho váhali a oddalovali nástup ke cvičení. Snad je více lákal sníh, snad jsme jim neuměli dost přesvědčivě vysvětlit velký politický význam okresních a celostátní spartakiády, i to, že nácvik hodnotné fyziologické skladby je pro ně vhodným doplňkem jejich sportovní přípravy.

Ale přišli! Připojili se k výzvě ústřední sekce kopané k soutěži o největší počet členů sportovních oddílů nacvičujících skladby II. celostátní spartakiády. Není sice mnoho těch chlapců z našich oddílů v Ústí n. L., Plzni, Hradci Králové, Brně, Praze — odkud zatím máme zjištěné zprávy — ale jsou zde. Pochopili a nacvičují pravidelně i v odborech základní tělesné výchovy. Pochopili, že jejich místo je v kolektivu ostatních sportovců a členů odborů ZTV a turistiky. Víme, že jejich příkladu budou následovat další. Protože nábor k nácviku neskončí okresními spartakiádami, ale naopak stane se příležitostí k plnému zapojení dalších tisíců.

S tímto předsevzetím nastupme k letošním radostným oslavám 1. máje i Dne vítězství, abychom v příštím roce na krajských spartakiádách a pak v červenci v Praze na Strahově o II. celostátní spartakiádě stáli v semknutých řadách statisíců cvičenců a cvičenek. Abychom se společně s ostatními podíleli na úspěchu mohutné slavnosti, jaká nemá nikde na světě obdoby, abychom svou aktivní účastí přispěli ke zdaru velkolepé symfonie, zpívající o štěstí a radosti lidí, spokojeně žijících v míru a při budování socialismu.



Letašní zima končí,

Okresní spartakiády jsou již přede dveřmi. Žáci lyžařského oddílu TJ Jiskra Mladé Buky v Krkonoších nezahálejí. Pravidelně se od listopadu minulého roku scházejí a nacvičují spartakiádní skladbu »Buď připraven k práci a k obraně vlasti!«.

K 15. únoru již uměli přes polovinu skladby a chystají se vystoupit na okresní spartakiádě v Trutnově. Jsou jedni z prvních, kteří se naučili část skladby určenou pro letošní okresní spartakiády a předvedli ji již na dvou tělovýchovných akademích (v Mladých Bukách a v Trutnově). Navíc ještě provedli tři náborová vystoupení na okolních školách.

Nemyslete si, že lyže a závodění zůstaly stranou! Protože volná odpoledne chtěli věnovat lyžařskému tréninku, scházeli se k spartakiádnímu nácviku dvakrát týdně ráno před vyučováním. A dokázali, že se dá stihnout všechno. I když je II. CS ještě daleko, všichni už se těší na vystoupení v Praze.

MRAČNA NA SQUAW VALLEY

S květnovým sluníčkem i ti nevytrvalější lyžaři odkládají své »nádobičko« k letnímu spánku. Ale odpočívají jen lyže, nikoliv lyžaři. Až na ně nová zima udeří otázkou: Co jste dělali v létě? — nesmějí zůstat bez odpovědi. A ta příští zima bude na letní činnost klást zvlášť silný důraz. Vždyť v americkém zimním středisku Squaw Valley budou uspořádány zimní olympijské hry 1960 a v četných akcích u nás doma mají lyžaři dohánět všechno to, co se jim nepovedlo ani letos, ani v předcházející sezóně.

»NEVIDITELNĚ NEBEZPEČÍ«

Okolo olympijských her ve Squaw Valley se již dnes mnoho hovoří v celém světě. Zatím však více než o sjezdářských tratích o otázkách, které jen zdánlivě nemají s olympijskými hrami co společného. Ve dnech, kdy jsme ještě prožívali kouzlo »bílého opojení« krkonošských či tatranských srázů, probíhaly dvě události, k nimž nelze zůstat lhostejnými:

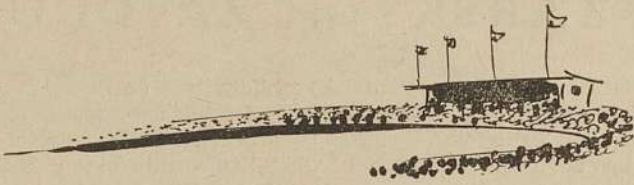
1. Ve světě roste nebezpečí i odpor proti americkým atomovým pokusům zejména v oblasti Nevadské pouštiny — tedy v blízkosti Squaw Valley. V poslední době se tato otázka dostala až do britské Dolní sněmovny. Labouristický poslanec Zilliacus zde doložil, že americké obilí dovážené do Anglie obsahuje nebezpečné množství stroncia 90. Krátce poté americká komise pro atomovou energii přiznala, že nad Atlantikem bylo radioaktivitou zasaženo americké dopravní letadlo. Konference zástupců USA, Velké Británie a SSSR v Ženevě, která už několik měsíců jedná o zastavení jaderných zkoušek, dostala již na 10 tisíc dopisů, poselství a telegramů, v nichž milióny lidí žádají zákaz těchto pokusů. Mezi nimi jsou tisíce sportovců.

2. Americké úřady odmítly vstup do USA lyžařům NDR.

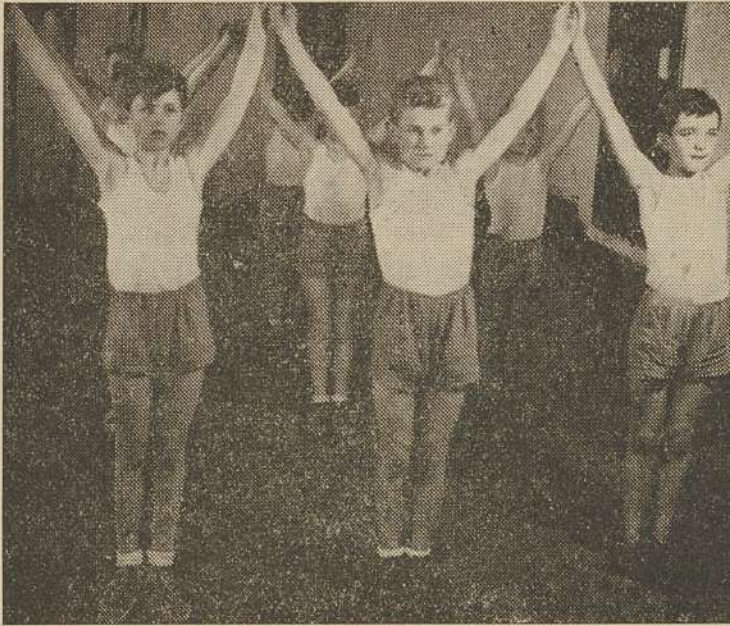
»DEMOKRACIE« PO AMERICKU

Tyto dvě události vrhají na odpovědné americké činitele před očima světové veřejnosti nejen nepříznivé světlo, ale především závažnou odpovědnost za následky. Odmítnutí amerických vstupních víz pro lyžaře NDR to jen potvrzuje. V americkém zdůvodnění k tomuto neobvyklému opatření se poukazuje na to, že prý tito lyžaři byli komunisté. Divný důvod... Americké úřady se však i s takovou skutečností budou muset brzo smířit, jakkoliv jim je proti srstí. Konečně, vždyť to věděly už tehdy, když se všemi deseti ucházely o pořádání olympijských her. Dnes už je socialistický svět tak rozsáhlý, že mezi nejlepšími sportovci světa jsou sta komunistů. A do r. 1960 jich bude ještě více, protože např. jeden z lyžařů NDR, který nebyl vpuštěn do USA — Ruder — krátce po odmítnutí vstupního povolení do USA podal přihlášku do strany. S tím tedy musí americké úřady počítat. Vždyť nikde není napsáno, že olympiáda je určena jen pro synky plantážníků či baptistické sportovce. Naopak...

Jeden z lyžařů NDR, který rovněž ne-



Spartakiády začínají



Jako na severu Čech v Krkonoších, tak i na naší západní hranici pod Šumavou se připravují lyžaři na největší svátek sportovců, aby společně vystoupili na okresních spartakiádách Plzeňského kraje a ukázali tak jednotu a sílu našeho tělovýchovného hnutí.

S ubývajícím sněhem se rozproudivl v tělocvičnách nový život. I ti nejmenší — žáci a žákyně, kteří celou zimu poctivě sbírali Spartakiádní vločky — se stahují do tělocvičen, aby v rámci svých oddílů začali nacvičovat na spartakiádu.

Není možno zatím zjistit přesný počet těchto mladých lyžařů, kteří se zapojili do nácviku, ale již dnes možno konstatovat, že 17 lyžařských oddílů, které se věnují mládeži, nezapomnělo na nácvik spartakiádních skladeb a tak přibližný počet cvičících z řad lyžařů se odhaduje na 300 cvičenců. Není to ještě mnoho, ale jistě se všichni lyžaři z Plzeňského kraje vynasnaží, aby byl podchycen zájem mladých, který je velký.

A. Z.

byl vpuštěn do USA — Recknagel — řekl, že nezamýšlel předčítat ze skokanského můstku Komunistický manifest. Chtěl jen ukázat, co umí socialistický sportovec. Ovšem, jak je vidět, i toto pokládají americké úřady za nebezpečné. List »Berliner Zeitung« k této otázce napsal: »Můžeme se ptát, zda je v národním zájmu NDR, aby se na našich cestách (míněny přístupové cesty k západnímu Berlínu — pozn. red.) pohybovaly americké jednotky stejně tak, jako se americká vláda ptala, zda je v národním zájmu USA, aby tři známí sportovci, občané NDR, přijeli do Squaw Valley. A jestliže naši tři čelní sportovci se nedostali do USA, protože jsou socialisté, pak je pro nás otázka, zda máme naše cesty poskytovat Američanům, protože nejsou socialisté.«

Americké opatření proti lyžařům NDR odsoudil ve světě kdekdo. I mnozí z těch, kteří přes žvýkačku gumu vidí USA jako nejdokonalejší demokracii pod sluncem.

DO HARRACHOVA? PROSÍM...

Člověk si pak vzpomene i na jiné souvislosti. Třebas na »železnou oponu«. Ano, několik hodin poté, co bylo lyžařům NDR odepřeno povolení k návštěvě

USA, západoněmecký lyžařský svaz požádal naše představitele o možnost zúčastnit se závodu v Harrachově. Naše odpověď byla kladná.

Jak tento náš čin ostře kontrastuje s americkou politikou, která — jen tak na okraj — není ničím neobvyklým. Nedávno totiž byla před newyorským přístavem zadržena řecká zámožská cestovní loď s několika sty pasažéry. Na její palubu se přihrnul desítky amerických členů pobřežní policie a přes 6 hodin prohlíželi celou loď. A důvod tohoto opatření, nad nímž kroutili hlavami cestující Rekové i Angličané? Loď prý kotvila kromě jiných přístavů i ve třech sovětských.

Jestliže tedy uvažujete nad tím, že slovo »demokracie« je v americkém slovníku celkem přebytečné, potom to není jen zdání. A v této zemi budou uspořádány zimní olympijské hry 1960. V souvislosti s nimi se zcela jistě vyskytnou ještě další umělé překážky. S tím je třeba počítat a již dnes učinit vše pro to, aby olympijské hry sloužily k dorozumění sportovců, a nikoliv jako bariéra mezi nimi.

NA ČESKOSLOVENSKO NEZAPOMENOU

Příkladů je zde dost a dost. V Praze se konalo v březnu hokejové mistrovství světa, kterého se zúčastnili také reprezentanti USA. Nikdo jim z naší strany nezakazoval účast. Mnozí zahraniční hosté bez výjimky pokládali pobyt v Praze i jiných městech naší republiky za nejkrásnější dny své závodní činnosti. Hokejisté a mezi nimi i Američané byli srdečně zváni na besedy s našimi pracujícími (mužstvo USA bylo v AZKG). A v Československu se také poprvé setkali hokejisté USA a NDR. Americký státní department se na to setkání díval asi všelijak. Mínění NDR však tlumočil předseda hokejového svazu NDR Dragowski, když řekl: »Věřím, že naše v dějinách hokejových styků vůbec první utkání nebude poslední, že uzavřeme s americkými hokejisty takové přátelství, které by v budoucnosti zamezilo něčemu podobnému, čeho jsme byli svědky nedávno při odmítnutí zájezdu lyžařů NDR do Squaw Valley.«

Tak hovoří a jednáji opravdoví sportovci.
MIROSLAV LUKAVSKÝ

ZLEPŠÍME ÚROVEŇ LYŽAŘSKÝCH ZÁVODŮ

Celostátní termínová listina lyžařských závodů byla pro letošní sezónu velmi obsáhlá. Každý z uvedených závodů byl podle své důležitosti a rozsahu velkým pracovním vypětím pro pořadatele. Organizační zajištění, technické vybavení, přízeň počasí a další netřeba jmenovat, ale má-li se říci »byl to dobrý závod«, skrývá se za touto krátkou větou hodně práce a starostí.

Závody se pořádají pro závodníky, které na základě propozic závodů přihlašuje vysílající složka a zde byl často kámen úrazu. Nebyly podávány přihlášky se všemi náležitostmi: ubytování, stravování, prezentace, registrační průkazy, potvrzení o lékařské prohlídce a tak podobně, jak vyžadovaly propozice. Setkáváme se neustále s nedostatky, s nimiž bychom se měli již opravdu jednou provždy vypořádat.

V prvé řadě by měli pořadatelé rozeslat propozice vydané několik týdnů před konáním závodu. Přihlašující složka by si měla řádně propozice pročíst a včas přesně podle pokynů v nich uvedených přihlásit své závodníky. Stává se totiž, že pořadatelům docházejí na poslední chvíli telegramy, dopisy jednotlivců a dokonce i těsně před závodem se dostaví závodníci a dožadují se povolení startu.

Nemenší starost je se zajištěním ubytování, zvláště jde-li o větší závod, kde je přihlášeno 100 až 200

závodníků. I to však pořadatelé zvládnou a na několika chatách je ubytování zajištěno, v informační kanceláři je vyvěšeno seznam ubytovaných podle TJ i jmenovitě. Přesto se však stává, že značná část přihlášených vůbec nepřijede a pořadatel má pochopitelně značné potíže s vedoucími chat a mnohdy nevyužitá lůžka musí zaplatit. Je proto nutno, aby vysílající složka uvedla v přihlášce u jména jednotlivce »žádáme, nebo nežádáme ubytování« a v případě, že vedoucí chaty žádá zaplacení nevyužitého noclehu, pošle účet vysílající složce.

Další bolestí je prezentace. Závodníci se mnohdy spoléhají na to, že pořadatelé z přemíry jiných starostí prezentaci neuskuteční a že startovní číslo obdrží, aniž by museli předkládat registrační průkaz, potvrzení o lékařské prohlídce, záznam o výkonnosti třídě. Přestože registrace lyžařských závodníků byla prováděna celý minulý rok, nejsou ještě některé závodníci dosud registrováni a ani nemají potvrzení své TJ, že registraci řádně podali. Lze je zařadit do tzv. kategorie přichození, ale u důležitých závodů bych doporučoval, nepřipustit je ke startu vůbec. Zásadně bude nutno trvat na tom, že záznam o výkonnosti třídě a zdravotní prohlídce musí být jedině v registračním průkaze. Při prezentaci se vyskytnou i takovéto případy vynalézavosti: Závodník nemající potvrzení

lékařské prohlídky, požádá již odprezentovaného závodníka o zapůjčení členského průkazu ČSTV, uvolní sponku, vloží list o zdravotním záznamu do svého průkazu a takto při prezentaci projde...!

Závod končí, cílem projede poslední závodník, počtáři spočítají časy, připraví listinu výsledků a ve stanovenou hodinu podle propozic má být vyhlášení výsledků a rozdělení cen. Skutečnost je však ta, že k důstojnému zakončení závodu a předání cen se dostaví pouze několik málo jedinců, a tak pořadatelé jsou nuceni ceny poslat poštou, nehledě k tomu, že zakončení závodu se tak stane fraškou.

Dále je třeba více vzájemného porozumění mezi závodníky a činovníky, např. při úpravě tratí, můstků, slalomových svahů zejména při nepříznivých sněhových podmínkách, kdy je třeba pomoci šlapat nebo nanašet sněh, při skončení slalomu pomoci svézt slalomové tyče atd.

Věřím, že se nad těmito řádky zamyslíte vy všichni — závodníci, pořadatelé závodů, vysílající složky (TJ — sekce) a že při dobré vůli a větší dávce kázně a odpovědnosti v budoucnu zamezíme všem těm nezdramým zjevům, které je nutno co nejdříve z našeho krásného sportu vymýtit!

Mir. HLOUŠEK,
předseda sekce lyžování
při KV ČSTV Hradec Králové

Stojí vedle sebe, opřeny o stěnu kuchyně, špičkami ke stropu. Dva páry v černém lakovém, lesknoucím se kabátku, s červeným štítkem »Slalom«, přišly včera z opravy, jako nové. A uprostřed malé, oděné, nalakované na červeno, vonící i čpící — podle nálady paní domu — acetónem a pokukující šibalcky po vyšších druzích. Stojí tam a čekají...

Sype se, sype, tančí, křepčí, usedá a odpočívá, odjoukává větrem. Není bílý, ale bělostný, stříbrný i zlatý, a není lehký, ale kyprý a padá se do něho jako do peřin.

Tři páry lyží se rozcházejí. Ty černé jsou nesené, pak se vezou a pak vezou lyžaře. Kolem dokola lidé a lidičky, šťastý nárudek lyžařů, kterým zima nasykala sněhu letos jen u nás v horách. Nelitují však cesty. Znáte pocit, který vás naplní při pohledu na scénérii mohutných hřebenu hor, pocit, který uchvátí? Celý ráj kolikolem je váš a na dvou prýnkách vjíždíte v místa, kam by vás nevyvezl vůz nejlepší značky.

Na odvážnější čeká sjezdovka, plná nástrah. Pozor, tady musíš přibrzdit, a teď to rozjeď, teď přijde houpačka a tam boule, pozor na strom, který tu

Tři páry lyží

stojí téměř v cestě a neuhne z místa. Jen pro tu radost a slast z rychlosti, kolem uší jičí a hvízdá vítr a sněh odletává od hran jako jiskřičky ohně.

Brouzdají se, vystupují, zastavují a ladnými oblouky sjíždějí svahy, ujíždějí, vyjíždějí, projíždějí — a stále z krásy do krásy, z radosti do radosti.

Ten třetí pár zatím ještě trpělivě čeká. Jejich majitel počítá u stolu kostky cukru, které vhadzuje z výšky do šálku s kávou a vybírá roztínku z vánočky. Pak neuměle utahuje kličku u botky, kulicha na hlavu — rukavice navléká — raději palcové, není s nimi tak složité oblékání, potom odborný pohled na skluznici — á — namazat musíme — stříbrný — nebo by stačila svěčka? A jede se.

Na dvorku je rozjíždka a stráž pohostinsky zve a kývá. Jen pojeď, človíčku, copak rovtínka?!

Červený pár lyžiček, který už doznal mnohou zkázu a mnohě pamatuje, brzdí svými stopami dvorek i stráž, nahoru, dolů. Stopy jsou všelijaké. Výmluvné. Avšak stejně výmluvné jsou i oči a tváře

lyžařovy. Zkuste to, třeba pětaticetkrát po sobě vyšlapat tamten kopeček, co končí u skleníku, a sjet tak, aby špičky lyží nezajely do skleněného okénka nebo vrátek u zahrádky. To musíte, prach-sajra vytočit a stojiš! Nebo si sednout prostě na zadeček, ale také včas. Aha! Zadeček, že je pak mokrá a prodřený?! Hm. Jenže lyže se smějí, jsou červené jako mě tváře a šibalcky mrkají jedna po druhé. Nadešel zase náš čas! Protdáhlly jsme se po dlouhém letním spánku na půdě, kde vonělo seno, jahodové listí a sušené šípky, potom už šišky a i smřelí vánočního stromku. Rozbitým okénkem zavoněl i sněh...

Ale ten klučina od loňské zimy vyrostl?!

Večer. Tma a bílo a na nebi hvězdičky mžikají po těch sněžných. Tři páry lyží se znovu sešly na chodbě. Dva páry svázané, třetí jen tak. Ze všech plácí sněžné vločky v podobě vody a mění se v kalužinky.

Jejich majitelé sedí už svorně uvnitř pokoje, unavení, ošlehaní větrem a osvětlení zážitek z jednoho krásného dne.

Kdo si lyže vymyslí? Byl moudrý. Lyže jsou nejsladším dřevem světa.

LUDMILA PELCOVÁ

RYTMUS SLALOMU

Inž. KAREL MEZERA

Každý děj našeho života je vázán svými fyzikálními zákony na určitou periodizaci — na rytmus. Je-li tento rytmus porušen, je to známkou nějakého rušivého vnějšího zásahu do průběhu děje, který pak probíhá nerytmicky — přerušovaně. Stejně nerytmicky probíhá obyčejně vždy i sportovní proces, který je výrazem nesprávně promyšlené přípravy nebo nesprávně pochopených požadavků.

Z tohoto základního hlediska pohlížíme také na stavbu slalomu jako na přípravu nebo plán určité činnosti a na vlastní jízdu závodníka jako na pochození kladených požadavků — realizaci určitého plánu. To znamená, že jak celá příprava — stavba slalomu, tak i průběh činnosti, jízda závodníka, podléhá určitému rytmu. Jakému rytmu, to už závisí na koncepci autora tratě, na pravidlech daných podmínkách, konfiguraci terénu a sněhové pokrývce a na schopnostech uživatelů, tj. kategorií, a kvalitě závodníků.

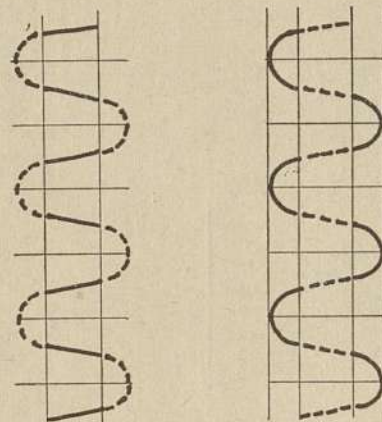
Z uvedených základních faktorů, určujících stavbu slalomu, se budeme zabývat prvním z nich, tj. koncepcí autora jako základní tvůrčí činností z uvedeného hlediska rytmu.

Je jasné, že kolik bude autorů slalomových tratí, tolik bude názorů a vtvorů při stavbě. Všichni by se však měli řídit společnými základními pra-

vidly. Nechci právě hned na počátku důsledně vztahovat stavbu slalomu a jeho rytmus na stavbu a rytmus nějaké hudební skladby. Je však známo, že tyto principiální vztahy existují a je možno je vzájemně porovnávat. Dívejme se prozatím na tyto vztahy jako na podtext, který jen citově ovlivňuje naši práci a udává jí podvědomě směr. Jednou se však dostaneme cílevědomě k nutnosti řešení těchto vztahů.

Řekněme si nyní několik technických zásad stavby slalomového rytmu právě z hlediska uvedeného podtextu.

Na stavbu slalomové tratě pohlížíme jako na hudební skladbu o několika větách. Základní celkový rytmus jednotlivých vět je dán osobní invencí autora

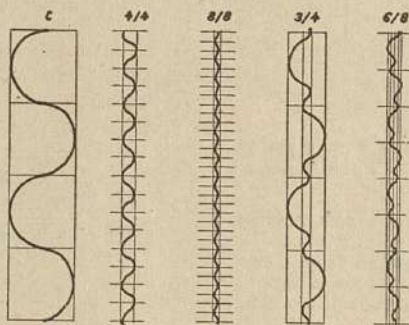


RYTMUS SLALOMU
PASIVNÍ AKTIVNÍ

Obrázek č. 3.

spělost závodníků, pevnost sněhové vrstvy atd. Rytmus jednotlivých úseků vycházející z uvedených předpokladů může být různý, od volného rytmu v celém taktu přes rychlejší rytmus $\frac{1}{4}$ až $\frac{10}{16}$, až do rytmu $\frac{3}{4}$, opět volného i rychlého (obrázek č. 2).

Není úkolem tohoto článku předvést dopodrobna celou teorii. Rovněž tak není jeho úkolem konkrétní návrh na stavbu slalomu. Záměrně neuvádím stavbu branek v grafických příkladech, protože to je otázka dalšího studia. Cílem tohoto článku je pouze snaha, aby autoři slalomových tratí si uvědomili podstatu stavby rytmického slalomu, vnikli do této podstaty a snažili se jí převést do praxe.



SCHEMA RYTMŮ STAVBY SLALOMU

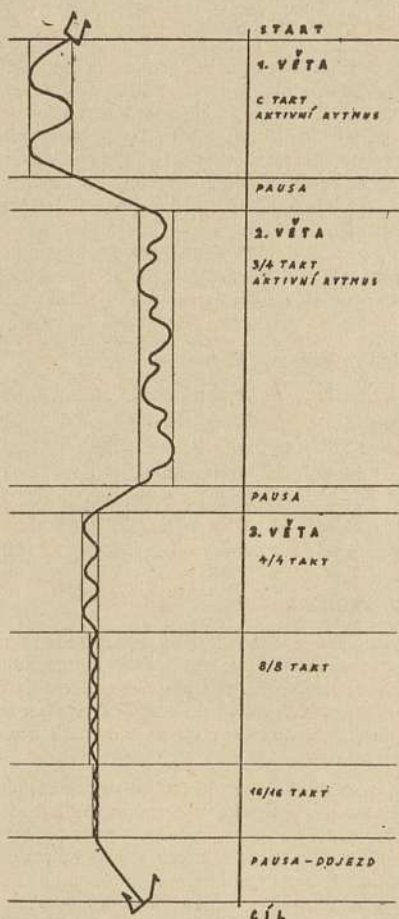
z.2.

Obrázek č. 2.

a jím zvládnutých daných podmínek. Předepisovat autoru sled, počet a charakter těchto vět nelze žádnými pravidly. Právě tak nelze autoru předepsat ani určení rytmu. Lze jen žádat, možno říci, i požadovat, aby autor dal celému dílu, tj. stavbě slalomu, jednotný charakter, vyjádřený zvoleným rytmem, v němž i pomlky a mnohdy i synkopy mají své oprávnění. Jejich použití však záleží na mistrovství autora a pochopení na vyspělosti závodníků.

Po technické stránce rozeznáváme u slalomu rytmus pasivní a rytmus aktivní. Rytmus pasivní se zakládá na rytmickém řazení času potřebného k projetí od jedné branky ke druhé. Rytmus aktivní se zakládá na rytmickém střídání pracovních akcí v obloucích (obrázek č. 1). V pasivním rytmu jsou rozhodující časové pauly mezi jednotlivými oblouky, kdy závodník projíždí svah bez aktivní činnosti (veze se), v aktivním rytmu je rozhodující práce nohou a paží (lyží, holí) v obloucích. Rytmus pak je v obou případech dán periodickým střídáním rozhodujících činitelů. Přitom je nutno si uvědomit, že rytmus se nedodrží pravidelnými vzdálenostmi branek, ale že je přímo závislý na časové vzdálenosti rozhodujících prvků, tj. na rychlosti jízdy a časovém střídání těchto prvků. Úloha aktivního rytmu je důležitá hlavně v jednotlivých větách slalomu. Pasivní rytmus je důležitý v dělení těchto vět, eventuálně při nutnosti změny aktivního rytmu (obrázek č. 3).

Gradace v celkovém pojetí je závislá na volbě rytmu v jednotlivých úsecích a na řazení těchto úseků ve skladbě celého slalomu. Pojetí slalomu je pak závislé na vynalézavosti autora a jeho zvládnutí daných podmínek — terén, vy-



PŘÍKLAD ČASOVÉHO RYTMU SLALOMU

Obrázek č. 1.

z.3.

Předchůdce lyží v Krkonoších

Je známo, že k rozšíření lyží u nás přispěla také ta okolnost, že hrabě Harrach jimi vybavil lesní personál svého panství. Krkonoše však mají i primát v jejich předchůdci.

V dle Josefa Schiffnera »Krkonoše a jejich domnělý obyvatel Krakonoš« [vydaném v Praze r. 1805] je zajímavá zmínka o tom, že obyvatelé těchto na sních bohatých hor používali jakýchsi sněhových obručí, jež si uvazují na nohy, aby se »hbitě a obratně klouzali z jednoho místa na druhé«.

K tomu chybělo až dosud bližší vysvětlení, neboť »sněhovými obručemi« jsme nesporně museli zatím rozumět jen známé sněžnice. O lyže nemohlo v žádném případě jít, ty sem přišly mnohem později. Naopak ale není také možno na sněžnicích »se klouznout přes hluboká zavátá místa«, poněvadž umožňují pouze chůzi (zmenšují boření do sněhu), ale jinak neumožňují skluz.

Vysvětlení přišlo odjinud. Významné švýcarské tělovýchovné a sportovní muzeum má ve svých sbírkách předmět, který můžeme podle Schiffnerova líčení oprávněně porovnávat. Je do jisté míry shodný se sněžnicí, ale dole opatřen jakousi sanicí (skluznicí) ne nepodobnou krátké lyži. Tedy jakási kombinace obou principů — širšího rámu zamezujícího boření, a sanice umožňující skluz.

To je tedy další příspěvek k poznání vývoje sportovního nářadí, který je literárně doložen i pro naše země. Dalšímu potvrzení by přispěl nález takového »lyžo-sněžnice« i u nás.

VILÉM NEČESAL



Celkový pohled na Klingenthal

BĚŽCI DVA KRÁT V NDR

Úroveň lyžařů klasických disciplín Německé demokratické republiky v posledních letech překvapivě stoupla. Rok od roku roste, roste pravidelně výkonnost jejich závodníků, jak jsme sami nejlépe postupně poznávali »na vlastní kůži« a jak potvrzovaly jejich výsledky na mezinárodních závodech i s velmi dobrou konkurencí.

Proto také při sestavování mezinárodního styku rozhodla TR jednomyslně, že prubífským kamenem pro naše klasické disciplíny budou závody v NDR, a to 31. 1. až 1. 2. v bězích a závodu sdruženém a 27.—30. 3. 1959 závody ve skoku. V poslední chvíli byly běžecké závody rozděleny na závody mužů a žen. Muži cestovali ve stanoveném termínu do Klingenthalu a ženy do Nassau ve dnech 14. a 15. 2. 1959. Shodou okolností jsem se zúčastnil obou zájezdů.

KLINGENTHAL

Z Prahy do Klingenthalu i do Nassau je asi tak daleko jako z Prahy do Olomouce, takže obě cesty včetně celních a pasových formalit trvaly velmi krátce. Prvá vedla přes Karlovy Vary. Klingenthal leží těsně u hranic proti našim Kraslicím. Je rozložen v několikakilometrovém údolí a čítá s okolními osadami 18 000 obyvatel. Nápisy »Harmonikafabrik« nebo »Mundharmonikafabrik« jsou na domech velmi časté a říkají nám, co je hlavní obživou zdejších obyvatel. Údolí přechází v masivu pohorí v muldu, ve které téměř ještě mezi domy stojí stavba všem Klingenthalským nejdražší — nový skokanský můstek.

S běžci Harvanem, Kolaříkem, Matoušem, Teplým a se sdruženáři Farským, Jindrou a Nüsserem, s trenérem V. Mečřím jsme dojeli na místo ve čtvrtek 29. 1. již v 6 hodin ráno a byli jsme ubytováni ve Sportotelu Waldgut, vysoko na stráni s krásnou vyhlídkou na Klingenthal a do ČSR.

ŠTAFETY 4X10 km

V sobotu dopoledne probíhal první závod — štafety na 4x10 km. Naši běžci nastoupili v sestavě Teplý, Kolařík, Harvan a Matouš. Trať vedla většinou lesem, byla dosti rovinatá, bez obtížnějších technických úseků. Sníh byl po předcházejících slunečných dnech a nočních mrazech zrnitý a stopa sama ze tří čtvrtin ledovatá. Start byl proveden v 9 hodin. Finové postavili na první úsek svého nejlepšího muže Lehtonen a přešli ihned do bezpečného vedení. Podobně i Němci postavili ve svých dvou štafetách na první úsek jedny z nejlepších závodníků. Náš Teplý jim ve své letošní slabé formě a s žaludečními obtížemi nestačil, a tak hned od druhého kola jsme vyjžděli s třímínutovou ztrátou proti Finům a více než s minutovou ztrátou za I. a II. štafetu Němců. Také v dalších kolech se naši neprosadili, k čemuž přispělo částečně i tupější mazání. Matouš, kterého čekal následující den závod na 15 km, jel již poslední úsek na udržení místa, protože téměř čtyřmínutový náskok německých štafet nebylo možné vyrovnat.

Výsledky štafet:

1. FINSKO:		3. NDR II.:	
Lehtonen	35:10	Lindenlaub	35:49
Halttunen	35:38	Weidlich	37:26
Santapukki	36:01	Reznicek	38:05
Koistinen	36:39	Forkel	39:18
	2:23:28		2:30:38
2. NDR I.:		4. ČSR:	
Moring	37:18	Teplý	38:27
Seidel	38:47	Kolařík	38:34
Forker	37:33	Harvan	38:47
Röder	38:52	Matouš	39:41
	2:30:30		2:35:29

SKOK DO ZÁVODU SDRUŽENÉHO

V sobotu odpoledne byl na novém můstku zahájen skok do závodu sdruženého. Němečtí sdruženáři zde prokázali svou vysokou skokanskou kvalitu a bezpečně zvítězili. Z našich si nejlépe vedl Jindra, méně již Farský, a Nüsser zahájil pádem, zlomil lyži a nemohl pokračovat v závodě.

Výsledky skoku do závodu sdruženého:

			Bodů
1. Mainhold M. (NDR)	76,5	80,0	220
2. Körner M. (NDR)	69,5	81,0	216
3. Lorenz W. (NDR)	81,0	76,5	209,5
4. Böhme S. (NDR)	71,0	75,0	202
5. Gasienica-Gron (Polsko)	73,0	75,0	201,5
6. Goldhahn K. (NDR)	68,5	74,0	201
7. Jindra J. (ČSR)	70,5	74,5	198,5
10. Stenersen S. (Norsko)	63,0	70,5	188
12. Flauger W. (NDR)	83,0	94,5 oba s p.	184,5
15. Farský K. (ČSR)	67,0	65,0	182

BĚH NA 15 km

Neděle — hlavní den závodu — měla na programu dopoledne běh na 15 km a odpoledne skok prostý. Prudká změna počasí přinesla do rána silnou víchřici a 30 cm prachového sněhu, takže patnáctka se jela všeobecně na obvyklém tvrdém mazání. Nejlepší běžci závodu, Němec Werner a Fin Lehtonen, startovali shodou okolností spolu v jedné dvojici. Boj rozhodl pro sebe Kuno Werner. Jistě mu částečně prospěla i neúčast v závodě štafet předcházejícího dne. Náš Teplý nestartoval a sdruženáři Jindra v pátém kilometru pro nevolnost vzdal. Přispělo k tomu jistě nemálo zmeškání startu i nedostatek běžeckého tréninku, kterým, jak se zdá, trpí všichni naši sdruženáři.

Výsledky běhu na 15 km:

1. Werner K. (NDR)	53:08	8. Lindenlaub E. (NDR)	57:09
2. Lehtonen H. (Fin.)	53:54	9. Koistinen E. (Fin.)	57:14
3. Röder E. (NDR)	54:55	10. Kolařík Fr. (ČSR)	57:18
4. Santapukki M. (Fin.)	55:20	22. Stenersen S. (Nor.)	59:13
5. Matouš I. (ČSR)	55:31	27. Harvan Š. (ČSR)	59:38
6. Halttunen K. (Fin.)	55:20	43. Nüsser J. (ČSR)	1:01:51
7. Mohring W. (NDR)	56:31	52. Farský K. (ČSR)	1:05:39

SKOK PROSTÝ

Vyvrcholením a opravdovým svátkem byl odpolední závod ve skoku prostém. Stovky autobusů a aut zaplnily od časného rána postupně ulice a všechna volná místa ve městě i daleko za městem. Diváci si vyhledávali výhodná místa u můstku za větru a padajícího sněhu již od dopoledních hodin. Ruch a napětí naplňovaly ovzduší.

Můstek otvíral zahajovacím skokem nositel olympijské medaile 1956 Harry Glass. Delší přestávka v upravování a husté sněžení porušily povrch tak, že Glass zahájil pádem. Byla proto provedena nová důkladná úprava, takže závod byl zahájen s menším zpožděním. Přinesl jedinečnou podívanou přítomným 70 000 divákům a ukázal vysokou převahu a slibné vyhlídky skokanů NDR. Přesvědčivé vítězství H. Recknagela nebylo překvapením. Dobil je dvěma perfektními skoky, téměř o deset metrů delšími, než byl průměr. Zdá se, že mu roste dobrý soupeř v mladém sdruženáři Flaugerovi, kterému chybí

Jen jistota doskoku. Velmi dobře si vedl mladý Polák Hryniowiecki a také Nor Stenersen poopravil svůj výkon proti předcházejícím závodům. Naši sdrůženáři by nemohli ani ve své nejlepší formě v tomto skokanském závodě vážněji zasáhnout. Slušného umístění mohl dosáhnout Jindra, kdyby nebyl v prvním kole upadl.

Výsledky skoku:

			Bodů
1. Recknagel H. (NDR)	89,5,	86,0	230,0
2. Lesser W. (NDR)	80,5,	74,0	208,7
3. Brunner M. (NDR)	84,0,	72,5	208,3
4. Glass H. (NDR)	78,0,	74,5	208,1
5. Hryniowiecki Z. (Polsko)	79,0,	71,0	196,6
6. Stenersen S. (Norsko)	73,5,	73,5	194,2
20. Farský K. (ČSR)	67,0,	63,5	174,0
41. Jindra J. (ČSR)	67,0,	63,5	137,0

NASSAU

Nassau je malá vesnice asi s 1000 obyvateli, několik kilometrů od našich hranic, přibližně proti Teplicím, kam je vzdušnou čarou asi 15 km. V Německu je však tato vesnička již dobře známá. Pochází odtud jejich slavná běžkyňe Sonhilde Kallus a řada dalších německých ženských nadějí. Obyvatelé jsou vesměs rolníci. Nedělní večerní beseda odkryla nám jejich vysokou agilnost a budovatelské úsilí. Kulturní i tělocvičné vystoupení mělo na místní podmínky vynikající úroveň. Vesnice Nassau svým položením, dobrými sněhovými poměry a tvrdým životem je skutečně dobrým prostředím pro růst závodnic náročného lyžařského sportu, jakým je běh na lyžích. Ubytovací podmínky v Nassau nejsou, a tak jsme byli ubytováni v městečku Frauenstein, vzdáleném asi 5 km.

ŠTAFETY 3x5 km

Prvý závod — štafety — probíhal za teploty 24 stupňů C v sobotu od 15 hodin. Naše štafeta běžela v sestavě Patočková, Fajstauerová, Lauermannová. V soudružku Patočkovou — osvědčenou bojovnici pro prvá kola — jsme vkládali značnou naději. Nesplnila ji a přijela jako pátá téměř s dvouminutovým zpožděním za prvou Švédkou. Poněkud lépe běžela Fajstauerová, a podařilo se jí zlepšit postavení štafety z pátého na čtvrté místo, které Lauermannová jen udržela.

Výsledky štafet:

1. ŠVÉDSKO:	3. NDR II.:	
Martinson	Söldner	23:18
Elofsson	Bader	23:24
Bergsten	Göhler	22:59
	1:07:58	1:09:41
2. NDR I.:	4. ČSR:	
Borges	Patočková	24:18
Spiegelhauer	Fajstauerová	23:50
Kallus	Lauermannová	24:08
	1:09:23	1:12:16

BĚH NA 10 km

Druhého závodu — běhu na 10 km, který probíhal hned následující den ve dvou kolech na trati štafet — se zúčastnila kromě běžkyň štafety též soudružka Srnková. Všeobecně byl mazán klistr. I když lze italskému klistru Rode, kterým mazaly Němky, připustit určité přednosti, byly to především fyzická zdatnost, vůle a bojovnost, které přinesly německým závodnicím tak výrazné vítězství.

Výsledky běhu na 10 km:

1. Kallus (NDR)	44:21	8. Standberg (Šv.)	47:50
2. Borges (NDR)	45:41	9. Bergsten (Šv.)	48:00
3. Spiegelhauer (NDR)	46:06	10. Bader (NDR)	48:03
4. Elofsson (Šv.)	46:36	11. Srnková (ČSR)	48:30
5. Göhler (NDR)	46:37	14. Lauermannová (ČSR)	48:48
6. Martinsen (Šv.)	47:38	16. Patočková (ČSR)	49:37
7. Jahns (NDR)	47:45	21. Fajstauerová (ČSR)	50:03

To byl velmi stručný popis jednotlivých závodů a pro nás skutečně značně nepříznivých výsledků, které nás nutí k úvahám. Není tomu dlouho — v roce 1951 — kdy se k nám přišli němečtí závodníci učit. Byly to prvě jejich kroky a skoky, které dělali s námi na Fučtkově a Labské boudě. Dnes jezďme my, učitelé, do Německé demokratické republiky, abychom se obdivovali jejich výkonům.



Kuno Werner, vítěz běhu na 15 km.

KDE JSOU PŘÍČINY NEÚSPĚCHU A NAŠE CHYBY

Je nesporné, že současná organizační i hospodářská zajištění závodního lyžařského sportu v NRD jsou pro jeho rozvoj podstatně příznivější než u nás. Například ve sportovním klubu Dynamo Klingenthal je v celoroční přípravě 40 příslušníků pohraniční stráže, vybraných z předních německých závodníků. Zmíněný klub má vlastní sportovní školu dorostu klasičkových disciplín s osmdesáti žáky, vybranými opět mezi nejlepšími mladými lyžaři NDR. Bydlí celoročně v internátě Dynamo a pečuje o ně sedm trenérů. Žáci studují přitom na střední škole v Klingenthalu. Klingenthal leží přímo v horách, takže členové Dynamo mají velmi příznivé podmínky celoroční přípravy, které doplňuje lyžařský stadion s novým moderním můstkem, vzdálený 200 metrů od ubikací. Podobně je organizován sportovní klub armády SC Vorwärts, dále SC Traktor a SC Motor, kromě dalších menších klubů.

Také zájem a pomoc obyvatelstva je nevidaná. Výstavby můstku v Klingenthalu se zúčastnilo celé město a na prvé závody přišlo 70 000 diváků. Na běh žen na 10 km v Nassau, vesnice je vzdálená 40 km od většího města, přišlo 10 000 diváků.

Jsou to podstatně příznivější podmínky, než za jakých roste závodní lyžování u nás, a bude rozhodně nutné vzít si z těchto poznatků a výsledků tohoto systému ponaučení, nechceme-li hrát poslední housle ve světě. Je však třeba si uvědomit, že samo lepší hospodářské zajištění nezastaví pokles úrovně, že je tu ještě další nedostatek, a to v lidech a v jejich práci. Z čeho pramení odvaha mladých německých skokanů, bojovnost a vůle německých běžců? Růst těchto vlastností není přece závislý na materiálních podmínkách, a přesto se nám jich nedostává. Vezměme případ sdrůženáře Flaugera. Ve skoku pro závod sdrůžený, ve kterém byly dosahovány délky kolem 60 metrů, skočil v prvním kole 65 m s pádem, ve druhém 83 m s pádem a ve třetím dokonce 94,5 m a opět s pádem. Nezalekl se, nepolevil. To je vzor tvrdosti a vůle, a takovou cestou rostou praví bojovníci. Běh žen na 10 km probíhal za ztížených podmínek. Tupý sníh a krátký skluz, technika se nemohla uplatnit. Opět slavila triumf vůle, bojovnost a houževnatost německých závodnic, které krátkým krokem, ale s daleko vyšší frekvencí, dokázaly přesvědčivě zdolat švédské i naše závodnice.

Všimněme si uvědomělosti německých závodníků: Například Kallusová po skončené zimě doslova dře v hospodářství a přitom pravidelně běhá a cvičí ve značných dávkách. Borgesová pracuje na těžké lesní práci. To všechno bez přesvědčování a kontroly, ale uvědoměle, s myšlenkou na úkoly a cíle v zimě. A takové uvědomění můžeme nalézt téměř u všech německých závodníků.

Závěrem chci říci: Chceme-li držet krok ve špičkových výkonech, musíme jej držet i v podmínkách v přípravě. Musíme podstatně zlepšit organizační i hospodářské zajištění dlouhodobé přípravy reprezentantů, bez kterého při dnešním rozvoji sportu a stále vyšší péči ve všech zemích nemůžeme obstát. Výchova reprezentantů k vlastnostem, bez kterých nelze ani při sebelepším materiálním zajištění vítězit, to je ke kázni, bojovnosti, houževnatosti, k socialistickému vlastenectví, kterých se našim závodníkům potřebně nedostává, musí být cítělná a nekompromisní. Musíme pečovat jen o ty lyžaře, kteří rádi a uvědoměle budou plnit stanovené úkoly.

BOHUSLAV TVRZNIK

Lyžařství 7

FÖHN A JEHO ÚČINKY

Každý z milovníků hor a zvláště lyžařů se již jistě setkali s teplým, suchým vzduchem, který zvláště v zimních a jarních měsících vane s horských hřebenů do údolí a způsobuje zde prudké oteplení a oblevu. Bude proto jistě zajímavé seznámit se s příčinami vzniku tohoto větru a jeho účinky na přírodu i lidský organismus. A bude to jisté i potřebné, neboť vznik föhnu je jednou z otázek pro zkoušky lyžařských cvičitelů.

Téměř ve všech souvisejších pohorších země můžeme pozorovat větry, které se na závětrné straně za určitých synoptických podmínek projevují jako abnormálně teplé a relativně velmi suché. Tyto větry, dosahující někdy i bouřlivé síly, bývají označovány názvem föhn. Tento název, kterého se užívá hlavně v alpských zemích, se ujal pravděpodobně z latinského favonius, což znamená vlahý. V různých krajích má svoje lokální názvy, např. ve Francii »vent du midi«, na severní straně Pyrenejí »španělský vítr«, v Argentíně »zonda«, v Severní Americe »chinook«, v Rakousku »Schneefresser«, Traubenkocher« apod.

Föhn vzniká při přetékání vzduchu přes horskou překážku. Za normální povětrnostní situace však vzdušný proud zvednutý vzhůru vlivem horského hřebene klesá až ve značné vzdálenosti od hor, zatím co v bezprostřední blízkosti překážky se tvoří vítr, jehož spodní proudy směřují proti všeobecnému proudění. Ke vzniku föhnu je třeba, aby v blízkosti závětrné strany překážky byla tlaková níže, cyklona, která odsává vzduch a nutí vzdušný proud přetékající přes

hřeben, aby ihned klesal dolů nahradit odsátý vzduch. V tomto případě dochází zde k onomu značnému zvýšení teploty, bývá to 5—15°C, podle výšky překážky. Nejmarkantnější je tento úkaz brzy na jaře, kdy způsobuje prudké tání sněhové pokrývky a uvolňování lavin. Při tom bývá charakteristické počasí, jako dobrá dohlednost, hory se zdají jasné a modré, oblačnost bývá typu altocumulu lenticularis (oválné ojedinělé mraky podoby čoček). Nad vrcholky se udržuje oblačná föhnová zeď, která i přes silný vítr zůstává na místě (viz obr.).

Podle starých teorií byl původ föhnu hledán někde na Sahaře, případně byla domněnka, že je to teplý antipasát vanoucí od Antil. Teprve s rozmnožením sítě meteorologických stanic, když se zjistilo, že tentýž vítr na návětrné straně hor je chladný a vlhký, padly tyto domněnky. Ukázalo se, že původ je třeba hledat někde při přechodu hor.

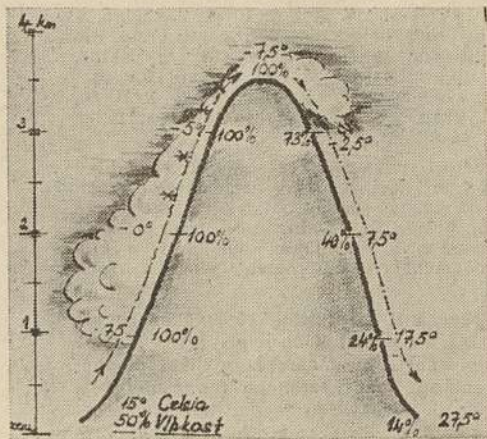
Je známo, že s výškou ubývá tlaku. Proto na návětrné straně horské překážky, kde vzduch je nucen vystupovat vzhůru, přichází do oblasti, kde je menší tlak, rozpíná se, k této práci potřebuje energii, kterou vydává ve formě tepla. Proto se ochlazuje, a to o 1°C na 100 m výšky. Na závětrné straně opět sestupuje, dostává se do oblasti, kde je tlak opět vyšší, stlačuje se a tím i zahřívá opět o 1°C na 100 m sestupu. Na vrcholku je tedy vzduch nejchladnější, na obou úpatích, pokud jsou ve stejné výši, má stejnou teplotu. Jiný případ nastane, ochladí-li se vzduch na návětrné straně natolik, že neudrží v sobě obsaženou vlhkost (čím chladnější vzduch, tím méně vlhkosti pojme) a tato se vycondensuje ve formě oblačnosti, případně deště. V tomto případě se bude vzduch od dosažení 100% vlhkosti (vytvoření mraku) ochlazovat při výstupu již o méně než 1°C na 100 m, bude to v průměru pouze asi 0,5 až 0,6°C na 100 m výstupu. Je to proto, že tak jako při přeměně vody ve vodní páru bylo zapotřebí určitého tepla, tak nyní obráceně, při kondensaci vodní páry ve vodní kapičky (mraky) se toto tzv. utajené teplo uvolňuje a vzduch se jím ohřívá. Na závětrné straně, když vlhkost se na návětrné straně ve formě mraku či deště vysrážela, vzduch se při sestupu opět otepluje po celé cestě o 1°C na 100 m sestupu. Oteplováním se též rozpouští zbylá oblačnost, mraky zůstávají jako föhnová zeď na vrcholku hřebene a vzduch na závětrné straně je mnohem teplejší a suchší než na straně návětrné. Celkové oteplení je patrné z nakresleného schématu (viz obr.).

Toto bylo vysvětlení vzniku horského föhnu. Pro úplnost je třeba dodat, aby nebylo zaměňováno ochlazením vystupujícího vzduchu s normálním ochlazením ovzduší s přibývajícím výškou, které činí průměrně 0,6°C na 100 m. V přírodě vzniká föhn i za jiných situací, jako např. v tlakové výši tzv. anticyklonární föhn. To však nás již nebude tolik zajímat.

Föhnové účinky v přírodě a na člověka. V průměru se jeví föhn jako mírný vlahý vítr, který zpravidla působí pěkné suché počasí. U nás jsou to kromě téměř všech pohoří hlavně jižní svahy Vysokých Tater se svými klimatickými léčebnými středisky a žatecká chmelová oblast na závětrné straně Krušných hor. Jsou však případy, zvláště ve vysokých pohořích, kdy föhn nabývá bouřlivé síly a je postrachem pro domorodé obyvatele. Ve Švýcarsku dosáhla v roce 1879 föhnová víchřice takové síly, že vyvrátila 600 000 plnometrů dřeva. Při föhnu vznikají také často lesní požáry, vzhledem k velmi suchému vzduchu. V některých švýcarských kantonech platil dokonce dříve zákon o zákazu kouření v lese ve föhnových obdobích.

Pro lyžaře je zvlášť důležité velké nebezpečí uvolňování lavin. Při prudkém föhnu se sněhová pokrývka naplne vodou jako houba a vznikají velmi často **nebezpečné laviny z mokrého sněhu**, případně i **základové laviny**. Ve výškách, ve kterých je teplota pod bodem mrazu, je toto nebezpečí pochopitelně zmírněno. Blížíme-li se však k vrcholům hřebenů a hřbetů, přicházíme do sněhu, který se při föhnu na závětrné straně nakupuje a opět dává možnost vzniku lavin. Tento sníh bývá někdy pro lyžaře a horolezce ještě nebezpečnější než mokrá sněh v nižších polohách. Také bezprostředně po föhnu, kdy znovu začíná mrznout, dochází k padání **deskových lavin**. Promoklý sníh mrzne, jeho objem se zvětšuje a dochází k velkému napětí v horních sněhových vrstvách. Jejich rozrušení např. stopou lyží dává potom možnost ulomení velkých sněhových ploten.

Föhn má určité účinky i na lidský organismus. Z dochovaných písemností vysvítá, že se již počátkem 19. století zabývali lidé těmito lékařskými problémy föhnu. U některých typů lidí s citlivější nervovou soustavou dostávají se již před příchodem föhnu některé příznaky, jako bolesti hlavy, celková únava, bolesti v kloubech, melancholie, neschopnost k větší duševní práci, neklidný spánek a pod. Při föhnu a tlakových depresích byl zjištěn negativní, při tlakové výši pozitivní vliv na lidský organismus. Byla zjištěna podrobnost föhnové nemoci s psychofysickými účinky přechodu frontálních a tlakových poruch. Při föhnu bylo nápadně vyšší procento



Příklad působení föhnu, kdy při vytvoření oblačnosti a srážek na návětrné straně hřebene 3500 m vysokého se oteplil vzduch z původních 15 stupňů na 27,5 st. C a jeho relativní vlhkost se snížila z 50 na 14 procent.

úrazů, nesvárů a rozepří. Lékařsky bývají původny fohnové nemoci vysvětlovány různými teoriemi, jako je změna elektrických poměrů v atmosféře, teorie cizích plynů, teorie kolísání množství kyslíku v ovzduší nebo kolísání tlaku.

V moderní meteorologii je možnost předpovídání vzniku fohnu již reálná. Podle celkové synoptické situace, rozmístění tlakových útvarů a směru větru lze dosti spolehlivě předpovědět fohn a varovat tak lyžaře a horolezce před nebezpečnými výstupy a turami v lavinově nebezpečných místech.

Mario Zapletal

Fohnová zeď na vrcholcích Vysokých Tater při severozápadním proudění. Přes silný vítr zůstává oblačnost pouze na návětrné straně. Na závětrné straně se mraky fohnovým účinkem rozpouštějí.



ZA DESET LET

Deset let je hodně dlouhá doba a mnoho se dá za ta léta vykonat. A tak, abych trochu připomněl jména, která v uplynulém desetiletí (od roku 1950 do letoška) byla na předních místech našeho závodního lyžování, sestavil jsem tento malý přehled o nejúspěšnějších závodnících v klasických disciplínách.

V jednotlivých disciplínách jsem ohodnotil prvých šest závodníků z každého přeboru 7-5-4-3-2 a 1 bodem, a tak jsem vypočítal počty bodů nejúspěšnějších závodníků v té které disciplíně. Dále jsem ještě sečetl, kolikrát se který závodník umístil mezi prvými deseti, tj. po kolik let byl v mistrovství mezi nejlepšími.

MUŽI:

Běh na 15 km (do roku 1953 na 18 km):

- | | | |
|------------------|---------|---------------------------|
| 1. J. Cardal | 47 bodů | — pětkrát mistr republiky |
| 2. Vl. Melich | 29 bodů | — dvakrát mistr republiky |
| 3. J. Prokeš | 21 bodů | — jednou mistr republiky |
| 4. I. Matouš | 12 bodů | — |
| 5. K. Dvořák | 13 bodů | — jednou mistr republiky |
| 6.-7. E. Okuliar | 10 bodů | — jednou mistr republiky |
| 6.-7. R. Čilík | 10 bodů | — |

Mezi prvými deseti se umístil J. Cardal devětkrát, Vl. Melich osmkrát, I. Matouš a inž. Hlaváč šestkrát a J. Prokeš pětkrát.

Běh na 30 km (pořádán od roku 1954):

- | | | |
|----------------------|---------|---------------------------|
| 1. J. Cardal | 25 bodů | — třikrát mistr republiky |
| 2. R. Čilík | 18 bodů | — dvakrát mistr republiky |
| 3. J. Prokeš | 15 bodů | — jednou mistr republiky |
| 4. I. Matouš | 12 bodů | — |
| 5.-6. inž. K. Hlaváč | 8 bodů | — |
| 5.-6. J. Stebel | 8 bodů | — |

Při všech šesti mistrovských závodech dojel v prvé desítku J. Cardal. Čtyřikrát se do desátého místa umístili J. Stebel, R. Čilík a J. Prokeš, třikrát Matouš, Malinský a Balatka.

Běh na 50 km:

- | | | |
|-------------------|---------|---------------------------------------|
| 1. J. Cardal | 70 bodů | — získal všech 10 mistrovských titulů |
| 2. inž. K. Hlaváč | 22 bodů | — |
| 3. Fr. Balvín | 18 bodů | — |
| 4. K. Dvořák | 15 bodů | — |
| 5. Fr. Zajíček | 12 bodů | — |
| 6. O. Blažíček | 11 bodů | — |

Kromě J. Cardala, který získal všech deset mistrovských titulů, byli nejčastěji mezi prvými deseti K. Dvořák osmkrát, inž. K. Hlaváč sedmkrát a Zajíček a Šir pětkrát. Za zajímavost ještě stojí uvést, s jakým náskokem vyhrával Jarda Cardal mistrovské padesátky. S největším náskokem — 12 minut 30 vteřin vyhrál v roce 1957 a o 11 minut 42 vteřin v roce 1954. Naproti tomu letos vyhrál pouze o 31 vteřin a v letech 1958 a 1951 o 2 minuty 38 vteřin a 2 minuty 41 vteřin.

Závod sdružený:

- | | | |
|----------------|---------|----------------------------|
| 1. Vl. Melich | 57 bodů | — šestkrát mistr republiky |
| 2. J. Nüsser | 33 bodů | — dvakrát mistr republiky |
| 3. M. Janoušek | 21 bodů | — |

- | | | |
|--------------|---------|--------------------------|
| 4. V. Lahr | 14 bodů | — jednou mistr republiky |
| 5. J. Kubica | 12 bodů | — |
| 6. J. Šipek | 10 bodů | — |

V prvé desítku se nejčastěji umístili Vl. Melich devětkrát, J. Nüsser sedmkrát, Janoušek šestkrát a J. Kubica a Vl. Lukeš pětkrát.

Skok prostý:

- | | | |
|---------------|-----------|-----------------------------|
| 1. D. Jebavý | 40 bodů | — čtyřikrát mistr republiky |
| 2. Z. Remza | 30,5 bodu | — jednou mistr republiky |
| 3. F. Felix | 28 bodů | — třikrát mistr republiky |
| 4. J. Bulín | 14 bodů | — jednou mistr republiky |
| 5. H. Rieger | 13 bodů | — |
| 6. A. Chroust | 12 bodů | — |

Přebor republiky ve skoku byl proveden v uplynulém desetiletí pouze devětkrát, když v roce 1957 nebyl proveden pro nedostatek sněhu. Mezi deseti nejlepšími byl D. Jebavý osmkrát, Z. Remza sedmkrát, F. Felix šestkrát a A. Lenemayer, M. Bělonožník, Rieger a J. Nüsser pětkrát.

ŽENY:

Běh na 5 km (pořádán od roku 1954):

- | | | |
|-----------------------------|-----------|------------------------------|
| 1. L. Patočková | 32,5 bodu | — dvakrát mistryně republiky |
| 2. E. Lauermannová-Vašicová | 28 bodů | — třikrát mistryně republiky |
| 3.-4. E. Benešová | 19 bodů | — jednou mistryně republiky |
| 3.-4. O. Krasilová | 19 bodů | — |
| 5. M. Bartáková-Matesová | 8,5 bodu | — |
| 6. A. Fialová | 7 bodů | — |

Mezi prvými deseti byla Libuše Patočková ve všech šesti závodech, O. Krasilová a E. Lauermannová v pěti, M. Bartáková a Střížková ve čtyřech.

Běh na 10 km:

- | | | |
|--------------------|-----------|------------------------------|
| 1. E. Lauermannová | 29 bodů | — dvakrát mistryně republiky |
| 2. L. Patočková | 24 body | — dvakrát mistryně republiky |
| 3. M. Bartáková | 23,5 bodu | — jednou mistryně republiky |
| 4.-5. K. Leiková | 22 bodů | — dvakrát mistryně republiky |
| 4.-5. O. Krasilová | 22 bodů | — jednou mistryně republiky |
| 6. M. Weishäutlová | 19 bodů | — jednou mistryně republiky |
| 7. E. Benešová | 12 bodů | — jednou mistryně republiky |

V prvé desítku dojela nejčastěji O. Krasilová devětkrát, E. Lauermannová sedmkrát, Bartáková, Patočková, Milada a Marie Mečířovy a Střížková šestkrát. Pětkrát se umístily mezi prvými deseti závodnice, které již závodní činnosti zanechaly, a to K. Leiková, M. Lukešová a I. Linková.

Tento přehled nám ukazuje, jakou roli hrál v uplynulých deseti letech mezi našimi běžci Jarda Cardal. Z 26 vypsaných běžeckých mistrovských závodů vyhrál 18. Druhým nejúspěšnějším závodníkem v boji o mistrovské tituly je Vlasta Melich, který ke dvěma titulům v běhu na 15 km připojil šest v závodech sdruženém. Skokan Drahoš Jebavý získal čtyřikrát mistrovský titul ve skoku a pátý v závodech sdruženém.

U žen se na nejvyšší stupni vystřídal sedm závodnic, z nichž nejúspěšnější jsou Eva Lauermannová s pěti a Libuše Patočková se čtyřmi mistrovskými tituly.

VÁCLAV SETNIČKA



Chumelilo se, chumelilo...

Je to divné. Člověk by měl za to, že chumelenice nezbytně začíná zamračeným nebem, pořádnými jako olovo šedými mraky, a zatím, tu máš: prý nedůvěrou a pochybováním. Zbystřil jsem sluch, abych to lépe všechno odposlouchal, a protože jsem vyslechnul zajímavé věci, můžete o tom také zvědět.

Dospělí nedůvěřují

Dospělí jsou daleko nedůvěřivější než děti. Někdy k prospěchu, jindy naopak ke škodě. Když se tak vpůli ledna začalo po brněnských Závoděch Jana Švermy vykládat, že se budou pořádat lyžařské zájezdy pro děti-školáky, vzbuzovaly nedůvěru tyto okolnosti (však posuďte sami): tak za á se prý bude jezdit každý den a k tomu už ve dvanáct; copak to má někdo čas, když se dělá od osmi? Za bé to prý má stát jen pětikorunu (a uznejte, když je sníh až na Vysočině, kam se dá dojet takhle za pár korun)? Za cé se prý ani nikde nebudou brát přihlášky, nic se nebude sepisovat, a kdo přijde, každý pojede. Copak to jde, takhle něco jednoduše chystat, připravovat a organizovat! To je panečku nápad, v čí hlavě se to jen mohlo zrodit? Konečně, počkáme, za pár dnů se dáme překvapit a uvidíme.

Jaképak pochyby

Děti v patronátních školách nebyly tak úzkostlivé. Jak by také mohly a proč, když jim o těch lyžařských zájezdech děti říkali soudruzi učitelé. Ja-

képak pochyby! Jako největší samozřejmost přijímali zvěsti o lyžařských zájezdech žáci a žačky Spartaku ZJŠ. Jsou již na leccos zvyklí: když se celý rok chodí cvičit, když se pořádají zadarmo filmové soboty, nebo když loni začaly pro všechny žáky kurzy v plavání, proč by se také nemohlo jezdit na sněh — no né?

Dobrá organizace

Blížily se horem pádem pololetní prázdniny. Zatím co rodičové pochybovali, jejich děti špekulovaly, jak

to chytře udělat, aby se mohlo jezdit třeba každý den, cvičitelé lyžařského oddílu Spartaku ZJŠ promýšleli do detailu celou velkou akci a všechno důkladně připravovali. Jední měli na starosti organizování přepravy autokary závodu i ČSAD, druzí prováděli osobním autem jako na vojně průzkum vhodných nejbližších terénů; další měl na starosti zajištění teplého občerstvení a připravení »sálu« v místní hospodě pro přípravu a převlékání dětí po příjezdu autokarů a před návratem domů, jiní organizaci výcviku i náborových závodů, a samozřejmě ani na propagaci nebylo zapomenuto. Nějaké zkušenosti z hromadných zájezdů dětí byly z loňska, daly se hlavy dohromady — a koncem ledna bylo vše připraveno. (Nebojte se, na chumelení také dojde.)

980 dětí závodilo

Od neděle 1. do neděle 8. února bylo uskutečněno 8 polodenních zájezdů dětí. Prvý den čtyřicet účastníků, druhý osmdesát, třetí stopadesát — jako hub po dešti rostlo těch mladých lyžařů každý den před dvanáctou u brněnských Závodů Jana Švermy. Uměrně tomu, jak rychle se odpařila veškerá nedůvěra a celé to pochybování. Bylo po nedůvěře. Kdo přišel, každý jel. Buď bylo více autokarů, nebo v neděli se jelo na směny: v sedm a o půl deváté, jen co se dokázal autokar vrátit. Maximální účast 200 dětí v jednom dnu. Celková účast 980 — to je stručná statistika.

Spokojenost u všech

Na zájezdech všechno klapalo. Během jízdy byly děti sepsány podle věku, byl oznámen časový program dne. Po příjezdu do Osik šly děti hned do hospody se převléci a připravit. Děti si tam rovněž odložily jídlo a zbytečné svršky, při závodech tam byla vydávána startovní čísla a byly tam v teple napsány potřebné protokoly. Cvičitelé si odtud odváděli mládež již ve družstvech na louky. Po ná-



vratu čekal na všechny na stolech čaj, či vydatná gulášová polévka. Kromě několika zlomených lyží nebyly zaznamenány žádné úrazy, kromě několika ztracených řemínek a drobností nebyly jiné závady. Brněnské děti tak prožily mnoho krásných chvil, desítky hodin na čerstvém zdravém vzduchu a při radostném sportování.

Nachumelilo přes 200 Spartakiádních vloček

Tak jsme se dostali až k té chumelnici. I když se náborových závodů na těchto zájezdech nezúčastnili zdaleka všichni, přece jen vloček nachumelilo dost. S loňskými 34 (byly to jedny z prvních v Brně vůbec) jich už našli mladé lyžařky a mladí lyžaři zásluhou Spartaku ZJŠ Brno přes dvě stě. Kdyby tak chumelilo všude, mohla by z toho vzniknout i vločková kalamita. Stejně prý jsou stížnosti, že někteří zaměstnanci KV ČSTV místo odpovědného zajištění průkazek pro soutěžící spekulují zešíroka, kdo vlastně to má v kompetenci a do které rubriky, položky a podpoložky rozpočtu to zařadit. Zatím určité průkazky v Brně nejsou a měli jste vidět ty smutné obličejce dětí, když se na velké besídce účastníků zájezdů 19. února dověděly, že průkazky dostanou až dodatečně poštou.

Československý rozhlas vysílal

Ta besídka byla snad jediná věc, která přivedla pořadatele trochu z míry. Sešlo se totiž na dvě stě padesát účastníků i s rodiči, babičkami

a sourozenci — a nebylo možno sehnat jinou místnost než pro 150 lidí! Pobesedovali si o lyžování, zhlédli film »Lyžařská abeceda«, byly rozdány diplomy všem účastníkům a vločky i s první zlatou Jirky Černého. Byly promítány fotografie ze zájezdů a závodů (to zase s lyžaři spolupracovali členové fotokroužku závodního klubu) a nejuspěšnější mladí závodníci dostali pěkné knížky. Besídku natáčel i Československý rozhlas a tak mohli k posluchačům promluvit nejen tatínkové o své spokojenosti s celou akcí, ale také nejmladší lyžaři o svých zážitcích.

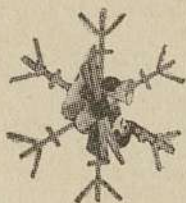
Domů se tehdy rozcházely děti nerady. Zrovna popadával snížek a vítr honil vločky brněnskými ulicemi. Ještě že kromě diplomů a červených a modrých vloček hrálo pomýšlení, že zima neskončila. Vždyť tam ti cvičitelé (oni vám dnes v civilu nevypadali tak pěkně jako tehdy na sněhu ve větrovkách a šponovkách) navrhli rodičům, aby dopřáli dětem třídní zájezd do Jeseníků před velikonocemi; že bude stát jen 25 Kčs a že tam bude možno získat další vločky. Ale proč jen tam tak mluvili o tom, že nejdřív musí děti plnit povinnosti, pak teprve ve volných chvílích pravidelně sportovat, proč i tam člověk musel slyšet o škole, prospěchu a vzorném chování? Inu, musíme si dát pozor, dělat dobrotu a všechno tak, aby nějaká hloupost takový lákavý podník nepřekazila...

Dál už nevím nic. To dál se totiž teprve všechno stane — a pak vám třeba o tom zase povím.

Dr. Zdeněk SOUČEK



VI. MEZINÁRODNÍ



Jestliže byly letos potíže s uspořádáním mistrovství ČSR, zdálo se, že budou ještě větší potíže s uspořádáním mezinárodních závodů v Harrachově. Harrachov byl totiž dole úplně beze sněhu a všeobecně se počítalo s odřeknutím závodů. Harrachovští však věděli, že zrušení závodů by poškodilo dobrou tradici, kterou tyto závody mají, a přes veškeré obtíže se rozhodli závody uskutečnit. A tak všichni účastníci ať z Finska, Francie, Maďarska, NDR, NSR a Polska či z ČSR byli překvapeni kvalitou a pečlivou přípravou tratí, které Harrachovští položili na severní straně do údolí Mumlavy. Stopa byla bezvadně upravena, ve stráních pěkné, dostatečně široké chodníky vyházené lopatami, stopa z rychlého zrnitého sněhu bez jarních jehliček. Přesto že tratě byly budovány narychlo, byly všude odstraněny větve a upraveny průseky a tak všichni závodníci ať zahraniční či domácí si tratě pochvalovali a odpustili i dlouhý sjezd do cíle po cestě od Voškové boudy, který v daných sněhových podmínkách znamenal jediné ře-

šení. Zahraniční účastníci se vyjadřovali, že byl zázrak postavít takové tratě vlastně beze sněhu. Já se domnívám, že to byla veliká láska k lyžování a obětavá práce všech, kteří na tratích pracovali a dokázali, že jsou ochotni pro rozvoj lyžování nejen dobře pracovat, ale že mu také dobře porozumějí.

Trať patnáctky se skládala ze dvou okruhů; jednoho pětikilometrového (trať žen) a desetikilometrového, kde byly některé úseky společné. Tím, že trať vedla ve stínu, ovlivnilo slunečné počasí trať poměrně málo. Závodníci mazali hlavně tekuté vosky skare a klisť v různém poměru. Na start závodu nastoupilo 78 závodníků, z toho 16 cizinců. V této početné mezinárodní konkurenci zajel vynikající závod Ilja Matouš a v tomto závodě zvítězil. Po prvních pěti kilometrech vedl pouze o jednu vteřinu, ale nakonec zvítězil o 12 vteřin před výborně jedoucím Weissem z NSR a 35 vteřin před nejlepším Francouzem Mermetem. Velmi dobře zajel opět i další »Brančák« — reprezentant Ladislav Hrubý, který je letos nejspolehlivějším závodníkem. I ostatní naši závodníci zajeli dobře. Do prvních dvaceti se do-



Libuše Patočková (startovní číslo 16), Eva Lauermanová (startovní číslo 11), a Rita Czech z NSR (startovní číslo 12) na trati závodu v běhu na 5 km (snímky vlevo). Z pohledu na tělovýchovné středisko v Harrachově je vidět jaký nedostatek sněhu byl letos na mezinárodních závodech (snímek vpravo dole).



ZÁVODY V HARRACHOVĚ

stalo pouze 6 ze 16 startujících cizinců. Dobrým výkonem překvapil i Němec Danhauer z NDR na pátém místě a devátý Francouz Arbez, před kterým však byli ještě naši Prokeš, Čilík a Blažíček. Také 11. místo sdruženáře Melicha zaslouhuje plné uznání. Zklamáním byl výsledek Finů, kteří se umístili až v druhé polovině a kterým k tomuto výsledku pomohlo jistě i odvážné mazání před závodem. Vždyť Fin Korhonen patří k finské špičce a dosáhl letos význačných úspěchů.

Na třicátce dokázal svou úroveň. To, že byl druhý za vítězným Mermetem o 19 vteřin, dokazuje, že Mermet jel v Harrachově ve výborné formě. Závod na třicet km se jel na delším okruhu z patnáctky, ke kterému byla přidána ještě část v horním úseku Mumlavy, aby měla trať správnou délku. Závod byl připraven stejně pečlivě jako patnáctka. Účast v závodě byla menší, ale přesto uspokojiví. Startovalo 42 závodníků, z toho 10 cizinců. Za vítězným Mermetem a druhým Korhonenem se umístil reprezentant Rudla Čilík z Kremnice a opakoval tak v třicítce své vítězství z mistrovství ČSR. Bojoval na trati od prvního kilometru, a i když v 10. km

byl na sedmém místě, dokázal se do cíle propracovat na místo třetí. V těsném vteřinovém rozdílu za Čilíkem dojel opět velmi dobře jedoucí Ladislav Hrubý a dále Novoměsták Jan Blažíček, který v prvních deseti km měl s Mermetem nejlepší čas.

A nakonec nás mile překvapily výsledky a malé časové rozdíly, jako kupř. šestý Francouz Arbez čas 1:40:19, Jeřábek z Dukly o 1 vteřinu sedmý, Prokeš o 5 vteřin osmý, Danhauer z NDR o 11 vteřin devátý, Weiss z NSR o 20 vteřin desátý.

Matoušovo vítězství i velmi pěkné výkony našich dalších běžců vidělo jen velmi málo diváků a i odezva v tisku a rozhlase byla tradičně malá. Přes malý zájem veřejnosti skončil závod úspěšně a všichni zahraniční účastníci byli nadmíru spokojeni a jistě se příští rok zase do Harrachova rozjedou. A protože byl Harrachov posledním běžeckým závodem v tomto roce, přejeme si, aby v příští zimě bylo více tak pěkně připravených závodů i jinde než v Harrachově a aby naši běžci bojovali stejně úspěšně, jako tomu bylo na VI. mezinárodních závodech v Harrachově.

Bohuslav Sýkora

Start a cíl všech běžeckých závodů byl přeložen do údolí Mumlavy (snímek vlevo dole). Trenér J. Skrbek a vedoucí jednotlivých zahraničních družstev B. Riedel — NDR, H. Egger — NSR, E. Lindenberg — Finsko a J. Jacquenod — Francie, jdou ke startu závodů v běhu (snímek vpravo nahoře).



Reprezentanti Francie J. Mermet (s holemi) a V. Arbez s jejich vedoucím J. Jacquenodem měli velkou radost z Mermetova vítězství (snímek uprostřed). — V běhu na 15 km zvítězil I. Matouš (snímek vpravo dole).

DO DISKUSIE

Vrcholná technika sjezdových disciplín ovlivnila i základní výcvik. Tím také přinesla mnoho metodických problémů. Nejedná se o nich se pokouší u nás řešit nová československá učební osnova, která byla v minulém roce předložena veřejnosti ve skriptech.

Chtěl bych se ve svém příspěvku dotknout dvou věcí:

1. Problému nové učební osnovy vzhledem k obsahu a zařazení některých prvků.
2. Techniky provedení některých prvků a zkušenosti s nácvikem.

1. Obsah a zařazení některých prvků

Osnova tak, jak je členěna, dává cvičiteli velké možnosti pro jeho vlastní pedagogickou činnost. Domnívám se, že dává až příliš velké možnosti, takže tato výhoda pro zkušeného pedagoga se může stát nevýhodou pro ty, kteří nemají mnoho zkušeností. Pro druhé by bylo třeba na začátku uvádění osnovy v život vypracovat podrobné návody, jak postupovat v různých podmínkách (lidé, výstroj, sněh atd.).

Jako všechny učební osnovy je i tato členěna do celků, které mají zaručit určité zvládnutí terénu. Nová československá učební osnova na rozdíl od ostatních osnov (cizích) řeší také problém diferenciací výcviku, nejen podle nadání žáků (který řeší jen na okraji), ale i problém diferenciací podle jednotlivých lyžařských disciplín. (I. základní výcvik, II. základní diferencovaný výcvik, běh a sjezd, III. běh, sjezd, skok.)

V základním výcviku, který končí přívratnými oblouky, je poměrně dost prvků pro zvládnutí terénu, ale neobjevuje se tam jako samostatný prvek odšlapování. Je sice uveden na str. 22 učební osnovy při popisu jízdy šikmo svahem jako jeden ze způsobů cvičení při jízdě šikmo svahem těmito slovy: »... provádíme jednoduché odšlapnutí ke svahu a s tím zdůrazněné zahranění a přenášení váhy těla...«

Myslím, že by bylo zcela zbytečné, abych se na tomto místě podrobně zabýval zkušenostmi při nácviku odšlapování, jeho hodnotou pro výcvik rovnováhy a jeho důležitou funkcí při výcviku jako první změny směru jízdy. Nechci také dále hovořit o tom, že by mělo být zařazeno v základním výcviku případně bruslení.

Domnívám se, že uvedené prvky by tam měly nutně být přinejmenším na stejné úrovni jako ostatní prvky.

Základní diferencovaný výcvik: V této části základního výcviku je řešen problém diferenciací. Nemohu se zabývat otázkou vhodnosti či nevhodnosti této časté diferenciací, protože nemám dostatek zkušeností v ověřování si tohoto rozdělení v praxi. V této části není detailně uvedeno, podle jakých zásad se má toto dělení provádět. Chci jen poukázat na nedostatečný počet změn směru jízdy. Počet prvků pro změnu směru jízdy je postačující, jen pokud se týká změn směru přívratem. Bylo by třeba, aby tato část výcviku byla rozšířena o další změnu směru — **nadlehčovaný smyk od svahu**. A tady přicházíme k dalšímu problému, který nová československá osnova dostatečně neřeší. Dalo by se říci, že ho vůbec neřeší, pokud by se za řešení nepokládaly dva příklady na str. 7 v pokynech pro užití osnovy.

Příklad: Sjíždění:

1. Pohyb v rovině a výstupy.
2. Sjezd přímo.
3. Smyk ke svahu.
4. Snožný smyk od svahu.
5. Přívratný smyk.
6. Jízda v obloucích pomocí přívratu.
7. Základy terénní jízdy.

Tento problém pokládám za stěžejní při vytváření metody nebo osnovy. Otázka výcviku snožnou nebo přívratnou technikou byla vždy ožehavým problémem. Po zkušenostech s výcvikem mládeže se ukázalo, že snožná technika se hodí pro většinu mládeže i pro nadané lyžaře. Vhodné volené prvky bylo možno docílit určitých úspěchů i u středně nadaných lyžařů, jak tomu nasvědčují výsledky docílené na některých vysokých školách, které aplikovaly metodu snožného výcviku.

Pokládám za nedostatek československé osnovy, že se s tímto problémem dostatečně nevyrovnila, že se i v tomto směru příliš orientovala na rakouskou školu, která je postavená výlučně na přívratné technice. Chtěl bych jen poznamenat, že problém výuky snožnou cestou byl řešen u nás i v cizině s dosti značnými úspěchy. Škoda, že se autoři neseznámili hlouběji s touto problematikou a že ji dostatečně neoceníli. Uvádí-li československá učební osnova v pokynech »pro nadané« cvik — snožný smyk od svahu, který je popsán v osnově tak, jak je prováděn rakouskou technikou, pak je tento postup předem určen k nezdaru. Víme totiž všichni ze zkušeností s výcvikem lyžařů, jak je obtížný. Ale pokud se provádějí smyky ke svahu i ze spádnicí způsobem popsáním v československé učební osnově, pak většina lyžařů zvládne cviky dobře. Jakmile se ale přejde ke smyku od svahu, nastává mnoho komplikací, které provádění ztěžují, ba dokonce někdy znemožní. Výsledek je pak velmi hubený.

Jsem přesvědčen, že je třeba žákům dát ve vyučovací metodě reálnou možnost, aby smyk od svahu zvládli. To se nepodaří snožným smykem v pojetí rakouském, ale rozhodně se to podaří nadlehčovaným smykem. Nemusíme mít obavy, že tento prvek u žáků vybuduje nesprávné pohybové návyky, protože se zásadně nijak pohybově neliší od moderního kristianie (vertikální pohyb). To, co moderní smyk tvoří: protinatočení a vyklonění boků, kolenu, to jsou všechno prvky, které si můžeme lehce doplnit později, když již ovládáme bezpečně změnu směru jízdy od svahu snožným způsobem. Podle mého názoru, který zatím není jediný, je důležité naučit žáky nejprve bezpečně jezdit snožné smyky. Ze zkušenosti vyplývá také fakt, že přechod k modernímu způsobu jízdy u průměrně nadaného lyžaře, který ovládá snožnou jízdu jinou technikou, je velmi snadný. U lyžařů, kteří doposud jezdili francouzskou technikou, s blokací, a těch u nás snad jsou jen mizivé zbytky, je obtížný přechod ze strnulého — statického postoje do uvolněného postoje. Pro někoho více, pro někoho méně — podle individuálního nadání. Nadlehčená kristianie pro francouzskou školu nebyla přijatelná pro zcela odlišný způsob odlehčení lyží.

2. Technické provedení některých prvků v československé učební osnově

Rakouská škola jasně říká, že se celou výukou táhne jako červená nit »převládající postoj«. Pravdou je, že skutečně tento postoj převládá, ale bohužel i tam, kde nemá svoje dostatečné oprávnění. Má svoje místo při vrcholu jízdy — snožném smyku od svahu i ke svahu. Tento smyk a tím i také tento postoj má svoje jasné požadavky, které jej činí tím, čím je. Jsou to rychlost a s tím také spojený sklon svahu a pak úzká stopa.

Hlavní chybou v rakouském metodickém zpracování je to, že tento postoj je promítnut směrem dolů v metodickém postupu do nezákladnějších prvků, bez ohledu na požadavky, které tento postoj vyžaduje. Zkušenosti, které byly shromážděny v této sezóně sledováním výuky a které jsou ve většině shodné s pozorováním jiných učitelů, ukazují, že dochází při nácviku k určitým typickým chybám, které jsou ve většině případů společné, a na to bylo poukazováno již při tvoření osnovy této části.

Například při jízdě šikmo svahem — typický postoj rakouské školy vede při zdůrazňování demonstrace prvku k přehánění i samotnými cvičiteli na mírných svazích. Žáci navíc špatným provedením se dostávají do záklonu, stojí na lyžích nepřírodně. Naprosto ne uvolněně, jak je nutné pro postoj při jízdě šikmo svahem.

Domnívám se, že by nebylo prohrěškem na vývoji lyžaře naučit ho normálnímu uvolněnému postoji při jízdě šikmo svahem na mírném svahu bez vyklonění a stočení trupu. Popsaný postoj v československé učební osnově aplikovat pouze tam, kde ho bude zapotřebí, a to nebude jistě v základním výcviku.

S tímto problémem úzce souvisí zařazení postoje do výcviku oblouků v přívratu a přívratných oblouků. Tady nastávaly dosti značné komplikace, neboť nesoustředěnost na hlavní prvek — zatížení vnější lyže — způsobovala roztočivné postoje. I když je třeba teoreticky dokázáno, že popsáný postoj rakouskou školou a československou učební osnovou je z hlediska zatížení optimální, přece jen [Pokračování na str. 17.]

PŘENÁŠENÍ VÁHY TĚLA PROTI LYŽI

Redakce »Lyžařství« dostala několik dopisů od čtenářů, kteří se v nich ptají, jak se **správně provede přenášení váhy těla proti lyži**, tedy poněkud jiným způsobem než se provádělo dříve, kdy se lyže v přívratu pouze zatěžovala.

Vysvětlení této otázky nebylo dosud věnováno nikde dostatek místa, takže pro mnohé se skutečně stala nejasnou a hledali v tom všelijaká tajemství. Pokusíme se objasnit smysl tohoto termínu »přenášení váhy těla šikmo proti lyži«, a to hlavně pro přívratnou techniku.

Musíme nutně vycházet z několika zásad:

1. Zatížení lyže dosahujeme odklonem trupu nad tuto lyži, tj. odklonem trupu od svahu při sjezdu šikmo svahem nebo při obloucích odklonem vně oblouku. Tento odklon je nejsnazší provést přes měkké břišní svalstvo v rovině frontální, ne tedy úklon trupu, kdy dolní oblouky žeberní narazí na kost pánevní. Je tedy trup pootočen vyšším nebo vnitřním bokem a ramenem vpřed, pánev je uvnitř oblouku.

2. Ve výuce moderní techniky se všude objevuje uvědomělé vysouvání patek lyží nebo patky lyže ven z oblouku, jakožto základní princip otáčení.

3. Tohoto vysouvání patky lyže nebo lyží dosahujeme změnou odklonu a torzí (zkroucením) těla podél jeho svislé osy. Nohy až po kyčelní klouby konají pohyb souhlasný se směrem oblouku, trup pohyb opačného směru.

4. Vysouvat zatíženou lyži nebo její patku můžeme pouze po ploše, čímž rozumíme určitý úhel mezi skluznicí lyže a sněhem, který toto vysouvání dovoluje. Správná volba tohoto úhlu je velmi důležitá pro úspěšné provádění. Jedná se tedy o vysouvání lyže po její vnitřní hraně, ne tedy absolutně po ploše, kdy může snadno dojít k zachycení o sněh vnější hranou vysouvané lyže, čímž není možno vysouvání provést.

5. Vysouvání patky lyže dosáhneme vtačováním kolena zatížené nohy dovnitř, dopředu a dolů, přičemž je nutno zatěžovat více přední část chodidla než patu.

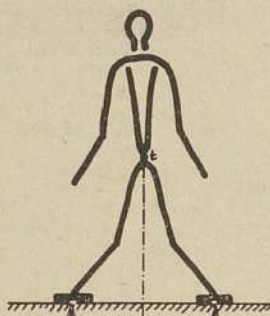
6. Vysouváme-li vnější lyži do přívratu (při přívratném oblouku a smyku), posunujeme ji v přívratu poněkud dozadu vzhledem k druhé lyži. Tím docílíme většího zatížení přední části chodidla při přenášení váhy těla, vnější bok se posune dozadu a tím umožníme vysunutí patky lyže ven z oblouku (viz bod 1 a 5).

7. Pokládání lyží na plochy či zhranění docílujeme se v moderní technice hlavně menším či větším vytlačováním kolien eventuálně pánve ke svahu nebo dovnitř oblouku, ne tedy jako dříve prací svalstva okolo hlezenného kloubu.

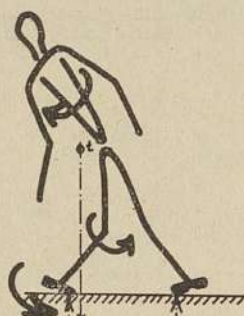
Jedná se tedy celkově o docílení takové polohy nohy vzhledem k lyži, která umožňuje při zatížení lyže nebo lyží vysouvání směrem vnějším. Z této šikmé polohy nohy a celkového postoje vznikl termín »přenášení váhy těla šikmo proti lyži«. Věříme, že toto osvětlení postačí pro objasnění, i když není zcela vyčerpá-

vající. Nezapývá se např. otázkou celkové stability v obdobných postojích různých technik, namáhání nohou a účelnosti různých provedení, biomechanickým rozbohem atd. Otázka stability postoje, lepší schopnost vyrovnávat ztracenou

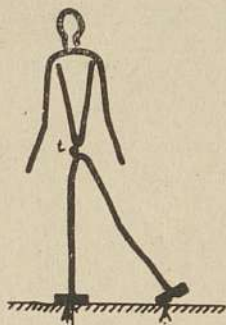
rovnováhu v pasgangerovém postoji než v postoji vzpřímeném bude zřejmě otázkou velmi důležitou, která bude muset být řešena samostatně pro celou moderní techniku, proto se jí v tomto příspěvku nezabýváme.



rovnoměrné rozdělení váhy těla na obě lyže (ploch)



zabíjení provedené, šikmo proti lyži, umožňující vysunutí patky zatížené lyže



zatížení = přenášení váhy těla „na lyži“

Odlehčování lyží

Dále zajímá pisatele dopisů, jak vypadá **správné polovztyčení těla a jeho účel**.

K tomu je nutno nejprve říci, že veškeré vertikální (myslí se kolmo k lyžím) pohyby těla způsobují odlehčení a zatížení lyží. Odlehčení lyží se používá pro snížení odporů (tření), kterými působí sněh na lyže při jejich vysouvání do stran tím, že se zmenšuje měrný tlak lyží na sněh. V zásadě užíváme odlehčení lyží pro snazší vysouvání patek lyží dvěma způsoby nebo časově navázaným spojením obou těchto.

Odlehčení dosáhneme:

1. při zrychleném pohybu těla směrem dolů, tj. dokud se pohyb těla při snižování zrychluje;
2. při zpomaleném (nebo zastaveném) pohybu těla směrem vzhůru, tj. při zpomaleném nebo ukončeném vztyčování nebo polovztyčování;
3. při zpomaleném pohybu těla směrem vzhůru a ihned následujícím zrychlováním se snižování.

Prvého způsobu využíváme při vysunutí patek lyží pro nasazení smyků ke svahu, a to je odlehčení krátkodobé vzhledem k malému rozsahu možných pohybů. Třetího způsobu používáme při nasazení smyků od svahu, protože doba odlehčení lyží se spojením obou způsobů prodlouží a patky lyží je možno snáze přemstít.

A nyní si probereme otázku vztyčení či polovztyčení těla, způsobené extensí dolních končetin. Musíme si však uvědomit několik málo zásad, než se rozhodneme pro jedno nebo druhé. Tak především velikost a doba odlehčení závisí na konečné rychlosti (setrvačné síle, kterou se pohybuje těžiště těla po ukončeném zvyšování postoje), jakou se dál pohyb těla při ukončení zvyšování postoje. Je tedy lhostejno, zda se stejné rychlosti konečného pohybu nahoru dosáhlo v krátké době či dlouhé době, tj. z nízkého postoje při větším zrychlení do polovztyčení či ze stejného nízkého postoje při

menším zrychlení do úplného vztyčení. Závisí to tedy na zrychlení, které je schopen organismus vyvinout. Pro lyžování obvykle postačí zrychlení dosažené do polovztyčení, tj. do takového postoje, kdy nohy nejsou v kolenu úplně nataženy. Tím bychom hlavně u srovnání techniky ztráceli nutnou kontrolu na vedení lyží a dále celistvost přenášení pohybu těla na lyže. Další důvod, který je však podstatnější, je nutno spatřovat v práci kolien při uvědomělém vysouvání patek lyží. Kolena konají při nasazení srovnání smyku krouživý pohyb dozadu u svahu nahoru dopředu, tím pokládají lyže na plochy v okamžiku odlehčení a ihned následuje vytlačování kolien dolů dovnitř a dopředu, což má při větším zatížení přední části chodidla za následek uvědomělé vysunutí patek lyží na vnější stranu oblouku a tím dokončení nasazení smyku. Tady vidíme, že by plynulá a účinná práce kolien na přemístování lyží byla přerušena tím, kdybychom nohy úplně narovnali v kolenu, čímž bychom zrušili funkci této »zalamené páky« nohou, jejíž dříve popsaný pohyb způsobuje vysunutí patek lyží, které v moderní technice hraje tak významnou roli. Je tedy polovztyčení, tj. ne zcela využitou možností extenze dolních končetin, nutno považovat za správnější než úplné vztyčení. V hlubokém sněhu, kde je nutno provádět větší a déle trvající odlehčení, jsou vertikální pohyby těla výraznější, přičemž ovšem vycházíme z celkové nižšího postoje.

Inž. Miroslav Chlouba,
člen UMK LS ČSTV

Věříme, že zavedením těchto »dotazů a odpovědí« v našem časopise pomůžeme nejen si některé otázky osvětlit, ale hlavně se jimi zabývat do hloubky. Věříme rovněž, že dotazů bude hodně, neboť je jistě mnoho ne zcela jasných a vysvětlitelných otázek moderní techniky lyžování. Pište nám, rádi se pokusíme odpovědět!

Rozhodčím, trenérům a závodníkům k úvaze

V minulém ročníku Lyžařství byla zahájena rubrika rozhodčích s výzvou, aby i oni přispěli k náplni časopisu a zaslali k uveřejnění zkušenosti ze své činnosti, které by zajímaly rozvětvenou lyžařskou rodinu závodníků, trenérů, rozhodčích a všech ostatních. Využívám proto této výzvy, abych se zmínil o problému »vedení závodníka«.

Správnost pravidla »vedení závodníka« bývá vždy nepřímou zdůvodňována tím, že jeho nedodržením se porušuje sportovní hodnota soutěží, zkrsluje se objektivní měření sil a konečný výsledek a že přestupování tohoto pravidla svědčí o pramalém pochopení smyslu sportovních závodů, o špatném pojetí sportu vůbec a o nedostatku sportovní slušnosti vůči spolu soutěžícím.

Abychom si ujasnili smysl dnešního příspěvku, je nutno si zopakovat tu část lyžařských pravidel, která se týká »vedení závodníků«.

V článku 213 lyžařských pravidel je mimo jiné uvedeno, že »vedení závodníka na trať je zakázáno a posuzuje 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«.

A článek 204 pravidel říká: »Závodník bude vyloučen, přijme-li v běžeckém závodě pomoc, kterou nedovoluje pravidlo 213.«

Dříve než vyslovím svůj názor na oprávněnost a správnost tohoto pravidla, uvedu dva příklady z vlastní zkušenosti při výkonu funkce vrchního rozhodčího na celostátním mistrovství ČR a v Sokolovském závodě branné zdatnosti v roce 1958.

Na loňském finále Sokolovského závodu branné zdatnosti, uspořádaném v Harrachově, byla prvního dne finále diskvalifikována přebornická hlička Ústeckého kraje, poněvadž byla »vedena« v určitém úseku trati závodníky téhož kraje, kteří startovali až následujícího dne. V pravidlech Sokolovského závodu branné zdatnosti je totiž obdobné ustanovení o »vedení závodníků jako v lyžařských pravidlech.

Tato diskvalifikace byla předmětem protestu, který byl řešen soutěžním výborem. Protest byl zamítnut, neboť bylo prokázáno, že hlička byla skutečně »vedena« — ve smyslu pravidel — závodníky téhož kraje.

Při projednávání protestu vyslovil vedoucí Ústeckého kraje názor, že by považoval za správnější a spravedlivější, aby byli potrestáni ti závodníci, kteří diskvalifikovanou hličku »vedli« (třeba i vyloučením ze závodů) a poskytovali jí tak pomoc při závodě, což vedoucí kraje sám plně přiznával.

Soutěžní výbor ovšem musel podle znění pravidel trvat na správnosti diskvalifikace hličky děvčat, která byla »vedena«. Otázka potrestání závodníků, kteří způsobili diskvalifikaci, není totiž řešena pravidly a musela by být řešena odděleně.

Druhého dne závodu se stal případ, že se připojil během závodu jednotlivců k závodníkovi nahodilý divák, který s ním jel asi tak 500 metrů. Poněvadž o diskvalifikaci z prvního dne bylo večer mluveno se závodníky, závodník, v obavě před diskvalifikací, z počátku prosil diváka, aby vedle něho nejezdil, že bude diskvalifikován, a když to nebylo nic platné, vyhrožoval mu slovy vybranými, později i nevybíravými. Divák si to však vešle upaloval dál podle závodníka, smál se a častoval ho jen slovy nevybíravými, a když ho to omrzelo, opustil závodníka a odjel si po svém.

Tomu, kdo by pozoroval případ zpovzdálí (a stačilo by i z takových 50 m) a kdyby neslyšel vybranou květomluvu, která se odehrála během závodu mezi závodníkem a divákem, posuzoval by tento případ za vedení závodníka.

V tomto případě však diskvalifikace nebyla vyhlášena, neboť popsane skutečnosti byly ověřeny svědky — rozhodčími — a šlo nikoli o pomoc, kterou by závodník přijal (podle pravidla 204), ale o další překážku v tomto branném závodě, kterou musel závodník zdořovat a byl tak ve svém závodě ve skutečnosti zdržován. Podle pravidel jde totiž o »vedení«, má-li toto ulehčit závodníkovi výkon nebo ho povzbudit k lepšímu nebo dalšímu výkonu.

Tyto příklady a i v úvodu uvedený článek způsobily, že se ve mně ozvaly výčitky svědomí, ne snad proto, že by v nich bylo postupováno nesprávně podle lyžařských pravidel, ale proto, že mám pochybnost o správnosti ustanovení o »vedení závodníků a že lyžařská pravidla v tomto případě nepostihují skutečného viníka.

Nezdá se mi správné a spravedlivé, aby za přestupek, který provedl někdo jiný, byl trestán závodník. Provedl jsem si proto rozbor tohoto pravidla.

Již sama stylizace ustanovení článku 213 pravidel, kterým je vedení závodníka zakázáno, je neosobní — neadresná. Lyžařská pravidla mohou přece ukládat povinnosti nebo zakazovat některé činnosti závodníkům, rozhodčím nebo ostatním činovníkům, ale nemohou zakazovat něco nezúčastněné osobě, kterou pravidla nemohou postihnout. Závodník sám nemůže být přece odpověden za činnost druhého, v některých případech dokonce

za jednání zcela cizí osoby. V zásadě je možno říci, že podle lyžařských pravidel je závodník trestán diskvalifikací za své provinění, za provinění, která sám způsobil. V případě »vedení« je provinivším ten, který závodníka »vede«. Závodník nemusí ani aktivně přijmout tuto pomoc, může nezávisle na »vedení« jet podle svého a nemusí si »vedení« všimnout — ale suďte!

V pravidlech (článek 204) je řečeno, že závodník bude vyloučen, přijme-li v běžeckém závodě pomoc, kterou nedovoluje článek 213. U všech ostatních pomoci má závodník možnost přijmout nebo odmítnout pomoc, ale jak má závodník odmítnout »vedení a jak mají rozhodčí posuzovat to, zda závodník pomoc odmítl či přijal?

Domnívám se, že »vedení« závodníka i ve smyslu pravidel může sice v některých případech závodníku pomoci, ale může závodníkovi i ublížit nebo ho vyčerpat. Může mu sice v určitém úseku pomoci, ale na druhé straně může v další části závodu být příčinou i zhoršeného výkonu, takže ani v tomto případě by podle pravidel nemuselo jít o »vedení« závodníka podle pravidel, poněvadž neulehčilo závodníkovi výkon ani ho nepovzbudilo k lepšímu či dalšímu výkonu, naopak, celkový výkon zhoršilo. Ale opět vzniká otázka — jak soudit?

Skrývám nebezpečím tohoto pravidla je i ta okolnost, že je možno snadno a rychle vyřídít favorita závodu, a to »vedením« závodníka přímo s úmyslem, aby závodník byl diskvalifikován. Ač nejsem žádná extratřída a dnes již »jenom« rozhodčí, troulf bych si takových 500 metrů stačit, řekněme, Matoušovi a zdánlivě ho vést, a neví, co by tomu říkal? Možná, že by mě proháněl někde po stráni, ale určitě bych si to namířil tak, aby si alespoň zkrátíl trať, aby v tom byl najisto.

Není mi známo úplně přesné znění mezinárodních pravidel o tomto ustanovení, ale závodníci, kteří startují v zahraničí, vyprávějí na besedách o tom, že ustanovení o »vedení« závodníků není v zahraničí dodržováno.

Podívejme se i na druhé sporty, kde závodníci jsou vydatně povzbuzováni.

Vzpomeňme na nezapomenutelné závody Emila Zátopka, kdy celé hlediště, desetitisíce diváků burácelo a skandovalo »Zá-to-pek, Zá-to-pek« — a toto povzbuzování je jistě daleko vydatnější pomocí závodníkovi, neboť ho vybičuje k největšímu výkonu, a mnohdy padají národní, evropské i světové rekordy. Ovšem i zde to může mít i opačný výsledek — může dojít k předčasnému vypětí, vyčerpání a někdy i k zhroucení před samým cílem. A toto mohutné povzbuzování — pomoc závodníkovi — je i zde poskytováno jen některým závodníkům, v jejich stínu závodí řada dalších. A pozastavuje se někdo nad touto pomocí závodníkovi? (I když jde o jinou pomoc, než má na mysli ustanovení lyžařských pravidel o »vedení«).

Abyste bylo přitom jasno, naprosto nezastávám názor, že by »vedení« závodníků ve smyslu dosavadního ustanovení mělo být dovoleno, a je samozřejmé, že pokud toto ustanovení je v lyžařských pravidlech, musí být respektováno a bude docházet k vyloučení závodníků ze závodu.

Ovšem ani lyžařská pravidla nejsou nějaké písmo svaté, které by se nemohlo změnit nebo upravit tak, aby bylo spravedlivé a odpovídalo smyslu závodu a postihovalo pravého viníka. A věřím, že pokud bude postihován závodník a ne ten, kdo »vede«, bude k tomuto přestupku stále docházet. Ale potrestajte jen jednou pravého viníka, zastavte mu třeba na jeden měsíc závodní činnost a poznáte, že bude po »vedení«, a nemuseli bychom si lámat hlavu, co s tímto pravidlem.

Neměla se již dříve těmito případy, kdy jeden závodník byl příčiněm druhého nebo příčiněm trenéra, diskvalifikován, zabývat disciplinární komise a potrestat pravého viníka, neboť skutečně jde o nedostatek sportovní slušnosti vůči spolusoutěžícím.

Při lyžařských závodech jsme si zvykli nějak na pouhé tiché pozorování závodu, bez onoho zápalu diváka, který se projevuje snad při sledování a »fandění« při téměř všech druhích sportu a které do jisté míry tyto sporty popularizují. Myslím, že jednou z příčin této mlčenlivosti je i ustanovení o »vedení« závodníka a že okřikujeme mnohdy i kluky i děvčata, kteří si to se závodníkem těch pár metrů rozdají. Snižujeme tím zápal pro závodění a ubíjíme tím i určité vzrušení při závodě samém. Podívejme se na cyklistiku, atletiku a jiné závody, při kterých »fandí« spousty diváků. I při takovém maratónu, co je diváků na trati a také se stane, že kluci ve vesnici vyrazí si kus cesty po silnici se závodníkem. Samozřejmě i v lyžařině by to nebylo považováno za »vedení« (alespoň doufám i při nejpřísnějším dodržování pravidel), ale ve své úzkostlivosti bráníme i tomu. Závěrem bych chtěl říci toto:

Je mnoho důvodů pro i proti tomuto pravidlu a domnívám se, že by se mělo k němu vyjádřit a vyslovit i závodníci a zvláště trenéři. Domnívám se, že by stálo za úvahu zabývat se tímto pravidlem i v komisích rozhodčích při ústřední lyžařské sekci ČSTV.

FRANTIŠEK TÁBORSKÝ,
rozhodčí a člen lyžařské sekce MV ČSTV Praha

Krajské přebory škol v Libereckém kraji

V. MEČÍR

Mezi zdařilé závody mládeže v Libereckém kraji patřily běžecké závody žactva — krajské přebory škol v Tanvaldě. Závody byly výběrové, přesto startovalo 192 žáků a žákyň. Nejsilnější byla skupina žáků starších, kde jich soutěžilo 71.

Byl jsem svědkem velkých bojů. Nejenom s časem, se soupeři, ale také s vybavením. Hlavní příčina: běžecké vázání a vysoké ceny bot pro tyto mladé nadšence.

Měl jsem opravdu radost z mnoha chlapců a dívek, z jejich dobré techniky běhu, z jejich rvavosti a bojovnosti, ale byl jsem také smutný s těmi nešťastníky a zoufalci, kterým mnohokrát vypadla lyže, než dojeli do cíle.

A nyní vítězové z bojů o vteřiny:

Žákyně mladší — 1 km:

	Minut
1.—2. Mrklasová, okres Jilemnice	5,06
Bulušková, okres Jilemnice	5,06
3. Weishäutelová, okres Jablonec	5,18

Žákyně starší — 1 km:

1.—2. Vodseďálková, okres Jablonec	4,48
Erlebachová, okres Jilemnice	4,48
3. Martinová, okres Jilemnice	4,55

Žáci mladší — 1 km:

1. Kučera, okres Jilemnice	4,52
2.—4. Rýgl, okres Jilemnice	4,54
Urbánek, okres Jablonec	4,54
Rážl, okres Jilemnice	4,54

Žáci starší — 2 km:

1. Beneš, okres Jilemnice	7,36
2. Rážl, okres Jilemnice	7,53
3. Skrbek, okres Jilemnice	7,58

Na snímcích reprezentanti okresu Jilemnice — Beneš, Švarcová, Čech a Kučera.



(Pokračování ze str. 14.)

bych zde z pedagogického hlediska zastával názor, že pouhým vykloněním přes bok (bez stáčení trupu) lze docílit daleko lepší výsledky.

Dotkl jsem se podle mého soudu jen několika hlavních problémů metodického zpracování. Chtěl bych jen závěrem připomenout, že není na místě dělat závěry o vhodnosti nebo nevhodnosti nové techniky. Je ale správné, že se diskutuje o tom, která cesta je nejlepší a že se lyžaři pokoušejí hledat různé cesty.

Záleží na cvičitelích, aby pečlivě zkoušeli, hodnotili a nespokojili se jen s nalinkovaným programem. Na pracovnících učebně metodických je, aby zase pečlivě zkušenosti vážili (i domácí), a vyzkoušené předkládali. Tak bude zaručen napřed úspěch.

MÍLA JIRSA

Mistrovství světa v ledním hokeji 1959

je zachyceno v obrazové publikaci, kterou připravuje Sportovní a turistické nakladatelství v Praze. Publikace přináší původní fotoreportáže, profily jednotlivých družstev a nejlepších hráčů mistrovství, rozhovory s trenéry a rozhodčími, dále ohlasy tisku, kresby, veselé i vážné postřehy, poznámky a zajímavosti z mistrovství. Bude doplněna článkem o 50. výročí ledního hokeje u nás a tabulkami mistrovství světa, Evropy a olympijských soutěží v ledním hokeji.

Knihy vyjde koncem dubna t. r. Bude mít asi 120 stran, asi 100 fotografií a bude stát asi Kčs 10,—. Chcete-li publikaci získat, objednejte si ji už dnes u prodejního oddělení STN, Klimentská 3, Praha 3, které vám knížku ihned po vyjítí zašle poštou na dobírku.

O JÁNOŠÍKOVU VALAŠTIČKU VO VRÁTNEJ

Vo februári 1959 usporiadala HS oblasti Malá Fatra spolu so ZV ROH Turista Vrátna už v. ročník tradičného detského preteku »O Jánošíkovu valaštičku vo Vrátnej doline na Pasekách«.

Malých pretekárov od 4 do 14 rokov sa zišlo na štarte 65. Boli podľa veku zadelení do 4 kategórií a vyše 14-roční pretekali mimo konkurenciu.

Svätý Peter pripravil deťom ten najkrajší snečný dníček, usporiadatelia zase krásne upravenú trať so všetkými náležitosťami. Nadšenie malých pretekárov aj bafuňárov strhlo v malej chvíli všetkých početných lyžiarov, ktorí na Pasekách počas celého preteku plne defúrencom fandili.

Najmladšia kategória »šuséro« absolvovala celú trať bez pádov. Aký silný dojem pretek v deťoch zanechal, svedčí to, že 5-ročný Martin po návrate domov celú udalosť namaľoval.

Druhá kategória pretekala v dvojkolovom slalome, kde sa už o umiestnenie urputne bojovalo. Rasťo, ktorý podbehol bránku, bez vyzvania sa do nej disciplinovane vrátil a bojovne pretek so slzami v očiach dokončil.

Dve najstaršie kategórie šli »obrovský slalomček«, ktorého trať bola rýchla, technická a dovolila deťom, ktoré absolvovali už niekoľko ročníkov tohto detského preteku, opäť si zmerať sily. Dara a Mirka statočne bojovali s chlapcami v snahe ukoristiť ďalšiu Spartakiádnu vložku a čestne sa umiestnili. V tomto preteku bojovali deti z Tatier, z Jasnej, Malej Fatry, Bratislavy a Gottwaldova. Účasť bola teda medzioblastná. Deti boli v závode kludné, sústredené, zato mamičky boli dojaté, otcovia nervózne poľajčievali. Všetky obavy však boli zbytočné, lebo deti bez nehody pretek dokončili a Honzo, aj keď mu Kandahar



prí páde »vypnul«, lyžu si znova pripevnil a usilovným píchaním snažil sa dohnať stratený čas. Mazanie v tomto preteku nerozhodovalo, lebo teta chatárka prezieravo všetkým deťom večer pred pretekom »napizlovala« rovnako, takže všetci mali rovnaké nádeje na úspech.

Po ukončení pretekov všetky deti nastúpili do kruhu, ktorého stred tvorili sane s košom cien. Prví traja v každej kategórii boli odmenení krásnymi cenami, valaškou, keramickým Jánošíkom a obrazom z Vrátnej v plexiobale. Okrem toho ZV ROH odmenil všetky deti zamestnancov bez rozdielu, ako sa umiestnili, vrecúškom plným dobrôt.

Po záverečnom príhovore, kde deti sľúbili, že sa o rok opäť na Pasekách stretnú, bol pretek zakončený a deti sa len ťažko lúčili s ozajstnými pretekárskymi číslami, ktoré od rána hrdo nosili na prsiach.

LIBUŠA WEINEROVÁ

VÝSLEDKY:

I. kategória:

1. Kiša Peter 10.1, 2. Židek Maroš 10.2, 3. Šaradin Milan 10.3, 4. Weiner Martin 10.5, 5. Kučera Jan 10.6, 6. Sauer Vilo 11.2, 7. Špira Vlado 11.3, 8. Veberová Luba 11.4, 9. Nešporová Viera 12.7, 10. Zubacký Ivan 19.2.

II. kategória:

1. Šaradin Ilja 86.8, 2. Židek Juro 92.2, 3. Kiša Rasťo 97.7, 4. Sauerová Zuza 104.3, 5. Rybár Štefan 140.5, 6. Poradovský Peter 264.0, Kučera diskvalifikovaný.

III. kategória:

1/4 Vallo Gustav 64.0, 2/8 Špirko Milan 67.2, 3/9 Cuninková M. 72.0, 4/11 Špirko Dušan 73.3, 5/13 Dlohoš Peter 78.0, 6/18 Cingel Ján 83.5, 7/19 Hanuliak Ján 84.2, 8/21 Ondruš Jozef 93.6, 9/26 Weiner Ján 114.4, 10/27 Konopková M. 117.5, 11/28 Patrňciak Jozef 120.8, 12/30 Štefko Ján 150.5, 13/31 Vallo Ján 151.5, 14/32 Poradovský Juraj 189.0.

IV. kategória:

1/2 Galanda Vlado 57.9, 2/5 Steiner Ondrej 65.5, 3/7 Kunšadtová Dara 66.8, 4/10 Šupica Gusto 72.8, 5/12 Repán Gusto 75.4, 6/16 Svcboda Laco 81.7, 7/17 Repán Viktor 82.5, 8/20 Muráň Jozef 86.2, 9/22 Hexner Mišo 105.8, 10/23 Valent Tomy 105.9, 11/24 Martoňová Nada 110.0, 12/25 Arnošt Ján 110.4, 13/29 Kvašňovský Bubo 132.6.

V. kategória (mimo konkurencie):

1/1 Galanda Miro 55.4, 2/3 Steiner Ján 62.0, 3/6 Dlohošová Luba 65.8, 4/14 Slabá Helena 78.2, 5/15 Martoň Ivan 80.0.



»My mladí závodníci z různých krajů Čech jsme se sešli zde, na západním pomezí, kde naše vlast hraničí se státem, jehož zájmy nemají s budováním socialismu a bojem za udržení světového míru nic společného...« Tak začínal slib mladých závodníků z 5 českých krajů, kteří se sešli v Železné Rudě, aby hájili barvy svého kraje v závodech »O pohár Železné Rudy«. Krajská lyžařská sekce ČSTV v Plzni se chopila s velkou iniciativou společně s MNV v Železné Rudě uspořádání velkého závodu, který částečně nahradil bývalé celostátní přebory mládeže.

Železná Ruda již od čtvrtka žila jen pro mládež. Slavnostní výzdoba, večerní průvod za svitu pochodní, slib závodníků a slavnostní zahájení na hřišti Tatranu Železná Ruda, to byly nejhezčí momenty v předvečer těchto velkých závodů. Bohužel sněhové poměry nedovolily uspořádat sjezdové závody na standardních tratích, a tak se naši mladí museli před každým závodem asi hodinu proběhnout, než se dostali ke startu.

Páteční ráno zastihlo Železnou Rudu v oblacích dýmu z letlamp. Zamlžení však způsobili jen opozdilci. Ti pořádní si své lyže připravili již dříve a mazali jen klister. Také sluníčko se opět ukázalo a tak slavnostně vyzdobený hotel Belvedere a transparent Start uvítali naše nejmladší k zahájení závodů v bězích. Radostné bylo před startem vidět, jak v jedné očí se zračí odhodlanost k boji, ve druhé strach před promazáním, avšak společná radost ze závodů byla patrna na všech.

A když vyběhl první závodník na trať, hromové »hurá« z hrdel nejen ostatních závodníků, ale i z velmi početných řad plzeňských škodováků bylo povzbuzením pro cestu za časem i Spartakiádními vložkami. Boje na tratích byly velmi tuhé. Západočestí chlapci a děvčata chtěli dokázat, že i Plzeňský kraj bude patřit opět mezi ty kraje, které dodávají našemu sportu kádr reprezentantů, chtěli dokázat, že poctivým bojem a přípravou dosáhnou pěkných úspěchů.

Sobotní obří slalom se jel dvoukolově, neboť trať, kde původně měl být uspořádán, byla na mnoha místech bez sněhu. Ale přesto celková délka obřího slalomu asi 1000 m byla dodržena. I v této disciplíně byl boj mezi Krkonošskými a Plzeňskými. První chtěli dokázat svou nadvládu v této disciplíně a ti druzí se pak chtěli zařadit mezi sjezdařskou elitu, kterou zastupovali Ústečtí a Liberečtí.

Švorně se rozdělili o prvá místa. Mladší žákyně a starší žáci vyhráli závodníci kraje Plzeň Černočká a Zedníček, starší žačky pak ustecká Fretschnerová a mladší žáci liberecký Stočes. Při večerním rozdělení cen bylo mnoho slávy a za svitu pochodní a rozzářených očí vítězů dostala Železná Ruda opět slavnostní ráz.

Nedělní slalom speciál se jel opět »Na Šibenici«, kde stavitel trati Řiha postavil trať asi 350 m dlouhou s výškovým rozdílem asi 130 m. I v této disciplíně byly veliké boje, a to nejen mezi jednotlivci, z nichž mnozí již byli jakýmiś favority, ale i mezi celými kolektivy — reprezentativními družstvy krajů. Bojovalo se též o nejlepší umístění kraje. Bodovali se první čtyři nejlepší závodníci z každého kraje, a proto to povzbuzování na trati a držení palců.

Vítězové z obřího slalomu uhájili své pozice. Jedině v mladších žáčkách Nováková nastoupila na místo Černočké.

Podanými výkony mohli být všichni spokojeni. Je nutno konstatovat, že — a to je pochopitelné — krkonošští závodníci — respektive krajská družstva byla ve svém průměru lepší než družstvo Plzně a Budějovic, avšak i v těchto krajích je patrný velký vzestup. Bylo by dobře, kdyby Plzeňští — kteří to mají tak blízko do Železné Rudy — uspořádali každoročně podobné velké závody, ale nejen pro malé, nýbrž i pro dospělé, aby tak ti mladí měli možnost pozorovat jejich jízdu, a za druhé, aby i tyto naše krásné hory byly hostiteli významných závodníků.

Nakonec nutno ocenit práci všech činných členů komise mládeže při krajské lyžařské sekci ČSTV, ocenit pochopení

MNV v Železné Rudě i práci slibně se rozvíjející jednoty Tatran Železná Ruda, jakož i práci v dalších 17 jednotách Plzeňského kraje, jejichž závodníci startovali na těchto závodech. Celkem se zúčastnilo závodů 198 chlapců a děvčat, pět krajských reprezentativních družstev, z nichž nejlepší byl nakonec vyhodnocen kraj Ústí nad Labem, druhý pak Plzeňský kraj a třetí Liberec.

Výsledky:

Žákyně mladší — běh 1 km:

1. Zmítková Květa, Ústí n. Labem, 6,53 min., 2. Eisnerová, Ústí n. Labem, 7,14 min., 3. Pazourková, Praha, 7,41 min., 4. Hlaváčková, Praha, 7,53 min., 5. Jandová, Ústí n. Labem, 8,01 min.

Žáci mladší — běh 1 km:

1. Vrbas Fr., Plzeň, 6,48 min., 2. Doubrava Mir., Ústí n. Labem, 7,06 min., 3. Bláha, Plzeň, 7,26 min., 4. Liebl Al., Plzeň, 7,30 min., 5. Plojhar, České Budějovice, 7,32 min.

Žákyně starší — běh na 2 km:

1. Peterková, Ústí n. Labem, 15,46 min., 2. Čermáková, Ústí n. Labem, 15,48 min., 3. Zedníčková, Plzeň, 16,17 min., 4. Šedivá, Ústí n. Labem, 16,20 min., 5. Tuháčková, Ústí n. Labem, 16,53 min.

Žáci starší — běh na 2 km:

1. Cyrus Petr, Ústí n. Labem, 13,55 min., 2. Langer Jindř., Ústí n. Labem, 14,07 min., 3. Greiner Mir., Plzeň, 14,25 min., 4. Sezemský Jan, Plzeň, 15,01 min., 5. Linek Lub., Ústí n. Labem, 15,10 min.

Žačky mladší — obří slalom:

1. Černočká, Plzeň, 116,6 vt., 2. Nováková, Plzeň, 122,2 vt., 3. Trenglerová, Ústí n. Labem, 124,2 vt., 4. Špongrová Milena, Plzeň, 133,4 vt., 5. Steinerová, Plzeň, 188,1 vt.

Žáci starší — obří slalom:

1.—2. Fretschnerová, Ústí n. Labem a Šonská, Plzeň, 96,8 vteřiny, 3. Bambasová, Ústí n. Labem, 96,9 vt., 4. Jirková, Plzeň, 102,2 vt., 5. Studíková Věra, Ústí n. Labem 109,3 vt.

Žáci mladší — obří slalom:

1. Stočes Petr, Liberec, 85,8 vt., 2. Matušek J., Ústí nad Labem, 85,5 vt., 3. Mařík, Plzeň, 92,4 vt., 4. Hrbek Ivo, Liberec, 92,8 vt., 5. Řiha, Ústí n. Labem, 96,7 vt.

Žáci starší — obří slalom:

1. Zedníček Jiří, Plzeň, 85,3 vt., 2. Rödling Roman, Ústí n. Labem, 85,7 vt., 3. Jirouš Oto, Liberec, 85,8 vt., 4. Mdnstre Frant., Ústí n. Labem, 90,3 vt., 5. Hrkal Mil., Ústí n. Labem, 90,6 vt.

Žačky mladší — slalom:

1. Nováková Helena, Plzeň, 139,3 vt., 2. Černočká, Plzeň, 148,6 vt., 3. Steinerová, Plzeň, 170,3 vt., 4. Špongrová, Plzeň, 170,6 vt., 5. Trenglerová, Ústí n. Labem, 175,6 vt.

Žáci mladší — slalom:

1. Stočes Petr, Liberec, 86,3 vt., 2. Mařík, Plzeň, 98,2 vt., 3. Matušek, Ústí n. Labem, 100,0 vt., 4. Řiha, Ústí n. Labem, 101,3 vt., 5. Hrbek Ivo, Liberec, 103,2 vt.

Žáci starší — slalom:

1. Zedníček Jiří, Plzeň, 93,0 vt., 2. Vokatý Zdeněk, Liberec, 98,2 vt., 3. Tomani Rudolf, Ústí n. Labem, 98,4 vt., 4. Pešťák Jaroslav, Plzeň, 100,5 vt., 5. Bambas J., Ústí nad Labem, 101,8 vt.

Žačky starší — slalom:

1. Fretschnerová, Ústí n. Labem, 2. Stulíková, Ústí n. Labem, 3. Zedníčková, Plzeň, 4. Jirková, Plzeň, 5. Šonská, Plzeň.

A. Z.

Mládež o „Pohár Železné Rudy“

NOVÉ SPORTOVNÍ SANĚ

Konstrukce těchto saní je odvozena ze starých ještědských rohaček vylepšených podle všech nejnovějších poznatků získaných se závodními saněmi naší i zahraniční výroby.

Tento náš nový československý typ saní »Sport« má podle mínění odborníků všechny předpoklady doopravdy se v brzké době stát nejužívanějšími saněmi. Dosud jich bylo v ČSR, bohužel, vyrobeno pouhých 2000. Dostanete je v omezeném množství ve sportovních prodejnách za 160 Kčs. Žádejte je proto i tehdy, když nejsou vystaveny v prodejně. Můžete se setkat totiž i s takovými prodáváči, kteří o nich nemají ani ponětí.

Podobné saně vyrábějí ve velkém množství již několik let v Rakousku, Německu a Polsku. Nazývají se »Volksrennrodel«. Jsou tam velmi oblíbeny a rozšířeny. Zvláště mládež ani jiného typu neuznává.

Technický popis:

Tyto saně splňují všechny požadavky jak po stránce sportovní úrovně, tak co do jednoduchosti výroby, ale hlavně co do bezpečnosti i ovladatelnosti jízdy. Proti dosavadním běžným typům jsou mnohem nižší. Tím se celkově snižuje těžiště sedícího jezdce, zvláště když v rychlé jízdě jede v záklonu, aby snížil odpor vzduchu. Sedačka je mírně dozadu skloněna a vypletena popruhy, dobře se na ní sedí i při jízdě se svahů na nerovném terénu. Sáňkař se drží jednou rukou vpředu za vodítko a druhou vzadu za rukovět podélné lišty. Tím vším je dosaženo mnohem větší stability, což je prvý klad těchto saní.

Druhou a nejdostupnější novinkou jsou skluznice, které zajišťují naprostou ovladatelnost za všech režimů jízdy. Zde je převzat způsob kování sanic osvědčený u saní závodních, který je velmi výhodný i pro výrobu. Sanice s kováním jsou totiž mírně zešíkmeny, jakoby postaveny na hranu. Na ledě jedou saně jen po vnitřní hraně, tudíž se nemožou smeknout. Na měkčím dráze se dotýkají v ploše odpovídající váze posádky a měkčnosti dráhy, neboť se a dobře jedou. Vlastní skluznice jsou z hlašené, výše uhlíčené oceli. Nutno je udržovat nepoškozené, hladké, případně pro dosažení vyšší rychlosti je ještě mazat vosky obdobně jako lyže.

Náběhové oblouky sanic, jakož i celkové podélné [kolébkovité] prohnutí umožňuje sáním rychlou jízdu a snadné řízení i na nerovném terénu. Saně lze snadno řídit pouze přenašením váhy těla bez brzdění nohou, čímž se získává na rychlosti.

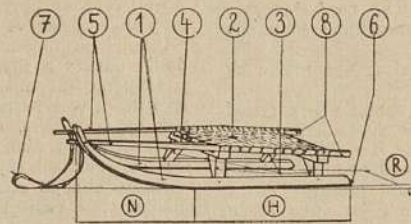
Nové sportovní saně vynikají dále jednoduchostí, účelností konstrukce i provedením. Jsou též silněji dimenzovány. Lze je užívat jako jednosedadlové i dvousedadlové. Při sériové výrobě budou svou laci, ovladatelností, stabilitou a říditelností přímo předurčeny pro výcvik a závody školní mládeže při provádění základní tělesné výchovy, rekreace apod. Rovněž mistrovství v jízdě na saních mladšího i staršího dorostu se pojede již převážně na těchto saních, které si ovšem závodníci ještě upraví. Hlavní opatří těžším kováním skluznic a vytuží závažím na řády povolených 20 kg.

Zavedení takového typu saní u nás má velký význam hlavně pro zvýšení bezpečnosti a menší úrazovost v sáňkařském sportu, která zvláště u dětí je dosud velká. Tak dosáhneme i rozšíření

a vzrůst úrovně sportovního a závodního sáňkařství v ČSR.

Spolu s vyhrazenými místy pro sáňkování a výstavbou sáňkařských drah, jakož i vedení odbornými cvičiteli, se jistě v několika málo letech dostaneme zpět do čela mezinárodního sáňkařského pole, jako tomu bylo v minulosti. Masově, ale jen živečně provozované sáňkování je třeba nyní podchytit, více usměrnit a vybavit technicky. Tento úkol přísluší v největší míře právě jednotkám a oddílům základní tělesné výchovy. Měly by se však na něm podílet i školy, svazácké skupiny, vedoucí pionýrů — prostě všichni ti, kteří mají co činit s rekreací, zábavou a sportovním využitím našich pracujících a zejména mládeže.

Inž. VLADIMÍR KOVANDA,



TECHNICKÝ POPIS SPORTOVNÍCH SANÍ

1 — sanice, 2 — sedačka, 3 — nožičky, 4 — opětník (příčnick), 5 — podélnice (podélné lišty), 6 — kování, 7 — vodítko, 8 — držadla. R — Rozchod. Je to kolmá vzdálenost vnitřních hran skluznic. Skluznice je spodní plocha kování, kterou se saně dotýkají dráhy. N — Náběh — neboli náběhové oblouky sanic. H — Délka skluznic, kde rozchod musí být stále stejný a tím skluznice rovnoběžné (rovná délka skluznic).

Na Donbase budou také sáňkovat

Ke čtyřem ostravským oddílům: Baník Ostrava, Slavoj Opava, Tatra Kopřivnice a Sokol Ostravice, které v kraji reprezentují sáňkařskou rodinu, přibyl další sáňkařský oddíl — TJ Nová huť Klementa Gottwalda. Čítá prozatím patnáct členů. Jeho vedoucím byl na první schůzi zvolen soudruh V. Kodejš, jednatelem soudruh A. Polášek. Velký podíl na jeho založení má předseda a sportovní referent skupiny ČSM ve slévárně. Provedli již první zdařilou besedu a někteří členové oddílu na »vlastní kůži« poznali slasti sáňkařského sportu na krajských přeborech v Ostravici.

Přes léto se soudruzi chystají vyrábět svépomocí vlastní boby a závodní saně z opotřebovaného materiálu, kondičně trénovat a nacvičovat spartakiádní skladbu s plnými míči. Chtějí získat hlavně další mládež, které je na Donbase pohromadě opravdu více než kdekoli jinde.

Při známé iniciativě a obětavosti mladých lidí na Nové huti Klementa Gottwalda, budou jistě už příští sezónu patřit sáňkaři na Donbasu mezi nejpočetnější v kraji.

Jeseník

druhý kvalifikační závod

Druhý kvalifikační závod sáňkařů uspořádal nově založený oddíl TJ Jiskra Jeseník na závodní dráze na Křížovém vrchu. Pro nedostatek sněhu se jel závod na zkrácené dráze (900 m). Přes některé nedostatky organizační i technické ukázal oddíl dostatek schopností pro pořádání celostátního závodu. Startovalo celkem 99 závodníků.

Technické výsledky:

Jednosedadlové sáně muži: 1. Horst Urban, Spartak Smržovka, 1:59:1 min. 2. Inž. Milan Perla, Slávia Praha VŠ, 2:01:1 minuty. 3. Petr Škrabálek, Sokol Albrechtice, 2:01:8 min.

Jednosedadlové sáně ženy: 1. Jana Oslonová, Baník Ostrava, 2:16:3 min. 2. Marta Scheffrová, Jiskra Liberec, 2:20:3 min. 3. Běta Vršková, Jiskra Liberec, 2:22:7 minuty.

Jednosedadlové sáně dorostenci: 1. Rudolf Hanuš, Spartak Smržovka, 2:06:1 min. 2. Jiří Pfišbyl, Jiskra Liberec, 2:12:5 min. 3. Ivan Jebavý, Spartak Smržovka, 2:13:0 minuty.

Jednosedadlové sáně dorostenky: 1. Věra Hásková, Spartak Smržovka, 2:16:7 min. 2. Hana Peterková, Spartak Smržovka, 2:25:5 min. 3. Dana Šepsová, Slávia Praha, 2:30:2 min.

Dvousedadlové sáně muži: 1. Jelínek—Škrabálek, Sokol Albrechtice, 1:04:0 min. 2.—3. Urban—Peukert, Spartak Smržovka, 1:06:0 min. 2.—3. Feix—Vojtíšek, Dukla Mar. Lázně, 1:06:0 min.

Dvousedadlové sáně dorostenci: 1. Hladík—Valenta, Spartak Smržovka, 1:08:0 min. 2. Hanuš—Hynek, Spartak Smržovka, 1:08:7 min. 3. Hrdina—Pokorný, Spartak Jabl. Paseky—Jiskra Jeseník, 1:16:3 min.

Bez úspěchu nezůstali ani závodníci domácího oddílu, kde zvláště muži se umístili většinou v první polovině startujících.

JOSEF NĚMEC



Dorostenec Pokorný na startu kvalifikačního závodu.



(15. pokračování.)

Ano, dělení povinností.

Tak to cítí Donát i jeho žena. Ty máš teď na starosti Toničku a já zase dítě pod srdcem. Už se chystá na nás tři zavolat, usměje se Donátová, když jí vedou ze dveří a ještě jednou se na prahu obrátí.

Chvilku mějte strpení, říkají její oči, brzy se vrátím a budu se zas starat o všechny.

Muži připravili sáně a teď, kdy jim ještě padá světlo do tváří, usmívají se. Ale je v nich starost. Zase jiná než v Donátovi a jeho ženě.

Dobře vědí, že to bude svízelná cesta, neboť padající sníh smazal starou stopu.

13.

Světla jsou v pořádku.

Také úlohy jsou rozděleny: Lojza mezi vojemi saní, Eman a Ondřej po straně vojů, Martin a Jiří po straně saní a vzađu Hofman. Na Heleně teď bude záležet nejméně tolik jako na počasi, víc než na těchto mužích, jejichž síla je tak samozřejmá jako síla jedlé, smrků a dubů.

Popruhy se napjaly a zatížené sáně se pohnuly. Také myšlenky Jiřího se daly do pohybu.

Bolesti začaly kolem osmé hodiny, znovu si opakuje Jiří, porod by mohl začít tak kolem jedné s půlnoci. Do té chvíle jim zbývají téměř tři hodiny. Cesta dolů může trvat, počítá-li s obtížemi zaváté cesty, něco přes dvě hodiny. Bude však pravděpodobně o něco kratší. Sanitkou do nemocnice je nejdéle dvanáct minut.

Mnoho času nezbývalo. Za takových okolností je třeba šetřit s každou minutou.

Pohlédl na Helenu sedící u hlavy rodičky.

Držela její ruku ve své. Žena v hlavě kanadských saní, bývá to většinou muž, to je místo, z něhož se níčí zárodky strachu, nedůvěry a malomyslnosti. Vždycky musí být v hlavě saní jedinec velké mravní síly, z něhož čerpá bezbranný odvahy a leckdy i víru v život. Helena měla tyto vlastnosti.

— Dcera taky čeká dítě, budu už brzy babičkou, vyprávěla Donátová. Možná, že se setkáte v nemocnici. Stejně bych vás přišla navštívit, jsem zvědavá na to vaše malé, snaží se rozdělit její starost mezi ostatní a připomenout jí, že není ve svém údělu sama.

Mluví s ní tak, aby jí žena nemusila odpovídat a zbytečně se nenamáhal.

— Taký jsem spěchala takhle narychlo, ale to vždycky dobře dopadne, tiskne jí Helena ruku pod pokrývkou.

Sáně se boří do čerstvě napadlého sněhu a sněžit nepřestává. Spěch s předstíráním klidu.

Zatím však schraňují každou minutu, kterou vydělí na mírném svahu, aby jí zase mohli odpočítat, když přetížené sáně hluboko zapadaly.

Co ty, Martine?

Co říkáš této podivuhodné jízdě? Takový závod jsi ještě nikdy nejel. Soupeřem ti je čas, který může vydat nový život nebo jej také zahubit. To záleží, Martine, i na tobě jako na ostatních. To závisí na tom, jak jsi připraven srdcem a svědomím. V tomto závodě nejedeš o minuty a vteřiny pro rekordní listinu nebo obdivný novinářský článek. To jsou minuty, které už patří životu nového člověka.

Martínovi vyvstává na čele pot jako tenkrát, při nešťastné »patnáctce«. Ale někde hluboko v duši je mír. Pocit, jaký dosud nepoznal. Neví, že popruh se hluboko zarývá, že tělo bolí pro nezvyklý způsob jízdy. Myšlenky jsou však jasné, dobře se mu dýchá a s ostatními udržuje rytmus. Co na tom, že krok je těžkopádný, jak běžky zapadají hluboko do sněhu, ale jasně si uvědomuje, jak je každý jejich pohyb užitečný.

O jaký podivuhodný čas to jedou!

Měří jej úzkost v Jiřího srdci i nervózní tikot jeho světélkujících hodinek.

Každý tu má svůj úkol. Všichni tvoří celek, který se podobá přesně jdoucímu stroji ovládanému vůlí a citem.

Spěch v nohou, v každém pohybu, v odpichu holí, ale také Helenin hlas je stejně naléhavý. Každé její slovo je kus bezpečí, zahání malomyslnost a nalévá rodičce novou sílu.

— Je tam hodný pan primář, a v nemocnici si odpočnete. Jako doma se tam o vás postarají. Vidí, Jiří?

— Jsou to všichni naši dobří známí, popadá Jiří dech. Bude vám tam dobře.

Žena prudce sevřela Heleninu ruku.

Bolesti se přihlásily v krátké době po druhé.

Jiří se dívá s obavou na hodinky. Doba mezi bolestmi se považlivě zkracuje. Urazili sotva polovinu cesty. Teď je čeká sjezd lesem, kde budou pro rychlejší postup příznivější podmínky.

Muži odstupují a zapalují si cigarety.

Jiří Donátovou znovu vyšetřuje. Žena v této chvíli už asi ví, že její chvíle se už přihlásí zakrátko.

— Sama mezi tolika muži, povzdychne si a pevněji stiskne Heleninu ruku.

— Jsem tu s vámi a jít taky. Ten už přivedl na svět zdravých dětí a skoro víc patří k nám než mužům, utěšuje ji Helena.

Teď už Jiří ví, že se ona chvíle přiblížuje rychleji, než původně předpokládala. Otřesy saní, trhaný pochod, to vše-

chno vyvrací jeho časový rozpočet.

Muži zaberou a sáně se jen těžce pohnou kupředu. Při každém zastavení se hlouběji propadají. Sněžit nepřestává. Kéž by už byli v lese.

— Snad tady bychom mohli přidat, povzbuzuje muže nenápadně, aby jen oni pochopili.

Sáně znovu vyrazily do tmy a kloužou po sněhu, jako by je někdo zesopdu nadzvedl. Ale toto tempo nemohou přece dlouho vydržet. Podobají se teď větru, který nese živé semínko přes mrazivé hory, aby je položil někde v údolí do teplé hlíny. Je to závod o čas, který se naplní životem, vyhraji-li. Mohou však přinést i smrt. Toto pomyšlení je znovu žene vpřed.

Takový závod z nich ještě nikdo nejel. Ty drahocenné vteřiny ze závodních trať jsou jim důležitým pomocníkem, stejně jako celá jejich zkušenost. Všechno vkládají do těchto okamžiků, v nichž už málem bije srdce nového člověka, který jako ty, Martine, má dosud před očima tmu, ale už záhy prohledne.

— Držte se pevně, dá jí Helena celou svou ruku, už budeme brzy dole, přikrývá jí obličej před padajícími sněhem.

Helena je najednou úzko. Chtěla by jí ještě nějak rozptýlit, dodat důvěry a síly, ale všechno to, co by jí chtěla povědět, připadá jí nicotné, malicherné. Zdá se jí teď, že z její ruky se přelévá do ní více bázně, než může poskytnout posily. Marně přemýšlí, čím by jí utěšila, co by jí pověděla. Nedostává se jí nápadu a v hlavě má prázdko. Nejráději by se zapřáhla po bok mužů do saní, aby urazili zbytek cesty co nejrychleji.

Každé silnější stisknutí Heleniných prstů a dlaní je také znamením stále častěji se ozývající bolesti.

— Jiří! zavolá v jednom takovém okamžiku Helena a lékař zastavuje sáně.

Podívá se na hodinky a teď už ví: budou-li mít jen trochu schůdnou cestu, podaří se mu dopravit Donátovou do střediska, kde nebudou na porod dlouho čekat.

Znovu se napnou popruhy a muži vytrhnou sáně zapadlé do řídkého sněhu. Každý metr a každá vteřina v této tmě mají stonásobnou cenu. Nejslavnější lyžařská trať světa se nevyrovná této cestě.

Teď zapadli do pásma husté mlhy. Sněžit přestalo. Ale to už teď mnoho neznamená. V lese našli starou stopu, která o něco jejich postup zrychlila. Za chvíli jsou opět na pláni, nad níž vystupuje mlha jako neproniknutelná stěna. Vidí nejdále tři kroky před sebe.

Najednou Helena sebou trhla a také sáně se na okamžik zastavily. Rychle stáhla pokrývku přes ženin obličej, aby neviděla ani před sebe, ani do výšky. Na okamžik se ve všech zatajil dech. Všichni, i se saněmi, viděli se promítnuti do husté mlhy jako na filmovém plátně do nadpřirozené velikosti. Výjev, který působil nepřirozeně, mohl rodičku polekat. Znal příčinu tohoto zjevu, který vznikl odrazem reflektoru svítilního zezadu na cestu, do mlhy.

Lojza ztlumil světlo a obraz rázem zmizel. Přece jen v nich zůstal nepřijemný pocit, kterého se zbavil až po chvíli.

Vál severní vítr a mlha stálo housta. Náraz víchru na okamžik roztrhl hustou clonu a zahlédli zdola světla. Za chvíli stála před nimi šedobílá hráz. Ale i takový okamžik poslouchá orientaci, aby si mohli ověřit správný směr pochodu za tak nepříznivých podmínek.

Žena hlasitě vzdychla a znovu sevřela Heleninu ruku. Bolesti zesilovaly. Helena pochopila, že rodička potřebuje její nejtěsnější blízkosti i její teplo.

Svlékla rukavici svou i její a položila její dlaně do své. Obě holé ruce zakryla vlněným šálem a pak pokrývkou.

— Takhle se vám uleví, zašeptala Helena. Taky jsem se tak držela při prvním dětku.

Donátová zaryla nehty do Heleniny dlaně, až Helena pocítila bolest a sevřela rty.

— Vidíte, řekla Helena s přemáháním, že to pomůže.

Sáně se prodírají větrem a tmou. Teď už musí dokonce místy brzdit. V těch místech, odkud vítr odvájí sníh a zůstala stará vrstva s nehlubokým nánosem. Jsou asi ve výši tisíc metrů. Teplota zatím neklesla.

Jiří si ověřuje téměř každý krok. Ví, co se může všechno této noci stát.

Co kdyby se dítě narodilo na sněhu!

Teď už nebylo neshadné si spočítat všechny možnosti. Snad se jim přece jen podaří dorazit. Ale kdyby, zatajil se v Jiřího dech, porod by nesměl trvat déle než tři čtyři minuty, aby matka s dítětem vyvázly. Ano, přirostlé lůžko při prvním porodu!

Mohou však nastat ještě jiné potíže! Před Jiřího očima se ve tmě rozzářil operační sál, viděl do tváře matek, znal jejich úzkost a bolesti. Věřil, že si poradí jako tenkrát, když se jedné ženě narodilo dítě na schodech, jiné zase v sanitním voze.

(Pokračování.)

ZPRÁVY Z DOMOVA

POD LYSOU HOROU

»Sluníčko již vstává, dobré jitro dává, rychle děti z postele ven, ráz, dva, tří!« — tak začínal denně život Družiny mládeže z Hrušova o pololetních prázdninách v Ostravici.

Čtyřicet chlapců a děvčat radostným zpěvem pozdravilo tak denně nový den. A již v plném tempu mytí a soutěže v úklidu o tabulku »Vzorná světnice«, čekal je den veselého radostného života uprostřed nádherné zimní přírody a sněhové záplavy, ozářené zlatým sluncem, na zdravém horském vzduchu. Sáňkování, lyžování a vycházky, pod vedením zkušených vychovatelů a cvičitelů, bylo hlavním zaměstnáním po celý den. Zimními sporty otužovali děti svá těla a ztráceli strach z nepohody a z nastoužení. Při toukách lesem a jízdě terénem poznaly krásu a velebnost Beskyd a učily se mluvit hory a přírodu. A co může být krásnějšího než družné večerní chvílky v ušlechtilé zábavě společenských her, nácviku písní a tanců a v besedách se zkušenými vychovateli mládeže.

V zábavě a v práci a pohybem v čistém bezprašném vzduchu získaly děti nejen příjemné osvěžení, ale i mnoho cenných poznatků a doplnili si učivo ze školy. Obětaví pracovníci DM z Hrušova, kteří si vzali za úkol využít zájezdu jako jednoho z prostředků výchovy socialistického člověka, vykonali tak kus dobré a poctivé práce. Velký dík ovšem patří také ČSD Depo Ostrava, které dalo k dispozici hrušovským dětem celou chatu i s příslušenstvím, položenou v srdci beskydských lesů a strání v ostravic-kém údolí, mezi mohykánem Smrkem a mohutným hřbetem Lysé hory.

Jedinou odměnou všem těmto obětavým pracovníkům byly rozradostněné tváře a jiskřivé oči dětí, jejich tělesná a duševní svěžest. Dobrá práce se podařila.

BRUNO URBANČÍK

PRVNÍ LYŽAŘSKÝ VLEK V TĚŠÍNSKÝCH BESKYDÁCH

V lednu t. r. byl kolaudován a dán do provozu lyžařský vlek na Javorov v Těšínských Beskydách. Vybudoval jej 11 200 brigádnickými hodinami lyžařský oddíl TJ Třineckých železáren.

Díky šťastné konstelaci různých povolání členů lyžařského oddílu, v jehož středu jsou konstruktéři, strojní zámečníci, elektrikáři, soustružníci, zeměměřiči aj., vybudoval tento oddíl vlek bez cizí pomoci. Veškeré úkony, od vypracování projektu, změřením tratě, úpravy terénu, odstranění pařezů, vyčištění tratě od kamení, zhotovení dílců v mechanických dílnách Třineckých železáren až po stavební a montážní práce, byly vykonány pod vedením projektantů oddílu bezplatně v dobrovolných brigádách po sobotách a nedělích a po směnách. Většina členů věnovala této práci část své řádné dovolené. Někteří, jako krajský reprezentant Madeja, dr. Navrátil, Lazar, Polak Ervín a Rudolf, Parma a jiní, věnovali stavbě po 470 brigádnických hodinách.

Lyžařský vlek, vybudovaný poblíž lanovky na severním svahu Javorového, který má průměrný sklon 27 stupňů, má pojezdnou délku tratě 570 m a celkovou délku 598 m. Přítomný nástup i výstup na vleku je zřízen na sklonu pouhých 3 stupňů. Na celém laně vleku je 20 závěsů, z toho 10 nahoru a 10 dolů.

Při rychlosti jezdů 1,5 m za vteřinu je kapacita vleku 90 osob za hodinu.

Po bezpečnostní stránce je vlek zařízen tak, že omezuje na minimum nebezpečí úrazu. Lyžař je vlečen lanem, při němž stojí na lyžích, které jsou vedeny upravenou stopou pod tažným lanem. Při jízdě je lyžař nucen držet v ruce pojistný závěr. V případě, že by upadl, pouhým otevřením dlaní uvolní závěr, vyvlekne se z pojistky tažné lano a lyžař nemůže být vlečen proti své vůli. V případě, že by se i tato jednoduchá a spolehlivá pojistka vlivem materiálu neuvolnila nebo se nemohla otevřít, má lyžař možnost roztažením nohou uvolnit sedačku a odpoutat se od vlečného lana.

Celý vlek, od napínací až po poháněcí stanice, je telefonicky propojen, takže může být na telefonický pokyn v každém okamžiku službu konajícími pracovníky zastaven. Mimoto je opatřen automatickou brzdou.

Největším problémem při stavbě byla doprava materiálu, zejména šterku, písku, cementu a sloupů. Účinně pomohlo auto V3S, zapůjčené vojáky, které patnáctkrát vyvezlo materiál na vrchol Javorového, odkud se rozděloval pomocnou lanovkou na stromech v délce 400 m.

Výnos jízdového poslouží po odečtení provozních nákladů k financování činnosti oddílu. Bude za něj vystavěn srub pro lyžaře na Javorovém a nakoupen další inventář pro oddíl.

Po loňském vybudování nové sjezdovky na Javorovém je to tedy další zařízení, které si třinečtí lyžaři postavili svépomocí pro rozvoj a zmasovění lyžařského sportu na Těšínsku.

J. TUROŇ

BRNĚŇSTÍ LYŽAŘI SNĚMOVALI

Na den 16. února uspořádala lyžařská sekce MV ČSTV v Brně výroční volební schůzi, na které byla zhodnocena činnost sekce v okruhu města a dále byli zvoleni členové nového výboru pro nastávající období. Možno říci, že lyžařská sekce v čele s předsedou K. Žurkem vykonala dobrý kus práce, i když ve všech akcích lyžařů nedostatek základního prostředku — nedostatek sněhu v Brněnském kraji — byl největší závadou.

V současné době pracuje v Brně 17 oddílů, které sdružují asi 1500 lyžařů. S mládeží pracuje 13 oddílů, takže je organizačně vedeno asi 900 chlapců a děvčat do 14 let. Hlavní závadou v dalším rozvoji práce s mládeží byl nedostatek cvičitelů, kteří by se soustavně věnovali mládeži a dále malá finanční základna oddílů.

Učebně metodická komise měla největší úkol v zavádění nové metodiky lyžařského výcviku. Na zrazech cvičitelů byly prováděny instruktáže a během sezóny bylo prováděno přezkušování cvičitelů. V únoru t. r. byl skončen kurs pro pomocné cvičitele, který dal lyžařům nové pracovníky a seznámil cvičitele z odboru turistiky s novou metodikou.

Úspěšně se rozvinula práce trenérské rady a STK v organizaci závodníků a pořádání závodů. Pro příští rok bude nutno počítat městské přebory v plném rozsahu, protože účast závodníků se každým rokem zvětšuje. Z požadavků STK a TR vyplynula nutnost uspořádat větší počet závodů v okresním měřítku, aby se zvětšila soutěživost mezi oddíly, a tím byla dávana možnost začínajícím závodníkům.

Pro nejbližší období byla zdůrazněna nutnost intenzivního nácviku na II. celostátní spartakiádu mezi lyžaři, zvláště když budou zakončeny mistrovské soutěže.

V diskuzi byly dále probrány i ostatní nedostatky a navrženy cesty k odstranění chyb. Z připomínek bylo vypracováno návrhovou komisí usnesení, které bylo zasláno nadřízeným složkám.

JURAJ FUXA

ŽÁCI BÝVALE ŠSD NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ

Když byly v roce 1958 zrušeny lyžařské sportovní školy dorostu, hodnotilo mnoho odborníků i neoborníků jejich čtyřletou až šestiletou činnost. Kritiky vyzněly vcelku většinou příznivě, ale přesto si mnozí nezkušení lidé stěžovali, že velká většina dorostenců na hlavních lyžařských závodech neuspěla. Je to lečce vysvětlitelné. Trénují-li »nevyběhaní« a nezralí dorostenci pouze jeden až dva roky, nemůžeme očekávat u nich na celostátních ani na krajských přeborech někdy výrazné úspěchy. Při zřizování podobných sportovních institucí se přece již předem počítá s tím, že jejich žáci teprve v budoucnu dosáhnou takových výsledků, které budou dorostnou vžitkou snážením a sportovní úrovní jejich školy.

Tato zkušenost se projevila v plné míře i v případě ŠSD v Perninku [která je od roku 1958 v likvidaci]. Dorostenci této školy byli v letech 1954 až 1958 v celostátním měřítku vždy jen průměrnými závodníky. Až letos poprvé sledujeme s radostí, že tato bývalá škola, i když už nyní neexistuje, přece jen nepřímo odevzdává veřejnosti plody své činnosti — plody zralé. Žáci této školy, kteří byli v letech 1954 až 1957 v tak zvané »Přípravce« — ŠSD, získali od svých trenérů dobrý technický běžecký základ a na této důležitém základně pak stavěli dál — trénovali, získávali taktické zkušenosti a zvyšovali si svou fyzickou zdatnost — a tak až rok 1959 jim přinesl první ovoce úspěchů. Jsou to:

Zdeňka Nedvěďová (Sokol Pernink), starší zážkyň; Josef Kvěch (Sokol Pernink), mladší žák; Rudolf Farský (nyní Jiskra Abertamy), starší žák; Egon Hofmann (Jiskra Abertamy), mladší dorostelec; Mikuláš Polák (Jiskra Abertamy), starší dorostelec; Jiří Holý (Jiskra Abertamy), starší dorostelec; Petr Kůnig (Jiskra Abertamy), starší dorostelec. [Poslední tři jsou členové vítězného krajského štafety.]

Všichni získali titul krajských přeborníků v běhu na lyžích na rok 1959.

Jsme přesvědčeni, že títo mladí borci ve svém snažení vytrvají a těšíme se již nyní, že příští rok — až se s nimi setkáme v soutěžích na II. celostátní spartakiádě — nám budou opět všichni hlásit přifrůstek svých dalších lyžařských úspěchů!

-kou

Jernberg ve Squaw Valley

Při dramatickém závodě na 30 km ve Squaw Valley Švéd Jernberg dokázal, že umí v menších závodech prohrát, ale ve velkých vítězit. Vyhral Continu v roce 1956, Lahti v roce 1958 a i tuto generálku na zimní OH.

V závodě vedl nejdříve Hakulinen, který v prvních 10 km byl o 30 vteřin rychlejší. Po 20 km o 74 vteřin. Pak začala honba, o které Jernberg prohlásil, že to bylo nejtěžších 10 km jaké kdy jel.

ZPRÁVY ZE ZAHRANIČÍ

T. Yggseth vítězem norského skokanského týdne

Také Norský lyžařský svaz připravil letos mezinárodní závody ve skoku. Byly ve znamení účasti předních skokanů a zajímavých bojů.

První soutěž turné se konala 11. března na můstku Holmenkollen při umělém osvětlení před návštěvou 6000 diváků. Při těchto závodech H. Recknagel (NDR) měl v prvním kole pád, ale ve druhém kole skokem 79 m vytvořil nový rekord můstku. Skončil však až na 21. místě. Sovětský reprezentant Kamenskij se při druhém skoku zranil a do konce sezóny je vyřazen ze závodní činnosti.

Výsledky závodů na Holmenkollen: 1. V. Kankkonen (Finsko) 225,5 b. (77,5 a 76 m), 2. A. Woldseth (Norsko) 221,5 b. (74 a 76 m), 3.—4. Yggseth (Norsko) 220,0 b. (77 a 76 m) a O. Leodolter (Rakousko) 220,0 b. (76,5 a 76 m), 5. H. Naess (Norsko) 219,5 b. (74,5 a 75,5 m), 6.—7. W. Habersatter (Rakousko) 219,0 b. (75 a 77,5 m), a H. Glass (NDR) 219,0 b. (73,5 a 76,5 m).

Turné pokračovalo na můstku Drafn-Kollen u Drammen. Závody sledovalo asi 7000 diváků. Tentokrát měl nejdelší skok vítěz závodů Nor Yggseth.

Výsledky: 1. T. Yggseth (Norsko) 223,6 b. (84,5 a 82 m), 2. H. Naess (Norsko) 217,6 b. (78 a 79,5 m), 3. O. Leodolter (Rakousko) 216,5 b. (80 a 79,5 m), 4. K. Berg (Norsko) 216,3 b. (81 a 77,5 m), 5. K. Tsakadse (SSSR) 213,7 b. (79 a 80,5 m), 6. S. Bergersen (Norsko) 211,9 b. (78 a 78 m), 7. N. Zandanel (Itálie) 210,2 b. (79 a 83 m).

Na posledních závodech turné na můstku Skui u Oslo byl opět první norský reprezentant T. Yggseth a zajistil si vítězství v celkové soutěži.

Výsledky: 1. T. Yggseth (Norsko) 228,0 b. (82 a 83 m), 2.—3. Leodolter 211,0 b. (76 a 76 m) a W. Habersatter (oba Rakousko) 211,0 b. (74,5 a 76 m), 4. K. Tsakadse (SSSR) 209,5 b. (79 a 74 metrů), 6.—7. K. Sjöberg (Švédsko) 201,0 b. (73 a 72 m) a A. Hoel (Norsko) 201,0 b. (74 a 73 m).

Konečné pořadí turné: 1. T. Yggseth (Norsko) 886,1 b., 2. O. Leodolter (Rakousko) 870 b., 3. W. Habersatter (Rakousko) 854,7 b., 4. K. Berg (Norsko) 848,8 b., 5. E. Michaelsson (Švédsko) 816,2 b., 6. A. Hoel (Norsko) 816,1 b., 7. K. Tsakadse (SSSR) 809,7 b., 8. H. Naess (Norsko) 806,6 b.

Holmenkollen 1959

Na letošním ročníku tradičních mezinárodních lyžařských závodů Holmenkollen byla letos poněkud slabší mezinárodní účast. Zahajovací běh mužů na 15 km se konal za deště. Ze 116 startujících zvítězil K. Oikarainen (Finsko) v čase 52:58 min. před E. Skaarenem (Norsko) 53:03 min. a L. Larssonem (Švédsko) 53:24 min. Další pořadí: 4. Groenningen (Norsko) 53:24 min., 5. Andreasen (Norsko) 53:49 min., 6. Vitonen (Finsko) 53:50 min., 11. Fattor (Itálie) 54:06 min., 13. Jemelín (SSSR) 54:28 min., 14. de Florian (Itálie) 54:32 min., 19. Steiner (Itálie) 55:19 min., 20. Anisimov (SSSR) 55:39 min., 26. Haase (NDR) 56:17 min., 27. Zelek (Polsko) 56:18 min. Ze sdruženářů byli nejlepší:

1. Groetti (Norsko) 55:50 min., 2. Flauger (NDR) 57:07 min., 3. Gundersen (Norsko) 57:08 min. V běhu juniorů na 10 km byl první Polák Rysula časem 41:37 min. před Finem Jylhä 42:13 min. V závodě sdruženém zvítězil Stenersen se 451,3 b. před Gundersenem 451,23 b. a Knudsenem 447,63 b. Čtvrtý byl Fin Maatela se 444,170 b. před Groetlim (Norsko) 444,0 b., Flaugerem (NDR) 443,87 b. a Fedorovem (SSSR) 438,78 b.

V běhu na 50 km bylo pořadí: 1. Stensheim (Norsko) 3:18:46 hod., 2. Kolehmainen (Norsko) 3:20:17 hod., 3. Räsänen (oba Finsko) 3:20:42 hod., 4. Stokken 3:21:38 hod., 5. Ingebriktssli 3:24:28 hod., 6. Landsem (všichni Norsko) 3:25:42 hod. Z reprezentantů NDR byl nejúspěšnější Haase, který časem 3:28:51 hod. skončil na jedenáctém místě.

Ve skoku prostém zvítězil A. Hoel (Norsko) s 219,5 b. (68,5 a 69 m) před Lindqvistem (Švédsko) 218,5 b. (68 a 70 m) a Kamenským (SSSR) 218,5 b. (66,5 a 71 m). Následovali Mikaelsson (Švédsko) 218,0 b. (70,5 a 67,5 m) a Naess (Norsko) 218,0 b. (67,5 a 69 m). Reprezentant NDR H. Glass skončil sedmý s 216,5 b. (67,5 a 68 m).

V běhu žen na 10 km byla první sovětská reprezentantka J. Smirnovová (SSSR) v čase 48:29 min. před Norbergovou (Švédsko) 49:04 min. Třetí byla Aclikasovová (SSSR) za 50:08 min. před Kallusovou (NDR) 50:17 min. a Biegunovou (Polsko) 50:18 min.

Také alpské disciplíny přinesly zajímavé boje. Ve sjezdu mužů na trati 2400 m s výškovým rozdílem 460 m zvítězil Zimmermann (Rakousko) v čase 2:39,5 min. před Staubem (Švýcarsko) 2:40,2 min. a Oberaignerem (Rakousko) 2:42,7 min. V závodě žen na trati 1500 m s výškovým rozdílem 300 m byla první Norka Björnbackenová za 1:37,3 min. před svou krajanou Haraldsenovou 1:38,8 min. a Gertschovou (Švýcarsko) 1:40 min. Švýcarka Rüeggová, která dosáhla nejlepšího času 1:35,6 min. byla pro vynechání kontrolní branky diskvalifikována.

Ve slalomu mužů zvítězil Staub (Švýcarsko) v čase 1:27,3 vt. (63,8 a 63,5 vt.) před Rakušany Zimmermannem 1:29,5 vt. a Oberaignerem 1:32,4 vt. Ve slalomu žen bylo pořadí: 1. Rüeggová (Švýcarsko) 1:07,5 vt. (52,3 a 55,2 vt.), 2. Haraldsenová 1:10,4 vt., 3. Kristiansenová (obě Norsko) 1:10,8 vt.

Největší návštěva byla na závodech ve skoku prostém, které sledovalo téměř 100 000 diváků.

Mistrovství Švýcarska

Letos se jelo v Engebergu mistrovství Švýcarska v alpských disciplínách. Ve stejný den před 21 lety zde bylo odstartováno první mistrovství světa FIS. Největší trať je upravena a nemá na některých úsecích tak prudký spád jako před 21 lety. Přesto časy dosažené při letošním mistrovství ukazují, jak pokročil vývoj v alpských disciplínách. Vždyť třicet jezdců zajelo lépe nežli tehdy sedmáct a půl roku starý mistr světa James Couttet, který uvedl svým tehdejším výkonným v úžas lyžařské odborníky. Čtyřkilometrovou trať s výškovým rozdílem 835 metrů zajel za 3:17,8 min. Porovnejme si to s časem vítěze letošního mistrovství ve sjezdu Willi Ferrera. Zajel čas 3:10,6 min. Přitom trať je o 350 m delší nežli bývalá sjezdovka. Průměrná rychlost jeho

jízdy se pohybovala mezi 79—80 km/hod. Největší byla dosažena na svahu zvaném »kanonová roura«, kde se blížila 100 km! Dosahovat rychlosti 22 m za vteřinu, to již vyžaduje znamenitého jezdce, vybaveného prvotřídní výstrojí a technickou jízdou.

Mezi závodníky byl také Švýcar Georgi Schneider, bývalý mistr světa ve slalomu 1950. Nepatří mezi nejmladší, ale svými výkony dokázal, že mu leta neubrala nic na odvaze i technice jízdy. Byl druhý ve slalomu a kombinaci, třetí v obřím slalomu a čtvrtý ve sjezdu. Ve Švýcarsku se těší Schneider stejně populární jako nestárnoucí zasloužilý mistr sportu Jaroslav Cardal u nás.

Mistrovství Rakouska v alpských disciplínách

se jelo v březnu v Kitzbühelu. Mezi startujícími nebyla zrovna nejlepší nálada. Museli se spokojit provizorním ubytováním. Cizinecký ruch měl přednost. 4000 hostů obsadilo nejlepší hotely na úkor účastníků mistrovství.

Řada vynikajících závodníků jako Leitner, Hinterseer, Zimmermann, atd. byla vyřazena pády.

Ve slalomu zvítězil Molterer před Toni Markem a Oberreignerem. Teprve pátý byl mistr světa ve slalomu Josl Rieder. Trojkombinací vyhrál Toni Mark a slalom žen Erika Netzer.

Itálie

Při italském mistrovství v alpských disciplínách, které se jelo ve Sportiní došlo k překvapení. Ve slalomu zvítězila Geiuliana Chenal-Minuzzo, která naposled závodila za svobodna před šesti léty, kdy patřila mezi evropskou třídou. Během této doby se věnovala svým dvěma dětem. Soukromě trénovala pod vedením bývalého internacionála Davide Davida. Nepočítalo se s tím, že by se mohla umístit mezi předními závodnicemi. Dokázala ale porazit i ty nejlepší, jako Piu Rivu a Jester Schir.

Druhým překvapením byl patnáctiletý Carlo Senoner. Udívil svým výkonem v obřím slalomu, který vyhrál před Albertim a Millatim.

V běhu mužů na 15 km zvítězil de Florian v čase 56:49,2 min. před Stufferem 57:35,4 min., ve skoku prostém Zandanel s 224,5 b. (61 a 62 m), v obřím slalomu Senoner časem 2:23,8 min. před Silberem 2:25,4 min. na trati 2500 m s výškovým rozdílem 500 m. V běhu žen na 10 km byla první Bellonová za 44:27 min., ve slalomu Chenalová-Minuzzová časem 98 vt., ve sjezdu Rívová za 2:12,4 min.

Na mistrovství Francie

v alpských disciplínách v Baréges ve slalomu zvítězil Bonlieu časem 1:18,1 vt. před Bozonem 1:21,9 vt., ve sjezdu Vuarinet za 1:48,4 min. před Bozonem 1:49 min., v obřím slalomu Bonlieu v čase 1:58,8 min. před Bozonem 1:55,9 min. V trojkombinaci byl první Bonlieu s 1,65 b. před Bozonem 5,21 b. Ve slalomu žen zvítězila Grossová v čase 1:41 min. před T. Leducovou 1:44 min., ve sjezdu Thélingová za 2:08,3 min. před T. Leducovou 2:10,6 min., v obřím slalomu T. Leducová v čase 79,5 vt. před Dusonchetovou 83,2 vt. a v trojkombinaci T. Leducová s 3,56 b. před Dusonchetovou 10,90 b.

60. MISTROVSTVÍ ČSR V JÍZDĚ NA LYŽÍCH

Libuše Patočková (snímek dole) a Eva Benešová (snímek vpravo) měly značný podíl na letošních úspěších libereckých lyžařů. Libuše Patočková připojila na letošních jubilejních lyžařských mistrovstvích ČSR ke svým dvěma mistrovským titulům v běhu na 10 km poprvé i mistrovský titul v běhu na 5 km. Eva Benešová se umístila v běhu na 5 km po velmi pěkném bojovném výkonu na druhém místě. Obě společně s Šírovou zvítězily ve štafetě na 3x5 km a získaly pro svůj kraj jeden z pěti titulů ve štafetách.





Lýžařství



Lyžařství

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45
KVĚTEN 1959

CIAL



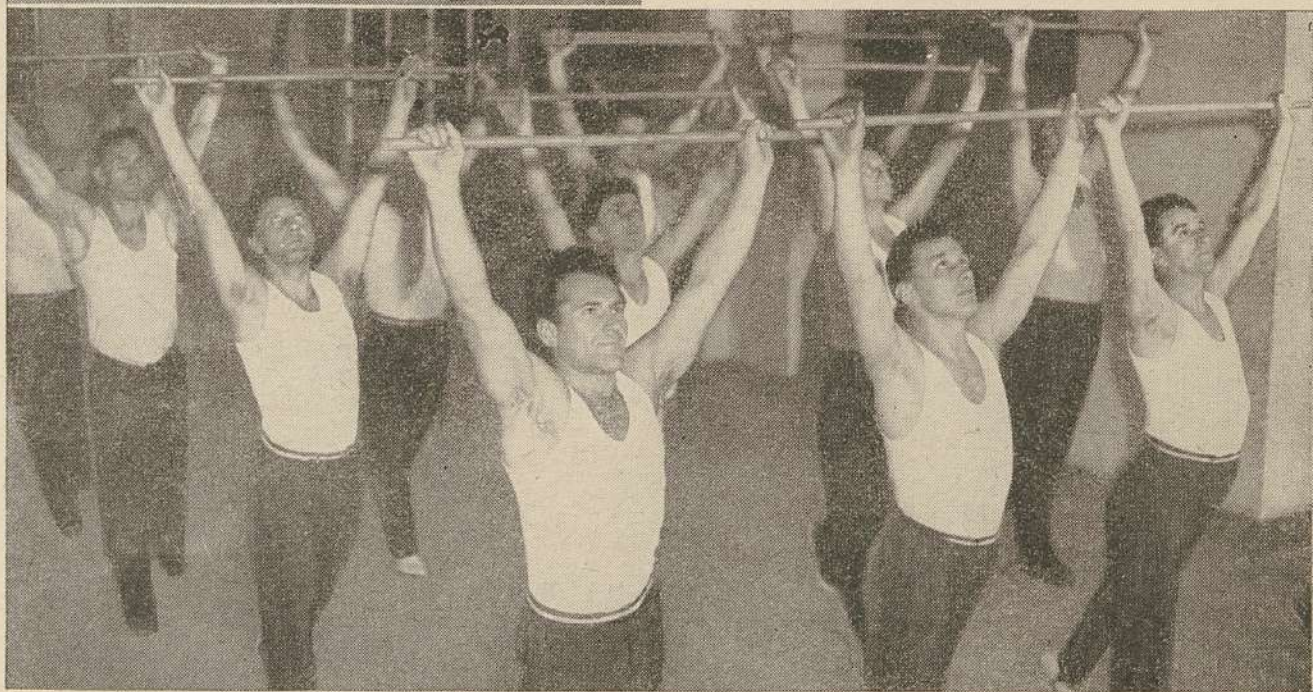


Výzva z Brna:

KDO S KOHO V NÁCVIKU NA II. CS?

Plénum krajské lyžařské sekce v Brně vyzývá všechny krajské a okresní sekce v celé republice k soutěži v nácviku na II. CS.

Osobním příkladem splníme nejlépe nábor k účasti a proto pracovníci v lyžování kraje Brno vyzývají všechny členy předsednictev lyžařských sekcí krajů a okresů k soutěži o největší počet cvičících členů předsednictev. Hodnotí se poměr počtu členů k počtu cvičících. První zhodnocení bude provedeno u příležitosti pléna ÚLS 27. června 1959 v Žilině, kde předsedové krajských sekcí odevdají podklady. Druhé hodnocení bude provedeno ke dni 31. 10. 1959, kdy bude vyhlášen nejlepší kraj a okres.



Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

*Séfredaktor dr. Ctibor Rybář,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Špaček*

★

Redakce: Praha 1-Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

Obsah

Lyžaři a spartakiáda	1
Sejdeme se na okresních spartakiádách	2
Slovenský lyžař! nezaostávajú	2
Horké kaštiny	2-3
Festival mládeže a lyžaři	4
O jednom závodě a spolupráci ZV ROH	4
Význam PPOV, prověrek trénovanosti a kontrolních závodů	5
Využijte spartakiádních skladeb	6
Lyžaři a PPOV	6
Jaro, léto, podzim, zima	6
Příspěvek k tréninku mladých závodníků	7
Šedesáté jubilejní mistrovské soutěže našeho lyžařství	8-9
Hodnotíme události objektivně XII. kongres FIS	10
Výsledky 60. mistrovství ČSR	11-14
Hodnocení závodu sdruženého Za Leošem Stehlíkem	15
Do diskuse	16-17
Trochu psychologie nevaří	17
Léto sjezdaře	18
Hory mají srdce v člověku	19
Saně a boby	20-22
Zprávy z krajů	22-23
Zprávy ze zahraničí	23-24

★

*Štítek na obálce: Záběr ze startu žen v běhu na 10 km na letošních mistrovstvích ČSR. Na startu Eva Benešová, v pozadí její soupeřka Eva Lauermannová.
— Foto Stanislav Tereba.*

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatná na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-21516

LYŽAŘI A SPARTAKIÁDA

Dávno roztály sněhy i na svazích hor a my jsme se s plnou jarní silou pustili do nových úkolů v rozkvetlých sadech práce. Nebylo však toho sněhu letos pro mnohé dost. Ponaříkali si. Zato vloček se mládeži urodilo celá spartakiádní moře. Ani jsme je nestačili některým krajům poslat, aby mohli být odměňováni ti, kteří v lyžařských soutěžích mládeže zvítězili. Soutěž o Zlatou spartakiádní vločku byla velmi dobře využita v náboru naší mládeže do tělesné výchovy a k propagaci spartakiádních roků 1959—1960.

Práce po zimní sezóně se v mnoha krajích a oddílech zdárně rozvíjí — a to už ne jen ve speciální sportovní náplni, ale i v širším tělovýchovném hledisku. Žáci, dorost i dospělí cvičí a sportují v tělocvičnách i na hřištích a plně se připravují se veřejné vystoupení v nacvičených skladbách s míči, kužely, míčky, obručením nebo bez náčiní.

Mnozí z řad našich lyžařských sportovců přistupují s nadšením k této radostné práci a vidí v ní záruku dobré osobní kondice, pokračování soudružského soužití a spolupráce, posílení zdraví a radosti z prospěšného pohybu. Říkáme mnozí a myslíme tím cvičence, cvičenky i mnohé funkcionáře. Kriticky se však musíme vyjádřit k postojům některých členů, pracovníků a i celých oddílů vůči otázce nácviku a k přípravám provedení okresních spartakiád. Jejich mínění je totiž nesprávné a naší společnosti škodlivé. Domnívají se, že lyžařina a organizovaná tělovýchovná činnost, zejména v základní tělesné výchově, spolu úzce nesouvisí. Zrovna tak nevidí příomou závislost spartakiádních akcí roku letošního a příštího. Právě naopak je si třeba uvědomit, že okresní spartakiády svým rozsahem a náročností na iniciativu a počet cvičenců a cvičitelů je daleko větší než bude při celostátní spartakiádě.

Vesmě všechny skladby jsou příslibem nových a krásných zážitků pro cvičence i pro diváky. Bohatství nápadů a pokrokový obsah ukáže, že pohybová vyspělost našich cvičenců rok od roku roste a že ji dokážeme i dále rozvíjet.

Spartakiádu nechápeme úzce jen jako jednorázové masové vystoupení. Spartakiádní akce mají právě za úkol masově podchytit mládež pro pravidelné cvičení v základní tělesné výchově, ve sportovních oddílech a odborech turistiky. Vždyt jedním z našich úkolů je zimní část druhé celostátní spartakiády. Tam se také poprvé uplatní úspěšné přípravy a výchovné zkušenosti našich lyžařských cvičitelů a trenérů.

Úloha cvičitelů je v dnešním údobí zvláště významná a všestranně potřebná, jak pro mládež, tak pro dospělě sportovce a cvičence. Je proto třeba vytvářet příznivé podmínky na pracovištích, aby cvičitelé mohli opravdu co nejlépe vykonávat tuto pro nás společensky tak závažnou činnost. Vždyt cvičitel není jen předním cvičencem a vychovatelem svého kolektivu, ale je zpravidla současně i jedním z nejlivnějších organizátorů, propagátorů a agitátorů naší socialistické tělesné výchovy, a tím i krásné myšlenky spartakiádní.

Ovšem, nejen cvičitelé a činovníci nesou odpovědnost i radost za budování tak velkorysé akce, jakou jsou chystané spartakiády. Na každém cvičenci záleží, na každém účastníku. Vždyt kdo sám cvičí, může být i nejhodnějším příkladem pro ty, kteří ještě nenalezli každotýdenní (a v některých obdobích i každodenní) chodníček do tělocvičny, na hřiště — mezi kolektiv zdravých, obětavých a činných cvičenců a soudružek. A tělovýchova jich potřebuje. Čeká na jejich rozhodnutí. Vítá pomocníky, protože i na ně tu čeká celá řada úkolů. Jsou to úkoly i pro nás:

Pokračovat v organizování náborových týdnů pro zvýšení účasti cvičících a zvýšení počtu vhodných cvičebních prostorů. Zorganizovat i mimořádné cvičební hodiny pro nácvik těch, kteří mají různé pracovní směny a nemohou se zúčastňovat pravidelných nácviků večerních. Hledat nové příležitosti jak cvičit i v létě v táborech a soustředěních, a to v úzké spolupráci s organizacemi ROH, ČSM, škol a sportovních základen. Dobře organizovat spojení na II. CS (protože cvičenci mohou vyhrát prémiové slosování v částkách 350 nebo 1000 Kčs). Vyzvat k soutěži o nejlepší účast na okresních spartakiádách, a to mezi oddíly, jednotami i okresy. Stále získávat dobré cvičence a aktivní pomocníky.

Zanedlouho rozkvetou barevné louky lidské krásy na tisících hřištích a stadiónů, rozproudí se mohutné potoky a řeky rychlosti a síly na tisících sportovištích. Tyto dny se stanou velkým svátkem v našich obcích a městech pod horami i v žirných rovinách. Vyzní v mohutnou manifestaci síly lidu, tělesné výchovy a jejího poslání při budování naší socialistické vlasti.

Bude v nich dominovat radostné mládí, jeho pohybová krása a životní sfla. Budou tam i chlapci a děvčata, kteří bojovali v bílých stopách o Zlatou vločku. Vyspělí cvičenci prokáží vysokou obratnost a zdatnost, skladbou pro učňovský dorost bude naše mládež manifestovat své pevné odhodlání odvázně budovat jasně zítřky naší vlasti a nerozborné pevnosti trvalého míru na celém světě.

Ne divák, ale především cvičenec bude pravým uživatelem veškeré té krásy a síly v plné mře. Žák i dorostenka, muž i žena, cvičenci, sportovci a turisté.

Jim bude znít fanfára úspěchů a jim patří předem dík za horoucí píseň přátelství a míru.

SEJDEME SE NA OKRESNÍCH SPARTAKIÁDÁCH

Začátek letošního roku byl rozhodující pro nábor i nácvik cvičenců na okresní spartakiády. U lyžařů byl nábor i nácvik nesmělý. Slychávali jsme také hlasy: »Právě nyní na to čas nemáme. Jsou přebory, máme plné ruce práce se soutěžemi.« Nebyli všichni jako v lyžařském oddílu VZKG na Ostravsku, kde se rozhodli, že budou nacvičovat spartakiádní skladby v rámci cvičební hodiny a k tomuto pěknému předsevzetí si hned přidali i to, že 15 žen a 20 mužů vystoupí na okresní spartakiádě.

Nepočínali jsme si vždy šťastně v agitaci. Někdy nám stačil cyklostylovaný zpravodaj a formální a nepřesvědčující upozornění: »Už v předcházejících číslech jsme se zmiňovali o tom, aby se každý lyžař zapojil jako cvičenec do nácviku na spartakiádu. Žádáme, aby oddíly oznámily počty zapojených členů. Které oddíly budou následovat?« Takový byl většinou začátek. Není proto divu, že se nemohly lyžařské oddíly hned pořádně rozehýbat. Někde daleko pravdy, napíšeme-li, že některé lyžaře strhla k nácviku iniciativa letních sportů. Vždyť i fotbalisté, o kterých tvrdíme, že neznají nic jiného než kožený míč, nacvičují a vyzvali nás k soutěži.

Začátek tedy byl až zbytečně nesmělý. Zbytečně proto, že jsme to právě my lyžaři, kteří jsme v přípravě na suchu jedni z nejpoctivějších a máme tedy k nácviku blíže než mnozí jiní sportovci. Je však květen, první měsíc okresních spartakiád. Co se zameškalo v lednu a únoru, dohnalo se v březnu, v dubnu a v květnu. Dnes jsme připraveni na prvá vystoupení. Těší se na ně i 300 dorostenců a 50 dorostenek, členů lyžařského oddílu Sokola ZTS Klatovy. Dívky ovládají obruče do nejjemnějších podrobností a chlapci si skladbu »Mládí, síla, krása« skoro zamilovali. Už 7. června je v Klatovech okresní spartakiáda a tam se

představí. Těch 350 mladých bude velkým příkladem dospělým členům lyžařských oddílů v okolí.

Příkladem šli i členové lyžařského oddílu Slavoje Stará Boleslav — soudruzi Hladil, Nedvěd, Emr a Vlčková. Nejenže jsou někteří z nich členy okresního sekretariátu spartakiády a soudruh Hladil dokonce jeho předsedou, ale každý z nich si vzal na starost nácvik v některé z místních škol. Soudruh Hladil vedl pravidelně nácvik dorostenek v pedagogické škole v Brandýse, soudruh Nedvěd dorostenky a dorostenky základní technické školy zemědělské, soudruh Emr a soudružka Vlčková se starali o 1. osmiletou střední školu. Dohromady sečteno připravují pěkných pár stovek mladých cvičících pro II. celostátní spartakiádu.

Obdrželi jsme z celé republiky zprávy o tom, jak se lyžařské oddíly zapojily do nácviku. Věřte, nehledali jsme gigantická čísla. Potěšily i takovéto zprávy: U nás není sice nácvik stoprocentní, ale výsledky také máme: 10 mužů, 6 žen, 8 dorostenců a 4 dorostenky se určitě zúčastní okresní spartakiády. Právě takové hlášení jsme dostali od lyžařského oddílu Baník Osek. Žádné ohromující číslo. Kdybychom je však mohli znásobit počtem všech lyžařských oddílů v republice, mohli bychom hrdě říci: »Lyžaři se zúčastnili okresních spartakiád v důstojném počtu. Rozhodně jsme nezůstali pozadu oproti ostatním.«

Mnohde jde jen o to, připravit členům podmínky k pravidelnému nácviku podle jejich pracovní doby a ukázat jim, jak je takové cvičení s kužely či tyčemi pěkné a jak se bude na okresních slavnostech vyjímat.

Už brzo půjdeme na okresní spartakiády. Budeme se společně radovat z krásy ukázněného pohybu i ladnosti barev. A v koutku srdce bude těšit myšlenka, že mezi cvičenci jsou i členové našich lyžařských oddílů.

PPOV

Nový návrh odznaku zdatnosti uveřejněný 29. a 30. dubna v Československém sportu je předmětem široké diskuse celého našeho tělovýchovného hnutí. Pošlete i vy, lyžaři, své připomínky!

BPPOV

HORKÉ KAŠTANY

Lyžařský reprezentant Německé demokratické republiky Röder tál do živého. Snad si vzpomínáte, že nedávno bylo americkými úřady odmítnuto udělení vstupních vis německým lyžařům do USA. Röder krátce poté podal přihlášku do Sjednocené socialistické strany. To bylo křiku. Že prý zradil německý sport, že už dávno vyhrožoval a kdoví co ještě všechno mu na Západě chtěli náhle započítat. Prostě Röderovi nemohou přijít na jméno. A není sám...

»Na takové sportovce není spolehnutí« — řekl kterýsi západoněmecký funkcionář. Myslím, že to nebylo z jeho hlavy. Alespoň původní to nebylo. To už přece před lety při berlínské olympijské hrách roku 1936 se Hitler a jeho kamarila netajili skutečně originálním zvážením schopností sportovce. V té době list »Frankfurter Zeitung« napsal doslova, že »běžci nebo skokanovi stačí

nasadit ocelovou přilbu, aby se olympijský atlet proměnil ve vojáka«. O jakého vojáka jde a jakým cílům měl sloužit, je přece jasné. Zanedlouho totiž začali němečtí sportovci v hitlerovských divizích umírat v severním Norsku, na Krétě, na severním pobřeží Afriky, na vodách oceánů a především — na nedozírných rovinách Ukrajiny. Kolik německých sportovců zahynulo i pod rukama gestapa. Kolik jen lyžařů se už nikdy nevrátilo na zasněžené pláně: Gustav Lanschner, který se na zimních olympijských hrách v Garmisch-Partenkirchen 1936 umístil za svým krajanem Pfnürem na druhém místě v alpské kombinaci, bývalý mistr světa Jänewein, Willi Walch a další. Jsou mezi nimi i jména lyžařů, kteří pocházeli z našich pohraničních hor: Lahr, Kraus, Palme a řada, dlouhá řada by jich byla.

Dvakrát vyšlehly z Německa plameny, které chtěly zadávit svět.

A dvakrát se naplnila moudrá slova našeho lidu: S čím kdo zachází, tím také schází... Ovšem v západním Německu, jako by si v této souvislosti říkali, že teprve po třetí se jim podaří to, na co nestačili Wilhelm, ani Hitler.

A pánům za oceánem se to moc hodí do krámu. Netají se s tím, že západoněmečtí vojáci mají za ně tahat horké kaštiny z válečného ohně. Nenávisť byla proto v západním Německu oficiálně povýšena nad zdravý rozum a zájmy člověka. Touha po odvetě je uměle rozněcována zejména mezi Němci, kteří byli po válce vystěhováni z československých, polských a sovětských oblastí. V západním Německu je například oblíbená a propagována Dwingerova kniha »Die verlorene Söhne« (Ztracení synové). V jednom místě můžete číst tato slova: »A proto sto — a tisíckrát — při jídle, ve spánku, při milování: Chcete-li se zachránit — Moscoviam esse delendam...« (Moskva musí být zničena).

Slovenskí lyžiari nezaostávajú



Prejst krížom-krážom po hornatom Slovensku v zime a vidieť brázdiť tisícky chlapcov a dievčat snehobiele lány na lyžiach, je zaiste radostným pohľadom. Nuž a ani teraz, keď skoro sa ozvala jara kolies muzika, lyžiari nezahálajú. Tu i tam ešte počuť i o lyžovačke — je jej síce pomerne málo, ale predsa na Chopku, pod Baníkovom v Žiarskej i na druhej strane v Roháčskej doline možno ešte jazdiť. Väčšine z lyžiarov sa však už nedostáva ísť na sneh — robia zato drobnú organizačnú prácu. Veď je obdobie krajských plenárok lyžiarskych sekcií. Škoda, že na okresoch sa ich dosť neuskutočnilo. Nuž a takto na krajských plénach dozvie sa človek čo-to i o práci lyžiarskej rodiny v lete.

Tohto roku sú na priedomí okresné spartakiády. A týmto smerom sa vedie vlna práce lyžiarov. Podajedni usilovne chystajú ešte i prostredie pre tohoročné lyžiarske plénum lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV, ktoré bude v Ružomberku, a lyžiarskej sekcie ÚV ČSTV, ktoré bude v Žiline. Tak bolo možno medzi rečami zistiť z účasti na plénach lyžiarov v Košiciach, v Žiline a v Piešťanoch, kde snemovali bratislavskí lyžiari z KV ČSTV.

V Košickom kraji nemali zosumarizovaný stav — sú však zprávy, že dorast a žiactvo nacvičuje na II. celoštátnu spartakiádu všade v školách. No vo Vysokých Tatrách sú v akcií i dospelí. Radostný je zjav zo Slovanu Tatranská Polianka, kde nácvik je v rukách lyžiarov. Veď náčelníkom je populárny dr. Stando Pospíšil a medzi ženami zase vedie cvičenie jeho manželka Jolka.

V Žilinskom kraji nacvičuje na spartakiádu 326 lyžiarov. Z toho je 46 dospelých, prevažne mužov. I tu mnohí lyžiarski pracovníci stoja v prvých radoch nácviku. Tak je tomu v Liptovskom Mikuláši (Benko, Kresák), v Turčianskych Tepliciach (Štastný) i inde. Pod ich rukami sa stváruje lyžiarska mládež, aby čo nevidieť vystúpila s tým, čo sa naučila na okresných spartakiádach.

V Bratislavskom kraji v Trenčíne nacvičuje z organizovaných lyžiarov 5

mužov, 4 ženy, 16 dorastencov, Vo Sv. Jure 4 muži a jedna žena, ako aj 12 žiakov, na Myjave 15 dorastencov, v Piešťanoch 5 starších dorastencov a 6 mladších dorasteniek. Sú zprávy, že sa pripravujú chlapi v Doňanoch, v Pezinku, v Trnave — i keď v rámci škôl.

I lyžiari MV ČSTV Bratislava na plenárke prijali uznesenie, že vyzývajú ostatné krajské sekcie, aby zintenzívnili činnosť i aktivitu v prípravách na okresné spartakiády.

Pamätáme sa i na záväzok lyžiarov z Baníka v Kremnici, ktorý si dali z príležitosti minuloročného pléna lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV. I oni plnia záväzok — nacvičujú na II. celoštátnu spartakiádu. A tak je tomu aj v iných oddieloch, medzi ktorými je v popredí lyžiarsko-turistický oddiel TJ Iskra Nováky.

Sme presvedčení, že teraz po spoločnom nácviku trénerov z povolania — skladby s medicínbalmi — pribudne i počet lyžiarov, ktorí doplnia rady nadšencov-výkonných športovcov, čo nacvičujú na najväčšiu telovýchovnú manifestáciu — na okresné spartakiády a na II. celoštátnu spartakiádu. Ich pričinením bude môcť lyžiarsky šport konkrétnejšie udávať počty nacvičujúcich. Veríme, že nám odtiaľ i lyžiarske oddiely budú posielat zprávy o tom, ako sa im vedie v nácviku na II. celoštátnu spartakiádu.

ZNOVU NA POŘADU: LEBENSRAUM!

Když pročítáte západoněmecké noviny, člověk nestačí kroužit hlavou. Jako by Německo válku neprohrálo, jako by těch 56 miliónů mrtvých bylo jen nějaké estrádní vystoupení. A nejen to... Znovu prý je životní prostor pro Němce příliš těsný. V listu »Sudetendeutsche Aktion« se dočtete například toto: »Již jednou jsme prohlásili, že Cheb a Liberec nevyhrajeme v loterii... Svou domovinu získáme jen tehdy, až zaktivizujeme mladou generaci, která si uvědomí tuto nutnost a bude připravena i se zbraní v ruce se zasadit o tento požadavek.«

Zcela určitě by tady více soudnosti a zdravého rozumu prospělo všem horkokrevným, kteří se už vidí pochodovat Václavským náměstím. Přepočítali jste se dvakrát, a sáhnete-li znovu po zbraní, bude to vaše třetí a definitivní porážka.

POLITIKA DO SPORTU NEPATŘÍ...

Tato slova slychávají naši sportovci v zahraničí velmi často. Ohánějí se

jimi i ti, kteří sport vidí jako vhodnou tělesnou přípravu pro připravovanou útočnou tažení. Šermují s nimi i ti, co se schovávají na neutrály, za »svobodné« sportovce. Tak např. západoněmecký časopis SKI, orgán západoněmeckého svazu lyžařů (č. 3). Najdete zde článek nadepsaný: »Něco o ztracených lyžařských prostorech a jejich běžcích — kus domoviny, který jsme si vzali s sebou!« V čísle 4 téhož časopisu najdete článek podobný: »Mezi Jizerskými horami a Beskydami.« Tklivými slovy líčí autoři článku krásu našich hor, nazývají je kusem domoviny, prostě snaží se opatrně vyšlapat cestičku k té »domovině«. A k tomu všemu samozřejmě přifařili i neobyčejnou statečnost a sportovní schopnost těch, kteří byli obětí vystěhování z našich pohraničních oblastí a kteří tudíž — podle nich — mají právo...

Generál Prchala a členové tzv. presidia pracovní spopolitosti k hájení sudetoněmeckých zájmů si dobře rozumějí. Se západoněmeckými revan-

šisty se spřáhli i jiní »českoslovenští vlastenci«, spekulují s tím, že jim západoněmecký bundeswehr proklestí cestu ku Praze.

STAVĚJÍ SI VĚTRNÉ ZÁMKY... NEPROJDOU

Německá otázka pálí celou Evropu. A my v Československu máme na německý militarismus zvlášť kruté vzpomínky. Proto žádáme, aby konference ministrů zabránila čtyřmocnost v Ženevě učinila taková opatření, aby se nemohl opakovat rok 1914 ani 1939, aby se už nikdy neotvírala vrata koncentráků, aby sportovci nestáli proti sobě se samopaly v rukou. Chceme soutěžit, ano. Kdo vyrobí více strojů, který lékař dá lidstvu obranu proti rakovině. Soutěžit ve sjezdu i v běhu. Takovým závodníkům rádi otevíráme dveře a tak jako lyžařům Německé demokratické republiky, s nimiž máme úzké a vřelé vztahy, nabízíme ruku k přátelství a spolupráci i všem ostatním sportovcům.

M. LAUTERBACH

FESTIVAL MLÁDEŽE A LYŽAŘI

Ve dnech 26. července až 4. srpna t. r. probíhá ve Vídni VII. světový festival mládeže a studentstva. Lyžaři se sice nezúčastní sportovních soutěží pořádaných při této příležitosti, ale budou sledovat přesto se zájmem přípravu na tuto významnou manifestaci mládeže z celého světa, za mír a přátelství mezi všemi národy.

I když budeme o tom všem informováni jen z novinových zpráv, budeme v duchu s našimi delegáty a budeme se s nimi radovat ze všech úspěchů na poli kultury, ve sportovních soutěžích a při všech dalších akcích, které přispějí k porozumění mezi mládeží bez rozdílu politického přesvědčení, náboženství, národnosti a barvy pleti.

V tomto smyslu rádi vzpomínáme na lyžařskou část Zimních akademických her, které se konaly v roce 1953 v Semmeringu. Zde studenti nejenže úporně bojovali o prvá místa, ale navázali také četná přátelství. Pokrokoví rakouští pracovníci zde dokázali překonat řadu překážek a umožnili studentům různých států, aby mohli soutěžit a přitom manifestovat za upevnění přátelství a míru.

Věříme, že i letos se podaří pokrokovým silám v Rakousku a Mezinárodnímu přípravnému výboru uspořádat co nejuspěšnější VII. festival mládeže a studentstva.

V současné době probíhají okresní spartakiády a okresní festivaly mládeže. Aktivní pomocí při přípravě a uskutečňování těchto akcí se také zapojíme do předfestivalové kampaně. Věříme, že velká část lyžařů, zvláště mladých, splní podmínky Festivalového sportovního odznaku, který se v současné době plní na mnoha našich hřištích. Lyžařští cvičitelé, trenéři a další pracovníci najdou plně uplatnění v pomoci při jejich organizaci. Věříme, že všichni příslušníci lyžařských oddílů — závodníci i nezavodníci, trenéři, cvičitelé, rozhodčí i všichni další pracovníci — se zapojí plně do předfestivalové kampaně a tak budeme společně s ostatními příslušníky ČSTV a všemi svazáky manifestovat za zdárný průběh festivalu.

V. PÁČL

O JEDNOM ZÁVODĚ A SPOLUPRÁCI ZV ROH

Velmi mnoho se v naší tělovýchově mluví a píše o masové základně, o získávání mládeže k provádění tělesné výchovy a sportu a velmi se mluví i o nedostatečné práci sportovních oddílů. Toto se vztahuje i na lyžařství. Zásady, které měly odstranit nedostatky na úseku řízení lyžařského sportu, byly vtěleny do různých plánů a usnesení, ale — žel — mnohdy zůstaly jen na papíře a jen málokdy se setkáváme s nějakými konkrétními činy, které by ukázaly cestu k zlepšení.

Proto považují za účelné upozornit na dobrý příklad, který alespoň zčásti řeší všechny tři předhozené zásady: masovost, péči o mládež i činnost oddílů a navíc i ukázkou dobré spolupráce se složkami Revolučního odborového hnutí. Tělovýchovná jednota Slávia Žižkov ÚRO uspořádala totiž 22. února t. r. »I. veřejný závod v běhu na lyžích o Cenu zotavenou ROH v Peči pod Sněžkou«.

Probíráme-li kalendář soutěží a lyžařských závodů, jistě si nemůžeme stěžovat, že by bylo málo soutěží; vřady v hlavním období, je-li ovšem dostatek sněhu, je každou neděli vždy několik závodů a závodníci mají tak příležitost změřit své síly at již v přebornických soutěžích nebo ve veřejných závodech. Ale při těchto závodech a soutěžích se vesměs hodnotí jen umístění jednotlivých závodníků.

V čem je právě rozdíl mezi závodem uspořádaným TJ Slávia Žižkov ÚRO a velkou většinou všech ostatních závodů? »Cenu zotavenou ROH v Peči pod Sněžkou« získává totiž tělovýchovná jednota, jejíž závodníci startují ve všech vypsaných kategoriích a dosáhnou nejménšího součtu časů, přičemž se započítávají v každé kategorii vždy čas nejlépe se umístivšího závodníka té které jednoty. V případě, že tělovýchovná jednota neobsadí některou kategorii, je jí započítán čas dosažený posledním závodníkem příslušné kategorie zvýšený o přírůzek 20 % času vítěze této kategorie. Závod je vypsan na 15 km (pro muže a juniory), na 10 km (pro starší dorostence), na 5 km (pro ženy, juniorky, dorostenky starší, dorostence mladší), na 3 km (pro dorostenky mladší), na 2 km (pro žáky) a na 1 km (pro žákyně). Tolik rozpis závodu.

A v čem vidím právě zvláštní hodnotu tohoto závodu a dobrý přínos pro rozvoj lyžařství? Je to především to, že větší část závodu je vypsaná pro kategorie mladých (8 kategorií z 10 vypsaných), a dále to, že hodnocení je zaměřeno nejen na výkon jednotlivce, ale i na masovost. Oddily mají možnost prokázat, jak všestranně pečují o závodníky, a to zvláště o mládež — hodnotí se nejen výkonnost a umístění, ale i to, zda tělovýchovná jednota obsadí všechny kategorie a vysílá tak do závodů všechny lyžaře-závodníky i z těch nejmladších.

Vítězství získané v tomto závodě je tak dobrou vizitkou práce lyžařského oddílu a domnívám se, že pro naši tělovýchovu je svou všestranností jedním z nejhodnotnějších. Proto jsem považoval za vhodné psát o tomto závodě, psát o tomto závodě v dobrém tím spíše, že při jeho organizaci došlo i k vzájemné příkladné spolupráci mezi tělovýchovnou jednotou (lyžařským oddílem) a ZV ROH, a ta by měla být příkladem mnohým ZV, které se mnohdy nejen k lyžařství, ale k celé naší tělovýchově obracejí zády. Zdůrazňuji to proto, že jde přímo o tělovýchovnou jednotu Ústřední rady odborů, kde závodní výbor této vrcholné složky Revolučního odborového hnutí dává všem dobrý příklad a ukazuje, jak i složky ROH mohou a mají konkrétně, a ne jen pouze nějakým prohlášením, pomáhat naší tělovýchově.

I správa zotavenou ROH v Peči pod Sněžkou pochopila správně význam tohoto závodu a věnovala pro závod nejen putovní cenu, o kterou se budou mezi sebou každoročně utkávat lyžařské oddíly, ale byla nápomocna i při organizačním zajišťování tohoto závodu. Ukázala tak plně pochopení nejen pro dobrou rekreaci, ale i pro lyžařský sport. Snad je dobré uvést i to, že kromě putovní ceny nejlepšímu oddílu obdržel upomínkové ceny i vítězové jednotlivých kategorií a každý startující obdržel upomínkovou stužku.

Domnívám se, že v letošním roce byl položen dobrý základ novému závodě — závodě, který manifestuje spolupráci Revolučního odborového hnutí s naší tělovýchovou, napomáhá ke zvýšení masovosti lyžařství a může povzbudit a rozšířit činnost lyžařských oddílů, a to se zvláštním zaměřením k mládeži.

Půjde nyní o to, aby tento položený základ byl rozšířen a využit oddíly, a to jednak k rozšíření masové základny lyžařů-závodníků a také k tomu, aby výsledky své činnosti a mnohdy perné práce, ke které je třeba velké obětavosti činovníků, cvičitelů, trenérů i samých závodníků dovedly oddíly také »prodat« — ukázat výsledky své práce před veřejností, a k tomu je právě tento závod velmi vhodný.

Rozepsal jsem se trochu o tomto závodě, aby se o něm dověděla i širší lyžařská veřejnost a měly by si ho všimnout všechny lyžařské oddíly. Měl by povzbudit k zlepšení činnosti, aby i jejich oddíl obstál čestně v tomto závodě již v příštím roce. Stojí to za úvahu.

Je samozřejmě, že závod není nějakým samoúčelným receptem k rozvoji našeho lyžařství, ale obsahuje dobré prvky pro hodnocení činnosti oddílů, a je to jedna z cest, ale přece jen cesta, která ukazuje na nejpodstatnější zásady naší tělovýchovy, na masovost lyžařství, péči o mládež a na činnost lyžařských oddílů.

Závěrem několik čísel a výsledků: V letošním roce se I. veřejného závodu v běhu na lyžích o Cenu zotavenou ROH v Peči pod Sněžkou zúčastnilo celkem 145 závodníků (z toho 70 mládeže) z 31 tělovýchovných jednot. Putovní cenu si z tohoto závodu zaslouženě odnesl vítěz lyžařský oddíl TJ Lokomotiva Trutnov, který dosáhl výsledného času 5:36:15 hod. při 25 účastnících. Na druhém místě se umístila pořadající jednota Slávia Žižkov celkovým časem 5:51:10 hod. a jako třetí Rudá hvězda Praha s výsledným časem 6:17:06 hod. Toto umístění jistě svědčí o dobré práci těchto oddílů a věřím, že v příštím roce bude boj o prvenství ještě houževnatější a oddíly, zvláště z krkonošské a pražské oblasti, se pochlubí výsledky své celoroční činnosti věrný heslu »Za masovost — za rekordy«.

F. TÁBORSKÝ, člen lyž. sekce MV ČSTV

VÝZNAM PPOV, PROVĚREK TRÉNOVANOSTI A KONTROLNÍCH ZÁVODŮ

Příprava závodníků v našich oddílech je v plném proudu. Závodníci i trenéři jsou si většinou již plně vědomi toho, že jen poctivá celoroční příprava zaručuje dobré výsledky v závodech. V rámci této přípravy probíhají prověrky trénovanosti, jejichž náplň tvoří kontrolní závody v různých disciplínách.

V oddílech, kde dosud tyto prověrky trénovanosti neprovádějí, zatím plně nepochopili nutnost soustavné kontroly a potřebu získat objektivní ukazatele výkonnosti jednotlivých závodníků. Ale i v oddílech, kde je již provádějí, nedoceňují plně jejich význam v přípravě závodníků.

Všimněme si proto poněkud důkladněji významu kontrolních závodů. Sám název napovídá, že se používá prověrek trénovanosti především k prověření všestranné tělesné zdatnosti, kdy jednotlivé kontrolní závody nám umožňují určit stupeň výkonnosti závodníka v disciplínách různého zaměření. Podle dosažených výsledků pak může trenér správně naplánovat a usměrnit další přípravu závodníka tak, aby bylo dosaženo všestranného rozvoje rychlosti, síly, vytrvalosti a obratnosti se zřetelem k získání nejvyšší výkonnosti ve zvolené disciplíně.

Přesto, že prověrky trénovanosti jsou většinou chápány pouze z tohoto úzkého hlediska, je jejich význam pro přípravu závodníka daleko větší.

KONTROLNÍ ZÁVOD — NEZBYTNÝ PROSTŘEDEK TRÉNINKU

Vědeckými výzkumy, při nichž bylo použito nejnovějších poznatků pavlovské fyziologie, bylo dokázáno, že nezbytnou podmínkou pro vytvoření pohybového návyku, který zajistí nejučinnější provedení nadcházející tělesné práce, je maximální vypětí při tělesných cvičeních v průběhu tréninku. Jinými slovy, chceme-li dosáhnout maximální rychlosti, síly, vytrvalosti a obratnosti, pak musíme upravit trénink tak, abychom prováděli cvičení zaměřená na zvýšení rychlosti, vytrvalosti atd. s maximální intenzitou. Maximálního vypětí nelze však dosáhnout v každém běžném tréninku. Ale je to možné při závodě, kdy závodník, přistupuje-li k němu odpovědně, vydává ze sebe skutečně maximum svých možností. Zařazením kontrolního závodu zabráníme tomu, aby se upevnil pohybový návyk, vytvářený během tréninku menší intenzity, který se liší od pohybového návyku potřebného pro dosažení maximálního výkonu. Rozdíl mezi těmito pohybovými návyky spočívá v rozdílném charakteru, intenzitě a hlavně v rozdílném časovém rozložení podráždění, jdoucích z center mozkové kůry do vnitřních orgánů a svalů. Rovněž signalizace z usilovně pracujících svalů a orgánů je odlišná od signalizace ze svalů a orgánů při práci menší intenzity. V tréninku je organismus připravován na maximální výkon. Kontrolní závody jsou nezbytným prostředkem tréninku při vytváření pohybových návyků maximálního výkonu a umožní nám rychlé a hospodárné vytvoření potřebných pohybových návyků jak v celkové tělesné přípravě, tak i v přípravě speciální.

S touto otázkou úzce souvisí i význam kontrolních závodů jako emocionálního činitele. Kontrolní závod, zařazený do tréninku, zvyšuje vzrušivost nervových center, stimuluje celý organismus a tak vytváří nejvhodnější podmínky pro

tvoreni pohybových návyků. Zařazením kontrolních závodů do tréninku plně respektujeme princip aktivního zapojení cvičenců, bez kterého i nejlépe vedený a naplánovaný trénink není plně účinný. V pracích významných fyziologů (Krestovnikov, Birjukovová) je dokázáno, že jestliže sportovec plně nesoustředí pozornost na provedení daného pohybu (v potřebné koordinaci, tempu atd.), je provedení tohoto pohybu buď ztíženo anebo vůbec nemožné.

ZVÝŠENÁ DRÁŽDIVOST NERVOVÝCH CENTER

Dalším příznivým kladem kontrolních závodů je i startovní stav, který je doprovázen. Zvýšená dráždivost nervových center, která je důsledkem předstartovního a vlastního startovního stavu, se příznivě projevuje na přípravě organismu k bližší se činnosti zrychlením tepové frekvence, prohloubením dýchání apod., což napomáhá k rychlejšímu rozvoji funkčních možností organismu. Kromě toho se pomocí kontrolních závodů usměrní u závodníka velikost předstartovního stavu podle charakteru a velikosti očekávané námahy a sníží se možnost startovní horečky nebo startovní apatie, které snižují výkon při důležitých závodech v hlavním období.

Rovněž nesmíme zapomenout na význam kontrolních závodů při výchově morálně volních vlastností závodníků. Víme, že k výchově závodníka nestačí obvyklé prostředky a formy ideové politické výchovy, ale že je nutno tuto výchovu uplatňovat i ve vlastním tréninkovém procesu. Kontrolní závody jsou jedním z nejpůsobivějších prostředků, poněvadž jsou činností, při níž se musí projevit takové vlastnosti jako pevná vůle k vítězství, odvaha, vytrvalost apod. Je to výchova důvěry ve vlastní síly a možnosti, které se mnohým závodníkům nedostává.

Nyní ještě krátce o době a způsobu provádění kontrolních závodů. Během přípravného období nám jde především o zvýšení a zjištění celkové tělesné zdatnosti a speciálních vlastností, které jsou určovány druhem závodní disciplíny, kterou závodník provádí. Prověrku celkové tělesné zdatnosti provádíme jednak na začátku a jednak na konci I. etapy přípravného období. Kontrolní závody zde tvoří většinou lehkootletické disciplíny, obsažené v souboru PPOV, kterými zvyšujeme a zjišťujeme úroveň základních tělesných vlastností. Disciplíny upravujeme podle toho, zda se jedná o sjezdáře, běžce či skokany, dále podle věku a pohlaví. Obvykle tvoří prověrku tyto disciplíny: běh na krátkou vzdálenost, vrh koulí nebo hod granátů, skok daleký nebo vysoký a vytrvalostní běh.

PRÁVIDELNĚ ROZVÍJET VŠECHNY SOŠKY

V druhé etapě přípravného období provádíme kontrolní závody obvykle již v tělocvičně. Tyto jsou zaměřeny již více speciálně na zlepšení vlastností a posílení těch svalových skupin, které jsou především potřebné při provádění závodní disciplíny. Tedy u běžců na rychlostní vytrvalost a sílu paží. U sjezdářů na rychlost reakce, sílu dolních končetin a obratnost a u skokanů na sílu odrazu, obratnost a nervosvalovou koordinaci. Pro

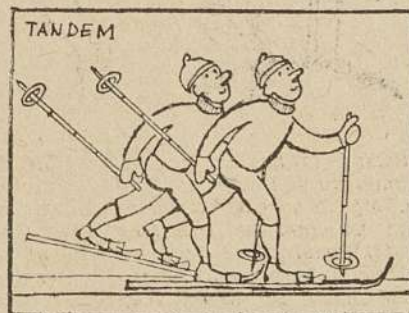
kontrolu rychlosti používáme maximálního počtu přeskoků přes lavičku či švihadlo v krátkém časovém intervalu. Při kontrole vytrvalosti zjišťujeme počet přeskoků přes lavičku prováděných v rytmu metronomu. Kontrolu síly provádíme pomocí spihi, opakovaných výměků na hrazdách apod. Při kontrole obratnosti užíváme přeskoků přes nářadí a akrobatických sestav různé obtížnosti, kde prvky na sebe plynule navazují. Pro kontrolu koordinace užíváme nesoudobá cvičení.

V hlavním období používáme jako kontrolních závodů u běžců úseků trati projížděných závodním tempem na čas, z počátku kratších a postupně se prodlužujících až na skutečnou délku závodní trati. Závody ve dvojicích či trojicích s handicapem podle výkonnosti, závody o nejrychlejší vyběhnutí pozvolných a zvládnutých stoupání, o nejrychlejší projetí technicky obtížného úseku a mnoho dalších forem. U sjezdářů je to závodní projíždění skupin branek na čas; projíždění stalomových branek ve dvojicích s handicapem podle výkonnosti, projíždění sjezdových tratí formou stihacích jízdy apod. U skokanů pak závody o nejlepší provedení určitého prvku skoku, bez ohledu na dosaženou délku a časté skoky s hojnocením délky i stylu.

Při provádění kontrolních závodů se snažíme o vytvoření standardních podmínek, které nám umožňují objektivní hodnocení výkonu. Je to například stejná obuv při bězích, stejný povrch dráhy, stejná váha náčiní a výška nářadí apod. Rovněž při kontrolních závodech na sněhu se snažíme při hodnocení brát v úvahu hodnotu skluzu, profil trati, počasí apod.

Z uvedených důvodů jistě prospěje, jestliže plně využijeme kontrolních závodů v přípravě našich závodníků. Vhodným zařazením se stanou kontrolní závody nejen měřítkem funkční zdatnosti, ale i nedílnou součástí tréninku umožňující rychlé a ekonomické zvyšování možnosti organismu a jedním z prostředků výchovy morálně volních vlastností. Stanou se jednou z forem práce, která umožní, aby sportovní trénink byl skutečně výchovným procesem.

JIRÍ NOVOSAD,
dobrovolný trenér lyžování



Využijte spartakiádních skladeb

Stěžejní úkol celé tělovýchovy v letošním a příštím roce — příprava II. celostátní spartakiády — nezůstává bez odezvy ani u našich lyžařů. Vědomí, že lyžařský sport je organickou součástí celého tělovýchovného hnutí, vede odpovědné činitele

v lyžařských oddílech k organizovanému nácviku. Vždyť lze bez nadsázky říci, že cvičení pro muže s plnými míči i cvičení s tyčemi bude pro svou pohybovou náročnost vyhovovat i lyžařům.

Zde je velká příležitost pro trenéry v oddílech, jak skloubit a přizpůsobit cvičební hodinu tak, aby mohl být splněn normální její program. Že to jde, dokázala již řada lyžařských oddílů v kraji Ústí nad Labem.

I když počty cvičících, zejména mužů, nejsou nijak světoborné, budou lyžaři jistě hodnoceni mezi nejlepšími celky. V lyžařském oddílu Baníka Děčín ovládá již perfektně polovinu skladby 10 mužů, v nácviku jsou i muži Lokomotivy Teplice, Baníka Osek a Slovanu Jirkov. Členové těchto oddílů vyjadřují svou spolupráci názorně svůj vztah k jednotě i celému tělovýchovnému hnutí.

Kromě uvedených hledisek je třeba se zamyslet i nad skutečností, že nám skončilo hlavní období a začalo přechodné, které je v tréninkových plánech vyjádřeno podstatným snížením intenzity tréninku, kdy si má odpočinout hlavně naše nervová soustava od napětí, vzniklého řadou závodů.

Zde se nám tedy naskytá příležitost, jak vhodně vyplnit toto období a zamezit tomu, aby se nám závodníci nerozprchlí z oddílů až do doby, kdy zahájíme přípravu na další hlavní období. Do náplně cvičební hodiny není problém zařadit i nácvik některé spartakiádní skladby. Vždyť přechodné období, co se týče cvičební náplně, se vyznačuje stejně názorovou nejednotností.

Hodnoty, které získáme udržením kolektivu v tzv. »mrtvém období«, jistě vyváží případné potíže vzniklé s organizací a provedením nácviku.

JOSEF HOLINGER

LYŽAŘI A PPOV

Pro lyžaře stejně jako pro ostatní sportovce je PPOV prostředkem k docílení všeobecné, všestranné tělesné a morální zdatnosti. Tohoto cíle můžeme však dosáhnout jen tehdy, je-li plnění norem správně chápáno a předchází-li mu náležitá příprava v každé disciplíně. V tom smyslu je také stanoven požadavek splnění PPOV k udělení výkonnostních tříd a registrace závodníků.

V poslední době jsme však význam odznaku opomíjeli a náležitě jsme jej nevyužívali k všeobecné přípravě. Pokud se normy plnily, dělo se tak často formálně bez přípravy a bez zájmu o nejlepší osobní výkony v jednotlivých disciplínách. Stačilo, když byla splněna norma a proto se třeba dala latka do výše 130 cm a uchazeči buďto splnili nebo nesplnili. Zapomínáme, že PPOV je pro lyžaře výbornou náplní pro přechodné období. Přípravou na plnění norem máme příležitost odstraňovat u jednotlivců nedostatky ve všeobecné tělesné připravenosti a vůbec najít náplň pro doplňková cvičení po hlavním období.

Pro oživení zájmu o PPOV v širokých masách sportovců, navrhuje se několik zlepšení v podmínkách a organizaci. Proti dosavadní dolní věkové hranici 13 let, je na příště snížena hranice na 10 let. Celkově dostává odznak zdatnosti charakter soutěže. Znamená to, že bude stanovena pro každou disciplínu norma jako dolní hranice a výkon nad normu se bude hodnotit v rámci různých stupňů odznaku. Odpadne tím zvláštní plnění odznaku druhého stupně, jak tomu bylo dosud. Stejně se počítá s omezením počtu disciplín a se zásadním řešením otázky plavecké disciplíny.

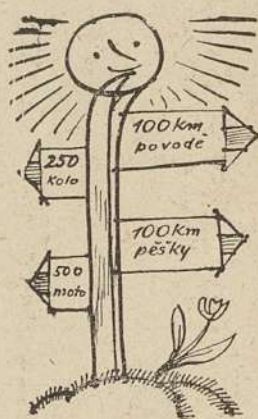
Vzhledem k tomu, že o připravovaných změnách proběhne veřejná diskuse v Československém sportu, je třeba, abychom si my, lyžaři, znovu uvědomili, jak nám PPOV pomáhá, kde máme největší potíže s jeho plněním a aby každý lyžařský cvičitel, pracovník s mládeží či řadový lyžař přispěl svými připomínkami k co nejdokonalejší a nejlepší formě odznaku PPOV, která by vyhovovala plně svému účelu a cíli všech sportovců.

JARO

LÉTO

PODZIM

ZIMA



Začíná to nanovo dokola a hned po velikonočním firnu. Město bubnuje turistickým nábojem na 100 jarních kilometrů, při čemž si můžete vybrat: po vodě, po trávě nebo po silnici. To, ovšem, je převážně nedělní záležitost. Za to v týdnu: tělocvična a hřiště.

Plně doháníme spartakiádu, protože fanfáry ohlašují začátek slavnostního vystoupení v našem i sousedním okrese. Že jsme dobře splnili, můžeme se s radostí chystat na prázdniny. Stanový tábor u řeky? Na pramičkách po řece? Nebo putovat s dorostem po Velké Fatře?

S novým školním rokem začíná i houževnatější příprava na zimu. Kondiční běhy, slalomy mezi stromy v lese i na stráni. Někdy jen tak, jindy s batohem nebo i s lyžařskými holemi. Pohybovou techniku vystřídáme občas technikou a zručností lyžařského údržbáře.

A když se zeptá zima, cos dělal celý rok, lehce se nám odpovídá. Že jsme toho dost pospravili, dost nacvičili, sběhali a naskákali. Proto se nám letos na lyžích všechno líp daří, dolů i do kopce, ve stopě i na pascce, s Markerem i s Bidsteinem, a pastičkami. (VD)

Příspěvek k tréninku mladých závodníků

Skončila lyžařská sezóna. Pro každého lyžařského závodníka přinesla nové poznatky, zkušenosti a dala nové úkoly do příštího roku. Uplynulý tréninkový rok byl provedenými závody podroben důkladné kritice. Ukázaly se nedostatky v přípravě, technice atd. Jak odstranit například malou uvolněnost kloubu kyčelního, nedostatek rovnováhy, slabé ruce? Prostředků je mnoho. Chci navázat na trenérské pokyny otištěné v čas. Lyžařství (č. 9—10, ročník 1958). Jednalo se o zavedení ranních cvičení do tréninkového systému našich závodníků.

Nejvhodnější chvíle k zařazení ranních cvičení do tréninkového cyklu je v době, kdy začínáme s pravidelným tréninkem (květen—červen). Později je to dost obtížné a mnohý z vás by to pokládal za nevhodný experiment. Nechci se široce zabývat důležitostí ranních cvičení. Jen připomínám, že u sovětských lyžařů-běžců je ranní cvičení jednou etapou vícefázového tréninku. Hlavně pak na soustředěních.

Většina vynikajících závodníků

z jiných sportovních oborů používá specificky upraveného ranního cvičení jako součásti životního rytmu k udržení tělesné svěžesti, rychlejšímu odstraňování únavy atd.

Ranní cvičení nesmí být nahodilým souborem nějakých cviků. Z vlastní zkušenosti vím, že je třeba uvědomit si několik činitelů, kteří ovlivní ráz ranních cvičení. Vybral jsem ty nejdůležitější a jistě si k nim přidáte své specifické poznámky.

Vycházel jsem z těchto hledisek:

a) Tělesné nedostatky (příčiny chyb v technice).

b) Rozvoj vlastností (obratnost, vůle atd.).

c) Pořadí cviků.

d) Kde mohou cvičení provádět, kdy a kolik věnují času na ranní cvičení.

Byl jsem málo uvolněný v oblasti kyčelního kloubu, potřeboval jsem větší vůli. Na ranní cvičení jsem volil čas od 6.30 hod. a cvičil jsem v obývací místnosti asi 15—20 min. Pro posílení vůle jsem stanovil počet opakování cviků a v každém měsíci jsem zvyšoval počet opakování podle této tabulky.

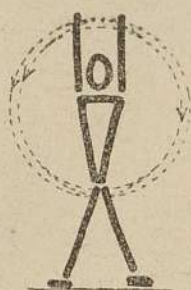
IV.	V.	VI.	VII.	VIII.	IX.	X.	XI.	XII.	I.	II.	III.
4	5	9	12	15	15 m	17	19	15	12	12	9

Cvičení jsem měnil až po ročním cyklu. Kvalitativně byly změněny cviky č. 6 a 7 v září.

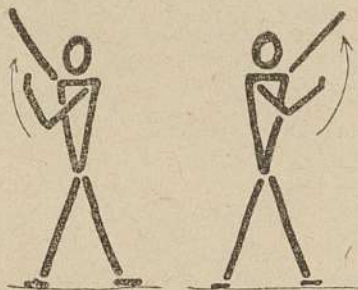
Rád bych doporučil ranní cvičení všem, hlavně pak mladým, kteří perspektivu své výkonnosti mohou ovlivnit důsledným a správně prováděným

tréninkem. Necvičte jen něco nahodile a nepravidelně. Poctivá a systematická příprava vám přinese zlepšení vašich výkonů a přidá vám chuti a zdravé ctízádnosti do další práce.

Karel Veselý



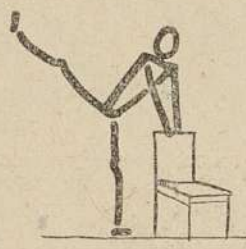
I.
Čelné kruhy
dovnitř



II.
Z předpažení
vpravo — otočným
trupu hmit
— opačně



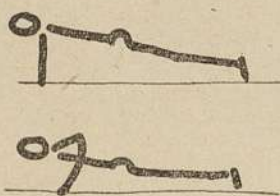
III.
Vytlačování
pánve



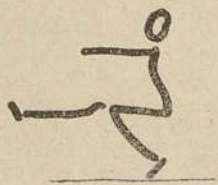
IV.
Vysoké čelné
umožování
pravou — levou



V.
Zanožení —
skrčit
přednožmo



VI.
»Kilky« (září,
nohy na postel,
kilky s odrazem)



VII.
Dřep na jedné
noze (září —
dřepy
s výskokem)



VIII.
Napodobivá
cvičení — běhu
stříd. dvoudob.

ŠEDESÁTÉ JUBILEJNÍ MISTROVSKÉ

SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY — VRÁTNA

Účastníci letošního mistrovství ČR ve sjezdových disciplínách se sjížděli do Vrátné s různými pocity. Pořadatele čekal tuhý boj s katastrofálními sněhovými podmínkami a závodníky navíc tížilo vědomí, že jedou bojovat o mistrovské tituly bez náležité přípravy. Nálada účastníků nebyla tedy slavnostní, spíše starostlivá.

Smutný byl pohled na Vrátnou. Z autobusu, který nás přivezl až k výtahu, jsme skočili přímo do louže a bláta, z hustých mraků nás vydatně kropil vlahý déšť a foukal silný teplý vítr. Po sněhu ani památky. Trochu nás uklidnil ředitel závodů architekt Karol Koza, který s přátelským úsměvem povídal: »Nic se, chlapci, nebojte, hore ještě něco je.«

V předolympijském roce mistrovství ve sjezdových disciplínách bez sjezdu

Teplé počasí a déšť působily tak nemilosrdně rychle, že sněh v muldách pod Chlebem mizel takřka před očima. Se závodem ve sjezdu se již nedalo počítat a museli jsme se tedy již před zahájením smířit s tím, že ani letos nebudou mít sjezdaři příležitost vybojovat svůj nejdůležitější a nejpěknější závod.

Mistrovství bez diváků

Nikdo nepochybuje o tom, že Vrátná je ideální pro vrcholné soutěže sjezdařů. Jsem přesvědčen, že na svazích Chlebu jdou vytyčit tratě světové úrovně. Přesto se musíme zatím smířit s tou skutečností, že pro uspořádání velkých soutěží nevyhovuje. Ubytovací kapacita je zatím tak malá, že příznivci lyžařského sportu nemají příležitost navštívit Vrátnou v době závodů jako diváci a význam závodů tím trpí. Neradostný byl pohled na nástup závodníků, kterému přihlíželo jen několik zaměstnanců z Vrátné. Byli jsme proto vědní obětavým příznivcem ze Vsetína a Frenštátu, kteří se přijeli podívat i za špatného počasí na poslední den závodů.

Starosti s úpravou tratí

Trvale špatné počasí ohrožovalo i regulérní průběh závodu ve slalomu a obřím slalomu. Porady pořadatelů, trenérů a vedoucích musely denně řešit nepředstavitelné obtíže. To, že tratě byly upraveny prvotřídně, nelze přejít jen formální pochvalou. Organizátoři a všichni účastníci mistrovství dokázali, že i u nás umíme tratě upravovat, musíme však plně využívat všech prostředků a schopností. Musíme poděkovat všem šlapačům, pořadatelům i závodníkům, že obětavou prací zachránili mistrovství a že připravili tratě i pro poslední závodníky. Zvláštní dík patří

s. Rudlovi Krňoulovi a s. arch. Kozovi za uplatnění jejich zkušeností s úpravou tratí.

Nedostatečný trénink před mistrovstvím — špatná bilance v předolympijském roce

Dříve než se zmíním o jednotlivých soutěžích, chtěl bych poukázat na to, že drtivá většina závodníků přijela na mistrovství nedostatečně připravena. Příčiny jsou nám známy. Nedostatek sněhu a malý počet závodů. V důsledku nedostatečné přípravy nastupovali závodníci k soutěžím s nedůvěrou. V mnohých případech nestačili ani fyzicky a neuměli se vyřadit s taktikou.

Chraňte se statických postojů

I nejlepší závodníci se potýkali se základními chybami: širokou stopou, jízdou po vnitřní lyži ve švih i v traverzu a záklonem. Typickým nedostatkem většiny je pomalá reakce na různé sklony svahu. V důsledku nerozježděnosti působí jízda strnule, těžkopádně. Zarážející je i přehnané natáčení trupu v momentech, kdy je toho nejméně zapotřebí, jen aby za každou cenu byla zachována linie typická pro demonstrátory v rakouské škole prof. Kruckenhausera. Jízda rakouských závodníků je naproti tomu ale dynamická a každý jejich pohyb musí být účelný. Chraňte se před strnulými postoji, kterým se mnozí učí z nepohyblivého obrázku nebo na zrcadlově rovné loučce.

Sjezdařky nám vymírají?

Soutěže byly zahájeny závodem žen ve slalomu. K závodům bylo přihlášeno 18 žen a 5 juniorek. Jestliže jsme mohli před dvěma lety kladně hodnotit velkou účast žen, musíme být nyní nejším stavem nespokojeni. Pro slalom žen bylo typické, že závodnice nedokázaly dobře ohodnotit kvalitu sněhu i charakter slalomu. V I. kole jely tak, jak jim to jelo, nebojovaly, přestože charakter prvního kola k bojovné jízdě přímo vyzýval. Nelostný boj jsme viděli až ve II. kole a za jízdu je nutno pochválit Milku Richvalskou-Mohrovou, která dokázala, že v ní sjezdařská krev stále koluje.

140 závodníků a trat obřích slalomu zůstala regulérní!

O kvalitě úpravě tratě svědčí to, že i poslední startující závodník v obřím slalomu měl radost z jízdy a dosáhl pěkného času. Soutěž žen byla mnohem bojovnější než slalom, ale i zde se projevila malá sebedůvěra závodnic. I ty nejlepší se zalekly rychlostí a brzdlily v úsecích, kde toho nebylo třeba. Nejlépe se s tratí vyrovnala Magda Slavíčková. Jela odvážně a titul mistryně ČR jí po

zásluze za pěknou jízdu náleží. Pořadí prvních závodnic ze slalomu se v obřím slalomu trochu změnilo, ale jména zůstala stejná. Jen juniorka Novotná se zařadila v celkové klasifikaci na páté místo.

Zmiňuji se, že nám vymírají sjezdařky, sjezdaře však toto nebezpečí nepronásleduje. Na start obřích slalomu se dostavilo 117 mužů a juniů. Tato velká konkurence donutila muže k urputnějšímu boji, než tomu bylo u žen. Všem se nám líbilo, že závod nepozbyl bojovnosti po odjetí prvních skupin, ale že i závodníci, kteří startovali s číslem přes 100, se snažili o nejlepší výsledek. Škoda, že těmto vysokým číslům znesnadňovala závod mlha.

Zkušenost zvítězila ve všech soutěžích

Mistr sportu Jaroslav Bogdálék byl svým vítězstvím v obřím slalomu a dvojkombinací překvapen. Věděl dobře, že trénoval málo. Jeho případ uvádím proto, že pro letošní mistrovství bylo typické, že při všeobecně slabém tréninku vítězili závodníci a závodnice s větší zkušeností. Na prvních místech v soutěži mužů i žen figurovala jména těch, kteří v posledních letech byli v péči ústředí a armády.

71 mužů na startu slalomu

Všichni závodníci a vedoucí přijali s povděkem rozhodnutí o rozšíření počtu startujících ve slalomu na 71 mužů. Toto rozhodnutí bylo provedeno po důkladném zhodnocení konkrétních připomínek vedoucích krajů. Závod ve slalomu byl připraven stejně svědomitě jako ostatní soutěže a o mistra se bojovalo velmi houževnatě. Zbyněk Mohr dokázal, že se připravil nejlépe a zaslouženě zvítězil. Jeho jízda byla dobře promyšlená, obdivovali jsme u něho perfektní najíždění zavřených slalomových figur. V porovnání se slalomem žen byli muži bojovnější, ale často improvizovali. Jeli tak, jak to vyšlo, opět bylo znát, že se dostatečně nevěnovali nácvičce figur.

Mladí se musí ještě mnoho učit od zkušenějších

Mladí nepronikli letos výrazněji mezi ostřílené závodníky, i když jsme u nich pozorovali velmi pěkné výkony. Jsme přesvědčeni, že nám z některých výrostou dobří sjezdaři, ale čeká je ještě mnoho poctivé práce. Všem mladým závodníkům bych chtěl připomenout, aby nečekali, že jim bude dáвана přednost jen proto, že jsou mladí, ale aby se sami učili od starších závodníků a aby si těchto závodníků vážili jako lidi, od kterých se mají stále co učit. Mistrovství ČR 1959 je jistě o tom přesvědčilo. Věřím, že starší závodníci jim své zkušenosti rádi odevzdají!

Když s. Jano Mráz blahopřál vítězi a děkoval všem účastníkům za je-

BĚŽECKÉ SOUTĚŽE — ŠPINDLERŮV MLÝN

Již druhý rok bylo spojeno mistrovství republiky v klasických disciplínách, pořádané ve Špindlerově Mlýně, s řadou velkých obtíží. Loňského roku nebyly závody dokončeny pro stálý déšť a letos nechybělo mnoho do stejného konce. Vždyť Krkonoše v době pořádání mistrovství byly na hřebenech téměř bez sněhu a zbytky sněhu, které se tu a tam udržely, se měnily v poledním slunci v břečku. Jen v noci se hlásil únor o slovo, a tak každý den ráno byla stopa promrzlá na kost. A za těchto podmínek bylo nutné provést v pěti dnech 13 běžeckých závodů, dále samozřejmě skokanské a vedle těchto soutěží mužů a žen byly na pořadu ještě soutěže juniorů a dorostu staršího i mladšího.

Vezmeme-li v úvahu povětrnostní podmínky, přeplnění programu a malý vztah veřejnosti ve Špindlerově Mlýně k běžeckým závodům, je jasné, že malý počet lidí, kteří se na tratích snažili upravit desítky kilometrů, nemohl zaručit takovou kvalitu tratí, jakou bychom na mistrovství chtěli mít.

Kromě toho i tam, kde byly tratě večer před závody připraveny, stačili někteří nezodpovědní jedinci přes noc stopy rozšlapat tak, že druhý den je nebylo možno pro závod uvést do dobrého stavu. To byl například úsek na 30 km u Krausových bud.

Dorostenci a dorostenky vzorně bojovali

Skutečnost, že dorostenecké soutěže probíhaly přibližně ve stejnou dobu jako soutěže dospělých, způsobila, že význam dorosteneckých závodů byl setřen a vítězové i další závodníci, kteří vzorně bojovali v dorosteneckých soutěžích, se v cíli nedočkali toho přijetí, které si za svůj výkon zasloužili. Zůstali ve stínu dospělých, ač mládež by měla být na slunci.

Trenéři, kteří přijeli s krajskými družstvy, museli v řadě případů pečovat o všechny závodníky jako organizační vedoucí a tím se jejich práce a trenérské působení hodně ztěžovalo. Při několika schůzkách, které trenéři běhu ve Špindlerově Mlýně měli, se mimo přímé připomínky k mistrovství hodně mluvilo také o běžeckém materiálním vybavení a bylo konstatováno všemi přítomnými trenéry, že kvalita i výběr běžeckého

vybavení jsou nedostatečné a zdá se, že podpora běžeckých disciplín zůstává zatím jen v projevech a v člancích tisku. Přes tyto nedostatky, které se dotýkají nejvíce právě dorostu, je vidět, že zde máme základnu nejen v počtu, ale i v dobré úrovni výkonnosti i technické. A co je u dorostenců obzvlášť potěšitelné, je ta skutečnost, že se letos na přeborech objevili výborní závodníci z kraje, se kterými se zatím mnoho nepočítalo. Skutečnost, že v mládeži padali výborné výkony zástupci ze všech koutů republiky a že vzorně bojovali se všemi obtížemi, byla tou nejhezčí stránkou mistrovství.

Liberecké štafety vítězí

Ještě než přistoupíme k otištění výsledků jednotlivých závodů, chtěl bych vyslovit plné uznání všem těm, kteří za svůj výborný výkon stáli na stupních vítězů, i říci několik poznámek k některým soutěžím. V závodě štafet mužů nesmíme zapomenout s pochvalou vedle vítězů Novotného, Hrubého a Matouše z Branné na sdruženáře Melicha, který doplnil tuto bratránskou sestavu a zajel ve 3. úseku vůbec nejrychlejší čas. Druhý a třetí a páté místo Dukly Liberec dokazuje výbornou vyrovnanou úroveň jejich závodníků. A nesmíme zapomenout ani na Karla Hlaváče, který dokázal přijet v prvním úseku s velikým náskokem do cíle a pomohl tak své štafete k výbornému umístění.

I v ženách zvítězil opět Liberec, kde vedle zkušené Patočkové [která měla nejrychlejší kolo] a Benešové jela Širová. To, že bylo klasifikováno pouze 7 štafet žen, není dobrým zjevem a nedostatek žen se jevil i v dalších soutěžích. Ve štafetách starších dorostenek startovaly pouze 3 štafety a v mladších 7.

V dorostencích starších byla účast o hodně lepší a také boj o vítězství trval až do posledních metrů. Vedle vítězných libereckých chlapců musíme pochválit i Zilinské, Novoměstské a Ústí nad Lab. i další. V soutěži štafet se ukázalo nejlépe, jak se nám rozšířila základna a že na vedoucí postavení Krkonoše se budou tlačit v nejbližší době i další oblasti. Podobná situace byla i v dorostencích mladších, kde mezi první a sedmou štafetou byl rozdíl necelé dvě minuty.

slalomu: **Bogdálék Jaroslav**, TJ Spoj Brno.

Mistr republiky na rok 1959 ve sjezdovém dvojböj: **Bogdálék Jaroslav**, TJ Spoj Brno.

Přebornice republiky na rok 1959 ve slalomu juniorek: **Cermanová Dagmar**, TJ Sokol Janské Lázně.

Přebornice republiky na rok 1959 v obřím slalomu juniorek: **Novotná Helena**, TJ Slávia VŠ Praha.

Přebornice republiky na rok 1959 ve sjezdovém dvojböj juniorek: **Cermanová Dagmar**, TJ Sokol Janské Lázně.

Přeborník republiky na rok 1959 ve slalomu juniorů: **Mašek Vladimír**, TJ Jiskra Tanwald.

Přeborník republiky na rok 1959 v obřím slalomu juniorů: **Skubal Radim**, TJ Slávia Liberec.

Přeborník republiky na rok 1959 ve sjezdovém dvojböj juniorů: **Hajniš Ján**, Dukla Liptovský Mikuláš.

DUŠAN CHARVÁT

Prokeš zvítězil v běhu na 15 km

S největším zájmem byl očekáván závod na 15 km, ve kterém zaslouženě zvítězil Josef Prokeš, který bojoval po celé trati opravdu vzorně. Největším soupeřem mu byl Rudla Čilík. Překvapením bylo třetí místo Štefana Harvana, který přes velké studijní zaneprázdnění, podával v letošním roce výborné výkony. Ještě větší překvapení bylo čtvrté místo »lehkého atleta« Tomáše. Pátý Melich potvrdil opět svůj výborný výkon ze štafet. Ale i na dalších místech se bojovalo o každou vteřinu. Tak kupříkladu v jedné minutě od Denkova času 1,02:52 (byl čtrnáctý) do Holubova času 1,03:53 je 15 závodníků. Je žádoucí, aby byla stejná vyrovnanost i na prvních místech.

Mezi juniory zvítězil sdruženář Kutheil a i když vezmeme jeho dobrou přípravu v Dukle, přece jen jeho vítězství nedává specialistům běžcům dobré vysvětlení. Podobně jako v dorostenkách ukázala se i v dorostenkách řada chlapců, kteří by za pár let poctivě práce mohli vytvořit naši novou úspěšnou generaci reprezentantů. Věřím, že Ilvaský, Jelínek, Slosiarik, Mundíl a další chlapci budou i nadále poctivě trénovat.

Skvrlým závěrem zvítězil Čilík v běhu na 30 km

V závodě na 30 km zvítězil skvělým závěrem Rudla Čilík a odsunul dlouhou dobu vedoucího Ládu Hrubého na druhé místo. Ještě ve dvacátém km vedl Hrubý o 42 vteřin a přesto Čilík dokázal v posledních 10 km tento náskok nejen vyrovnat, ale ještě získat 50 vteřin. Obě závodníci zajeli výborný závod a Čilík v něm ukázal více zkušeností i více sil. Potěšitelné bylo, že za tyto dva reprezentanty se prosadila skupina výborně připravených vojáků Potměšil, Jeřábek, Balatka, Pešl.

V nejlepší formě byly Patočková a Benešová

Oba závody žen se vyznačovaly opět malým počtem startujících. O vítězství se rozdělily liberecké závodnice Patočková a Benešová. Obě třetí místa obhájila Lauermannová a čtvrté místo Faustaurová. I na dalších místech, ovšem se značnou časovou ztrátou, jsou většinou známé závodnice. V závodě na 5 km nám neudělaly ani juniorky velkou radost i když vítězka Dostálová ukázala, že by při správném tréninku byla schopna bojovat mezi nejlepšími ženami. Celkový počet startujících juniorek 13 je velmi malý, právě tak jako jsou v průměru slabé časy v porovnání se ženami a staršími dorostenkami. Potěšující je situace ve starších dorostenkách, kterých dokončilo závod 22 a měly v průměru velmi dobrou úroveň. Vždyť kupříkladu dvanáctá dorostenka Bachmanová z Kremnice by se časem 30,47 umístila v juniorkách na desátém místě.

Na závěr přejeme, aby příští mistrovství 1960 mělo konečně lepší sněhové podmínky než letošní, aby se tratě oběly bez letošních nedostatků, aby v rozhlase a tisku byla větší odezva a podpora klasických disciplín, aby na start přišlo více žen, aby všichni mladí, kteří ukázali na přeborech své klady, i nadále úspěšně pracovali a byli trenéry vedeni, aby nám z nich za pár let vyrostli dospělí závodníci a aby letošní mistři a přeborníci republiky měli při obhajobě svých titulů hodně sil i hodně konkurence.

Výsledky na str. 11—14.

BOHUSLAV SÝKORA

jich úsilí pro zdárný průběh závodů, měli jsme radost, že mistrovství ČSR ve sjezdových disciplínách bylo skutečně i za špatných sněhových podmínek. Přesto jsme si však přáli, aby v příštím ročníku byl i sjezd a aby soutěže zhlédli větší počet diváků.

MISTŘI A PŘEBORNÍCI ČSR NA ROK 1959

Mistryně republiky na rok 1959 ve slalomu žen: **Mohrová-Richvalská Milka**, Tatra Tatranská Lomnice.

Mistryně republiky na rok 1959 v obřím slalomu žen: **Slavičková Magda**, TJ Slovan Špindlerův Mlýn.

Mistryně republiky na rok 1959 ve sjezdovém dvojböj: **Mohrová-Richvalská Milka**, TJ Tatra Tatranská Lomnice.

Mistr republiky na rok 1959 v slalomu mužů: **Mohr Zbyněk**, TJ Slávia VŠ Bratislava.

Mistr republiky na rok 1959 v obřím

HODNOTÍME UDÁLOSTI OBJEKTIVNĚ

Sezóna skončila a nastává údobí skládání účtů toho, co bylo vykonáno, kde by se měla práce ještě zlepšit, čeho se přístě vyvarovat. Taková hodnocení probíhají v oddílech, okresech, krajích i v ústředí.

Zima lyžařům letos nepřála tak jako v jiných letech a mnohdy uspořádání některých soutěží, zejména mistrovských, vyžadovalo velký kus práce, námahy a obětavosti těch drobných pracovníků, jejichž snahou je za každých okolností připravit dobrý závod.

Tak tomu bylo také při mistrovství ČSR v klasických disciplínách. V časopise Československý sport byla uveřejněna kritika těchto mistrovství, podle níž by se dalo soudit, že zejména pokud se týká běžeckých tratí, byla technickými pracovníky porušena zásada dobré přípravy závodů z hlediska volby tratí a jejich úpravy. Pokládáme proto za nutné osvětlit některé skutečnosti.

Mistrovství se konalo ve Špindlerově Mlýně, o kterém se neprávem tvrdí, že nemá vhodné terény pro běžecké tratě. Spíše by se dalo říci, že úprava běžeckých tratí zde vyžaduje daleko větší péči než v místech, která mají přirozený běžecký terén, jako tomu je např. v Novém Městě na Moravě a jinde. Tento zdanlivý nedostatek zdaleka převyšují jeho výhody, vybudovaný stadion s dobrými můstkami, dobré ubytovací možnosti, výhodná poloha, čilý turistický ruch přispívající k dalšímu zpopularizování lyžařského sportu a také vzácná podpora místních činitelů dává předpoklady pro dobudování lyžařského střediska č. 1, které by mohlo úspěšně soutěžit s podobnými zahraničními středisky.

Nyní k vlastnímu mistrovství, pro které bylo nominováno 23 technických pracovníků. Z tohoto počtu devět i více bylo stále zaměstnáno na úpravách můstků, takže pro všechny běžecké tratě zbývalo 14 pracovníků, kteří se snažili lopatami, krumpáči a hráběmi od ranních do pozdních večerních hodin o dobrou úpravu všech tratí. A nezbývalo jim mnoho času, uvážíme-li, že vlastní závody začínaly již ve středu a teprve v pondělí mohlo být s konečnou platností rozhodnuto o trase tratě. Naštěstí napadlo něco málo sněhu, takže mohly být alespoň zachovány původně stanovené trasy, i když se změnami v těch místech, kde muselo být počítáno vzhledem k teplému počasí s případným táním sněhu.

Byly vybudovány přechody. V místech bez sněhu byl tento navezen, byly vybudovány dostatečně široké sněhové chodníky, takže všude jeli závodníci na lyžích o stejné výši. Přes tyto úpravy si pracovníci uvědomovali, že některá místa nebyla během závodu v žádoucím stavu, ze-

jména proto, že jejich úpravu narušila neukázněnost chodců.

Překvapujícím bylo, že rušitelé běžeckých stop se rekrutovali i z řad zaměstnanců lesní správy a dokladem toho by mohl být obrázek z č. 3 Lyžařství s podtitulkem »Proč vlastně tenkrát ten Harrach přivezl lyže«. Bylo tedy mnoho obtíží, s kterými se museli pořadatelé vypořádat.

Bylo možno se uchýlit k zjednodušení úkolů a jistě by takové usnadnění nebylo vykládáno ve zlém za dosavadních okolností. Trať by mohly probíhat několikrát po menších okruzích, kde by mohla být úprava více soustředěna, avšak pořadatelé chtěli alespoň v hrubých rysech zachovat trasy tratí stanovených již v letních měsících, a to po dohodě se zástupci trenérské rady.

Tak tomu skutečně bylo a nyní s odstupem času možno říci, že se udělalo vše, co se udělat dalo, a vlastní úprava přes všechny obtíže ještě převyšovala úpravu na některých jiných i vrcholných závodech. Dobrá práce techniků byla také příznivě hodnocena většinou krajských trenérů.

Pro posouzení volby tratě i její úpravy je bezpodmínečně nutné projet ji v celé délce. Nedá se předpokládat, že tak učinil pisatel zmíněného článku. Jistě své informace do jisté míry jednostranně získal z druhé ruky. A protože právě šlo o kriti-

ku příliš jednostrannou, je pravděpodobné, že tak zveličené stížnosti vycházely z řad buď méně úspěšných závodníků, nebo ještě spíše od závodníků velmi dobré výkonnosti, avšak třeba podvědomě příliš zatížených lokálním patriotismem, kteří jen ve skutečně výjimečných případech si pochvalují uspořádání závodů jinde než u nich doma. Protože to bývají i přední závodníci, ovlivní někdy i úsudek některých oficiálních osobností.

Je jistě chvályhodné, když příslušníci oddílů si jeho dobré práce váží, ji propagují, přenášejí zkušenosti mezi ostatní pracovníky, kteří ale také bez ohledu místní příslušnosti se snaží, aby soutěže byly nejen regulérní, což je samozřejmé, ale i takové, aby závodníci mohli plně uplatnit svou celoroční svědomitou přípravu. A tyto podmínky také při posledních klasických mistrovstvích byly splněny.

Jinou otázkou zůstává časový rozvrh mistrovství, který byl příliš nahuštěn. Dvacet závodů všech kategorií, nepočítaje nutné tréninky, v pěti dnech je jistě přílišné vypětí nejen pro činovníky, ale i pro závodníky a jsou přetíženi i tratě.

Pořadatelé příštích mistrovství budou muset mít tyto nedostatky na paměti, odstranit je a soutěže naplánavat do přijatelného časového rozmezí.

-ej-

XXII. KONGRES FIS

Ve Stockholmu se koná ve dnech 7.—13. června již XXII. kongres FIS. Naši delegáti pojedou na toto zasedání s řadou návrhů, především na zlepšení mezinárodní spolupráce, a s některými technickými připomínkami. Do uzávěrky našeho listu nebyly ještě všechny návrhy projednány v jednotlivých komisích ústřední sekce, a proto vás seznamujeme jen s některými, které bude československá delegace navrhopvat.

Žádáme, aby ve statutu FIS bylo zdůrazněno, že jednotlivé členské státy mají nejen rozvíjet přátelské vztahy, ale i přispívat k udržení míru mezi národy.

Aby došlo k jednání mezi FIS a Mezinárodní komisí pro vyučování jízdě na lyžích (letos byl kongres v Zakopaném). Zdá se nám neúnosné, že dvě tak odborné organizace, jejichž cílem je rozvoj lyžování ve světě, dosud těsně nespolupracují.

Aby dosud vydávaný FIS-bulletin rozšířil svou náplň o metodické ma-

teriály a tak se mohly rychleji předávat zkušenosti těm zemím, které nemají dostatek vlastních. Vydávání tohoto bulletinu bylo sekcí kladně hodnoceno.

Aby byl program mistrovství světa a olympijských her rozšířen o běh na 5 km žen.

Aby byla ukončena diskuse o hodnocení sdruženého závodu a navržen takový hodovací systém, který by objektivně hodnotil správně běh i skok (na návrzích se pracuje u nás, ve Švýcarsku, v NSR i dalších zemích).

Českoslovenští delegáti připravují již delší dobu pečlivě materiály pro naše jednání ve Stockholmu v jednotlivých komisích ústřední sekce, aby naše vystoupení bylo co nejúspěšnější.

Seznámíme také delegáty ostatních zemí s rozvojem lyžování u nás a s našimi úspěchy v poslední době, se soutěží o Spartakiádní vložku, se zkušenostmi tréninku běžců na umělé hmotě atd.

lyž.

VÝSLEDKY 60. MISTROVSTVÍ ČSR

KLASICKÉ DISCIPLÍNY

Běh na 5 km — ženy

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| 1. Patočková Libuše (Slavoj Kořenov) | 23:12 min. |
| 2. Benešová Eva (Slovan Jilemnice) | 23:53 min. |
| 3. Lauermannová Eva (Slávia VŠ Praha) | 24:43 min. |
4. Feistauerová Jarmila (Lokomotiva Trutnov) 24:48, 5. Hlaváčková Jiřina (Lokomotiva Brno) 25:34, 6. Prokešová Milada (Slávia VŠ Praha) 25:37, 7. Stehlíková Nina (Sokol N. Město) 25:46, 8. Ottová Stanislava (Lokomotiva Trutnov) 25:48, 9. Žroutová Jaroslava (Sokol Žamberk) 26:16, 10. Lášková Dagmar (Žižka Praha) 26:37, 11. Šírová Emilie (Slovan Jilemnice) 26:43, 12. Krasilová Olga (Spartak Sokolovo) 26:50, 13. Kamlerová Vlasta (Sokol Jakubovice) 27:09, 14. Jeřábková Helena (Spartak Ml. Boleslav) 27:24, 15. Štířžová Sylva (Žižka Praha) 27:26, 16. Stehnová Eva (Spoj Brno) 27:33, 17. Prisčáková Maria (Lokomotiva Prešov) 27:43, 18. Stehlíková Agla (Sokol N. Město) 27:52, 19. Bartáková Světlá (Slovan ÚV ČSTV) 28:01, 20. Hradcová Lenka (Baník Osek) 28:24.

Běh na 10 km — ženy

- | | |
|--------------------------------------|------------|
| 1. Benešová Eva (Slovan Jilemnice) | 42:58 min. |
| 2. Patočková Libuše (Slavoj Kořenov) | 43:00 min. |
| 3. Leuermanová Eva (Slávia VŠ Praha) | 43:12 min. |
4. Feistauerová Jarmila (Lokomotiva Trutnov) 44:45, 5. Ottová Stanislava (Lokomotiva Trutnov) 46:31, 6. Jeřábková Helena (Spartak Ml. Boleslav) 46:51, 7. Stehlíková Nina (Sokol N. Město) 47:03, 8. Krasilová Olga (Spartak Sokolovo) 47:08, 9. Šírová Emilie (Slovan Jilemnice) 47:10, 10. Prokešová Milada (Slávia VŠ Praha) 47:45, 11. Kamlerová Vlasta (Sokol Jakubovice) 48:04, 12. Hlaváčková Jiřina (Lokomotiva Brno) 48:16, 13. Stehnová Eva (Spoj Brno) 49:31, 14. Žroutová Jaroslava (Sokol Žamberk) 50:20, 15. Prisčáková Maria (Lokomotiva Prešov) 51:00, 16. Stehlíková Agla (Sokol N. Město) 52:55, 17. Bartáková Světlá (Slovan ÚV ČSTV) 53:53.

Stafetový běh 3x5 km — ženy, juniorky

1. Liberec 1:13:48 hod.

Šírová Marie	25:55 min.
Benešová Eva	24:00 min.
Patočková Libuše	23:53 min.

2. Praha MV I 1:15:01 (Dostálová Zdena 25:01, Lauermannová Eva 25:06, Srnková Vlasta 24:54), 3. Hradec Králové 1:15:55 (Klosová 26:04, Ottová 25:16, Feistauerová 24:35), 4. Praha MV II 1:20:35 (Štířžová Sylva 26:51, Říhová Jana 26:19, Krasilová Olga 27:25), 5. Brno 1:23:06 (Stehnová Eva 27:06, Hrudová Hana 29:28, Hlaváčková Jiřina 26:32), 6. Jihlava — Sokol N. Město 1:23:42 (Stehlíková Agla 25:45, Kadlecová Jana 30:23, Stehlíková Nina 27:34), 7. Bratislava MV 1:41:33 (Jurovská Marcela 33:04, Štátná Alena 38:12, Pišková Elena 30:16).

Běh na 5 km — juniorky

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| 1. Dostálová Zdenka (Slávia VŠ Praha) | 25:00 min. |
| 2. Meřifřová Wally (Slovan Jilemnice) | 25:30 min. |
| 3. Vacková Eva (Sokol Kořenov) | 26:39 min. |
4. Kolozová Marie (Jiskra Náchod) 27:18, 5. Pišková Ela (Slávia VŠ Bratislava) 29:02, 6. Hrudová Anna (Spoj Brno) 29:06, 7. Stehlíková Marie (Lokomotiva Liberec) 29:18, 8. Kadlecová Jana (Sokol N. Město) 29:48, 9. Šnebergrová Marie (Spartak Plzeň) 29:49, 10. Slosiariková Ludmila (Baník Kremnica) 31:12, 11. Bártová Lída (Sokol Kremže) 31:30, 12. Jurovská Marie (Slávia VŠ Bratislava) 34:37, 13. Štátná Alena (Slávia VŠ Bratislava) 36:33.

Běh na 5 km — dorostenky starší

- | | |
|--|------------|
| 1. Břížová Eva (Sokol Líšnice) | 25:53 min. |
| 2. Gajancová Betka (Tatran T. Lomnice) | 26:22 min. |
| 3. Stará Jitka (Lokomotiva Šumperk) | 26:45 min. |
4. Říhová Jana (Slávia Žižkov) 26:46, 5. Dlesková Marie (Baník Osek) 26:52, 6. Tobišásová Ludmila (Lokomotiva Brno) 27:05, 7. Jiřinová Zita (Jiskra Město) 27:17, 8. Ondráčková Marie (Sokol N. Město) 27:44, 9. Pospíšilová Ludmila (Sokol N. Město) 28:09, 10. Peterková Jana (Lokomotiva Teplice) 28:21, 11. Ge-

- bertová Eliška (Jiskra Vítkovice) 28:35, 12. Boušová Dagmar (Lokomotiva Trutnov) 28:36, 13. Rehořková Marie (Jiskra Vítkovice) 28:38, 14. Neměcká Magda (Sokol N. Město) 28:50, 15. Malátová Milena (Tatran Ž. Ruda) 29:01, 16. Kosinková Jiřina (Baník Děčín) 29:25, 17. Gaberová Pavla (Spartak Vsetín) 29:38, 18. Lesáková Jana (Sokol Žamberk) 30:40, 19. Rodryčová Zdena (Spartak Frenštát) 30:43, 20. Bachmanová Eva (Baník Kremnica) 30:17, 21. Lukášová Miluše (Spartak Strakonice) 30:48, 22. Šírová Jaroslava (Spartak Plzeň) 33:19.

Stafetový běh 3x3 km — dorostenky starší

1. Liberec 43:53 min.

Rehořková Marie	14:20 min.
Geberková Ela	14:54 min.
Jiřinová Zita	14:39 min.

2. Jihlava — N. Město 44:46 (Pospíšilová 14:24, Německá Magda 15:38, Ondráčková M. 14:46), 3. Ústí nad Labem 44:47 (Peterková 14:27, Kosinková 15:58, Dlesková 14:22).

Běh na 3 km — dorostenky mladší

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| 1. Fousková Jana (Sokol N. Město) | 13:44 min. |
| 2. Hamplová Vladislava (Lok. Trutnov) | 14:28 min. |
| 3. Ventluková Jana (Jiskra Harrachov) | 14:44 min. |

4. Plná Ludmila (Jiskra Mochov) 14:47, 5. Hradčanská Elena (Lokomotiva Važec) 14:55, 6. Šnebergrová Eva (Spartak Plzeň) 15:00, 7. Čechová Jar. (Sokol N. Město) 15:18, 8. Teplá Bedř. (Sokol N. Město) 15:20, 9. Červinková Marie (Jiskra Vítkovice) 15:22, 10. Vacková Zuzana (ÚV ČSTV) 15:40, 11. Sátorová Martina (Lokomotiva Trutnov) 15:48, 12. Winterová Marie (Slávia Žižkov) 15:54, 13. Kitlerová Olga (Jiskra Vítkovice) 15:58, 14. Sixtová Jitka (Slávia Žižkov) 16:03, 15.—16. Zapletalová Anna (Slovan Olomouc) 16:05, 15.—16. Felcmanová Irma (Lokomotiva Č. Třebová) 16:05, 17. Grosmanová Jarmila (Lokomotiva Trutnov) 16:07, 18. Šimůnková Milada (Jiskra Vítkovice) 16:25, 19. Wintrová Jana (Baník Osek) 16:32, 20. Divišková Helena (Spartak Plzeň) 16:36, 21. Zemánková Marcela (Slávia Žižkov) 16:39, 22.—23. Baričáková Dada (ČH Dolný Kubín) 16:41, 22.—23. Šlachtová Marta (TJ Ružomberok) 16:41, 24. Micháliková Alena (Sokol N. Hrozenkov) 16:45, 25. Chloupková Zorka (Slávia Žižkov) 16:48, 26. Kersenbrocková Adriana (Spartak Strakonice) 16:55, 27. Kolenová Eva (Spartak Plzeň) 16:58, 28.—29. Langová Zdenka (Žižka Plzeň) 17:07, 28.—29. Martinů Eliška (Jiskra Otrokovice) 17:07, 30. Ernestová Jana (Spartak Plzeň) 17:20, 31. Havlová Lída (Jiskra Ústí nad Orlicí) 17:40, 32. Rožánková Anna (Jiskra Vimperk) 17:51, 33. Berčíková Eva (Baník Kremnica) 17:54, 34. Zemanová Božena (Sokol Kremže) 18:08.

Stafetový běh 3x2 km — dorostenky mladší

- | | |
|---------------------|------------|
| 1. Hradec Králové | 33:10 min. |
| Sátorová Martina | 11:32 min. |
| Plná Ludmila | 11:06 min. |
| Hamplová Vladislava | 10:32 min. |

2. Jihlava — Sokol N. Město 33:19 (Teplá 11:15, Čechová 11:19, Fousková 10:45), 3. Liberec 35:00 (Kithlerová Olga 12:01, Šimůnková Milada 11:40, Ventluková Jana 11:19), 4. Praha MV — Slávia Žižkov 35:20 (Zemanová 11:59, Chloupková Zorka 11:42, Sixtová Jitka 11:39), 5. Žilina 37:30 (Baryčáková 12:47, Šlachtová Marta 12:55, Hradčanská Elena 11:47), 6. Plzeň 37:32 (Kolenová 13:15, Divišková 13:00, Šnebergrová E. 11:17), České Budějovice 39:15 (Rožánková Anna 12:40, Zemanová Božena 13:14, Kersenbrocková 13:21).

Běh na 15 km — muži

- | | |
|--------------------------------------|--------------|
| 1. Prokeš Josef (Spartak Sokolovo) | 59:39 min. |
| 2. Čilič Rudolf (Baník Kremnica) | 59:40 min. |
| 3. Harvan Štefan (Lokomotiva Zvolen) | 1:00:12 hod. |
4. Tomáš Josef (Spartak Vrchlabí) 1:00:35, 5. Melich Vlast. (Jiskra Harrachov) 1:00:41, 6. Hrubý Lad. (Sokol Horní Branná) 1:01:41, 7. Jeřábek Vlad. (Dukla Prešov) 1:01:43, 8. Kolařík František (RH Vrchlabí) 1:01:48, 9.—10. Balatka Jaroslav (Dukla Liberec) 1:01:51, 9.—10. Švanda Jaroslav (Sokol N.

Město) 1:01:51, 11. Klamár Josef (Dukla Liberec) 1:02:37, 12. inž. Hlaváč Karel (Lokomotiva Brno) 1:02:39, 13. Baluch Stano (Tatran Tat. Lomnica) 1:02:49, 14. Denke Jan (Jiskra Harrachov) 1:02:52, 15. Salanský Ondřej (TJ Rožnov) 1:02:57, 16. Podešva Ludvík (Spartak Vsetín) 1:03:09, 17. Potměšil Jaroslav (Dukla Liberec) 1:03:11, 18. Pešl František (Dukla Liberec) 1:03:12, 19. inž. Junek Zbyněk (Lokomotiva Brno) 1:03:13, 20. Pekárek Jiří (Dukla Prešov) 1:03:20, 21.—22. Lébr Vít. (Jiskra Město) 1:03:31, 21.—22. Medved Josef (CH B. Bystrica) 1:03:31, 23. Matouš Ilja (Sokol Horní Branná) 1:03:40, 24. Blažiček Jan (Sokol Nové Město) 1:03:43, 25. Mihalák Lukáš (Tatran Ždiar) 1:03:48, 26. Banko Zdeno (Tatran T. Lomnica) 1:03:49, 27. Buchar Josef (Spartak Sokolovo) 1:03:51, 28. Krupka Josef (Dukla Liberec) 1:03:53, 29. Holubec Josef (Dukla Liberec) 1:04:02, 30. Dvořák Karel (Jiskra Harrachov) 1:04:09, 31. Gabriel Zdeněk (Sokol N. Město) 1:04:11, 32. Horník Vít. (Jiskra Harrachov) 1:04:28, 33. Hrbek Zdeněk (Dukla Liberec) 1:04:41, 34. Maleňák Boh. (Dukla Liberec) 1:04:46, 35. Nüsser Josef (Jiskra Harrachov) 1:04:47, 36. Farský Karel (Dukla Liberec) 1:04:58, 37. Žák Jan (Spartak Strakonice) 1:05:00, 38. Honců Jiří (Sokol Horní Branná) 1:05:04, 39. Simnetinger Zdeněk (Dukla Trutnov) 1:05:09, 40. Tesař Radomír (VTA AZ Brno) 1:05:22, 41. Martiňák Mir. (TJ Rožnov) 1:05:23, 42. Bordovský Lad. (Spartak Frenštát) 1:05:39, 43. Bukáček Boh. (Spartak Svatka) 1:05:41, 44. Šauer Luděk (Baník Osek) 1:05:45, 45. Fencel Jan (Baník Jáchymov) 1:05:57, 46. Hašek Karel (Lokomotiva Brno) 1:06:09, 47. inž. Kožený Jiří (Slávia Plzeň) 1:06:21, 48. Kyčín Michal (Sokol Gerlach) 1:06:37, 49. Marek Stanislav (Slávia VŠ Praha) 1:06:39, 50.—51. Stránský Oldřich (Lokomotiva Č. Třebová) 1:06:46, 50.—51. Kuželka Josef (Dukla Domažlice) 1:06:46, 52. Thomas Jaroslav (RH Olomouc) 1:06:52, 53. Synovec Jindřich (Dukla Vimperk) 1:06:53, 54. Kuchař František (Dukla Trutnov) 1:07:13, 55. Sabaka Michal (Lokomotiva Važec) 1:07:23, 56. Strapina Josef (Lokomotiva Brno) 1:07:24, 57. Zemánek Bohuslav (Spartak Vrchlabí) 1:07:25, 58. Košecký Lubomír (Slávia VŠ Bratislava) 1:07:31, 59. Padocký František (Jiskra Město) 1:07:36, 60. Dvořák Jiří (Sokol N. Město) 1:07:40, 61. Kubica Jan (Jiskra Harrachov) 1:07:43, 62. Rázil Bohumil (Slávia VŠ) 1:07:45, 63. Kulík Bohumil (Spartak Svatka) 1:07:46, 64. Dvořák Jaroslav (Slávia VŠ) 1:08:19, 65. Valchař Jiří (Spartak Vsetín) 1:08:38, 66. Smetana Zdeněk (Lokomotiva Šumperk) 1:08:43, 67. Adam Přemysl (Jiskra Machov) 1:08:49, 68. Sýkora Karel (Slávia Plzeň) 1:09:00, 69. Zemánek Miroslav (Spartak Vrchlabí) 1:09:11, 70. Birjulin Arkadij (Dukla Frenštát) 1:09:11, 71. Herman Josef (Sokol N. Město) 1:09:17, 72. Michalko Ján (Jiskra Svit) 1:09:18, 73. Pafko Ján (Dynamo N. T.) 1:09:20, 74. Šuna Milan (Dynamo N. T.) 1:09:38, 75. Vališ Jiří (Sokol N. Město) 1:09:49, 76. Bažant Karel (Dukla Prešov) 1:09:55, 77. Timkovič Milan (Dukla Vimperk) 1:09:57, 78. Prchal Milan (Slávia VŠ Liberec) 1:10:05, 79. Vičko Ján (TTS Trenčín) 1:10:06, 80. Blažek Josef (Sokol Držkov) 1:10:11, 81. Novotný Jar. (Sokol Horní Branná) 1:10:14, 82. Jindra Josef (Sokol Kunvald) 1:10:16, 83. Píša Jiří (Spartak Č. Budějovice) 1:10:21, 84. Brabec Zdeněk (Sokol N. Město) 1:10:43, 85. Smutný Jar. (Spartak Vrchlabí) 1:10:56, 86. Janoček Josef (Jiskra Domažlice) 1:11:08, 87. Nespěchal Otakar (Police n. Met.) 1:11:09, 88. Mazura Zdeněk (Baník Děčín) 1:11:10, 89. Batz Otto (Baník Osek) 1:11:31, 90. Nedomlel Josef (Jiskra Město) 1:12:02, 91. Dobeš Ota (Baník Třinec) 1:12:05, 92. Prisčák Ján (Lokomotiva Prešov) 1:12:16, 93. Sklenář Karel (Lokomotiva Trutnov) 1:12:30, 94. Kubík Jaromír (Spartak Svatka) 1:12:31, 95. Tryzna Vito (Dynamo N. T.) 1:12:38, 96.—97. Schreiber Pavel (Jiskra Abertamy) 1:12:47, 98.—99. Doležal Jaroslav (Dukla Trutnov) 1:12:47, 98. Kuňa Josef (Dukla Prešov) 1:13:32, 99. Müller Bohdan (Dukla Trutnov) 1:13:54, 100. Kulík Miroslav (Jiskra Svit) 1:14:06, 101. Zoller Vladislav (Slávia Hlučov) 1:14:14, 102. Honců Jaroslav (Dukla Vimperk) 1:14:32, 103. Jirásek Rudolf (Jiskra Náchod) 1:14:33, 104. Medved Jan (Dukla Frenštát) 1:15:33, 105. Berger Wolfgang (Lokomotiva Trutnov) 1:17:42, 106. Florek Stanislav (Slávia VŠ Bratislava) 1:17:52, 107. Švehla František (Spartak Plzeň) 1:29:44.

Běh na 30 km — muži

1. Čillík Rudolf (Baník Kremnica) 1:49:37 hod.
 2. Hrubý Ladislav (Sokol Horní Branná) 1:50:27 hod.
 3. Potměšil Jaroslav (Dukla Liberec) 1:50:49 hod.
4. Jeřábek Vladimír (Dukla Prešov) 1:51:02, 5. Balatka Jaroslav (Dukla Liberec) 1:51:19, 6. Pešl František (Dukla Liberec) 1:52:35, 7. Kolařík František (RH Vrchlabí) 1:52:54, 8. Prokeš Josef (Sp. Sokolovo) 1:53:02, 9. Holubec Josef (Dukla Liberec) 1:53:44, 10. Cardal Jaroslav (Slovan Sp. Mlýn) 1:54:03, 11. inž. Hlaváč Josef (Lokomotiva Brno) 1:54:20, 12. Gabriel Zdeněk (Sokol N. Město na Moravě) 1:55:03, 13. Banko Zdeno (Tatran Tat. Lomnica) 1:56:09, 14. Podešva Lud. (Spartak Vsetín) 1:56:32, 15. Baluch Stano (Tatran Tat. Lomnica) 1:56:49, 16. Nedved Josef (CH B. Bystrica) 1:57:33, 17. Blažiček Jan (Sokol N. Město) 1:57:43, 18. inž. Junek Zbyněk (Lokomotiva Brno) 1:58:02, 19. Klamár Josef (Dukla Liberec) 1:58:12, 20. Žák Jan (Spartak Strakonice) 1:59:12, 21. Thomas Jar. (RH Olomouc) 2:00:18, 22. Nespěchal Ot. (Spartak Police) 2:01:01,

23. Buchar Jos. (Sp. Sokolovo) 2:01:04, 24. Marek Stan. (Slávia VŠ) 2:01:28, 25. Pekárek Jiří (Dukla Prešov) 2:01:30, 26. Herman Josef (Sokol N. Město) 2:02:46, 27. Kožený Jiří (Slávia Plzeň) 2:02:53, 28. Švanda Jar. (Sokol N. Město) 2:02:58, 29. Tesař Radomír (VTA AZ Brno) 2:03:01, 30. Stránský Oldřich (Lokomotiva Č. Třebová) 2:04:37, 31. Krupka Josef (Dukla Liberec) 2:04:46, 32. Horning Vítěz. (Jiskra Harrachov) 2:05:04, 33. Valchař Jiří (Sp. Vsetín) 2:05:35, 34. Dvořák Jar. (Slávia VŠ) 2:06:03, 35. Blažek Josef (Sokol Držkov) 2:06:15, 36. Košecký Lubomír (Slávia VŠ) 2:06:31, 37. Vališ Jiří (Sokol N. Město) 2:07:25, 38. Dvořák Jiří (Sokol N. Město) 2:07:46, 39. Skuhrovec František (Slovan Zdravotník Praha) 2:08:35, 40. Birjulin Arkadij (Dukla Frenštát) 2:09:23, 41. Píša Jiří (Spartak Č. Budějovice) 2:09:31, 42. Hašek Karel (Lokomotiva Brno) 2:11:46, 43. Huňa Josef (Dukla Prešov) 2:12:15, 44. Janovec Josef (Jiskra Domažlice) 2:12:30, 45. Brabec Zdeněk (Sokol N. Město) 2:12:43, 46. Strapina Josef (Lokomotiva Brno) 2:13:04, 47. Šír Jaroslav (Lokomotiva Liberec) 2:13:36, 48. Mühlberger Walter (Lokomotiva Trutnov) 2:14:29, 49. Javorský Mir. (Slávia VŠ) 2:14:32, 50. Bordovský Ladislav (Spartak Frenštát) 2:15:41, 51. Zemánek Miroslav (Spartak Vrchlabí) 2:16:25, 52. Zoller Ladislav (Slávia Bratislava) 2:19:08, 53. Vlesner Ludvík (Lokomotiva Trutnov) 2:20:17, 54. Hrubý Oldřich (Slovan Jilemnice) 2:21:13, 55. Schreiber Pavel (Jiskra Abertamy) 2:21:22.

Skok prostý — muži

1. Bulín Jáchym (Jiskra Harrachov) 72 m 68 m 218,5 b.
 2. Remza Zdeněk (Spartak Čakovice) 68,5 m 65,5 m 214,5 b.
 3. Jeřábek Draž. (Spartak Vrchlabí) 68 m 66 m 213,5 b.
4. Melich Vlast. (Jiskra Harrachov) 68—67—209,5, 5. Martiňák Mir. (TJ Rožnov) 67—65—204,5, 6. Nüsser Josef (Jiskra Harrachov) 64,5—63—203, 7. Jindra Josef (Sokol Kunvald) 66—60—199,5, 8. Rieger Hubert (Jiskra Harrachov) 63—61—195,5, 9. Thomas Emil (Jiskra Harrachov) 62—60—194,5, 10. Hubač Zbyněk (Slovan Trutnov) 61—61,5—192, 11. Berger Wolfgang (Lokomotiva Trutnov) 62—59,5—190,5, 12. Kubica Jan (Jiskra Harrachov) 59—60—188, 13. Bajda Jiří (Spartak Ostravice) 60,5—59,5—186, 14. Horník Zbyněk (Sokol Bílá Třemešná) 59,5—60,5—182, 15. Zemánek Bohuslav (Spartak Vrchlabí) 62—58—179,5, 16. Trojan Zdeněk (Dukla Frenštát) 56—57—178,5, 17. Bartoš Zdeněk (Spartak Frenštát) 58—59—175, 18. Ponkelský Zdeněk (Sokol Bílá Třemešná) 60—58—173,5, 19. Osvald Juraj (Dukla Prešov) 58,5—58—173, 20. Vrábník Jan (Spartak Vsetín) 59,5—57—172, 21. Lenemayer Antonín (Jiskra Harrachov) 57,5—55—170, 22. Paska František (Spartak AZKG Praha) 58—57—169,5, 23. Stuchlík Mojmír (Spartak Semily) 63—61,5—167, 24.—25. Miška Pavel (Spartak Frenštát) 59—58,5—164,5, 24.—25. Luňáček Lubor (Jiskra Tanvald) 56—54,5—164,5, 26. Weber Roman (Lokomotiva Bratislava) 56—52—163, 27. Miluška Bohumil (Sokol N. Město) 57—54—162,5, 28. Groyer Luboš (Spartak Teplice) 52,5—52,5—160, 29. Habr Josef (Jiskra Náchod) 55—54,5—159,5, 30. Tangelmayer Tibor (Slovan Jilemnice) 53,5—52,5—155,5, 31. Janák Karel (Lokomotiva Trutnov) 53—52,5—154,5, 32.—33. Žižka Jaroslav (Sokol Bílá Třemešná) 60,5—56,5—144, 32.—33. Ciesler Jan (Sokol Nýdek) 49—48,5—144, 34. Makovec Zdeněk (Lokomotiva Liberec) 48,5—48,5—140, 35. Havrda František (Jiskra Vratislavice) 48,5—47—135,5, 36. Řehačka Josef (RH Vrchlabí) 56—54—128,5, 37. Švehla František (Spartak Plzeň) 47,5—47,5—108.

Závod sdružený — muži

- | | Skok | Běh | Celkem |
|--|-------|-------|--------|
| 1. Melich Vlastimil (Jiskra Harrachov) | 205 | 240 | 445 |
| 2. Nüsser Josef (Jiskra Harrachov) | 217 | 224,6 | 441,6 |
| 3. Martiňák Mir. (Jiskra Rožnov) | 215,5 | 222,4 | 437,9 |

4. Farský Karel (Dukla Liberec) 204—223,9—427,9, 5. Jindra Josef (Sokol Kunvald) 208,5—204—412,5, 6. Kubica Jan (Jiskra Harrachov) 198—213,4—411,4, 7. Maleňák Bohumil (Dukla Liberec) 183—224,7—407,7, 8. Zemánek Bohuslav (Spartak Vrchlabí) 179—214,8—393,8, 9. Berger Wolfgang (Lokomotiva Trutnov) 199,5—176,2—375,7, 10. Nedomlel Josef (Jiskra Jablonec) 171—197,4—368,4, 11. Rázil Stanislav (Slávia VŠ Praha) 151—213,5—364,5, 12. Prchal Milan (Slávia VŠ Liberec) 156,5—204,8—361,3, 13. Jirásek Rudolf (Jiskra Náchod) 147—188—335, 14. Švehla František (Spartak ZVIL Plzeň) 94,5—131,1—225,6.

Štafetový běh 4x10 km — muži, junioři

1. Liberec I 2:46:17 hod.

- | | |
|------------------|------------|
| Novotný Jaroslav | 43:53 min. |
| Hrubý Ladislav | 41:18 min. |
| Melich Vlastimil | 39:36 min. |
| Matouš Ilja | 41:30 min. |

2. Liberec — Dukla I 2:50:24 (Weber Boh. 42:28, Potměšil Jar. 41:53, Peší František 42:50, Klamar Josef 43:13), 3. Liberec — Dukla III 2:51:56 (Kutheil Josef 42:26, Sůva Boh. 43:22, Malenák Boh. 42:54, Farský Karel 43:14), 4. Brno 2:52:49 (inž. Hlaváč Karel 40:47, Fousek Vít 41:57, inž. Zbyněk Junek 45:05, Hašek Karel 45:00), 5. Liberec — Dukla II 2:53:10 (Balatka Jar. 42:19, Hrbek Zdeněk 43:27, Krupka Josef 45:05, Holubec Josef 42:19), 6. Banská Bystrica I 2:54:00 (Fusko 45:15, Harvan 41:40, Medved Josef 46:16, Čiliík Rudolf 40:49), 7. Liberec II 2:54:07 (Nüsser Josef 43:42, Kubica Jan 43:00, Denke Jan 44:18, Dvořák Karel 43:07), 8. Vysoké Tatry 2:54:23 (Banko Zdeno 42:26, Olegšák Št. 44:05, Mihalák Lukáš 44:05, Baluh Stano 43:47), 9. Hradec Králové I (2:55:55 (Tomáš Josef 44:50, Cardal Jaroslav 41:07, Zemánek Boh. 44:18, Kolář Frant. 45:40), 10. Jihlava — Sokol N. Město I 2:57:14 (Blažiček Jan 46:16, Herman Josef 46:09, Gabriel Zdeněk 42:59, Svanda Jaroslav 41:50), 11. Praha MV I 2:58:36 (Rázl Stan. 45:46, Buchar Josef 44:45, Honců Jar. 46:55, Prokeš Josef 41:10), 12. Olomouc 3:02:34 (Smetana Zdeněk 45:27, Mlynář Stan. 46:26, Fabián Jindřich 45:34, Thomas Jar. 45:07), 13. Gottwaldov 3:03:01 (Valchař Jiří 49:42, Martiniák Mir. 45:46, Solanský Ondř. 44:48, Podešva Ludvík 42:45), 14. Prešov I 3:03:34 (Bažant Karel 46:22, Greguška Jan 49:16, Pekárek Jiří 45:27, Jeřábek Vlad. 42:29), 15. Pardubice 3:04:37 (Chulík Boh. 47:29, Stránský Oldř. 45:32, Bukáček Boh. 44:50, Teplý Ant. 46:46), 16. Jihlava — Sokol N. Město II 3:06:43 (Vališ Jiří 45:51, Honzl Milan 46:24, Dvořák Jiří 46:36, Brabec Zdeněk 47:52), 17. Žilina 3:06:46 (Hůrka 46:05, Šuna Milan 46:31, Pálko Ján 48:16, Sabaka Michal 45:54), 18. České Budějovice 3:06:56 (Synovec Jindř. 43:51, Nosek Lad. 51:02, Píša Jiří 47:05, Žák Jan 44:58), 19. Liberec III 3:08:43 (Bukovský František 49:38, Prchal Milan 44:27, Honců Jiří 48:11, Blažek Josef 46:27), 20. Ostrava 3:09:29 (Mikeska Pavel 47:17, Medved Jan 49:05, Bírjulin Arkadij 47:40, Bordovský Lad. 45:27), 21. Ústí nad Labem 3:09:30 (Souček Jar. 47:46, Batz Otto 48:25, Mazura Zdeněk 48:47, Sauer Ludvík 44:32), 22. Plzeň I 3:12:02 (Janovec Josef 50:23, Sýkora Karel 48:59, Kuzelka Josef 47:08, Kožený Jiří 45:32), 23. Košice 3:14:51 (Kýčín Michal 47:53, Krmíla Miroslav 48:16, Galmovský Emil 52:08, Michalko Jan 46:29), 24. Hradec Králové III 3:15:58 (Adam 48:37, Jindra 48:51, Zemánek Miroslav 48:35, Smutný 49:55), 25. Hradec Králové II 3:17:19 (Simentinger 45:29, Kuchař František 44:52, Doležal 52:44, Nespěchal 54:14), 26. České Budějovice II 3:22:29 (Petřík 48:09, Pán 54:50, Semrád 51:43, Fiala 47:47), 27. Hradec Králové IV 3:26:40 (Purkrábek 49:06, Sklepnář 51:43, Mühlberger 53:08, Vizner 52:43), 28. Bratislava MV 3:27:34 (Florek Stan. 52:13, Kolečký Lub. 45:14, Lukáš Vlad. 1:00:27, Zoller Vlad. 49:40), 29. Hradec Králové V 3:30:04 (Zanker Horst 54:37, Müller Bohumil 52:44, Kreisl Reiner 50:46, Jirásek Rudolf 51:57), 30. Plzeň II 3:40:09 (Hůf František 52:02, Tremuth František 57:31, Ordnek Oldřich 1:00:34, Mihulář Jan 50:02).

Běh na 15 km — junioři

1. Kutheil Josef (Dukla Liberec) 1:05:41 hod.
2. Fabián Jindřich (Slávia Olomouc) 1:06:03 hod.
3. Bukovský František (Sl. Jilemnice) 1:06:15 hod.

4. Fousek Vít (Lokomotiva Brno) 1:06:53, 5. Olekšák Štefan (Tatran Tat. Lomnica) 1:07:54, 6.—7. Honzl Milan (Sokol N. Město) 1:09:15, 6.—7. Veličák Matěj (ČH B. Bystrica) 1:09:15, 8. Sůva Bohuslav (Dukla Liberec) 1:09:49, 9. Fuska Tudevít (B. Kremnica) 1:09:50, 10. Kreisl Rainer (Lokomotiva Trutnov) 1:10:12, 11. Nosek Ladislav (Spartak Strakonice) 1:10:15, 12. Gabera Jiří (Dukla Liberec) 1:10:18, 13. Souček Jaroslav (Baník Osek) 1:10:36, 14. Šikula František (Lokomotiva Brno) 1:10:45, 15. Mikeska Pavel (Spartak Frenštát) 1:10:49, 16.—17. Purkrábek Lad. (Lokomotiva Trutnov) 1:11:36, 16.—17. Paňko Ján (Dukla Prešov) 1:11:36, 18. Mikuláš Ján (ZTS Klatovy) 1:12:21, 19. Šedo Michal (Lokomotiva Vážec) 1:13:18, 20. Fiala Vlad. (Spartak Strakonice) 1:13:49, 21. Kalabus Lub. (MEZ Vsetín) 1:14:18, 22. Greguška Jan (Dukla Prešov) 1:14:21, 23. Luňáček Lubor (Jiskra Tanvald) 1:14:52, 24. Šlajs Čestmír (Spartak Blovice) 1:15:33, 25. Krakorník Jan (Dukla Prešov) 1:15:35, 26. Zenker Horst (Dukla Jaroměř) 1:15:41, 27. Pán Oldřich (Spartak Strakonice) 1:15:48, 28. Gánovský Emil (Sokol Gerlachov) 1:16:14, 29. Habr Josef (Jiskra Náchod) 1:16:54, 30. Miluška Bohumír (Sokol N. Město) 1:17:33, 31. Pávička Ondřej (Baník Kremnica) 1:17:39, 32. Krulich Jiří (Jiskra Město) 1:17:47, 33. Bradíjak Pavel (TJ Ružomberok) 1:17:52, 34. Winter Ivan (Jiskra Město) 1:19:15, 35. Hůf František (ZTS Klatovy) 1:19:48, 36. Fraňo Milan (ČH B. Bystrica) 1:21:00, 37. Bardí Michal (Lokomotiva Vážec) 1:21:35, 38. Semrád Jar. (Spartak Strakonice) 1:21:38, 39. Bukovjan Josef (Dukla Prešov) 1:23:54, 40. Vránek Oldřich (ZTS Klatovy) 1:29:59, 41. Lukáč Vlad. (Slávia VŠ Bratislava) 1:30:11.

Skok prostý — junioři

	m	m	m	bodů
1. Hubač Zbyněk (Slavoj Turnov)	60	59,5	59	309
2. Bojda Jiří (Sokol Ostravice)	61	61,5	59	305
3. Řehák Milan (Dukla Liberec)	58	56	56	281,4

4. Osvald Juraj (Dukla Prešov) 54—55—56—230,9, 5. Kutheil Josef (Dukla Liberec) 55—53,5—54,5—230,1, 6. Miluška Bohumír (Sokol N. Město) 53—53,5—53,5—262,4, 7. Luňáček Lubor (Jiskra Tanvald) 51,5—53,5—53—258,3, 8. Mikeska Pavel (Spartak Frenštát) 51,5—54—53,5—246,4, 9. Sůva Bohuslav (Dukla Liberec) 47—53—48—241,8, 10. Habr Josef (Jiskra Náchod) 55—55—52,5—235,2, 11. Krulich Jiří (Jiskra Město) 52,5—52,5—46—223,4, 12. Siesler Jan (Sokol Nýdek) 47,5—47—47,5—196,2.

Závod sdružený — junioři

	Skok	Běh	Celkem
	bodů	bodů	bodů
1. Kutheil Josef (Dukla Liberec)	196,3	240	436,3
2. Luňáček Lubor (Jiskra Tanvald)	194,8	207,6	402,4
3. Sůva Bohuslav (Dukla Liberec)	170,7	225,4	396,1

4. Habr Josef (Jiskra Náchod) 188,8—201,6—390,4, 5. Miluška Bohumír (Sokol N. Město) 191,9—198,1—390,6, 6. Zenker Horst (Dukla Jaroměř) 176,9—204,7—381,6, 7. Krulich Jiří (Jiskra Město) 182,3—197,3—379,6, 8. Fabián Jindřich (Slávia Olomouc) 139,4—238,7—378,1, 9. Olegšák Josef (Tatran Tat. Lomnica) 127,5—232,2—359,7, 10. Mikeska Pavel (Spartak Frenštát) 136,5—221,9—358,4, 11. Winter Ivan (Jiskra Město) 141,6—192,1—333,7, 12. Semrád Jaroslav (Spartak Strakonice) 95,7—183,7—279,4.

Běh na 10 km — dorostenci starší

1. Ilavský Ján (Lokomotiva Vážec) 42:01 min.
2. Jeník Jaroslav (Jiskra Harrachov) 42:33 min.
3. Slesiarik Mojmir (Baník Kremnice) 42:56 min.

4. Mundl Ladislav (PZ Meziboří) 43:41, 5. Balatka Miloslav (Sokol Zl. Olešnice) 43:54, 6. Kadlec Dobroslav (Sokol N. Město) 44:05, 7. Emlinger Josef (Sokol Stachy) 44:13, 8. Hanuš Jaroslav (Sokol Valteřice) 44:29, 9. Kepf Jiří (Jiskra Vimperk) 44:37, 10. Sirotiak Vlado (Lokomotiva Vážec) 44:49, 11. Štröbl Josef (Sokol Stachy) 44:58, 12. Kodrlik Pavel (PZ Meziboří) 45:06, 13. Maceček Karel (Slávia Liberec) 45:15, 14. Halaj Pavel (Dynamo N. Tatry) 45:24, 15. Kreisinger Václav (Spartak Avia) 45:31, 16. Vajseitl Miroslav (Jiskra Město) 45:33, 17. Voňka Vladimír (Jiskra Pecka) 45:48, 18. Kadlec Jan (Sokol N. Město) 45:49, 19. Švafíček Miroslav (Sokol N. Město) 45:51, 20. Sůva Jaroslav (Jiskra Město) 45:52, 21. Breth Vintíř (Jiskra Tanvald) 45:58, 22. Bruzík Ondřej (Sokol Gerlach) 46:03, 23. Kábele Josef (Lokomotiva Trutnov) 46:33, 24. Šmíd Vladimír (Jiskra Vejprty) 47:07, 25. Prokš Milan (Spartak Krnov) 47:19, 26. Ševčík Pavel (Baník Tr. Teplice) 47:21, 27. Chudoba Miroslav (Sp. Strakonice) 47:24, 28.—29. Bartko Milan (Lokomotiva Vážec) 47:25, Rebrina Bohumil (Spartak Strakonice) 47:25, 30. Horčíčka Miroslav (Lokomotiva Šumperk) 47:33, 31. Štěpánek Václav (Slávia Plzeň) 47:41, 32. Stampach Josef (ZTS Klatovy) 47:53, 33. Bauer Jan (Jiskra Domažlice) 48:14, 34. Kopecký Karel (RH Plzeň) 48:24, 35. Kozlo Imrich (Lokomotiva Prešov) 48:40, 36. Jurek Bedřich (Spartak Frenštát) 48:45, 37. Navrátil Dan (Spartak Frenštát) 49:18, 38. Ulrych Emil (Jiskra Harrachov) 49:42, 39. Schober Herbert (Slávia Plzeň) 49:47, 40. Sedláček Zdeněk (Slávia Žižkov) 49:53, 41. Hásek Oldřich (Lokomotiva Trutnov) 49:54, 12. Trunda Zdeněk (Spartak M. Údolí) 50:03, 43. Košner Oldřich (ZTS Klatovy) 50:10, 44. Mráz Rudolf (Spartak Jawa) 50:11, 45. Churavý Karel (Tatran Písařov) 50:16, 46. Schovánek Josef (Jiskra Semily) 50:20, 47. Vadovič Štefan (Slovan Dolany) 50:31, 48. Polák Mikoláš (Jiskra Abertamy) 50:45, 49. Bosko Jan (Lokomotiva Vážec) 50:47, 50. Čunek Petr (Spartak Vsetín) 51:10, 51. Kramolíš Vladimír (TJ Rožnov) 51:12, 52. Nemelka Josef (PZ Meziboří) 51:16, 53. Hajný Petr (TJ Rožnov) 52:20, 54. Hladík Ladislav (Jiskra Semily) 52:28, 55. Kubrych Jiří (Baník Háj) 52:31, 56. Übersax Walter (Lokomotiva Prešov) 52:47, 57. Konderla Josef (Sokol Nýdek) 53:08, 58. Čtvrtečka Jan (Slávia Žižkov) 53:42, 59. Lamez Jan (Sokol Nýdek) 53:44, 60. Zoubela Miloslav (Lokomotiva Č. Třebová) 55:10, 61. Kotek Ladislav (Spartak Vrchlabí) 55:33, 62. Matouš Josef (Lokomotiva Trutnov) 55:49, 63. Fremuth František (ZTS Klatovy) 58:20.

Skok prostý — dorostenci starší

	m	m	m	bodů
1. Motejlek Libor (Jiskra Harrachov)	51,5	55	55,5	325,3
2. Raška Jiří (Spartak Frenštát)	46,5	52	54	303,4
3. Ulrich Emil (Jiskra Harrachov)	46	52	53	298,6

4. Skalský Petr [Jiskra Jablonec n. J.] 47,5—50—51—296,8, 5. Schováněk Josef [Jiskra Semily] 48—49—51—282,5, 6. Hladík Ladislav [Jiskra Semily] 48—50—50—275,6, 7. Mládek Slavomil [Lokomotiva Trutnov] 44—48—46—272,6, 8. Šůva Jaroslav [Jiskra Mšeno] 40—47—48—269,9, 9. Rutterle Jaroslav [RH Vrchlaby] 43—46—48—268,3, 10. Svaříček Mir. (Sokol N. Město) 43—48—47,5—265,1, 11. Brádlér František [Jiskra Mšeno] 43,5—47—45—263, 12. Šir Alfréd [Spartak Rokytnice] 45—45,5—47,5—262,6, 13. Štřelec Klaus [Jiskra Harrachov] 42,5—46,5—45,5—261,8, 14. Peřich Zdeněk [TJ Rožnov] 42,5—46—47,5—261,6, 15. Kotek Ladislav [Spartak Vrchlaby] 40,5—44,5—45,5—254, 16. Matouš Josef [Lokomotiva Trutnov] 50,5—56—54—248, 17. Ország Josef [Spartak Vsetín] 39—43,5—44—246,2, 18. Kadavý Ladislav [Jiskra Vítkovice] 39—42—42—244, 19. Pojda Alexej [Jiskra Dvůr Králové] 35—43,5—43,5—241,3, 20. Rajch Tomáš [Jiskra Dvůr Králové] 39—38,5—36,5—227,7, 21. Koudelka Vladimír [Baník Zacléř] 37,5—40—37,5—225,4, 22. Jech Zdeněk [Slovan Jilemnice] 36—40,5—38—223,8, 23. Konderle Josef [Sokol Nýdek] 35,5—40,5—37—223,5, 24. Trunda Zdeněk [Spartak M. Údolí] 34,5—40—38—222,4, 25. Hajný Petr [TJ Rožnov] 45,5—47—45—210,9, 26. Schober Herbert [Slavoj Plzeň] 33,5—35—35,5—208,1, 27. Hank Josef [Slovan Šp. Mlýn] 38,5—41—39—199,1, 28. Lamacz Jan [Sokol Nýdek] 35—35,5—36,5—188,8.

Štafetový běh 3 X 5 km — dorostenci starší

1. Liberec I 1:08:23 hod.

Breth Vintřif	22:22 min.
Jeník Jaroslav	21:58 min.
Mareček Karel	24:03 min.

2. Žilina I 1:08:47 [Široťjak Vlado 22:35, Bartko Milan 24:21, Ilavský Jan 21:51], 3. Jihlava — Sokol N. Město 1:09:22 [Kadlec Jan 23:32, Švaříček 23:05, Kadlec Dobroslav 22:45], 4. Liberec II 1:10:51 [Balatka Miloslav 23:20, Hanuš Jaroslav 22:49, Vajsejtl Miroslav 24:42], 5. Ústí nad Labem 1:12:19 [Kubříček 25:22, Kodrlik 24:28, Mundil 22:29], 6. Hradec Králové 1:12:27 [Hásek 25:18, Kábele 23:38, Voňka 23:31], 7. České Budějovice I 1:12:50 [Chudoba Mir. 24:46, Štrobl Josef 24:28, Kopl Jif 23:36], 8. Žilina II 1:16:23 [Halaj Pavel 23:48, Bocko Ján 27:25, Seřčík Pavel 25:10], 9. Ostrava I 1:16:24 [Jurek Bedřich 24:33, Navrátil Jan 26:54, Prokš Milan 24:57], 10. Karlovy Vary 1:17:14 [Hoffman Egon 25:40, Polák Miroslav 27:25, Smíd Vladimír 24:09], 11. Plzeň II 1:18:02 [Štampach 25:06, Čuba 25:54, Bauer 27:02], 12. Plzeň I 1:18:13 [Košner 25:54, Štěpánek 26:39, Kopecký 25:40], 13. Gottwaldov 1:19:33 [Hajný Petr 27:44, Bayer Petr 26:44, Kramoliš Vlad. 25:05], 14. České Budějovice II 1:22:50 [Řebřina Boh. 25:43, Lange Wilfried 31:58, Eminger 25:09], 15. Ostrava II 1:23:19 [Buliček Jan 28:37, Lamacz Jan 28:10, Konderle Bron. 26:32], 16. Olomouc 1:24:02 [Trunda Zdeněk 25:47, Horčíčka Miroslav 28:50, Churavý Karel 29:25].

Běh na 5 km — dorostenci mladší

1. Feistauer Stanislav [Jiskra Vítkovice]	22:01 min.
2. Hrdinka Milan [Lokomotiva Trutnov]	22:14 min.
3. Sadeký Karel [Spartak Frenštát]	22:22 min.

4. Bartoš Jiří [Jiskra Mšeno] 22:48, 5. Starový Josef [Jiskra Harrachov] 22:51, 6. Steklý Václav [Baník Osek] 22:53, 7. Hrodek Josef [Lokomotiva Trutnov] 22:55, 8.—9. Hendrych Ivan [Jiskra Harrachov] 23:00, 8.—9. Sikula Jiří [Lokomotiva Brno] 23:00, 10. Boháč Jaroslav [Sokol N. Město] 23:24, 11. Mráz Antonín [Spartak Jawa Praha] 23:27, 12. Rovenský Jaroslav [Sokol N. Město] 23:29, 13.—14. Vaníček Jaroslav [Sokol H. Branná] 23:34, 13.—14. Dvořák František [PZ Meziboří] 23:34, 15. Kyncl Vlastimil [Sokol M. Křížanky] 23:41, 16. Rusňák Ján [Slovan Štola] 23:42, 17.—18. Bieman Karel [Sokol Kofenov] 23:45, 17.—18. Weishäutel Jan [Jiskra Mšeno] 23:45, 19. Jůza Miroslav [RH Brno] 23:55, 20. Žižka Jan [Lokomotiva Trutnov] 23:56, 21. Honzl Petr [Sokol N. Město] 23:58, 22. Apelt Petr [Baník Háje] 24:01, 23. Kačaliak Josef [Slovan Štola] 24:03, 24. Pohl Antonín [Spartak Police] 24:09, 25. Sýkora Václav [Jiskra Litomyšl] 24:10, 26. Šipek [Lokomotiva Trutnov] 24:12, 27. Čurda Petr [PZ Meziboří] 24:13, 28. Langhamer Jan [Tatran Písařov] 24:20, 29. Lajer Josef [Spartak Police] 24:27, 30. Pařko Michal [Lokomotiva Važec] 24:28, 31. Krutina Eduard [Jiskra Domažlice] 24:29, 32. Kalabus Leopold [Spartak Vsetín] 24:40, 33.—34. Sejkora Ivan [Slovan Zdravotník] 24:44, 33.—34. Gaisler Emil [Lokomotiva Trutnov] 24:44, 35. Hendrich Ivan [Sokol N. Město] 24:45, 36. Flala František [Sokol N. Město] 24:53, 37. Aliger Karel [Lokomotiva Č. Třebová] 25:02, 38. Otčenáš Jan [Sokol Strba] 25:06, 39. Hruška Jif [Jiskra Domažlice] 25:08, 40.—41. Jurečka Jaroslav [Spartak Vsetín] 25:15, 40.—41. Bruck Juraj [Tatran T. Lomnice] 25:15, 42. Pfišter Josef [Baník Kremnica] 25:31, 43. Sýkora Rudolf [Baník Osek] 25:37, 44. Vrřčan Josef [PZ Karvinná] 25:43, 45. Vancl Zbyněk [Spartak Vrchlaby] 25:46, 46. Svoboda Josef [Jiskra Mšeno] 26:03,

47. Šoul Petr [Jiskra Vimperk] 26:09, 48. Smilák Miroslav [TJ Ružomberok] 26:16, 49. Filanda Milan [CH B. Bystrica] 26:18, 50. Křížek Jiří [Lokomotiva Liberec] 26:25, 51. Hofman Egon [Jiskra Abertamy] 26:31, 52. Kočandrie Antonín [Slovan Plzeň] 26:57, 53. Netuka Jiří [Jiskra Plavý] 26:53, 54. Jedlička Jan [Slávia Plzeň] 27:27, 55. Lange Wilfried [Spartak Č. Budějovice] 27:41, 56. Šiller Petr [Spartak Svratka] 28:02, 57. Boukal Jan [Jiskra Lomnice] 28:11, 58. Kuklíš Broni [TJ Ružomberok] 28:29, 59. Seidl Ondřej [Spartak Kopřivnice] 29:26, 60. Bulíšek Jan [Spartak Frenštát] 30:59, 61. Richter Jaromír [Spartak Police] 33:46.

Skok prostý — dorostenci mladší

1. Doubek Rudolf [Jiskra Vysoké]	51 m	48,5 m	209,3 b.
2. Divila Ladislav [Jiskra Vítkovice]	49,5 m	49,5 m	199,2 b.
3. Pacholik Oldřich [Sp. Rokytnice]	46 m	45,5 m	193,7 b.

4. Ország Vítězslav [Spartak Vsetín] 48,5—45,5—183,7, 5. Buřák Oldřich [Lokomotiva Liberec] 48—47—181,9, 6. Richter Jaromír [Spartak Vrchlaby] 44,5—45—181,8, 7. Žižka Jan [Lokomotiva Trutnov] 43—43,5—181,7, 8. Netuka Jiří [Jiskra Plavý] 44—43,5—178,9, 9. Kobl Vladimír [Spartak Rokytnice] 45—46—177,1, 10. Hanzl Milan [Sokol N. Město] 40—40—166,9, 11. Ponikelský Karel [Sokol Temošná] 40—41—162,6, 12. Svoboda Jaroslav [Jiskra Mšeno] 41—41—160,8, 13. Filanda Milan [CH B. Bystrica] 39—41—157,4, 14. Bartoš František [Jiskra Lomnice] 39,5—40—155,8, 15. Langhammer Jan [Tatran Písařov] 35—38—148, 16. Pultar Rudolf [Jiskra Mšeno] 37—37—145,7, 17. Málek Manfred [Sokol Albrechtice] 43—41—138,2, 18. Štěpán Vladimír [Spartak Smržovka] 33—35,5—88,1.

Závod sdružený — dorostenci mladší

	Skok	Běh	Čeikem
	bodů	bodů	bodů
1. Fajstauer Stan. [Jiskra Vítkovice]	178,5	240	418,5
2. Starový Josef [Jiskra Harrachov]	181,5	231	412,5
3. Žižka Jan [Lokomotiva Trutnov]	191,6	219,2	410,8

4. Steklý Václav [Baník Osek] 170,2—230,6—400,8, 5. Honzl Petr [Sokol N. Město] 179,1—217—396,1, 6. Pohl Antonín [Spartak Police] 171,5—216,8—388,3, 7. Langhamer Jan [Tatran Písařov] 167,2—214,8—382, 8. Lajer Josef [Spartak Police] 166,7—213,6—380,3, 9. Svoboda Jaroslav [Jiskra Mšeno] 181,1—196—377,1, 10. Netuka Jiří [Jiskra Plavý] 189,7—186—375,7, 11. Filanda Milan [CH B. Bystrica] 179—195,2—374,2, 12. Hrodek Josef [Lokomotiva Trutnov] 143,7—230,2—373,9, 13. Sýkora Rudolf [Baník Osek] 177,8—200,8—371,6, 14. Šipek Jaroslav [Lokomotiva Trutnov] 150—216,2—366,2, 15. Boukal Jan [Jiskra Lomnice] 173,3—172,8—346,1, 16. Richter Jaromír [Spartak Vrchlaby] 188—111,8—299,8.

Štafetový běh 3 X 3 km — dorostenci mladší

1. Liberec I 38:43 min.

Bieman Karel	12:53 min.
Hendrych Ivan	12:55 min.
Bartoš Jiří	12:55 min.

2. Ústí nad Labem 39:01 [Dvořák 13:10, Čurda 13:11, Steklý 12:40], 3. Hradec Králové I 39:14 [Hrdinka 13:17, Šipek 13:41, Hrodek 12:16], 4. Jihlava — Sokol N. Město 39:49 [Flala František 13:30, Hendrich Ivan 13:28, Kyncl Vlast. 12:51], 5. Liberec II 40:14 [Křížek Jiří 13:25, Weishäutel Jan 13:51, Vaníček Jar. 12:58], 6. Jihlava — Sokol N. Město 40:18 [Honzl Petr 13:15, Rovenský Jar. 14:03, Boháč Jar. 13:00], 7. Hradec Králové II 40:32 [Geider 14:17, Pohl 13:27, Lajer 12:48], 8. Žilina 41:27 [Slimák Mir. 14:18, Otčenášek Ján 13:40, Pařko Michal 13:29], 9. Plzeň 41:52 [Kočandrie 13:46, Hruška Jan 12:42, Jedlička 14:24], 10. Vysoké Tatry 42:00 [Rusňák Jan 12:46, Kačaliak Jos. 14:57, Bink Juraj 14:17], 11. Pardubice 42:28 [Allinger Karel 14:04, Šiller Petr 15:17, Sýkora Václav 13:07], 12. Ostrava 43:00 [Vrřčan Josef 13:23, Seidl Ondřej 16:41, Sadeký Karel 12:56], 13. Gottwaldov 43:30 [Kalabus Leopold 14:06, Kramoliš 14:52, Jurečka Jar. 14:32], 14. Hradec Králové III 44:35 [Žižka 14:00, Kraus 16:24, Vancl 14:11].

Výsledky závodů ve sjezdových disciplínách uveřejníme z technických důvodů v příštím čísle.



HODNOCENÍ ZÁVODU SDRUŽENÉHO

V lednovém čísle Lyžařství byl uveřejněn článek dr. Klingera, obsahující návrh na nový způsob hodnocení skoku pro závod sružený. Tímto dlouholetým problémem se zabýval dokonce také kongres FIS v roce 1957 v Dubrovniku a zatím celkem bez výsledků. Je proto správné, že i u nás nad tímto problémem rozhodčí přemýšlejí a snaží se nalézt řešení.

Bohužel zmíněný článek má — podle mého názoru — některé nedostatky a nesprávné závěry. Nejde mi o formální nedostatky v názvu článku, prakticky se jedná o starý způsob hodnocení a jen o nový přepočítání bodů za skok, ani o nesprávné tvrzení, že nejdelší skoky bez pádu se nehodnotí na půlmetry celými 60 body. Nedostatek snad vznikl tím, že článek byl napsán již dříve, než byl u nás zaveden nynější způsob výpočtů, kdy se hodnotí nejdelší skok bez pádu i ve zlomku metru celými 60 body.

Dále chci poukázat na nesprávný závěr, že skokani jsou při nynějším způsobu hodnocení poškozováni proti běžcům tím, že vítěz závodu v běhu dostává 240 bodů, zatímco nejlepší skokan těchto 240 bodů nikdy nemůže dosáhnout. Je to však jen zdánlivé.

Na celkový výsledek sruženého závodu nemá vliv, v jaké výši bodu nasadíme vítěze jednotlivých disciplín, pokud ovšem je tento základ pro všechny stejný. Pořadí se vůbec nemění a vzájemný poměr závodníků zůstává stejný, jestliže například první tři závodníci v běhu mají 240, 230 a 220 bodů a ve skoku 210, 195 a 180 bodů, anebo 240, 225 a 210 bodů. Nejde nám o množství bodů, o absolutní počet, ale o správné vyjádření poměru mezi jednotlivými závodníky. Jde nám o správné poměrové hodno-

cení horšího výkonu proti výkonu vítěze. Celý oříšek hodnocení sruženého závodu je v tom, jak objektivně vyjádřit ve stejném poměru slabší výkon běžců proti vítězi, odpovídající rozdíl slabšího výkonu skokanů proti vítězi skoků. Tedy nikoli absolutní počet bodů, kterým hodnotíme vítěze, ale správně, číselně vyjadřující poměr zhoršeného výkonu proti vítězi. A zde je nutno říci, že dosavadní hodnocení naopak nadhodnocuje skokany. Stačí uvést několik příkladů.

Zatímco dvacetibodová ztráta v běhu, reprezentující při obvyklých časech patnáctikilometrové trati 5–6 minut zhoršení proti vítězi, je rozdíl několika tříd ve výkonnosti. Pro dobrého skokana naskákat 20 bodů ve dvou skocích pro závod sružený není žádným problémem. To potvrzuje dnešní praxe jak u nás, tak i v cizině: na dobrého sruženáře stačí výborný skokan s průměrným výsledkem v běhu, ale skoro nikdy výborný běžec s průměrným výsledkem ve skoku. Ostatně všichni naši i světoví sruženáři jsou především dobrými skokany a pak teprve běžci. A další známá skutečnost: o výsledcích závodu sruženého skoro většího rozhodují výsledky závodu ve skoku z prvního dne a závodem v běhu se pořadí již mnoho nemění. Je pravda, že to nemusí být vždycky tak doslova, ale podobných příkladů jak z našich, tak zahraničních zkušeností je tolik, že je není třeba proto dále uvádět.

Uvědomíme-li si tyto skutečnosti, je jasné, že způsob propočítání u skoku pro závod sružený, navržený dr. Klingrem, situaci hodnocení sruženého závodu neřeší, ale naopak ještě více preferuje skokany, neboť bodové rozdíly mezi jed-

notlivými skokany, které již samy o sobě jsou velké a v nepoměru k bodovým rozdílům, vyjadřujícím rozdílnost výkonů v běhu, ještě více zvětšuje vynásobováním příslušným procentním koeficientem do hodnoty 240 bodů.

Zatímco při dosavadním hodnocení skokanů body činily u skokanů:

B	E	D	A	F	C
220,0	219,0	217,0	201,5	201,0	200,0

tj. o 1,0, 3,0, 18,5, 19,0, 20,0 bodů rozdílů proti vítězi, u navrhovaného propočtu by body činily:

B	E	D	A	F	C
240,0	238,9	236,7	219,8	219,3	218,2

tj. o 1,1, 3,3, 20,2, 20,7, 21,8 bodu rozdílů proti prvnímu závodníku. Tedy zřejmě — i když sice malé — další zvýšení nadhodnocení skokanů.

Nezbývá tedy než dále přemýšlet a hledat cesty, jak tento problém vyřešit. Jistě je to vhodné téma pro všechny lyžařské rozhodčí a teoretiky, kdy mohou podávat své připomínky o tomto problému k novému vydání lyžařských pravidel.

JIRÍ ČEJKA

Upozornění všem složkám ČSTV!

Podle rámcové smlouvy mezi vedoucími orgány ČSTV a Státní pojišťovnou, byly veškeré složky této organizace pojištěny hromadným úrazovým pojištěním sportovců. Z hlediska majetku a zákonné odpovědnosti postrádaly však jakéhokoliv pojištění krytí. V případě škody byly tedy nuceny platit veškeré náhrady z vlastních prostředků. Aby jejich rozpočty nebyly v budoucnu zatěžovány takovýmto, celkem nepředpokladatelnými a v důsledku toho i neplánovatelnými částkami, dosahujícími mnohdy i značné výše, zavedla Státní pojišťovna od 1. ledna t. r. skupinové pojištění společenských organizací. Toto pojištění se vztahuje: 1. na škody živelní, 2. škody vodovodní, 3. škody krádeží vloupáním a loupežmi, 4. zákonnou odpovědnost, 5. havarijní pojištění motorových vozidel.

Pro informaci uvádíme alespoň několik zásadních bodů, které se týkají rozsahu pojištění krytí.

a) Do pojištění náleží nejen majetek organizace, nýbrž i majetek, který organizace nevlastní, má jej však k trvalému používání a dispozici. Dále je možno do pojištění zahrnout též věci (sportovní potřeby, součásti oděvů apod.), které si členové ukládají v místnostech organizace, jako šatnách, kabinách apod.

b) Pokud se týče krytí škod způsobených krádeží vloupáním a loupežmi, zahrnuje pojištění vedle věcí ve vlastnictví organizace a věcí organizace trvale užívaných, i věci členů, ponechané v pojištěných prostorách organizace a dále pak i věci doručované poslem. Veškeré peníze, vkladní knížky, ceniny apod., jsou pojištěním kryty tehdy, jsou-li uzavřeny v železných pokladnách, případně v jiných pevných uzávěrech.

c) Pojištění zákonné odpovědnosti může být rozšířeno o zákonnou odpovědnost jednotlivých členů organizace, za škody, které mohou způsobit v rámci činnosti, kterou je organizace pověřila. Do pojištění lze též zahrnout i zákonnou odpovědnost z nebezpečných zdrojů, vyplývající z činnosti organizace např. hřišť, kluzišť atd.

Na podrobnosti se mohou jednotlivé složky informovat přímo u Státní pojišťovny.

ZA LEOŠEM STEHLÍKEM



Na Rožánce u Rožné n. Pern. zahynul 23. března 1959 ve věku 53 let Leoš Stehlík. Byl vynikající všestranný lyžařský závodník z let 1926—1933, který mnohokrát úspěšně reprezentoval naše lyžařství. Přilnul k němu v jeho kolébce na Českomoravské vrchovině tak, že zůstalo jeho láskou až do poslední chvíle života. Leoš Stehlík byl všestranný závodník, který závodil v běhu i ve skoku na lyžích stejně úspěšně jako ve sjezdových disciplínách. Jeho nejúspěšnější disciplínou byla padesátka. Žil pro náš krásný sport a věnoval mu všechno volný čas. Ještě dva dny před smrtí se zúčastnil pléna lyžařské sekce KV ČSTV Ji-

hlava ve Žďáře n. Sáz., kde s nadšením propagoval umožňovat závodníkům co největší účast na závodech. Sám se stále zúčastňoval, i když už jen jako dobrovolný trenér, všech významných závodů. Naposledy byl v Harrachově na Mezinárodních závodech, které nikdy nevynechal.

Čest jeho památce!

DO DISKUSIE

Můj příspěvek k otázce základního výcviku zatáčení na lyžích se týká nového způsobu provádění snožného smyku, který převzala ÚMK, a jeho zpracování touto komisí. Dále ukazují, co je základním rysem našeho postupu zatáčení na VŠP v Praze, a končím krátkou zmínkou o dvojkolejnosti.

Kdo bedlivě sledoval a přitom studoval všechny materiály, které k nám byly přineseny z Rakouska, a to film natočený ve Sv. Kristofu, různé stati o rakouské škole v originálech a originál knihy prof. Kruckenhausera, poznal, že provedení snožných cviků rakouských cvičitelů mnohdy není jednotné. Nejednotnost se projevila v nestejném pohybu vnitřním ramenem. Z těchto materiálů je vidět, že některý z rakouských cvičitelů používá vnitřního ramene pasívně, jiný opět velmi přehnaně. Přehnanou akci vnitřního ramene doprovází přehnané boční přiklonění ke svahu a naproti tomu zcela nepatrné pokrčení nohou.

Zkusíme si nyní rakouský snožný smyk ke svahu, při kterém v prvním případě přidáme silnou akci vnitřního ramene a ve druhém případě provedeme pohyb ramenem jen pasívně. Srovnáme-li jejich snadnost provedení, zjistíme, že smyk s akcí vnitřního ramene je daleko snadnější proveditelný. A pro tuto snadnost provedení, bez velkého uvažování a praktického zkoušení tohoto cviku od svahu na různých terénech a s různě nadanými začátečníky, zařadila ÚMK takto provedený snožný smyk do základního výcviku. Velmi názorně je toto provedení vidět v jejich lyžařském filmu »Lyžařská abeceda«.

Pohyb vnitřním ramenem je prvou chybou, proč později nacvičovaný snožný smyk od svahu je těžko proveditelný.

Akci vnitřního ramene se zamezí pokrčováním nohou, způsobí se ještě větší přiklonění vnitřního boku ke svahu, než je potřeba, a tím zbytečně silně postavení lyží na vnitřní hrany. Změříme-li si rozložení váhy na obou lyžích při takto provedeném smyku, zjistíme, že váha je rozložena stejnoměrně, mnohdy dokonce i více na vnitřní lyži.

Podíváme-li se na závodníka ve slalomových brankách, vidíme podobný postoj, cvičí-li závodník řadu vlnovek za sebou. Také zde, když si změníme jeho rozložení váhy na lyžích, zjistíme, že váha je rozložena rovnoměrně na obou lyžích. Nejedná se zde totiž o žádnou změnu směru, ale o projetí několika branek stále při jízdě ve spádnicí a v rychlosti. Na přenesení váhy z lyže na lyži není čas a ani není tohoto přenesení potřeba. Takto prováděný snožný smyk může být proto přípravou pro závodní výcvik a ne pro základní snožný smyk od svahu, kdy jeho nacvičování musí být vedeno ve směru k vrstevnici a ne ve směru ke spádnicí.

A tak přicházíme ke druhé chybě v rakouském postupu, že pro základní snožný smyk byly vzaty všechny pohyby z typické závodní slalomové jízdy.

Tím si též vysvětlíme pojetí přívratné cesty, která je podstatou při výuce rakouského snožného smyku. Zde se mýlí někteří naši lyžařští metodici, kteří se domnívají, že přívratná cesta do rakouského postupu byla vložena z čistě prestižních důvodů. Prof. Kruckenhauser uvádí v malém spise, který vyšel před jeho knihou, nazvaném »Rakouský učební plán«, že jejich postup se tvořil a zkoušel několik let. A jistě poznali při zkoušení této cesty potíže s nácvičkem snožného smyku od svahu, a proto byla do jejich postupu vložena přívratná cesta.

Tento postup přes přívratnou cestu by nebyl špatný, ale je chybný svým provedením. V rakouském postupu se dopustili pro základní výcvik třetí chyby tím, že vložili do přívratných cviků prvek z jejich snožného smyku, a to protipohyb vnitřním ramenem. Tento pohyb je vyloženým rysem závodní snožné techniky, takže nový přívratný oblouk u prof. Kruckenhausera se vyvinul ze závodního snožného postupu a ne z přívratného oblouku Schneiderova. Postavením vnitřního ramene v přívratném oblouku proti směru zatáčení se zamezilo tomu, co je nejtýpější pro přívratnou techniku, a sice skrčování vnější nohy po celou dobu zatáčení.

Provedme si vedle sebe dva přívratné oblouky, a sice oba rakouské, jeden podle Schneidera a druhý podle prof. Kruckenhausera, který se podobá oblouku prof. Matthiase z r. 1936 (uvedený v jeho knize *Natürliches Skilaufen*). Zjistíme podstatný rozdíl v některých pohybech a tím i v provedení. V přívratném oblouku podle Schneidera se pokrčování vnější nohy od začátku oblouku až do konce zvěšuje, přičemž toto skrčování je doprovázeno stále odkloněným vnějším ramenem. Přívratný oblouk podle Kruckenhausera, postavením vnitřního ramene proti pohybu zatáčení za účelem zatížení vnější lyže, pokrčování vnější nohy nejen nepodporuje, ale přímo zamezuje. Skrčování zamezuje tím, že vnitřní rameno se pohybuje proti pohybu skrčované vnější nohy. Výsledkem není dostatečné zatížení vnější nohy. V konečném provedení přívratného oblouku se v prvním případě vnitřní lyže sama přisouvá, ve druhém případě se musí přisouvat úmyslně. Změříme-li si zatížení vnějších lyží v obou případech, zjistíme tuto rozdílnost.

Bylo by velmi zajímavé, zda by se nedalo historicky zjistit

z některých článků v rakouských nebo švýcarských časopisech, proč Matthiasův postup, uvedený v jeho knize v roce 1936, se neujal. Mám za to, že právě pro nesprávné rozložení váhy na vnější lyži. Tehdy se totiž jezdilo většinou v přirozeném terénu, ne na uježděných tratích, a nesprávné rozložení váhy bylo jistě velkou závadou. Během dvaceti let se poměry v Rakousku změnily. Vlivem spousty lanovek se jezdí na upravených tratích, kde snít je tvrdě ujetý a kdy není pro průměrného jezdce na těchto tratích potřeba správné práce vnější nohy, která je nejdůležitějším prvkem v různorodém terénu, ať jedeme přívratnou nebo snožnou technikou.

Tato teorie se potvrdila i u nás. Mnozí lyžaři, kteří se naučili jezdit celkem obstojně novou rakouskou technikou snožný smyk od svahu na hladkém terénu, v různorodém sněhu ho nezajeli.

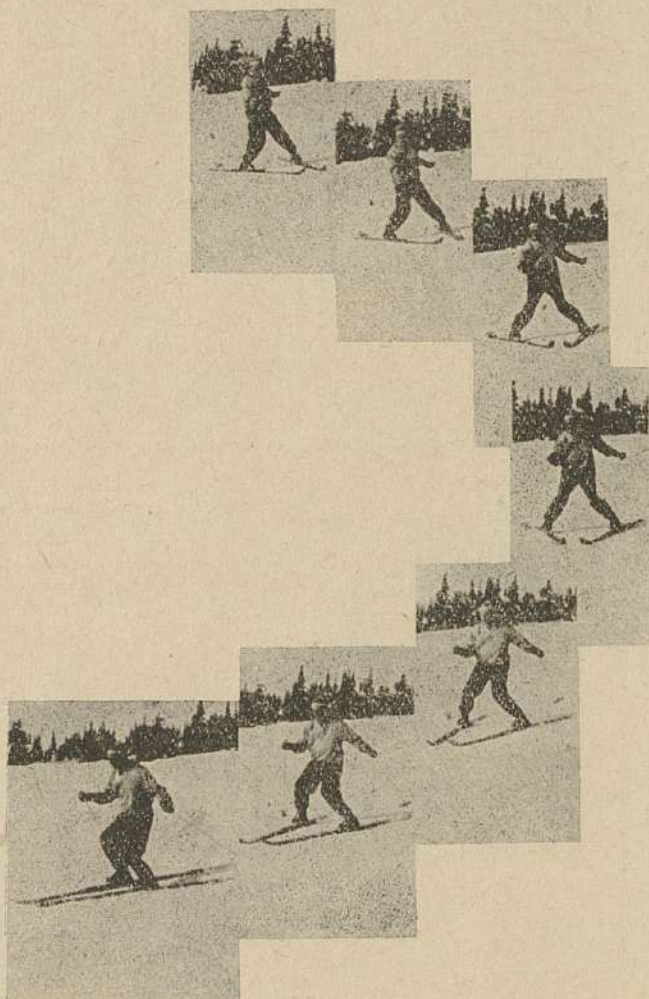
Jich hlavní chybou byla nesprávně rozložená váha. Projevovale se to tím, že vnitřní lyže se jim zařezávaly do sněhu, čímž padali.

Snožný smyk ke svahu pro náš základní výcvik nemůže mít z těchto důvodů prvky snožného smyku závodního, prováděného dokonce ve spádnicí a v rychlosti. Pro základ potřebujeme vzor zatáčení, které se provádí více k vrstevnici a tudíž v pomalé jízdě. A protože pro tento účel nic snožného nemáme, musíme si vzít za vzor přívratný oblouk, a sice Schneiderův. Dokladem pro tento oblouk ze školy Ariberské nám jsou též filmy z této doby, které nám ukazují, jak touto technikou se jezdilo tehdy bezpečně a jistě v každém alpském terénu. Je nutno dále rozebrat přesně pohyby tohoto oblouku a pak je aplikovat na snožnou cestu.

Takto provedeným rozbořem jsme si ujasnil nejen chyby rakouského postupu, převzatého ÚMK pro naše lyžařské terény, ale vylepšili též linii lyžařského postupu na našem pracovišti. Krátce nyní popíši, jak jsme aplikovali prvky z přívratného oblouku na snožný smyk ke svahu.

Rozebráním Schneiderova oblouku jsme zjistili tři důležité pohyby pro zatáčení: 1. Postavení vnější lyže do přívratu. 2. Pokrčování vnější nohy. 3. Odklon trupu směrem k vnější noze.

Postavení vnější lyže do přívratu nám umožňuje zatáčení.



Přívratný oblouk podle Schneidera, kde trup při odklonění je mírně pootočen vzad pro účel nácvičky snožného smyku ke svahu.

Pokrčování vnější nohy, které se provádí ne přímo směrem nad vnější lyži, ale dovnitř oblouku, způsobuje, že tento pohyb se přenáší na vnější lyži a stáčí ji do oblouku. Na skrčování vnější nohy dovnitř oblouku má podstatný vliv odklon trupu, kdy vnější rameno při odklánění musí směřovat k vrější noze. Současně takto provedeným odklonem pomáháme k účinnějšímu působení váhové složky lyžaře na patku vnější nohy, jejíž tlak se přenáší na patku vnější lyže a zesiluje její odsouvání.

Ještě do loňského roku jsme učili náš snožný smyk ke svahu na základě skrčování obou nohou a odklonu trupu v pootočeném postavení z jízdy šikmo svahem. K těmto pohybům jsme přidávali ještě vertikální pohyb těla za účelem odlehčení lyží, a proto jsme mluvili o nadlehčováním smyku.

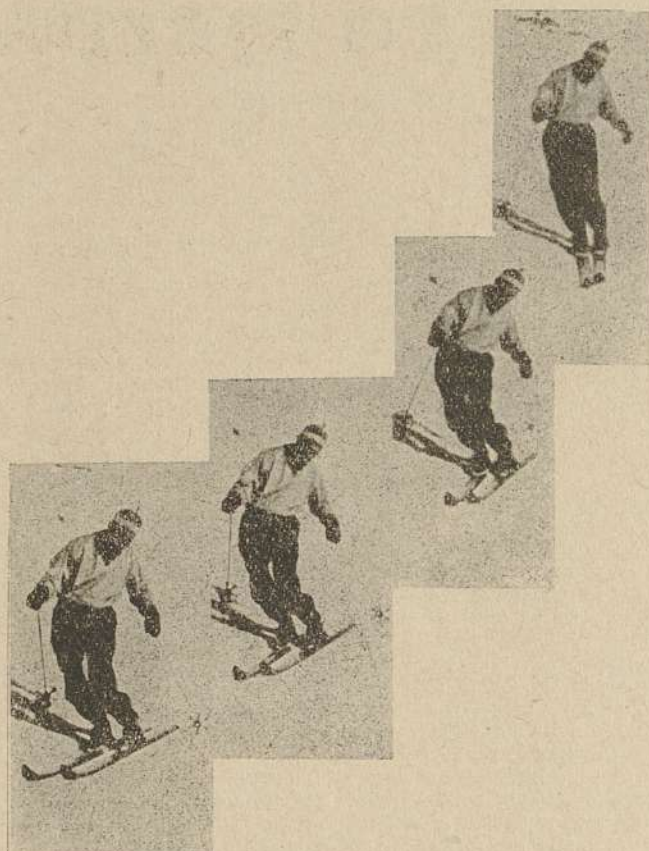
Od letošní zimy přesnou aplikací podle přívratného oblouku jsme jeho základní nácvik zlepšili tím, že provádíme nejdříve skrčování vnější nohy, přičemž i vnější lyži můžeme postavit do malého přívratu. Výsledkem je snožný smyk, který později provádíme již současným skrčováním obou nohou.

V Schneiderově přívratném oblouku se trup pohybuje spolu se skrčovancou vnější nohou. Tento pohyb jsme si již dříve trochu upravili. Vnějším ramenem během zatáčení nepohybujeme, ne však z důvodů, abychom zlepšili zatáčení. Zdáli se vnější rameno při přívratném oblouku pohybuje během zatáčení nebo ne, je docela lhostejné, protože se jedná o pomalý pohyb a v obou případech směřuje rameno přibližně směrem k vnější noze. Pohyb jsme si však upravili z důvodu snožného postupu, kdy se jedná o rychlejší jízdu a též o rychlejší pohyby při provedení. Tu by se mohlo stát, že pohybující se rameno by mohlo způsobit rotační pohyb trupu. Z toho důvodu pohyb vnějším ramenem nedoporučujeme. Vhodný postoj pro tento účel jsme vložili již do nácviku jízdy šikmo svahem, kdy učíme mírné pootočení vyšším bokem a ramenem vpřed a toto pootočení pak vkládáme do přívratné i snožné techniky.

Tím je též rozřešena otázka snožné nebo přívratné cesty. Zbývá nyní otázka, zda jako první cvik dáme snožný smyk ke svahu nebo oblouk v pluhu. Osvědčil se nám snožný smyk ke svahu, protože dřívější přisunutí vnitřní lyže proti přívratnému oblouku pomáhá udržovat lepší rovnováhu a tím získává začátečník lepší návyky pro přesné pohyby pro zatáčení. Proto se všem začátečníkům začínáme snožným smykem ke svahu a pokračujeme až ke spádnicí. V jízdě ve spádnicí nacvičujeme pak oblouk v pluhu, přívratný oblouk a přívratný smyk, kdy tyto cviky jsou jakousi kontrolou pohybů, které se dříve již učily ve snožném smyku. A další podobná kontrola je při nácviku snožného smyku od svahu, kde však kromě přívratného oblouku a přívratného smyku od svahu vkládáme ještě nácvik přeskoků o holi.

A tak se nám nestane, aby lyžař byl jednostranným. Dříve uměl mnohý buď jen snožné cviky nebo přívratné a tím byl též odkázan jen na terén, který se pro tyto cviky hodil. Uvedený postup směřuje k všestrannému rozvoji pro terénní jízdu a neklade ani překážky pro jízdu závodní.

Nakonec bych se chtěl zmínit o takzvané dvoj kolejnosti našeho lyžařského výcviku, podle UMK zaviněného neochotou ke spolupráci ze strany MŠK a VSP v Praze. Chci vysvětlit, že tato dvoj kolejnost vzniká ne z neochoty ke spolupráci, ale



Snožný smyk ke svahu, kdy při jízdě šikmo svahem o rovnoběžných lyžích zahajujeme nácvik prací vnější nohy.

dobré výsledky u většiny průměrných a nadaných žáků. Jiní hledají cesty i pro žáky méně nadané a tak můžeme říci, že vzniká i více kolejnost. A nikdo ze školského úseku se nad těmito postupy nezastavuje. A tak je to také v lyžařských oddílech, že na naši škole hledáme též jiné pracovní cesty. Vysvětlím to ještě blíže na příkladě ze školy, kde se setkáváme se dvěma typy učitelů. Jedni učí podle známých metod a mají lech. Bylo by zajímavé prozkoumat, kolik lyžařských cvičitelů se podobá učitelům druhého typu. Určitě bychom je mezi dobrovolnými cvičiteli našli. Členové UMK měli by však všichni být cvičiteli druhého typu. VLADISLAV ČEPELÁK, fakulta tělesné výchovy VSP

I při letmém pohledu na sportovní nebo turistické lyžování a zejména život a činnost naší lyžařské mládeže vidíme, že nejen z hlediska techniky výcviku, ale i z hlediska výchovy se nám naskytá celá řada problémů, vztahů a souvislostí dosud málo jasných, nevyužitých. Podstata výchovného vlivu každého sportu, zejména jeho závodního stupně, spočívá nejen v přínosu pro zvyšování pohybové a tělesné kultury cvičence, ale hlavně v tom — že při jeho provozování se naskytá mnoho příležitostí různé síly a působivosti, při kterých především psychologická reakce formuje zúčastněného sportovce.

Zvláště mladý cvičenec nebo už závodník se projevuje v těchto situacích bezprostředně a otevřeně. To pak umožňuje cvičiteli nebo trenérovi dobře svěřence poznávat a správně pedagogicky uměřovat. Tělovýchovnou činností, turistickou a zvláště sportem se uvolňuje vhodným a ušlechtilým způsobem přebytek energie růstové dynamičnosti mládeže. Naopak, nedostatek příležitosti k pohy-

Trochu psychologie nevdí

bovému výkonu a úsilí, nedostatek kontrolovatelného soužití ve zdravém a přiměřeném kolektivu může vést mládež k různým výstřelkům, k vyhledávání nevhodných zábav a činností, k nesprávným a nežádoucím cestám a formám špatné výchovy.

Z psychologického hlediska nás zajímá do jaké míry mají vliv vlastnosti získávané provozováním určitého sportu na formování osobních (tedy už trvalejších) vlastností cvičence nebo sportovce. Některé situace v lyžařské turistice nebo v závodní činnosti se totiž velmi nápadně jak zevně, tak i vnitřním prožitkem podobají okolnostem a okamžikům občanského života. Úkolem dobrého pedagoga je odhalovat a objasňovat tyto zjevné i skryté souvislosti ve sportovním prostředí a založit správnou výchovu právě

na těchto nejvhodnějších momentech, příznivých pro přenos získaných reakcí i do pracovního prostředí, skutečného života. V socialismu chápeme právem sport jako krásný a bohatý doplněk života, nikoliv však jako hlavní smysl veškeré naší společenské existence a usilování. Tou je nám vždy práce ve prospěch celku a celé společnosti.

Výchova v tomto směru musí být založena na osobním příkladu vedoucích a cvičitelů. Deklarace, fráze, zákazy nepomohou — naopak mohou vést právě k opačnému účinku.

Dlouho to však trvá než z jednotlivých, zdánlivě nedůležitých návyků se stane zvyk, náznak povahového rysu anebo trvalá osobní vlastnost. Povrchní vztahy mají vždy jen malou výchovnou hodnotu. Skutečnou cenu pro výchovu mládeže má především to, co není lehké dosažitelné a o co musí každý dlouho a úsilovně bojovat. Jak s ostatními, tak sám se sebou. (VD)

LÉTO SJEZDAŘE

Toto období lyžaře, kdy je bez své hlavní sportovní činnosti, má být především naplněno radostí z pohybu v jiném sportovním odvětví a má také připravit lyžaře nenásilnou formou na další sezónu jak po stránce tělesné, tak i po stránce psychické. U sjezdových disciplín, které jsou poznamenány rychlostí, hraje při závodě duševní příprava a okamžitý nervový stav stejnou roli jako tělesná přípravenost. Je proto nutné zaměřit trénink — lépe řečeno — sportovní činnost v létě tak, aby nám poskytovala skutečné osvěžení, aby bylo o něco více než hodnotnou rekreací.

JAK ODPOČÍVAT A JAK SE PŘIPRAVOVAT

Jak máme ale odpočívat a připravovat se? Pokud sjezdař nemá jinou závodní letní disciplínu (předpokládám, že to není disciplína, která by byla vyloženě vytrvalostního charakteru, bez jakýchkoliv rychlostních prvků), je třeba, aby svoji sportovní činnost usměrnil tak, aby vyhověl požadavkům kladeným na něj později v hlavním období.

Má pěstovat takové sporty, kterými si bude v sobě vytvářet podmínky pro zlepšení postřehu, rychlosti (okamžité a krátké), zlepši si odhad a rozhodnost. Léto pro něj nemá být zaprášenou šedivou silnicí, po které by se musel lopotit až do zimy, ale radostnou krásnou cestou, po které bude muset sice přísně pravidelně jít, ale o to více se z ní bude těšit.

VÝHODY PRAVIDELNÉ SPORTOVNÍ ČINNOSTI

Nechci zde rozebírat výhody a nevýhody přesně naplánovaného tréninku s kontrolními zkouškami na atletické dráze atd. Má svoje výhody. Domnívám se ale, že pro stejný účel nám poslouží pravidelná sportovní činnost herní, která nám mimo uvedené podmínky upevní a posílí společenský život v oddíle. I z tohoto důvodu je třeba, aby forma letní přípravy byla dostatečně pestrá, aby si každý přišel «na své» podle svého zájmu.

Není třeba docilovat v letní sportovní činnosti vrcholných výkonů, ale je nutno zvolit takový druh, aby byl zvládnutelný pro většinu účastníků. Nebudeme sledovat při této činnosti výlučně technické zaměření, ale spokojíme se běžným zvládnutím, které nám vytvoří předpoklady pro vypěstování důležitých vlastností pro sjezdaře.

VÝCHOVA SJEZDAŘSKÝCH VLASTNOSTÍ

Za velmi vhodnou formu přípravy pokládám košíkovou s volnějšími pravidly. Pokud možno venku i za dosti nepříznivých povětrnostních podmínek. Dále odbíjenou, je-li hrána dobře. «Píknání» naprosto nesplní to, co bychom od odbíjené očekávali. Pro muže ale i pro ženy přijde velmi

vhod kopaná v měkké obuvi. Velmi dobrou hrou, která u nás není příliš rozšířená, je americký pasák. Není to hra příliš technicky náročná. Dá se provozovat na každém trochu rovném místě, nejlépe travnatém. Vybavení je minimální a dá se vozit na případné výlety. Výborně se cvičí touto hrou postřeh, rychlost, rozhodování a přehled o situaci.

Motorizovaní lyžaři, a těch je dnes dost, mohou vyjet za svou sportovní činností do přírody. Terénní jízdy jsou nejen zdrojem bohaté zábavy, ale také dávají sjezdaři potřebné vlastnosti. V terénních bězích přes nerovnosti se mohou sjezdaři dosyta vydovádet ve slalomovém běhu, ve skocích přes překážky a nerovnosti, mohou si ohledávat a «omakávat» terén očima lyžaře. Terén je nejlepší tělocvičnou pro každého, protože při trošce fantazie nahradí nejsložitější tělocvična zařízení.

Oblíbená je také vodní turistika, která zapustila kořeny v mnoha lyžařských oddílech a která má mnoho kladů odrážejících se hlavně ve společenském soužití kolektivu a ve zdravotním významu putování po vodě. Jedná-li se navíc o cestu po vodě, kde je nutno překonávat těžší průpustě, peřeje, a je-li stav vody takový, že vyžaduje dobré ovládnání lodi, odvahy, sílu, pak se zde velmi prosazuje i stránka sportovní.

V některých oddílech provozují vodní lyžování. Je to velmi vhodný doplněk, který přináší provozovatelům vzrušení a radost z pohybu. Vodní lyže jim pohybově připomenou lyže na sněhu a pak, což je hlavní věc, kladou nárok na všestrannou tělesnou zdatnost. [O technice vodního lyžování bylo již psáno v 8. čísle Lyžařství 1958.]

CHRAŇTE SE PŘEBYTEČNÉHO TUKU

Nesmírně důležitou věcí pro každého sportovce, a tedy v plné míře i pro sjezdaře, je udržení správné tělesné kondice. Je sice pravdou, že sportovec ve stálém pohybu nebude mít přebytečný tuk, ale ať provozuje jakýkoliv sport, nemá zaručen všestranný tělesný vývoj. Je třeba v rámci tréninkových hodin dbát na to, aby byly posíleny všechny svalové partie těla. Mám na mysli hlavně **břišní svaly, zádové svalstvo a pletenec ramenní**. Velký výběr cviků je pro tento účel uveden v každé příručce základní tělesné průpravy.

Samozřejmou povinností trenéra je vést hodinu nebo trénink tak, že nezapomene ani v tomto přechodném období, kdy se nejedná přímo o nějaký přísně vedený trénink, na zásady tréninku. Bude dbát na to, aby se všichni dobře rozcvičili (vím, že se tato část málo zdůrazňuje). Do rozcvičení, které má mít formu lehkého a hravé-

ho protažení celého těla a všech svalů, může zapojit některé posilovací prvky. Doporučuji zařadit je na začátku hodiny, protože není-li délka tréninku v této době přesně vymezena, stává se, že ke konci někteří odcházejí, nebo zase naopak jsou zaměstnaní jinou činností herní a tak by se na ně nedostalo. Nezapomeneme zařadit do souboru cviků také **uvolňovací** cviky pro kloub kyčelní a pro všestrannou uvolněnost. Soustředíme se sice na ni v přípravném období, ale i v létě je bezpodmínečně nutné, aby lyžař takzvané «neztvrdl» sportovním a pak se těžko dostával do správné formy slalomáře. Víme všichni, že lyžování je dnes záležitostí měkkého pohybu a pružnosti.

SPORTOVNÍ HYGIENA — MATKA ÚSPĚCHU

Konečně je třeba upozornit na stejně důležitou věc: sportovní hygienu. Známe velmi málo lyžařů, kteří pravidelně navštěvují parní lázně a dávají se masírovat.

A při tom je to tak základní a důležitá věc, která podmiňuje výkon stejně jako dobrá příprava. Pokud není možnost používání páry, je třeba využít teplých sprch a provést alespoň lehkou masáž vzájemně nebo automasáž.

Nebudu v tomto článku udávat počet tréninkových hodin, protože podmínky pro každé místo jsou jiné. Myslím ale, že je nutno vznést tento požadavek: Pokud možno cvičit a sportovat co nejvíce, lehkou formou, třeba i rekreačně. Pokud je to možné, využít týdne alespoň ke dvěma společným tréninkům.

Nemyslete intenzivně na to, že jsme lyžaři, ale nezapomenout zase zcela na to, že přijde zima a s ní povinnosti.

Trenérům nastane v letním období těžký úkol, aby zkoordinovali jednotlivé sportovní zájmy a aby pokud možno udrželi kolektiv pohromadě. Není-li to možné, je třeba alespoň dvakrát za léto společným sportovním podnikem nebo brigádou na sportovištích, nejlépe na horách, závodníky shromáždit. Vím z vlastní zkušenosti, že brigády na sportovních zařízeních na horách jsou žádoucí a že se velmi líbily. Spojovali jsme je se sportováním a jsou na ně velmi hezké vzpomínky.

MÍLA JIRSA





[Dokončení.]

Ale tady je hluboká noc, sněhová pláň, kterou profukuje mrazivý vítr, který se může každou chvíli změnit ve vichřici. Takové pomocníky při porodu ještě neměl. Už už se chtěl rozběhnout k Lojzovi, aby dal neslyšitelný a neviditelný rozkaz svým mužům, aby jeli co nejrychleji, aby vydali ze sebe všechny síly. Uvědomil si, že jako se žena křečovitě drží Heleniny ruky, tak také vnímá jeho přítomnost a každý jeho pohyb, že by jí mohl připravit o onen zbytek důvěry a klidu.

Lojza i ostatní vědí o této úzkosti Jiřího. Zahlédnou aspoň na okamžik kus jeho tváře při častém pohledu na hodinky, vědí, jak se dorozumívá s Helenou, a sem tam prohozené slovo, které by jindy mnoho neznamenalo, je pro ně dostatečně srozumitelné, aby pochopili.

Teď se všichni muži proměnili v opravdová chlapiska z pohádek. Vánice nevánice, vítr nevítr, rozráželi lokty, koleny i žhavým dechem tmou. Jako by věděli i o Heleniných obavách, že jen zázrakem se jim podaří dopravit ženu dolů do střediska a odtud po sjízdné silnici s narozeným dítětem do nemocnice.

Bolesti přibývalo a ozývaly se stále v kratším a kratším rozmezí. Teď už i Donátová věděla, na čem asi je. Bylo třeba zlomit její strach, který by jí mohl ublížit a jím znesnadnit další cestu.

— Spolehněte se na Jiřího, ten si ví vzdychky rady, povzbudila jí Helena, ale zároveň se jí snažila připravit na všechno.

Jiří si byl vědom, že zrychlení jízdy způsobuje v nepravidelném terénu častější otřes saní a že také jejich trhaný pohyb rodiče neprospívá.

Všechny okolnosti nasvědčovaly, že chvíle porodu se nezadržitelně blíží.

— Dýchejte hodně zhluboka, radí Helena rodiče.

Helena ví, že taktó lze porod na chvíli oddálat. Ví to i z vlastních zkušeností. Stále teď musí myslet na dceru a tím je Donátové ještě blíže.

Ten zoufalý závod s časem; boj o centimetry, o každý sebe-menší výstupek, hrbol, o vzdálenost od zasněženého smrčku k jinovatku obtíženě borovičce.

S tím časem, který není zaznamenán v rekordních listinách. S časem, který je hluboko vryt v lidských srdcích.

Ale tato žena myslí i na ně.

— Tolik se se mnou dřete, vzdychne. Zrovna dnes, kdy je každý doma, těžce popadá dech.

— Když nejste vy, nemusíme být ani my. Tohle je důležitější práce, po prvé promluvil za cestu Ondřej, jako by chtěl pomoci Heleně a Jiřímu.

Vždyť každé dobré slovo na této cestě bylo úlevou, zmírněním bolesti i zvýšením důvěry. Ale chtějí je na těchto chlapiskách! Žřidkakdy je něco pohne k pláči. Když, tak jím není vidět do očí. V pohnutí zarputile mlčí. A když se radují, třese se strop i podlaha. Hledě v nich slovo útechy — jako bys rukama ptáka chytal v povětří. Raději dřou, táhnou, zapírají se. To je řeč, která jim je vlastní.

Jenom letět, letět, mít neviditelná křídla! A tyto sáně je mají. Jsou jimi síla, vůle a houževnatost těchto mužů. Tolik krásných vlastností, které unášejí tuto ženu s dítětem do světla a bezpečí. A také láska k člověku! To už je zákonem horalů: Člověk na prvním místě!

Kéž by tento zákon, vytesaný do skal a vichřice, sestoupil do všech rovin a údolí!

Teď musí brzdit.

V poslední třetině cesty, při výjezdu z lesa, musí překonat prudký svah. Octli se na krátké rovince, s pravé strany chráněné lesem. Všichni si oddechli.

Žena hlasitě zastenala a její vlhké ruce se vši silou zabořily do Heleniných.

Zastavili a Jiří přistoupil k saním. Žena upřela na něho oči, v nichž se v této chvíli odrazilo její bezbranné tělo a strach z příštích okamžiků.

Teď už Jiří nepochyboval.

— Musíte mi věřit! Lidé se narodili za horších podmínek, setřel jí s čela pot, ale tím pohybem jí zároveň konejšil.

Vyšetřil ji. Podle zjištěných příznaků se mohlo dítě narodit v deseti nebo patnácti minutách.

Nebylo kdy na dlouhé uvažování.

— Zkřížit lyže! poručil Jiří mužům. Rychle stan! Šetřil Jiří i slovy.

Ještě může porod ovlivnit, než bude všechno připraveno. O několik minut jej může zdržet.

Žena ležela na saních, nohy zkřížené a zhluboka dýchá, přesně podle Jiřího pokynů.

Tak získají asi drahocenných deset minut.

Helena je schoulena ve stanu a svítí jířimu přímo do brašny, z níž vyndává porodní balíček. Druhou rukou svírá chvějící se dlaň Donátové.

Muži stojí nedaleko ve stanu, v prstech zapálené cigarety. Ruce se jim třesou. Mlčí. I to neobvyčejnější slovo by jednoho před druhým vyzradilo, i když o svých pocitech vědí.

Lojza se již dohodl s Jiřím.

— Nejrychlejší z vás musí ihned zavolat z nemocnice sanitní auto. Bude na nás čekat před střediskem. Než dojedeme, musí být vůz na místě, mluví Lojza k mužům ve tmě.

Tma jím dala stejné obrysy, stejnou podobu. Ale i uvnitř jsou si podobní rozechvělým srdcem a jsou si rovni závažnosti úkolu.

— Nesmíme ztratit ani minutu, vyšlehl z Lojzovy dlaně plamínek zápalky, který krátce ozářil jeho tvář.

— Svěřte mi ten úkol? ozval se ze tmy Martinův hlas a obrys jeho postavy se o krok přiblížil k Lojzovi.

— Ať jede Martin! přimlouvá se Richard. Je z nás opravdu nejrychlejší a je to jeho příležitost.

Všichni rozuměli.

Náhle se prodral škvírami stanu dětský vzlyk.

Nebyl to ještě pláč. Tak se ozývá pramínek, když se dere z hlíny a kamení.

Hlas, který patří ještě více tmě než světlu, ale je už z tohoto života.

Chlapi upustili do sněhu cigarety. Plamínky zasyčely. Do jejich očí nebylo vidět.

Je půl jedné z půlnoci a zdola až sem zaléhají zvony, oznamující příchod legendárního dítěte.

Zde se však narodilo dítě z nejpravdivějšího života dřevorubce a jeho ženy.

Lesy mu šumí na pozdrav, hory ho volají už jeho jménem, země mu prostřela tu nejčistší plenu z bělostného sněhu.

Zvony z údolí sem doléhají stále hlasitěji a oznamují, že se narodil Donátův syn.

Martin vyrazil.

Nejen na příkaz Lojzův, ale také poslušen hlasu dítěte.

To se narodil i nový Martin, protože na horách chlapovi jeden život nestačí.

V té chvíli položil Jiří dítě na sterilní roušku, kterou rozprostřel na matčině břiše, aby je zahřál živým teplem matky. Podvázal pupočník a přestříhl jej.

V tom okamžiku, kdy oddělil dítě od matčina těla, tu bylo o jednoho člověka víc.

Jeho tmavá hlavička se podobala pupenu jehnědy, třebaže jaro bylo daleko za obzorem a hluboko spalo v zemi.

To nejdůležitější: co nejvíce tepla pro matku a pro dítě! Pokrývky, termofoxy; co nejmenší otřes saní.

Chlapi se zapřáhli do popruhů.

Jejich dech se teď proměnil v křídla a sáně bezpečně letí do údolí, které se přibližuje světly, jako by v každé chalupě na ně čekali, jako by každou svíčku na vánočním stromku jim rozžehli na cestu.

Martin letí tmou.

Lesy burácejí, ale nepřehluší slaboučký vzlyk dítěte, který dosud zní v jeho uších. Jako by jej nesl do údolí a měl jej položit pod všechny stromky v chalupách.

Po prvé přechá na lyžích tak, jako by nesl velké poselství. Poselství, o němž mluvil Lojza i Francek.

Všechno, co se kdy na lyžích naučil, vkládá do této velké jízdy, do tohoto velkého závodu, v němž se probudilo jeho srdce. Najednou poznává smysl boje, ví, že jeho velikost je v síle myšlenky i dobrotě srdce.

To už není ten starý Martin, to je Martin, který se této noci po druhé narodil a hned dostal za soupeře: život a smrt.

Ale tak, jak Martin nasadil, je jisto, že dojde svého nejslavnějšího vítězství. Teď zahlédl, co mu ještě nebylo dáno vidět — velikost a šíři života i jeho naplnění.

Jede tmou, ale jako by jel za prudkého světla. Tak bezpečně vybírá všechny zatáčky. Projíždí lesní cestou do porostu, kterým končí les. Před ním jsou světla Modrého mlýna na dosah ruky.

Martin odpichuje. Svah je mírnější a běžky se boří do měkkého sněhu. Obloha se vyjasňuje a také vítr se utišil. Ale ani teď Martin nepovoluje.

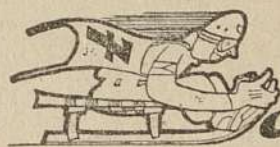
On, bláhový, si myslel, že život končí hranicí toho, čemu se říká mládí. A zatím to všechno byl začátek. Každá z těch zkušeností z velkých závodů dostává teď tvar, všechny ty zketé hodiny, minuty a vteřiny vystupují z rekordních listin a hlásí se u Martina o svou náplň.

Tak nějak to Martin cítí, tak nějak mu bude této noci naměřen čas, až dorazí k cíli.

Přidává a jede tmou jako ďábel.

Vždyť ten maličký, který se narodil pod hvězdou štedrovečerního nebe, je už přece také jeho kamarád. Pro něho jede, pro jeho mámu a tátu, pro Ondřeje, Richarda, Hofmana, Lojzu, Helenu a Jiřího s Emanem, kteří teď musili sundat lyže a po pás se brodí ve sněhu, aby udrželi sáně na prudkém svahu v rovnováze.

[Pokračování na str. 24.]



Saně a boby



NACVIČUJÍ NA SPARTAKIÁDU

Co jsme udělali pro mládež



Abychom se mohli odpovědně vypořádat s uvedenou otázkou, je třeba zamyslet se nad úkoly, které jsme si v ústřední komisi mládeže na letošní sezónu určili, jak jsme je plnili a co vše jsme zejména v krajských sekcích a oddílech pro jejich uskutečnění učinili. Hlavní úkoly našeho hnutí na propagaci sáňkařství mezi mládeží byly:

1. Prosadit na ministerstvu školství a výzkumném ústavu pedagogickém zařazení sáňkařství do tělesné výchovy všeobecně vzdělávacích škol jako fakultativní předmět.
2. Prosadit sáňkařství ve sportovní formě v odborech ZTV a turistiky.
3. Prosadit sáňkařství v rámci turisticko-sáňkařských kroužků do pionýrských domů, družin mládeže, do sportovních kroužků ČSM, zejména na venkov, kde pro sáňkařství jsou příhodné klimatické podmínky.
4. Zajistit odpovědnou práci všech krajských komisí mládeže.
5. Zajistit stoprocentní splnění směrného čísla dorostu na přebor ČSR.
6. Přesně si rozdělit činnost ústřední komise mládeže.
7. Propagačně zajistit rozšíření sáňkařství mezi mládeží.

Jak jsme splnili tyto nejhlavnější úkoly naší práce?

K bodu 1. Sáňkařství jako fakultativní předmět bylo zařazeno do 45 výběrových škol v ČSR a podílelo se na výběrové činnosti jednotlivých předmětů v tělesné výchově 5,2 %, tedy stejně jako lyžování, zatímco největšího podílu dosáhlo bruslení — 24,1 %. Přesné závěry o praktickém provádění v jednotlivých komisích dosud nemáme, bude provedeno zhodnocení výzkumným ústavem pedagogickým a sekcí oznámeno do letních měsíců 1959. Tam, kde dobře pracovaly naše krajské komise mládeže a navázaly styk s těmito školami (kraj Ústí, Brno, Ostrava), tam bylo na školách dosaženo dobrých výsledků. Dále bylo zařazeno sáňkařství do deseti výzkumných dvanáctiletých.

Sáňkařství se provádí a vyučuje pro budoucí učitele na fakultě tělesné výchovy v Praze, na vyšších pedagogických školách a v rámci soustavného studia pro další vzdělání učitelů, a to jak teoreticky, tak prakticky. Tento rok v létě rozhodne ministerstvo školství, zda bude sáňkařství jako výběrová činnost definitivně zařazeno do všech všeobecně vzdělávacích škol.

K bodu 2. V odborech ZTV a turistiky se začalo s úspěchem rozšiřovat sáňkařství ve sportovní formě, a to jak ústředně, tak i v krajích. Člen trenérské rady a ústřední trenér sáňkařů inž. B. Hanák přednášel o sáňkařství na škole inštruktörů. Z krajských akcí se uskutečnil významný turistický sraz na Bílém Kráži v Beskydech, kde krajský odbor turistiky uspořádal sáňkařské závody.

K bodu 3. Pokud jde o turisticko-sáňkařské kroužky v pionýrských domech, dobře funguje tento kroužek prozatím v krajích České Budějovice a Ostrava, kde bylo uspořádáno zejména v Kopriv-

První celostátní spartakiáda se stala mohutnou přehlídkou vyspělosti československého tělovýchovného a sportovního hnutí a důstojně oslavila desáté výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. II. celostátní spartakiáda, kterou zajišťujeme jako příslušníci jednotné dobrovolné organizace ČSTV, musí ukázat další rozmach tělovýchovného, sportovního a turistického hnutí a ještě překoná úspěchy I. celostátní spartakiády v roce 1955.

Také oddíly saní a bobů se zapojily do nácviiku na tuto slavnou tělovýchovnou přehlídku vyspělosti našich sportovců a předsednictvo ústřední sekce saní a bobů přijalo výzvu sekce kopané ÚV ČSTV k nácviiku na II. CS a k účasti na spartakiádních vystoupeních. V současné době máme k dispozici některé pro nás radostné údaje o průběhu tohoto nácviiku. Tak např. v sáňkařském oddílu Spartak Smržovka nacvičuje na II. CS 5 mužů, 4 ženy a 14 dorostenců a dorostenek, celkem 23 závodníků. Slávia Praha má v nácviiku 10 mužů, 5 žen a 10 dorostenek a dorostenců, to jest celkem 25 cvičících. V sáňkařském oddíle Sokola Jistebko nacvičuje 11 členů oddílu. Také oddíly Spartaku Jablonecké Paseky, Spartaku Klášterec nad Ohří, Spartaku Tanvald se pilně připravují na II. CS. S politováním konstatujeme, že tak velké oddíly saní a bobů, jako je Lokomotiva Teplice, Jiskra Textilana Liberec, Sokol Albrechtice, Spartak Koprivnice a jiné, doposud nepodalý hlášení o účasti svých členů při nácviiku.

Žádáme proto všechny oddíly, aby zintenzivnily nácviik na okresní spartakiády a aby se těchto okresních spartakiád aktivně zúčastnily. Ústřední sekce saní a bobů očekává, že většina našich aktivních závodníků přispěje ke zdárnému průběhu okresních spartakiád a že nám také podá zprávu o počtu sportovců, kteří jsou do nácviiku skladeb na II. CS zapojeni, a dále o účasti co největšího počtu cvičenců na okresních a krajských spartakiádách.

Vždyť okresní a krajské spartakiády jsou přípravou na II. CS, která celému světu ukáže vyspělost naší socialistické tělesné výchovy. Bezprostředně před námi je úkol úspěšně uspořádat okresní spartakiády. Věříme, že naši závodníci sáňkaři i bobisté, členové oddílů, trenéři a funkcionáři čestně splní úkoly spojené se zajištěním okresních spartakiád. K tomu přeje předsednictvo ústřední sekce saní a bobů všem hodně zdaru. Inž. BRONISLAV HANÁK

nicí několik sáňkařských závodů pionýrů pod patronátem okresního pionýrského domu v Novém Jičíně. Sáňkařství bylo zařazeno do zimních her pionýrů a v Brně připravují akci o nejrychlejšího sáňkaře-pionýra.

K bodu 4. Z krajských komisí mládeže nejlépe bezesporu pracuje komise v Ústí n. L. v čele s mistrýní sportu Věrou Tomáškovou, která jde příkladem svou iniciativou v pořádání besed a instruktážemi na učňovských školách a dělnických domovech všem našim funkcionářům a pracovníkům. Následují krajské komise Brna a Ostravy, které pod vedením učitelů Neugebauera a s. Mohaplové dobře podchytily práci s pionýry. Též nově vytvořena komise v Českých Budějovicích, kde iniciativou vyniká s. Ziegrosser, dává nyní předpoklad dalšího rozmachu sáňkařství mezi mládeží na Šumavě. S velmi dobrým organizačním zajištěním závodů pro mládež může jít tato komise do čela našeho hnutí. Pozadu však zůstávají komise mládeže v krajských Karlových Varech, Praze, Liberec, Olomouc, Vysoké Tatry, i když například je známo, že Praha podniká úspěšné pokusy se suchým speciálním tréninkem dorostenců a dorostenců v tělocvičně. V Liberci, v našem tradičním sáňkařském kraji, je mnoho reprezentantů, kteří by se této výchovné práci měli a mohli s úspěchem věnovat.

K bodu 5. Směrná čísla pro přebor ČSR byla zajištěna ve všech krajích, snad jen Karlové Vary danou kvótou nemohly splnit. Přebor se však pro špatné sněhové podmínky na ještědu nekonal.

K bodu 6. Práce komise mládeže byla rozdělena úměrně a odpovědně mezi jednotlivé členy ústřední komise. Velkým kladem pro komisi mládeže byla práce docenta Zdeňka a prof. Beneše, kteří na základě svých bohatých pedagogických zkušeností byli velmi nápomocni při rozšiřování sáňkařství do škol a Pionýra.

K bodu 7. Propagačně byly úkoly zvládnuty dobře, ale nemůžeme s nimi být ještě spokojeni. Tiskem ČSM byla mládežnická veřejnost uvědoměna o možnosti využít sáňkařství jako krásného zimního doplňkového sportu.

Vedle tohoto hlavního programu činnosti naší komise je třeba zmínit se ještě o dalších výsledcích naší práce, které i když vyplynuly z běžných úkolů, jsou pro celé naše hnutí velmi důležité. Tak jsme rozvířili velkou diskusi o zkušenostech z přeboru dorostu 1958, kde se vyjádřila většina našich pracovníků k situaci v našem dorostu. Diskuse byla velmi prospěšná a přinesla mnoho poznatků o fyzické zdatnosti, tréninku a technice jízd mladých závodníků a o tom, jaké závěry z nedostatků vyvodit.

Předsednictvo naší sekce a trenérská rada učinily opatření nutná pro zvýšení fyzické zdatnosti našeho dorostu. Byla navázána dobrá spolupráce s tělovýchovným oddělením ROH a s jejich sportovními referenty rekreačních středisek. Také s ÚV ČSM těsně spolupracujeme a slíbili nám zařadit náš sáňkařský sport do metodických pokynů pro provádění tělovýchovy v ČSM. Dále byly přihlášeny dva naše referáty o sáňkařské výuce na školách a o rané specializaci sáňkařských návyků na pořad jednání mezinárodního kongresu o základech tělesné výchovy mládeže ve dnech 12. až 14. září 1958 v Praze. Doc. Zdeněk se zúčastnil III. technického kongresu FIL ve Vymaru 12.—14. 12. 1958. Je třeba říci, že oba příspěvky byly vysoce oceněny jako prvé svého druhu v odborné literatuře o sáňkařství a naše práce je dávana za vzor všem ostatním členským svazům.

Naše sáňkařství mezi mládeží, jak vy-

ČSR - NDR v jízdě na saních

V únoru letošního roku se uskutečnilo první mezistátní utkání mezi Československem a Německou demokratickou republikou v jízdě na saních. Původně byl závod plánován jako »3 Bahnen-tournee« v Ilmenau, Oberhofu a Friedrichsrodu za účasti československých, rakouských a západoněmeckých jezdců. Vzhledem k tomu, že posledně jmenované dva státy v poslední chvíli svou účast v mezinárodních závodech odřekli, bylo uspořádáno mezistátní utkání mezi družstvem Československa a reprezentačním družstvem Německé demokratické republiky, které se právě vrátilo z mistrovství světa ve Villard de Lans ve Francii.

Československo reprezentovali tyto závodníci: mistrýně sportu Věra Tomášková, Jana Jarolímová, Petr Škrabálek, Horst Urban, Erich Peukert. Trenérem a vedoucím výpravy byl inž. Bronislav Hanák.

Českoslovenští závodníci se připravovali na utkání podle tréninkového plánu individuálně. Společná příprava před mezistátním střetnutím nebyla uskutečněna. Proto se ústřední trenér sáňkařů zúčastňoval od začátku závodního období všech závodů, na nichž startovali reprezentanti. Před odjezdem do NDR v neděli 8. února se zúčastnilo reprezentační družstvo výběrového závodu »O Velkou cenu Lázní Teplice« v Dubí. Účast reprezentantů v tomto kvalifikačním závodě, který byl součástí plánované přípravy, ukázala, že muži jsou velmi dobře připraveni a že družstvo bylo sestaveno správně. Úroveň žen byla hodnocena jako dobrá, i když výkon žen vzhledem k méně intenzivnímu tréninku ve srovnání s muži nebyl tak spolehlivý jako výkon mužů. Členové národního mužstva docílili na posledním přípravném závodě v Dubí těchto výsledků:

Muži	1. jízda	2. jízda	Celk. čas	Umístění
Peukert Erich	0:52,3	0:52,5	1:44,8	1.
Urban Horst	0:54,3	0:53,2	1:47,5	2.
Škrabálek Petr	0:53,8	0:53,9	1:47,7	3.

Závod dokončilo 72 mužů, nositelů I. a II. výkonnostní třídy.

Ženy	1. jízda	2. jízda	Celk. čas	Umístění
m. sp. Tomášková V.	0:59,3	1:00,0	1:59,3	2.
Jarolímová Jana	1:11,6*)	0:58,6	2:10,2	9.

Soudružka Jarolímová v první jízdě havarovala. Závod dokončilo 16 žen, většinou nositelek I. a II. výkonnostní třídy.

Dvousedadlové saně — muži

Peukert—Urban	0:54,0	1.
Škrabálek—Jelínek	0:56,0	2.

Závod dvousedadlových saní měl jednu jízdu a dokončilo ho 15 dvojic.

Výprava odjela z Lázní Teplic přes Ústí, Děčín, Bad Schandau, Drážďany, Lipsko, Erfurt a Plauen do Ilmenau v Durynsku, kde jsme byli vítáni předsedou místního sáňkařského klubu Empor a členem předsednictva Německého sáňkařského svazu a bobového svazu soudruhem Theo Grimmem a ostatními přáteli. Dále nás přijal předseda okresního výboru Německého tělovýchovného a sportovního svazu soudruh Lorenz a přidělil nám průvodce soudruha Klingera, který nás doprovázel při prohlídce výroby uměleckého foukaného skla a továrny na porcelán. Odpoledne jsme věnovali prohlídce závodní dráhy na Lindenbergu. Pro nedostatek sněhu nemohla být upravena sáňkařská dráha ve Friedrichsrodu, a tak čs. reprezentační družstvo startovalo pouze na bobové dráze v Oberhofu a na přírodní dráze v Ilmenau.

Pro mezistátní utkání ČSR—NDR jmenovali Němci družstvo v tomto složení: mistrýně sportu Freia Aschermann, Bärbel Schmeisser, Jochen Asche, Thomas Khöler, Helmut Teifel a Günther Schneider.

Byli hodnoceni jednak jednotlivci a jednak národní družstva. Do národního hodnocení se počítal součet časů dvou nejlepších mužů, jedné ženy a jedné dvojice. V naší výpravě byli jen 3 závodníci — muži, proto trenérská rada rozhodla ještě před odjezdem výpravy, aby ve dvousedadlových saních startoval se soudruhem Škrabálkem trenér výpravy.

Mimo program naše družstvo nabídlo německým soudruhům pomoc při výstavbě ohlevo poškozené dráhy, a postavilo pro tréninku ve středu a v pátek dvě zatáčky, které nebyly dostatečně vystavěny. Naši práci ocenili hostitelé upřímnou pochvalou.

Dobrá příprava našich závodníků v oddílech a včasné zahájení speciálního výcviku na závodní dráze se projevilo i v úspěšném výsledku mezistátního utkání ČSR—NDR v jízdě na saních. Porazili jsme německé národní družstvo, které mělo letos proti čs. závodníkům nesrovnatelně lepší podmínky pro přípravu, a to: jako družstvo vy-

plynulo z jednání kongresu FIL při letošním mistrovství světa v jízdě na saních, si zajistilo uznání a přední místo v evropském měřítku.

Také spolupráce se zdravotní komisí se rozvíjela velmi dobře. Měřtkem pro práci s dorostem v jednotlivých našich krajích se stává soutěž mezi jednotlivými krajskými komisemi v těchto kritériích: získávat další mládež, dorost, VT mládeže; počet závodů mládeže, počet besed a instruktáží. Soutěž proběhla v časovém rozpětí od 1. 1.—31. 3. 1959.

I když závěry z této soutěže nejsou dosud úplné, ukázalo se, že letošní rok byl úspěšný.

Nyní po skončení našeho hlavního období se neuložíme ke klidnému letnímu spánku, ale další práci v oddílech na krajích a v ústředí vynasnažíme se o nejnemasovější rozšíření našeho sportu mezi mládeží. A k této záslužné a obětavé práci přejeme všem mnoho zdaru.

Inž. LUBOŠ PÁSEK,
předseda OKM sekce bobů a saní

ZPRÁVY Z KRAJŮ

JE TO TAK ZLÉ?

Veľmi často je táto otázka predmetom diskusie medzi lyžiarskymi odborníkmi — a treba povedať, že pravom. Na vrcholových pretekoch objavuje sa nám stále málo pretekárov, ba možno povedať, že stále menej.

No pokiaľ ide o masové pestovanie a aj pretekanie, zdalo by sa, že situácia nie je najhoršia. Uvediem príklady dvoch malých lyžiarskych oddielov.

Tak v lyžiarskom oddiele Slovan Trenčianske Teplice usporiadali v príprave na tohorodné hlavné obdobie lesný beh, na ktorom zo 172 pretekárov bolo 36 dievčat. V lyžiarskych súťažiach počas zimy sa tento pomer ešte zlepšil. Tak na pretekoch o prebor oddielu v behu bolo z 90 pretekárov 18 dievčat a v zjazdových disciplínach z 36 pretekárov bolo 13 dievčat. V náborových pretekoch o cenu Pionierskych novín z 83 účastníkov bolo 17 dievčat.

V inom oddiele, v Iskre Púchov, v náborovom preteku v behu bolo z 35 účastníkov 20 dievčat a v ďalšom propagačnom behu z 20 účastníkov zase 8 dievčat. V zjazdových disciplínach sa zúčastňovalo málo dievčat.

Z uvedených dvoch príkladov vidieť, že situácia je síce vážna, ale nie k zúfaniu. Keď sa naši tréneri a cvičitelia budú venovať viacej aj lyžiarskej výchove našich dievčat, istotne z nich vychovajú aspoň jednu majsterku. Treba k tomu len trpezlivo a svedomite práce. —rm—

NOVÉ LYŽIARSKÉ STREDISKO

Áno, v meste známej krompašskej vzbury, po ktorej lyžiari Pokroku Krompachy nazvali tiež svoje tradičné zjazdové preteky, vyrastá zo statočnej práce krompašských lyžiarskych pracovníkov súdruhov Požouta, bratov Šumjaci, Jalčího, Šuhajdu a ďalších nové lyžiarske stredisko.

Asi hodnu od Krompách na Plejšách priemyselné závody Krompách vybudovali dve jednoposchodové chaty a 1 prízemnú chatu vo výške 930 m. Pekne a komfortne zariadené chaty, posledná pre 130 osôb, dávajú možnosť organizovať zjazdové preteky a možnosti tréningu mládeže z Krompách. Z nadmerného úsilia lyžiarov v brigádach bola vybudovaná náročná zjazdovka asi 2000 m dlhá s výškovým rozdielom 500 m. Pri nej zatiaľ len skromný saňový vlek pre 20 osôb. Cvičnú lúku pri chatách osvetlili. No to je len začiatok. Už pomýšľajú v roku 1960 začať s výstavbou sedačkového výtahu a prísunovej cesty.

Lyžiarsky oddiel zameriava svoju prácu sústavne na výchovu mládeže, a tak majú »internú« lyžiarsku školu pre 40 detí vo veku 6—14 rokov. Práca sa darí a už sú aj prvé výsledky. No nezabúdajú ani na masové preteky o Spartakiádu vložku, a tak len 16. januára pri náborových pretekoch »padlo« 16 spartakiádnych vloček.

Krompašskí organizátori sa však vzorne starajú o usporiadanie pretekov, ktoré majú dobrý zvuk, pretože sa nezanedbáva ani propagačná stránka. Pri pretekoch je rozhlas po celej trati a diváci sú ako na »veľkých« pretekoch ihneď informovaní o výsledkoch.

Obetaví krompašskí pracovníci to robia dobre. Je už po hlavnom období, za ich obetavú prácu im treba vysloviť pochvalu, no ale aj pripomenúť, aby teraz začal nacvičovať s pretekármi na našu najväčšiu telovýchovnú slávnosť — na II. celoštátnu spartakiádu v Prahe.

—rm—

slané už po druhej na mistrovstvi sveta mali němečtí reprezentanti 14denní soustředění v prosinci, v lednu znovu týdenní společný speciální výcvik na dráze v Ilmenau. Čtrnáctičlenná výprava závodníků NDR startovala na mezinárodním mistrovství Rakouska v Imstu koncem ledna a 12 závodníků se zúčastnilo mistrovství světa ve Villard de Lans ve Francii (další týden začátkem února). Dvanáctičlenné družstvo juniorů startovalo na Evropském poháru (mistrovství Evropy dorostu) ve Weissenbachu ve Štýrsku a začátkem března se zúčastnila početná výprava mužů a žen Velké ceny Polska v Krynicí. Přes tato mezinárodní střetnutí a na naše poměry pro sáňkaře nebývalé dlouhou dobu společné přípravy včetně refundace platu (naši reprezentanti věnovali na zájezd do NDR svou dovolenou) prokázalo čs. národní družstvo na dráze hostitelů v Ilmenau, že je lepší.

Výsledky mezistátního utkání ČSR—NDR v jízdě na saních 1959:

A. Jednotlivci — muži:

				absolutní vítěz
1. Škrabálek Petr (ČSR)	1:24,3	1:24,8	2:49,1	
2. Asche Jochen (NDR)	1:24,5	1:25,0	2:49,5	
3. Peukert Erich (ČSR)	1:25,2	1:24,6	2:49,8	
4. Kühler Thomas (NDR)	1:26,5	1:24,0	2:50,5	
5. Urban Horst (ČSR)	1:26,2	1:24,5	2:50,7	
6. Teifel Helmut (NDR)	1:25,5	1:26,3	2:51,8	

V závodě mužů startovalo 32 závodníků a soutěž dokončilo 24. Jednotlivci — ženy:

1. Schmeisser Bärbel (NDR)	1:31,7	1:32,4	3:04,1
2. Jarolímová Jana (ČSR)	1:33,3	1:31,5	3:04,8
3. Aschermann Freia (NDR) mistryně sportu	1:32,6	1:32,3	3:04,9
15. Tomášková Věra (ČSR) mistryně sportu	1:45,0	2:02,6	3:47,6

V závodě žen startovalo 23 závodnic a soutěž dokončilo 16. Soudružka Tomášková v 2. jízdě havarovala.

B. Hodnocení národních družstev v mezistátním utkání.

1. ČESKOSLOVENSKO:

Škrabálek	2:49,1
Peukert	2:49,8
Jarolímová	3:04,8
	<hr/>
	8:43,7

2. NDR:

Asche	2:49,5
Kühler	2:50,5
Schmeisser	3:04,1
	<hr/>
	8:44,1

V hodnocení jsou uvedeny celkové časy dvou nejlepších mužů a nejlepší ženy. Závod dvousedadlových saní se nekonal pro špatný stav sáňkařské dráhy. Muži získali na německé družstvo 1,1 vt., soudružka Jarolímová však byla za první závodnicí 0,7 vt. vzhledem k tomu, že v první jízdě jela velmi opatrně, když soudružka Tomášková se zraněním v tréninku vyřadila z možnosti zasáhnout do boje o některé z prvních míst.

Celkem startovalo na mezinárodních závodech v Ilmenau a na tréninku v Oberhofu 55 závodníků a závodnic, nositelů I. výkonnostní třídy. O technice jízdy německých a našich závodníků a o stavu závodních drah v Oberhofu a v Ilmenau napíšeme v příštím čísle.

Inž. BRONISLAV HANÁK,
ústřední trenér čs. sáňkařů

Noví rozhodčí bobového a sáňkařského sportu

Krajská sekce bobů a saní v Ostravě uspořádala před vánočními svátky školení rozhodčích bobů a saní na Ostravici. Zúčastnilo se ho 15 frekventantů, jednak z řad nových zájemců o náš sport a dále závodníků, kteří si doplňovali své teoretické znalosti. Přednášel soudruzi Osina, oblastní trenér, inž. Matějček z Brna, též oblastní trenér, a inž. Pásek, člen předsednictva sekce.

Na sáňkařské dráze Ostravice—Sepetná, jejíž celková délka je 1800 m a má šest klopených zatáček, byla vytyčena část této tratě pro sáňkařský závod a ustaven sbor rozhodčích. Prakticky byla provedena měření času se stopkami a měření času bez telefonního spojení start—cíl. Školení bylo zakončeno písemnými a ústními zkouškami.

Dobrymi pomůckami byly brožurky o našich sportech a chyběly instruktážní filmy, jejichž nutnost na školení tohoto druhu je bezpodmínečná. Frekventanti měli možnost ověřit si již v této zimní sezóně své znalosti v praxi na četných propagačních a náborových závodech, které připravila krajská sekce bobů a saní v Ostravě na své sáňkařské dráze v Ostravici.

Toto první školení, které uspořádal kraj Ostrava, má velký význam i výchovně propagační, neboť noví rozhodčí budou organizovat na školách, v pionýrských domech a mezi mládeží v turistických odborech a ZTV sáňkařský sport v jeho nejširší základně.

Inž. L. PÁSEK

Lyžařský oddíl Lokomotivy Pardubice uspořádal na závěr zimní sezóny schůzi oddílů, na které hodnotil svou bohatou činnost za uplynulé období. Nebyla malá. Oddíl pořádal pravidelné zájezdy do Krkonoš každou sobotu a uspořádal přebory jednoty ve sjezdových disciplínách pro všechny kategorie. Nejlepší závodníci postoupili do okresních a krajských přeborů. Přeborník jednoty v kategorii žáků Miloš Fic se umístil v silné konkurenci na krajských přeborech v Čenkovicích na 9. místě. Muži a ženy se zúčastnili okresních přeborů v Javořím dole ve Velké Úpě, kde Průhal, inž. Káňa, inž. Lustig a inž. Ressel získali III. výkonnostní třídu. V krajských přeborech si nejlépe vedl V. Průhal, který v obřím slalomu obsadil 3. místo časem o jednu vteřinu horším než vítěz závodu.

Ani další členové oddílu nezávodníci nezaháleli, pitně trénovali novou techniku lyžování pod vedením přezkoušené cvičitelky a absolvovali po krkonošských hřebenech zimní zápočtovou cestu pro získání odznaku Turista ČSR. Osm členů oddílu jej již dostalo, dalších 18 splnilo podmínky k jeho získání. Oddíl se pravidelně schází každou středu ve škole na Skřivánku k suchým tréninkům, které velmi prospěly všem členům při praktickém lyžařském výcviku, jeho členové kromě toho navštěvují na II. CS v oddíle jednoty pro ZTV a žactvo a dorostenci ve svých školách (50 procent cvičenců z oddílu).

Ani teď se oddíl neoddá letnímu spánku, protože všichni jeho členové jsou současně členy turistického oddílu Lokomotivy a budou pokračovat ve společných túrách po souši i po vodě pro splnění podmínek letních zápočtových cest. Nejbližší heslo oddílu: 100 jarních kilometrů!

SOKOL HRABOVEC NAD LABORCOM

Prevažná väčšina našich čitateľov určite meno ani nepočula a aj ťažko túto dedinku v Medzilaborčekom okrese nájdete na mape.

Je to malý lyžiarsky oddiel čo do rozsahu, ale dobrý člnosťou. Prečítajte si o jeho činnosti.

Oddiel sa zrodil v roku 1952. Rodil sa ťažko a na začiatku mal len 7 členov, lebo rodičia nechceli pustiť svoje deti na lyžovačku. Ba za týchto ťažkostí sa aj na dva roky odmlčal, keď jeho vedúci, nadšený lyžiar súdruh Kabaľák, odišiel na vojenskú službu. No vrátil sa a s ním aj činnosť. Prekážky sa začali búrať a začali aj letné tréningy zamerané na beh. Celý oddiel — a už ich bolo 20 — hral volejbal a zúčastňoval sa turistických zájazdov na bicykli, vhodne spojených s tréningom. V jeseni sa trikrát týždenne behalo v teréne večer, a to už sa oddiel zamerával hlavne na výchovu mládeže. Dnes má už oddiel 47 členov, jeho mladšiu prevahu získava všetky prvé miesta v okresnom prebore — teda žatva poctivého tréningu sa dostavila. Ba dostavili sa úspechy i na krajskom prebore, kde pretekári získali dve tretie ceny. Oddiel poriadka rad náborových pretekov a pri žiadnych nechýba miestny rozhlas, ba dokonca pri štafetách si od agilných sväzarmistov vypožičali aj rádiový zariadenie RF 11 a hlásateľ pohotove mohol informovať o situácii na trati.

V propagačnej práci si oddiel vobec vedie dobre. Je to vďaka úzkej spolupráci s tamojšou osvetovou besedou. Všetci členovia sa zapájajú do všeobecných akcií, a tak najmä pri žatevných prácach od-

ZPRÁVY ZE ZAHRANIČÍ

PŘEHLED MISTROVSTVÍ SSSR

Mistrovství Sovětského svazu v běhu na lyžích se konalo ve Sverdlovsku ve dnech 10.—15. března t. r. V běhu žen na 5 km zvítězila R. Jerošinová, Lokomotiva, 18:58 min. Dále se umístily: 2. L. Baranovová, Burevestnik, 19:16; 3. L. Polikarpovová, Spartak, 19:18; 4. M. Gusakovová, Spartak, 19:22; 5. N. Terechinová, Urožaj, 19:27; 6. A. Kolčinová, Dinamo, 19:28.

V běhu na 10 km bylo následující pořadí: 1. A. Kolčinová, Dinamo, 38:04 min.; 2. R. Jerošinová, Lokomotiva, 38:09; 3. L. Baranovová, Burevestnik, 38:18; 4. M. Gusakovová, Spartak, 38:45; 5. L. Polikarpovová, Spartak, 39:24; 6. P. Kavalevskaja, CSKMO, 39:29. Desátá závodnice měla čas 39:46 min. Rozdíl mezi prvou a desátou byl tudíž 1:42 min.

Výsledky běhu mužů na 50 km: 1. A. Šeljuchin, Trud, 2:52:12 hod.; 2. F. Těrentěv, CSKMO 2:54:37; 3. S. Kondakov, CSKMO, 2:54:46; 4. A. Kuzněčov, Urožaj, 2:55:34; 5. E. Rutkovskij, Spartak, 2:56:46; 6. S. Tichomolov, Dinamo, 2:57:55. Desátý závodník měl čas 2:59:55 min. Rozdíl mezi prvním až desátým byl 7:43 min.

V běhu mužů na 15 km zvítězil N. Galijev, Trud, 49:29 min. před P. Kolčinem, Dinamo, 49:52; 3. S. Kondakov, CSKMO, 49:57; 4. A. Frolenko, Dinamo, 49:59; 5. F. Těrentěv, CSKMO, 50:01; 6. P. Morščinin, Spartak, 50:06. Desátý závodník měl čas 50:18, rozdíl mezi prvním a desátým byl 0:49 min.

Výsledky běhu mužů na 30 km: 1. S. Kondakov, CSKMO, 1:40:24 hod.; 2. A. Šeljuchin, Trud, 1:40:48; 3. A. Gubin, CSKMO, 1:43:37; 4. J. Utrobin, Trud, 1:43:42; 5. J. Ljubimov, Trud, 1:43:46; 6. G. Frolenko, Dinamo, 1:43:52 hod.

Norští skokani opět na výši?

V posledních letech utrpěli Norové řadu porážek ve skocích na lyžích. Počítalo se asi s pěti lety, než si budou moci vychovat nové reprezentanty.

Letošní závody na Holmenkollenu ukázaly situaci v jiném světle. Na prvním místě se neobjevili Finové, ale Norové. Zvítězil Aerne Hoel a také mladý Woldseth ohrozil světovou třídu skokanů jiných zemí. V Kulmu zase oslnil Nor Yggesseth. Dokonce vytvořil rekord můstku skokem 127 m dlouhým. Také doma porazil zahraniční konkurenci. Tajemství úspěchu se píše 39letému bývalému reprezentantu Thorleif Schjelderupovi. Před dvěma lety žádal lyžařský svaz o tříroční lhůtu, během které chce obnovit slávu norského lyžařství. Již nyní se dostávají dobré výsledky.

Jaké jsou metody tohoto »skokanského profesora«? Hlavní důraz klade na teoretické školení. Natočil i sám financoval 6 filmů, nechal zhotovit 100 kopií, které pak byly promítány ve školách a před pěti tisíci aktivními skokany. Ve 300 přednáškách prohloubil ještě teoretické znalosti zájemců o tuto disciplínu a vydal knihu Tajemství skoků na lyžích.

Sportovci začali mít opět o tuto disciplínu zájem. Používali různých stylů, a la Recknagel nebo a la Tsakadse, každý zkoušel, co by mu nejlépe vyhovovalo.

Tak byla vytvořena masová základna. Vybral si z ní 10 nejnadanějších mladých skokanů, kteří prodělávají všestranný trénink, v létě zaměřený hlavně na lehkou atletiku a na skoky do vody. Největší naději skládá do 17letého Sven Bergensena, od kterého očekává dobré umístění na OH ve Squaw Valley.

Lyžaři SSSR zvítězili v biathlonu

Ve dnech 18.—22. února se konalo v Itálii v Courmayeuru mistrovství světa v zimním dvojboji (biathlonu) — běhu na lyžích se střelbou na cíl. Vynikajících výsledků zde dosáhli sovětsští závodníci, kteří v tomto závodě startovali poprvé.

V soutěži jednotlivců se umístili: 1. V. Melanin (SSSR), 2. D. Sokolov (SSSR), 3. S. Agge (Švédsko), 4. M. Meinla (Finsko), 5. V. Ylonen (Finsko), 6. K. Wold (Norsko).

V soutěži družstev zvítězil SSSR v sestavě Melanin, Sokolov, Poheničin před Švédskem (Agge, Wiklund, Ohlin) a Norskem (Wold, Hermansen, Skogsrut).

pracovali 340 brigádnických hodin; to preto, že 65 % členov sú roľníci. V rámci osláv 1. mája zapálili na okolitých vrškoch vatry.

Oddiel by pracoval ešte lepšie, keby bol bežecký výstroj, ale toho niet. Oddiel nemá dosť peňazí a rodičia tiež nie — veď zatiaľ sa »prevychovali« len tak, že dovolili deťom lyžovať, ale na výstroj — snáď neskoršie. Na svoju činnosť si oddiel »zarába« pravidelným poriadaním zábav a divadelných predstavení, kde sami členovia účinkujú ako herci. Dvakrát do roka im osvetová beseda obstará lyžiarske filmy. Niečo si zarobia tiež na akcií Z, ale to je málo.

My len voláme — do toho, Hrabovčan! Keď ste zdolali toľko prekážok a nepochopenia, istotne sa vysporiadate aj s tým, čo vám hatla rozvoj a dosiahnutie ďalších pretekárskych úspechov v bežectve.

STÁLE NEUSPOKOJIVO

Odber nášho časopisu »Lyžařství« na Slovensku je stále neuspokojivý, napriek náboru uskutočnenému prostredníctvom vkusných agitiek. Tak ak porovnáme stav pred propagáciou a po nej, vidíme,

že odber len málo stúpol. Odber podľa krajov je takýto.

	r. 1958	stav k 15. 3. 1959
Bratislava (KV i MV)	70	126
Nitra	26	26
Banská Bystrica	66	77
Žilina	91	94
Košice	82	84
Prešov	31	28
	366	435

Je čo dohľadať, aby sme splnili vytýčený plán 1000 odberateľov »Lyžařství« na Slovensku do II. celoštátnej spartakiády. Úloha je reálna a splniteľná. Veď nemalo by byť lyžiarskeho oddielu, cvičička, trénera, rozhodcu a významnejšieho pretekára na Slovensku, ktorý by neodoberal »svoj« časopis »Lyžařství«.

Bude potrebné, aby sa LS KV a MV na svojich zasadnutiach zaoberali stavom odberu »Lyžařství« a pomohli propagovať jeho zvýšený odber na Slovensku.

-Mr-

Pohled na uplynulou sezónu

Švýcarský Zürrichsport přináší některé připomínky k uplynulé sezóně. Rada funkcionářů i závodníků poukazuje na příliš velkou rychlost a riskantnost sjezdových závodů, které si letos vyžádaly dvě oběti předních lyžařských závodníků: Semmeringa a Marka.

Příčiny stoupající rychlosti vidí německý závodník Hanspeter Lannig (v Cortině byl na OH ve sjezdu pátý) především v nových konstrukcích lyží. Zlepšila se také kvalita laků a vosků. Těsně přiléhavý oděv zmenšil odpor větru a zrychlil tempo. Celkové nivó se podstatně zlepšilo intenzivním tréninkem a vynikajícími výkony špičkových závodníků. Jejich umění ale svádí k napodobení mnohdy ty, kteří nedosahují takové techniky. Zvýšená rychlost má za následek nebezpečné pády hlavně v zatáčkách, kdy závodník může být vymrštěn na okolní překážky. Bude úkolem FIS, aby dalekosáhlými opatřeními vyloučila objektivní nebezpečí a přispěla tak k bezpečnosti závodníků.

Co tomu říká Menardi

Bývalý předseda sjezdové a slalomové komise FIS Ital Otto Menardi se k těmto úvahám vyjádřil takto: Mnozí odpovědní organizátoři sjezdových závodů upravují trať podle schopností a požadavků nejlepších jezdců. Nepřihlížejí přítom k závodníkům slabší výkonnosti, u kterých právě dochází k úrazům, neboť přeceňují své schopnosti.

Doporučují proto, aby trať byla přezkoušena ještě ráno před oficiálním tréninkem a samozřejmě i v den závodu. Vždyt povětrnostní podmínky jí mohou změnit tak, že si vyžádá eventuálně nové výtčeni. Na plánu trati je třeba vyznačit místa, na kterých budou zřízena ochranná zařízení, jako sněhové valy, sítě, obložení atd. Musí být označena místa, ke kterým nemá publikum přístup během závodu. Také sanitní služba má mít předem určena svá stanoviště.

Příště přineseme zprávu, jak se k těmto návrhům zachovala FIS.

Turecko

Turci letos poprvé uspořádali mezinárodní lyžařské závody v Uladagu. Zvítězil Švýcar Willy Forrer, který v obřím slalomu porazil rozdílem půl vteřiny Rakušana Hinterseera a ostatní elitní rakouské sjezdače Molterera a Leitnera.

Závody na Etně

Ve výšce 3270 m nad mořem se vypíná vyhaslá sopka Sicílie — Etna. Z jejího vrcholu pokrytého lávou a krátery je překrásný pohled na moře. V tomto půvabném prostředí byl uspořádán třetí mezinárodní lyžařský závod ve slalomu a obřím slalomu za účasti závodníků z deseti zemí.

(Pokračování ze strany 19.)

Jede za všechny, právě jako oni teď drží sáně za něho.

Po prvé si Martin uvědomuje velikost součinnosti celku. I když teď jede sám, patří jejich srdcem a myšlenkám.

Už se blíží k silnici, která vede přímo pod strání. Cesta pod ním byla najednou pevnější. Trochu zakolísal, ale záhy vyrovnal jízdu i tempo.

Na cestu mu už svítí žluté světlo padající z oken. Ještě několik odpíchů a už je před budovou střediska.

Strhne z nohou lyže a prudce zazvoní.

Ve dveřích stojí Jarmila, která podle příkazu Jiřího tu na ně čeká.

— Už jste se vrátili? neví Jarmila dosud o ničem.

Nejlepším mužstvem byli Rakušané. V obřím slalomu (1000 m, 53 branek) se dělil o první a druhé místo Švýcar Roger Staub s Rakušanem Hermannem Gamenem. O třetí a čtvrté místo Rakušané Josef Rieder a Egon Zimmerman. V ženách obsadila ve slalomu první místo Švýcarka Hedi Beelerová před Rakušankou Hilde Voherrovou. Ve slalomu byl první Oberreigner (Rakousko) a v ženách také Rakušanka E. Netzerová.

Ve Squaw Valley vše v pořádku?

Zkouška na zimní OH 1960 ve Squaw Valley podle úsudku jak oficiálních odborníků, tak závodníků, dopadla dobře. Upravený terén slibuje vysoce napínavé boje. Zůstává ještě otevřená otázka, jak se zvládne provoz a ubytování návštěvníků, kterých se očekává při OH 30 000 až 35 000. Zatím přihlíželo »generální zkoušce« jen 6000 diváků.

Druhou velkou neznámou je sněh. Pořadatelé se neobávají nedostatku, ale spíše množství sněhu. Laviny by mohly ohrozit průběh závodů. Pro ten případ má být v pohotovosti 400 mužů, kteří by odstraňovali závady na trati.

Pujo hry v Kuopio

Mezinárodní lyžařské závody v klasických disciplínách ve finském městě Kuopio, zvané »Pujo hry«, skončily úspěchem finských lyžařů. V běhu na 15 km zvítězil Tolsa za 47:57 min. Další dva závodníci Rasanen a Tiainen měli stejný čas 48:06 min. Čtvrtý byl Haltunen (všichni Finsko) 48:28 min. Ze zahraničních účastníků byl nejlepší Nor Andreassen, který skončil jako jedenáctý v čase 49:30 min. Ve skoku prostém zvítězil E. Kirjonen s 218,5 b. (83,5 a 77,5 m) před P. Lukkarinniemem 214,0 b. (78,5 a 77 m) a Laaksonem (všichni Finsko) 207,0 b. (78,5 a 77 m).

1139 startujících ve Vase

Není to maličkost odstartovat takové množství závodníků, zvláště musí-li se start opakovat jako letos. Vítězem tohoto impozantního národního švédského závodu se stal Sune Larson, který 86 km dlouhou trať zajel za 5:13,28 vt. 20 000 diváků jej nadšeně přivítalo v cíli. Vítěz projel cílem ve 13 hod., poslední závodník v 21,45 hod., i ten byl srdečně zdražen. Do cíle dojelo 900 závodníků.

Budou závody profesionálních lyžařů?

Skupina v USA působících lyžařských instruktorů a trenérů, která vedle rozených Američanů sdružuje také vícero Evropanů, jako Eriksena, Willi Schöffera, Pfeifera atd. se rozhodla založit spolek jezdců z povolání. Instruktoři doufají, že se jim podaří časem uskutečnit velké závody profesionálních jezdců,

které budou přitažlivé pro diváky a pomohou rozvoji lyžařství po stránce technické, stylové a propagační i jejich popularity.

Bud Werner přestane závodit?

Nejlepší americký sjezdač prohlásil, že po OH se bude věnovat studiu a zanechá závodění. Nechce skončit jako lyžařský cvičitel.

Úspěchy severanů v Le Brassus

Sedmý ročník mezinárodních lyžařských závodů ve švýcarském městečku Le Brassus také letos soustředil u startu velmi dobrou mezinárodní konkurenci. Startovalo v něm několik předních závodníků ze severovýchodní země a podle očekávání obsadili také prvá místa. Zjevně ve skoku prostém Finové a Norové prokázali svou převahu. Zvítězil Fin Kalevi Kärkinen, který měl také nejdelší skok dne 82 metrů (rekord můstku Fedorov, SSSR, 84 metrů), před svým krajanem 20letým E. Hyttiä z Rovaniemi. Třetí byl G. Gundersen (Norsko), který si odnesl prvenství v závodě sdruženém.

Přehled výsledků:

Běh na 15 km: 1. M. Vaeissenen (Finsko) 55:21 min., 2. L. Larsson (Švédsko) 56:29 min., 3.—4. M. De Dorigo (Itálie) a S. Laahtenmaa (Finsko) oba 56:37 min., 5. J. De Florian (Itálie) 56:43 min., 6. I. Holtass (Norsko) 57:17 min., 7. P. Fator (Itálie) 57:21 min., 8. K. Werner (NDR) 57:29 min., 9. J. Stefansson 57:54 min., 10. A. Roennlund (oba Švédsko) 58:08 min.

Závod sdružený: 1. G. Gundersen (Norsko) 458,00 b. (za skoky 218,00 a za běh 240,00 b.), 2. G. Flauger (NDR) 451,60 b. (217,00 a 234,60 b.), 3. G. Thoma (NSR) 443,90 b. (211,00 a 232,90 b.), 4. E. Perin (Itálie) 443,40 b. (209,00 a 234,40 b.), 5. S. Schiffner (NSR) 436,80 b. (198,50 a 238,30 b.), 6. A. Prucker (Itálie) 432,90 b., 7. A. Leodolter (Rakousko) 432,90 b., 8. M. Mainhold (NDR) 431,40 b., 9. B. Eriksson (Švédsko) 428,70 b., 10. E. Hyttiä (Finsko) 428,50 b. Umístění Poláků: 14. A. Kowalski 412,10 b., 16. F. Gasienica-Gron 407,30 b., 21. J. Karpel 395,80 b.

Skoky pro závod sdružený: 1. E. Hyttiä (Finsko) 223,5 b. (79 a 78 m), 2. G. Gundersen (Norsko) 218,0 b. (74 a 77 m), 3. G. Flauger (NDR) 217,0 b. (75 a 78 m), 4. A. Leodolter (Rakousko) 212,0 b. (74 a 78 m), 5. G. Thoma (NSR) 211,0 b. (76 a 74 m).

Skok prostý: 1. K. Kärkinen 231,0 b. (78 a 82 m), 2. E. Hyttiä (oba Finsko) 221,0 b. (75 a 79 m), 3. G. Gundersen 217,0 b. (75 a 77 m), 4. A. Hoel (oba Norsko) 214,0 b. (74 a 78 m), 5. B. Eriksson (Švédsko) 212,0 b. (74 a 76 m), 6. A. Leodolter (Rakousko) 209,5 b. (73 a 77 m), 7. W. Häpple 207,5 b. (75 a 77 m), 8. A. Däscher (Švýcarsko) 205,5 b. (72 a 75 m), 9.—10. E. Roscher (NSR) 205,0 b. (71 a 74 m) a E. Perin (Itálie) 205,0 b. (72 a 79 m). Z Poláků byl nejspěšnější A. Kowalski, který skončil na 21. místě.

— Telefon! vydechne Martin a hrne se dovnitř. Zatím se dorozumívají očima a Jarmila už ví, co se asi přihodilo.

V sluchátku se ozval vzdálený hlas z nemocnice. — Ihned sanitku, pro matku a dítě. Porod na sněhu slabikuje Martin.

Ještě se zarazí, podívá se na Jarmilu. Ne, na nic nezapomněl.

— Jedeme! ozval se hlas ve sluchátku. Martin těžce dosedl na židli, ruce položil na stůl a opřel si o ně hlavu.

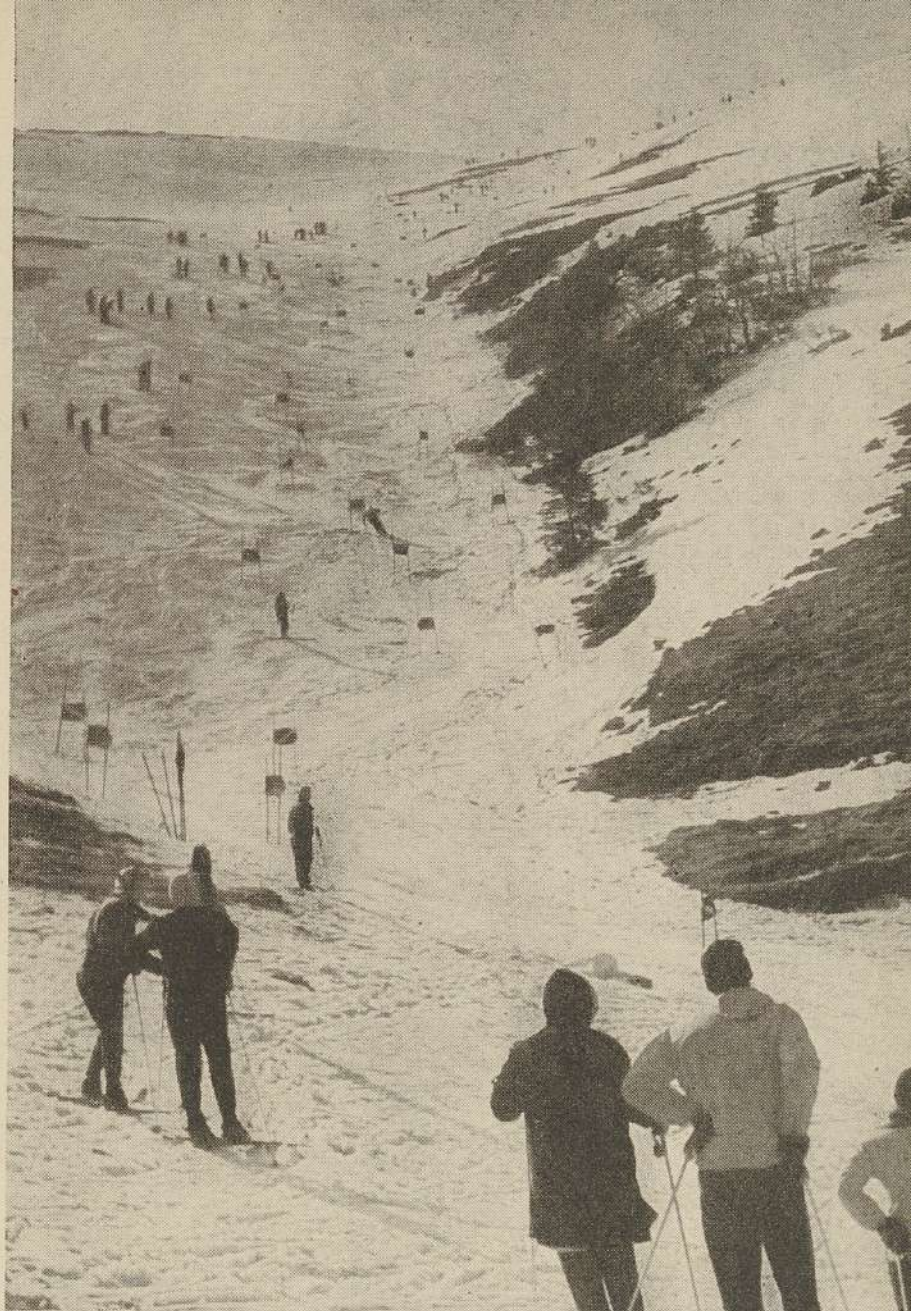
Když ji zvedl, stál před ním hrnek kouřícího se čaje, jako tehdy, když Jarmila přišla za ním nahoru.

KONEC.

V Oštiepkovej muldě pod Chlebom vyrostl les slalomových branek. Byl pripraven k mistrovskému obřm slalomu a spolu s Jnořkovou valaškou to byly jedine kvalifikan závody letošního roku, kde bylo možno v obřm slalomu změřit síly a prověřit výkonnost nejlepřch československých sjezdař a sjezdarek vseh kategorií. Vzhledem k letošní, na snh nadmru skoup zimě to byla v dleitm predolympijskm roce katastrofln slab závodnické přleitost.



Djiřtm jubilejních šedesátých mistrovství v klasických disciplínách byl stadión ve Svatm Petru ve Špndlerov Mlýně. I tady pres velikou pei poradatel špatn snhov podmínky si vyadaly opravy proti ideálním trasám, což mělo nepoprateln vliv na uroveň vseh březekch soute. Snímek z běhu na 15 km zachycuje v zvrenm useku do cíle Ludvíka Podesv ze Spartaku Vsetín.





ZDAR
OKRESNÍM
SPARTAKIÁDÁM!

Lýžařství

5

Lýžařství

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45
ČERVEN 1959





L yžaři neužili mnoho letošní zimy. Proto každá chvíle na sněhu a každá rada byla velmi cenná. Brněnský trenér Kadlčík udílí pokyny svým svěřencům na posledním letošním slalomu v Jeseníkách.



V eliké a tvrdé byly boje o Spartakiádní vločky. Desetitisíce mladých lyžařů soutěžilo o prvenství a těm nejlepším a nejhorlivějším se již podařilo získat zlaté Spartakiádní vločky. Na snímku vidíme malého závodníka, který sice letos o vločku ještě nebojoval, ale z toho, jak před startem vážně přijímá rady svých přátel, můžeme předpokládat, že bude jedním z uchazečů o Spartakiádní vločku na příštích závodech.

Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

Séfredaktor dr. Ctibor Rybár,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Špaček

★

Redakce: Praha 1 - Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

OBSAH

Naše perspektivy	1
Lyžařská mládež a nový PPOV	2
K novému odznaku zdatnosti	2
Komu zvoní hrana?	2-3
Dny radosti — okresní spartakiády	3
Lyžařský výcvik v armádě	4
Vodáci na lyžích — lyžaři na vodě	4
Hrejte odbíjenou	5
Bylí jsme u dobrých přátel	6
Měl jsem raději kopanou	6
Pro rychlejší rozvoj lyžařských zařízení v CSR	7
Lyžařská zařízení v létě	8-9
Z ústřední sekce	9
Kulm, lety na lyžích	10
Výsledky mistrovství a přeboru CSR	11-14
Výkonnostní žebříčky	15
Do diskuse	16
V. mezinárodní kongres pro vyučování jízdě na lyžích	17
Hodnocení krajů a oddílů v roce 1959	18-20
Tatranské lyžařstvo	21
Saně a boby	22-23
Zprávy ze zahraničí	24

★

Okresní spartakiády — přehlídka krásy, radosti a síly — jsou letošní nejmohutnější lidovou oslavou našeho života. Snímky na 1. a 4. str. obálky P. Karásek.

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšlání Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-15830

NAŠE PERSPEKTIVY

V našem systému tělesné výchovy je lyžování na předním místě. Na VIII. plenárním zasedání ÚV Československého svazu tělesné výchovy, které projednávalo perspektivy dalšího rozvoje sportu v naší republice, znovu bylo potvrzeno, že lyžování patří mezi sporty, kterým bude věnována největší pozornost. Jsou to sporty, které mají všechny předpoklady a podmínky pro rozšiřování masové základny a plně zajišťují všestranný rozvoj a růst mládeže.

Rozbor situace na VIII. plenárním zasedání ukázal, že bylo dosaženo v uplynulé době mnoho dobrých výsledků a byla konstatována obětavá a iniciativní práce tisíců funkcionářů, trenérů, cvičitelů a rozhodčích. Ještě rychlejší rozvoj vpřed brzdí řada nedostatků v naší práci. Také na úseku lyžování stojí před námi úkoly, které je třeba vyřešit a splnit, abychom dosáhli vytyčených cílů.

XI. sjezd Komunistické strany Československa vytyčil radostnou perspektivu — vybudování socialismu v Československu v nejbližších letech. Jedním z předpokladů je dovršení kulturní revoluce. Tak jako ve všech oborech naší činnosti, tak také v lyžování vystupuje v nynějším období do popředí druhý základní úkol kulturní revoluce — překonat vliv buržoazní ideologie a všude rozšířit působení komunistických idejí. I když se po III. zasedání ÚV Československého svazu tělesné výchovy, kde byly zdůrazněny otázky ideově politické výchovy, situace poněkud zlepšila, nedosáhli jsme dosud zásadního zlepšení. Lyžování je ještě v některých oddílech prováděno samoučelně a výchovná práce je podceňována. Je třeba většího kolektivního života v oddílech, tak, aby především kolektiv hrál rozhodující úlohu v socialistické výchově. Na úseku nezávadního lyžování je třeba skončit se zbytky poklonkovaní alpským lyžařským školám. Stále mezi některými závodníky, trenéry a funkcionáři vidíme projevy nekázně, individualismu, nesprávného přístupu k socialistickému majetku a k využívání stávajících prostředků. Jedním z takových konkrétních projevů naší nedostatečné výchovné práce bylo nedůstojné zakončení 60. mistrovství v klasických disciplínách ve Spindlerově Mlýně. Je třeba více vychovávat ke skromnosti a obětavosti, zvláště některé mladé závodníky. Často chybí naší práci důslednost. Neustále zůstává v platnosti prosazování správného oslovení. Výchovná práce musí být konkrétní a jmenovitě zaměřená. Velká většina našich lyžařů, závodníků i ostatních nám dělá radost svým správným postojem a vystupováním. Na druhé straně je třeba odstranit nedostatky u těch jednotlivců, kteří kazí dobré výsledky celého kolektivu.

I když se nám závodní i nezávodní lyžování neustále rozvíjí, nemůžeme být zcela spokojeni. Do našich oddílů jsme dosud nezískali většinu občanů a mládeže, kteří aktivně lyžují. Cvičitelé zajistili správný výcvik tisíců lyžařů a naučili je současnou techniku. Je třeba ještě zlepšit spolupráci s odbory turistiky, se složkami ZTV a především s Revolučním odborovým hnutím, ministerstvem školství a Svazarmem, které také provádějí masový lyžařský výcvik. Podstatné zlepšení a další oživení nezávadního lyžování očekáváme od zavedení odznaku — Lyžař CSR. Je nutné především zkvalitnit řízení lyžařských oddílů a více jim pomáhat, neboť jsou rozhodujícím článkem v rozvoji našeho sportu. Zlepšená práce oddílů umožní odstranit nedostatky na úseku výchovné práce, růstu masovosti i výkonnosti, péči o mládež a především zde získáme větší počet cvičitelů a trenérů. Druhým stejně důležitým článkem jsou okresní sekce. Počet okresních sekcí je nedostatečný. Jistě nás těší, že v Ostravském kraji z 12 okresů v sedmi proběhly přebory okresu. Ale nejedná se jenom o přebornické soutěže, ale i o zajišťování masových soutěží v jednotlivých místech, kde nejsou lyžařské oddíly. Dobře takto pracují v Jilemnici. Významnou akcí na úseku masového rozvoje byla soutěž o Spartakiádní vložku. Uvádíme příklady dobré práce. V okrese Vrchlabí bylo splněno přes 1200 limitů těchto vložek, v okrese Banská Bystrica se na závodech o vložku sešlo 760 účastníků.

Jak je to s úrovní závodního lyžování? I když průměrná výkonnost našich závodníků na přeborech a mistrovství republiky mírně stoupla, nemůžeme být spokojeni. Radost máme z výsledků mládeže. Celkově jsou nedostatečné počty startujících žen a sdruženářů. Je třeba se zamyslet nad počty startujících v krajských přeborech v těchto disciplínách. Uvádíme některá čísla. Běh žen: Jihlava — 3, Liberec — 2, Olomouc — 2; závod sdružený muži: Jihlava — 3, Liberec — 4; sjezd žen: Liberec — 1, Olomouc — 1. Celkový počet startujících v klasických disciplínách v Liberci byl 533, to znamená, že průměrná účast na jednu disciplínu byla pouze 20 závodníků. Pomalý růst výkonnosti vyplývá především z toho, že se nám nedaří v dostatečné síli a kvalitně prosadit mezi všechny závodníky náročný systém celoročního tréninku. Stále narážíme na řadu subjektivních obtíží a předsudků.

Jak je to s hlavním zaměřením na klasické disciplíny? Na zasedání ústředního výboru bylo znovu zdůrazněno, že je třeba věnovat zvýšenou pozornost těmto disciplínám. V poslední době se často diskutuje na toto téma. Někteří slovo «zaměření» nesprávně chápou jako snahu zlikvidovat sjezdové disciplíny. To je nesprávné. Vývoj lyžování u nás, sněhové a terénní podmínky dávají široké možnosti prakticky ve všech okresech rozvíjet klasické disciplíny — především běh na lyžích. Široká základna — možnost provádění na jednoduchém vybavení, podtrhují tuto skutečnost. K dosažení výkonů světové úrovně stačí závodníkům a trenérům v klasických disciplínách dokázat využít maximálně našeho domácího prostředí a našich zkušeností a výsledky se jistě znovu dostaví. Je samozřejmé, že i při tomto zaměření je možné, aby se závodníci podle vlastního výběru a záliby věnovali i sjezdovým disciplínám.

Nejzávažnějším úkolem, vyplývajícím z VIII. pléna, je zabezpečení dalšího růstu počtu aktivně pracujících cvičitelů a trenérů a zlepšení jednotného metodického řízení. Cvičitelé a trenéři musí být nositeli jednotného výchovného i metodického působení na příslušníky naší organizace. Proto musí stát v popředí naší péče a starostlivosti školení a doškolení. Na úseku školení trenérů III. třídy si dobře vedou kraje C. Budějovice, Plzeň, Karlovy Vary a Liberec, kde v uplynulé době vyškolili 71 nových trenérů a v Olomouci iniciativně provedli doškolení trenérů III. třídy.

Presto, že jsme konstatovali řadu nedostatků, nesouhlasíme s pesimismem, který se objevuje u některých funkcionářů, trenérů a závodníků. Lyžování je sport tvrdý a náročný, proto předpokládáme, že většina odpovědných pracovníků má dostatek odvahy překonat všechny překážky a zajistit ještě úspěšnější jeho rozvoj. Úkoly, které jsou před námi, jsou veliké a k jejich plnění je třeba zajistit aktivitu všech. Věříme, že úkoly vytyčené osmým plenárním zasedáním ÚV ČSTV splníme nejen z hlediska rozšíření masové základny, ale i dosažením sportovního mistrovství.



LYŽAŘSKÁ MLÁDEŽ A NOVÝ BPPOV

Cílem nového odznaku zdatnosti je, aby se stala příprava k plnění jeho podmínek nedílnou součástí náplně činnosti ZTV, sportovních a turistických oddílů. Na úseku mládeže zajišťuje jednotné ideové a výchovné vedení v souladu s náplní činnosti Pionýrské organizace.

Je nyní potřeba, aby se pracovníci s naší lyžařskou mládeží zamysleli nad tím, jakým způsobem využijí nové náplně a nové formy odznaku ke své celoroční činnosti. Nemá sporu o tom, že bodovací systém bude nejlépe vyhovovat právě mládeži vzhledem k vrozené touze po soutěživosti. Nemá jasně, zda v daném, navrhovaném rozsahu náplně odznaku můžeme s lyžařskou mládeží splnit všechny úkoly, které máme vytyčené v přechodném a přípravném období. Zda plněním norem získáváme u mládeže potřebnou lyžařskou rychlost a vytrvalost i ostatní vlastnosti. Otázkou je, zda se spokojíme s tím, že v navrhovaných disciplínách není zahrnuto lyžování a alespoň prvek z plavání (např. splývání). Lyžařští pracovníci s mládeží budou muset důkladně prověřit správnost bodovací tabulky, zda odpovídá skutečnosti i u mládeže v našich lyžařských oddílech.

K odpovědi na všechny uvedené a řadu dalších otázek nezbyvá, než abychom začali plnit s lyžařskou mládeží odznak BPPOV podle nových norem a získané poznatky a zkušenosti podrobili další diskusi. I když vlastní diskuse k novému návrhu odznaku končí 20. červnem, píše i po tomto datu své zkušenosti a návrhy do redakce Lyžařství nebo přímo na vědeckometodickou radu ÚV ČSTV.

Pro usnadnění uvádíme návrh nových disciplín a současně zkrácenou bodovací tabulku po deseti bodech pro mládež až 12 let.

Navrhované disciplíny jsou tyto:

1. Ideové výchovná část.
2. Kotoul vřech z rozběhu s okamžitým výskokem na měkké podložce.

3. Běh na 50 m.

4. Skok vysoký nebo skok daleký.

5. Hod tenisovým míčkem.

6. Běž, jak můžeš na 300 m.

Základní minimum je nejméně jeden bod ve 3.—6. disciplíně. Na »splnil« je třeba dosáhnout celkem 100 bodů, na »splnil výborně« 240 bodů.

Zkrácená bodovací tabulka:

Body	Chlapci					Dívky				
	50 m	Skok vysoký	Skok daleký	Hod míčkem	300 m	50 m	Skok vysoký	Skok daleký	Hod míčkem	300 m
1	10,5	60	180	10	75	10,7	50	150	8	80
10	10,2	69	207	15	72	—	59	177	—	77
20	—	79	237	20	—	10,2	69	207	—	—
30	—	89	267	25	—	—	79	237	—	—
40	9,2	100	297	30	62	9,7	89	267	—	67
50	—	105	327	35	—	—	95	297	—	—
60	—	110	357	40	—	9,2	100	327	—	—
70	8,2	115	387	45	—	9,0	105	357	—	—
80	7,9	120	417	50	50	8,8	110	380	—	55
90	—	125	447	55	—	8,6	115	400	—	—
100	7,4	130	470	60	45	8,4	120	420	55	50

Dr. MIROSLAV PROKŠ

K NOVÉMU ODZNAKU ZDATNOSTI

Keby sme chceli hodnotiť prínos zavedenia odznaku zdatnosti do praktického prevádzania telesnej výchovy, museli by sme opísať len same dobré a kladné stránky dejín rozvoja našej socialistickej telesnej výchovy.

Bolo však veľkou škodou, že vplyvom šablónovitého pristupovania k plneniu jednotlivých disciplín a niekedy komplikovanej administratívy ochabol aj záujem. U radu športovcov nestal sa bohužiaľ ani TOZ ani PPOV prostriedkom k získavanju väčšieho majstrovstva, hoci predpoklady boli. V plnení disciplín chýbala súťaživosť. Myslím, že novonavrhované normy odznaku zdatnosti šťastlivo vyriešia aj tento problém.

Pre nás lyžiarov to bude nesporne veľký prínos, nakoľko v plnení jednotlivých disciplín nájdeme kontrolné limity v predpísaných disciplínach.

Chcel by som však urobiť niekoľko pripomienok k navrhovaným náhradným disciplínam za plávanie.

Z náhradných disciplín sa za a) navrhuje chôdza. Nakoľko je tam uvedené

»Chod ako môžeš«, iste nepôjde o športovú chôdzu. Ide tu teda o čo najrychlejšiu chôdzu, ktorá kvôli snahe získaf čo najviac bodov stane sa zase len záležitosťou behu.

Myslím, že by nebolo od veci zaviesť miesto tejto jednorazovej chôdze nejaký komplex turistických výletov, ktorých súčet by bol aspoň 150 km. Treba zaviesť do nových noriem aj turistiku. Naša krásna vlasť dáva všetky možnosti pre pestovanie aj tohto krásneho športu. Dalo by sa to prípadne spojiť s plnením akcie 100 jarných kilometrov alebo zápočtových ciest a získaf drahocenné body, a to u občanov všetkých kategórií. Takto by sme dali ďalšiu možnosť prevádzať systematicky turistiku u priaznivcov tak v zime, ako aj v lete.

Ďalej v náhradných disciplínach za c) sa navrhuje beh na lyžiach. Navrhované limity sú príliš slabé. Uchádzač to splní bez akejkoľvek prípravy. Navrhujeme priemer na jeden kilometer aspoň 6 minút, čo aj tak predstavuje turistický pohyb v teréne.

JÁN TEREZČÁK, tréner lyžovania

KOMU ZVONÍ HRANA?

Ten titulok jsem si, vážený čtenáři, vypůjčil od amerického spisovatele Ernesta Hemingwaye, který ve stejnojmenné knize líčí boj demokratů proti nastupujícímu fašismu — tehdy ve Španělsku 1936. Hemingway často do protikladu válce a nenávisti staví lásku a přátelství. Není to náhodně u žádného člověka, který miluje život a lidi.

V těchto dnech slovo »přatelství« zanznívá světem — rozpolceným světem. Zní od úst k ústům. Do Vídně se chystají na festival míru a přátelství tisíce mladých lidí ze všech kontinentů. Katolíci i evangelíci, černoši i Japonci, studenti i železničáři. Jsou mezi nimi i naši sportovci. V USA je na zájezdu balet sovětského Velkého divadla. Tři milióny Američanů chtělo vidět jeho první vystoupení v New Yorku. Přatelství... Četl jsem nedávno zprávu, jak v bílých polárních pustinách onemocněl člen australské výpravy. S nasazením vlastního života mu dovezl léky — a snad i život — sovětský letec. Přatelství... Se sovětskými druhy si stiskli pravice američtí

účastníci setkání na Labi. Tehdy před 14 lety u Torgau se viděli poprvé. Potom se však několik vlivných snažilo zasít mezi ně nesvár, ano i nenávisť. Marne... Američtí účastníci setkání na Labi přijeli za svými sovětskými druhy. Netajili pohnutí... jako tehdy na Labi. Když si mohou takto rozumět lidé, kteří nejednou stáli tváří v tvář smrti, rozuměly by si i národy, kdyby...

Některým pánům se tato setkání lidí, mezi nimi i sportovců, nehodí prostě do krámu. Proč byla lyžařům NDR odmítnuta vstupní vísa do USA? Proč se staví v západním Německu odpalovací rampy pro rakety? Proč se sjeli němečtí a rakouští revanšisté do Vídně a zde osnovali odvetný úder proti naší republice a ostatním zemím socialistického tábora? Kolik je takových »proč«?

ARCIBISKUP A ATOM

Lidem se již zprotivila studená válka, všechny ty dohady a výpočty lačných

generálů, kdy a kam má spadnout první atomová bomba a zda při stejném počtu mrtvých je vodíková bomba úspornější (rozuměj — finančně) než konvenční zbraně. Lidé nenávidí přehradu a pasti, které mezi nimi byly po druhé světové válce násilně vystavěny. Lidé chtějí žít v klidu, pohodě, v přátelství. Najdou se však i jiní, zcela jiní, byt' měli na sobě řeholní roucho. Waleský arcibiskup Morris prohlásil, že horší než nukleární válka je prý — komunismus. Nevím, co pana arcibiskupa tak podráždilo, čím se vzrušilo jeho »křesťanské« srdce, jeho »láska« k bližním.

Ano, tito lidé žijí. Snaží se podkopat každé přátelství. Každý stisk ruky je pro ně komunistickým nebezpečím. V západním Německu je jich dost takových, kteří si myslí, že Hitlerův zkrachovalý pořádek v Evropě je to nejlepší, co bylo kdy vymyšleno.

Pro naše dny je však jedno až značně typické. Ze tito lidé se stále více dostávají do izolace a že současně s tím silně myšlenka: Soutěžít, ano, ale ve výrobě automobilů a ne raketových odpalovacích ramp, soutěžít na stadiónech a ne v zákopecích.

DNY RADOSTI — OKRESNÍ SPARTAKIÁDY

Okresní spartakiády se staly opravdovou přehlídkou míru, krásy a síly našeho lidu. Mladí radostné, rozjásané, toužící po společném projevu svého nadšení se ukázalo opět v plné své mohutnosti, v plné kráse oslav života v lidově demokratickém Československu.

Mladí od těch nejmenších, až po ty odhodlané budovatele našeho zřízení, průkopníky nových forem práce i života, dokázali svou účastí na hromadných vystoupeních, že jim tělovýchova není neznámou veličinou v jejich životě, že dovedou výsledky své práce oslavovat formou zdravého, vyspělého a pokrokového člověka.

Dokázali to navzdory všem falešným prorokům, kteří při každé příležitosti připomínali, že v našem tělovýchovném hnutí už není místo pro masová vystoupení, že tato nemají své sportovní hodnoty atd. . . . Ano, nemají, a nemají právě ty hodnoty, které vychovávají z mladých lidí osamocené individualisty, olupované o nejkrásnější lidské city, o vědomí síly kolektivu, o umění souladu pohybu a myšlení tisíců cvičenců, o nadšení a radost úspěchu, z jeho krásy, síly a mohutnosti. Z jednoty, dobrovolné a ukázněné souhry lidí sobě blízkých, lidí jednotného zájmu o společný úspěch.

Ano, takové jsou letošní okresní spartakiády, manifestující jednotu našeho lidu v mírovém soužití, v touze po projevu lidského štěstí ve svobodném světě. Jsou oslavou života. Jsou oslavou našeho života v lidově demokratickém Československu. Jsou radostnou předzvěstí velkolepé II. celostátní spartakiády a oslav patnáctého výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou.

S velkým potěšením sledujeme zprávy, že i lyžaři nestojí stranou, že se dovedou zapojit do společných vystoupení a jsou dokonce i někteří mezi námi, kteří svou iniciativou a nadšením dokázali získat desítky cvičenců pro spartakiádní myšlenku.

Učí nás poznávat ty morální hodnoty, které nám dávají společná masová tělocvičná vystoupení, ale které nikdy nemůžeme poznat při našem sportu. Těmto organizátorům patří náš dík.

Desítky, stovky a tisíce lyžařů vystoupily letos na okresních spartakiádách. Ti, kteří cvičili poprvé, poznali nové, ti, kteří už cvičili dříve, jsou bohatší o zážitky letošních společných vystoupení a všichni se společně těší na vyvrcholení oslav jednoty, síly a míru, na II. celostátní spartakiádu příštího roku v Praze. Na shledanou za rok na největší slavnosti našeho lidu!

SPORTOVCI PŘÍKLADEM

Nedávno skončil závod míru Berlín—Praha—Varšava. Kterýsi ze západních novinářů o něm prohlásil, že je takovou mezinárodní mírovou konferencí sportovců — a každoroční konferencí. Věřte, nebylo by nic krásnějšího, než kdyby ta atmosféra Závodu míru se přenesla i tam, kde až dosud bylo mnoho nepochopení, nedůvěry i siláckých vyhrůžek, např. některých amerických a západoněmeckých představitelů. (Kdyby tak jako cyklisté nebo pokrokoví hokejisté jednali i mnozí západní političtí činitelé.)

Cesta ke klidu domovů kdekoliv na světě nevede přes vyhrožování, přes »balancování na okraji války«, »silné otěže« a kdoví jak je ještě nazývána studená válka, která dusí svět. Cesta k přátelství, po které již jdou milióny sportovců, vede přes důvěru a spolupráci.

Nedávno se v Praze konalo hokejové mistrovství světa. Tvrdě to byly boje a přece po nich třebas americký hokejista Cleary prohlásil: »Mám velké kamarády mezi sovětskými hráči. — Zejména si rozumím se Sologubovem. Při utkání ovšem jiskry mezi námi létají, ale jinak

— nejlepší přátelé.« A jeden z nejlepších kanadských hokejistů Richard, který byl na mistrovství jako host, řekl, že byl přivítán — tak srdečně a lidsky pohnut, že až slzy dojetí by byly vřkly do očí i chlapům ještě daleko tvrdším . . .

A přece před jeho příjezdem nechyběly hlasy, které Richarda varovaly a po jeho návratu domů — do Kanady — se mu snažily i naznačit, že jednou toho bude moc litovat.

TONOUCI I STĚBLA SE CHYTÁ . . .

Znáte kluky, když na jaře celí určení proběhnou od přívozu návsí a křičí: Ledy jdou! Jak těm slovům lidé rádi naslouchají. Uvolněné kry zvěstují jaro . . . Jak si lidstvo oddechne, až se pohnou po řece našeho života ledy studené války a nastane opravdové jaro.

Sportovci k tomu velmi pomáhají. Denně rostou počty těch, kteří nepřestali usilovat o zmírnění napětí ve světě. Naplňují se slova soudruha Chruščova, pronesená nedávno na jarním lipském veletrhu: »Člověk, který neuznává mírové soužití, musí utonout, protože jiné vý-

Účast sportovců na nácviu masových vystoupení pro okresní spartakiády 1959

Sportovci všech sekcí přijali výzvu ústřední sekce kopané o zapojení se do nácviu prostých a účastí na okresních spartakiádách. První účast soutěže byla zhodnocena k 15. IV. 1959 a ukázala, že sportovci pochopili poslání a význam prostých a plně se zapojili. Vyhlášená soutěž rozšířila i řady cvičenců na okresních spartakiádách o aktivní sportovce. Aby bylo možno soutěž uzavřít a vyhlásit vítěze na základě stanovených podmínek, upozorňujeme sportovní oddíly a výbory TJ, aby vedly řádnou evidenci prostých na okresních spartakiádách. Upozorňujeme současně na termín 15. VII. 1959, do kterého je třeba zaslat hlášení řádně potvrzené, příslušné ústřední sekci (ÚV ČSTV) — viz formulář.

Hlášení o splněných úkolech na okresních spartakiádách

Tělovýchovná jednotka:

Razítko ústřední sekce

Okres:

Kraj:

Datum odeslání

Oddíl:

sekcí při ÚV ČSTV

Počet sportovců oddílů, kteří se zúčastnili cvičení při okresní spartakiádě:

Muži:

Ženy:

Dorostenci:

Dorostenky:

Vedoucí oddílu: Výbor tělovýchovné jednoty:

Hlášení o účasti sportovců na okresních spartakiádách zašlou oddíly do 7 dnů po skončení okresní spartakiády (nejpozději do 15. VII. 1959) sekcí při ÚV ČSTV.

chodisko nemá.« Tak silná je dnes myšlenka dorozumění mezi národy i zeměmi s různým společenským zřízením. Žijeme na jedné planetě. Musíme tedy žít tak, abychom do sebe nevráželi lokty. Jsme svědky toho, že před touto silou stamiliónů lidí couvají i ti, kteří se na mír vždycky dívali přes palebná postavení atomových děl.

Mír a přátelství jsou na pochodu, síla a mohutní den se dne. Ti, kteří tuto skutečnost nepochopili a vůli národů nerespektovali, narazí na »odsouzení a odpor. Dokonce i západoněmecký list »Allgemeine Zeitung« kritizoval západoněmeckou vládu prohlášením, že Adenauerův křehavý pokus vyhnout se každému jednání ho přivádí do bezprostřední blízkosti Li Syn Mana a Čankajška. A jak známo, tyto dvě figuriny jsou živými náhrobky právě politiky síly, kterou lidstvo odsoudilo.

Národy chtějí žít v míru! A dnes, díky především socialistickému táboru v čele s SSSR a lidovou Čínou, už dávno není doba, kdy bylo možno vůli miliónů shodit z ministerského či kancléřského křesla do koše.

MIROSLAV TOMÁŠ

Lyžařství 3

Lyžařský výcvik v armádě

LUBOŠ ZAPLETAL

V letošní zimě jsem měl možnost dokonale prověřit Československou učební osnovu pro lyžařský výcvik v armádě. Vedl jsem výcvik šesti set vojáků, kteří se střídali po pětidenních turnusech po dobu 2 měsíců. Vzhledem k tomu, že výsledek byl velmi dobrý, známým vás s postupem výuky.

Předem bylo nutno vycvičit velitele družstev. Proto jsem si vybral nejlepší lyžaře a tyto instruoval teoreticky a prakticky po sobotách a nedělích v měsíci říjnu, listopadu a prosinci. Toto školení jsem provedl v rozsahu pomocných cvičitelů. Potom jsem sestavil plán lyžařského výcviku, učební program pro jednotlivé turnusy a denní řád. Když bylo všechno připraveno, přišla doba vlastního výcviku. Celé dva měsíce se střídaly pětidenní turnusy. Přicházeli stále noví vojáci. Ti, kteří něco málo znali a měli vesměs špatné návyky, a většina začátečníků.

A jak turnus probíhal? Přejezd do střediska byl odpoledne. Poté ubytování, seznámení s denním řádem a večer první přednášky: Československá učební osnova lyžařského výcviku, mazání lyží a promítnutí filmu »Lyžařský výcvik«. To už byl každý pro »lyžovačku udělán« a těšil se na příští den. Druhý den to začalo pěkně zobra ranním cvičením, vlastně umýváním do půl těla ve sněhu. A věřte mi nebo ne, všem se to líbilo, i když mrazík pořádně štípal. Po dobré snídani hvízd píšťalky a příprava k dopolednímu výcviku. V 8.00 stála již celá četa na lyžích připravena k prvním krokům na sněhu. Tak to začínalo.

Potom rozdělení do družstev, každý instruktor měl 6—8 vojáků ve svém družstvu a byl přesně seznámen s cvičením. Postup při výcviku byl podle základní části Československé učební osnovy následující: první den chůze sunem, obraty na místě, chůze skluzem, sjezd přímý, výstupy. Druhý den sjezd přímý přes terénní nerovnosti, vyjždění protisvahů, sjezd šikmo svahem, odšlapování ke svahu. Třetí den smyk ke svahu, pluh, oblouky v pluhu; čtvrtý den převratné oblouky, bojové prvky na sněhu; pátý den závod ve zrychleném přesunu na lyžích na 10 km.

Výcvik byl prováděn na předem vyhlédnutých svazích, kde byly vytyčeny prostory družstev. Celý výcvik jsem řídil a kontroloval dodržování postupu. Velitelé družstev vedli výcvik v družstvech velmi pečlivě a odborně. Vlastní výcvik lyžařských prvků byl každý den dopoledne po dobu 4 hodin. Po obědě byl odpočinek a potom aplikace naučených cviků v terénu, prováděná ve formě zrychleného přesunu střídavým terénem. Zde měl každý možnost vyzkoušet si to, čemu se dopoledne naučil, v terénu, v neporušeném sněhu. Ze začátku z toho bylo hodně »tygrů«, ale potom si každý zvykl a líboval si, jak to »řít«. Důležitým úkolem při přesunech bylo seznámení vojáků s voděním jednotek v horách, se svodem družstva, s kázní při pochodu a s předáváním povelů.

Večery na chatě patřily besedám o lyžování a přednáškám. Vojáci byli seznámeni s Československou učební osnovou lyžařského nezávodního výcviku, s výběrem a přípravou lyží, s lyžařskou výzbrojí a výstrojí, se sportovním a závodním lyžováním a nejnovějšími zprávami ze světa lyžařů. Kouzelné byly večery s vedoucím Horské služby soudruhem Myšákem, který obětavě chodil na

VODÁCI NA LYŽÍCH — LYŽAŘI NA VODĚ

Lyžaři a vodáci mají k sobě blízko. Řeky se rodí v horách a zvědavost přivádí toho, jenž řeku používá, proti toku k jejich pramenům a často do zasněžených hor. Ty jej pak stejně vábí jako řeka.

Již pravěký člověk pro svoji obživu při toulce za zvěří vyhledával hory, na kterých se v zimním období musel pohybovat na sněžnicích, na saních a později pak na lyžích.

Řeky učinily z lovce kanoistu, nebo kajakáře. Stejně šel vývoj obyvatel Aljašky, na Amuru, pod Jablonovým Hřbetem i v zemích Skandinávie — a u indiánských kmenů.

Tak již dávno před naší dobou povstal lovecký kříženec člověka: vodák a lyžař, i když ne v dnešním našem technickém pojetí. Ale všechno potřebuje vývoj.

Člověk přestal opřádat hory bájemi o sídlech božstev. Paří Olymp, Taň-šan, Sinai a ani středověké křesťanství nemohlo zabránit, aby lidstvo místo bájí očarovala více krásu přírody. Zejména počátkem 19. století šel vývoj lidstva nezadržitelně vpřed — a zpět k přírodě. Ani lovy feudálního panstva nebyly ničím jiným, než návratem člověka k přírodě. Hory — řeky — hluboké lesy lákaly člověka k putování, aby se mu lépe a svobodněji dýchalo.

Zvědavost poznávání nových krajů je praměti všech forem dnešní naší turistiky. Proto obyvatelé hor, pastýři a lovci, nuceni se pohybovat na sněhu i vodě, jsou předchůdci dnešních sportovců: lyžařů a vodáků.

Stručně jsme si promítli vývoj od dávné minulosti a přeneseme se do dnešních dnů: Sport — turistika — lyžařství — kanoistika.

Jsmo na vodácké besedě a na promítacím plátně se běhají alpské velikány. Po zasněžených pláních sjíždí skupina lyžařů. Kamera je stále sleduje až do údolí, kde odkládají lyže a přesedají na kajaky, aby sjeli prudkou horskou řeku. Je to film z roku 1933 se zájezdu vodáků-lyžařů z Prahy.

A u nás doma je tomu stejně tak — hory a vody.

Mistr sportu MUDr. Zdeněk Matějovský byl také výborným sjezdařem — dnes je mistrem sportu ve sjezdu a slalomu na divokých řekách.

Nehněvejte se na nás, lyžaři, že jsme vám jej odvedli. Má to dokonce autor článku na svědomí, neboť jej zlákal pro slalom na vodě — vždyť měl již praxi mezi brankami ze závodů na lyžích. Vodáci vám musí připomenout, že v minulosti dali lyžařům svého mistra na kajaku, který se stal vynikajícím sjezdařem i mistrem sportu — Luboše Brchela.

Také my máme pěkný film z našeho prostředí, kde z Krkonoš sjíždí vodácká skupina a nic si nezadáva s těmi alpskými lyžaři ani v lyžařském umění a i naše hory ve svých scénériích svou krásou zůstávají neodolatelné. Dále film přechází a kamera nás vede na kajacích divokou horskou říčkou Belou až do Váhu. Tedy opět v naší krásné vlasti — ruku v ruce lyžování a vodáctví. To jsme si přiblížili minulost a současnost vodáků a lyžařů.

A tak jako na vodě máme slalom, sjezd a rychlostní závody, nesmíme zapomenout, že i v lyžařství je to obdobné.

Zastavíme se také u lyžařů běžců alespoň u jednoho závodu, a to v roce 1958 u VI. ročníku běhu okolo Čertovy pláně v Rokytnici n. Jiz., kterého se zúčastnilo celkem 130 závodníků ve všech kategoriích, z toho 39 registrovaných vodáků, z nichž mnozí jsou držitelé titulů mistra sportu nebo mistra ČSR. Tak se nám ti vodáci stále pletou lyžařům do řemesla. Těžko ovšem zjistíte, kdo je vlastně lyžař a kdo vodák — vždyť jsme vlastně obojíme.

A to jistě bylo příčinou, že se jednoho dne před schůzí předsednictva kanoistické sekce otevřely dveře sekretariátu a přišli zástupci lyžařské sekce, aby oficiálně navázali vzájemné styky a spolupráci. Žádné velké představování ani rozpaky. »My se známe, Ty a Ty přece děláš lyžařského rozhodčího...« Tak začal úvod a nebylo vůbec nutné dlouho vysvětlovat důvody, které přiměly ústřední lyžařskou sekci k této návštěvě.

Naší staré spolupráci jsme dali pouze úřední punc.

Vám, milí čtenáři, jsme dnes připomněli, jak od pradávna jde lyžování s vodáctvím ruku v ruce, a proto tomu nemůže být ani dnes jinak. Ústřední kanoistická sekce uvítala tento oficiální krok ke spolupráci a vyzve své krajské sekce, aby oddily dávaly přednost v udělení členství mladým registrovaným lyžařům a lyžařským závodníkům a umožnily tak, aby jejich letním doplňkovým sportem se staly vodní sporty. Z řad lyžařů pak uvítáme všechny dobré náměty, kterými bychom naší spolupráci rozšířili a upevnili.

každý turnus a seznamoval vojáky s nebezpečím na horách, s voděním jednotek v horách, s lavinovým nebezpečím a organizací Horské služby. Při jeho výkladu chlapci ani nedutali, a když Vašek skončil, stále a stále se vyptávali na jeho bohaté zkušenosti z hor.

Jednotlivé turnusy měly jedno noční cvičení, aby vojáci poznali chůzi a jízdu v jednotce v noci. Také bojové prvky byly intenzivně procvičovány a při zrychlených přesunech na kypřem prašanu nejdříve prořízl chladný vzduch povel: plížení na lyžích — vpřed!

Tak plynul čas pěti dnů, kdy byla snad

každá minuta využita. Proto byl tento lyžařský výcvik úspěšný, a proto se všichni vojáci naučili za 5 dnů základům lyžařského umění, celé škále bojových cvičení a prvků na lyžích. A ještě jeden dobrý výsledek: během dvou měsíců výcviku nedošlo k jedinému vážnějšímu zranění. Důkaz toho, že kázeň při výcviku byla výborná.

Závěrem je možno říci, že všichni tyto vojáci dobře poznali hory, dovedou se v nich orientovat, rychle pohybovat a dovedou spojit lyžařskou a bojovou techniku pro splnění úkolu i v těch nejobtížnějších podmínkách.

HREJTE ODBÍJENOU

ZE ŽIVOTA ZÁVODNÍKŮ V PŘECHODNÉM A PŘÍPRAVNÉM OBDOBÍ

Trenérovi odbíjené lahodí, když vidí, že jeho oblíbený sport využívají závodníci jiných sportovních odvětví v přípravném období. Kolikpak lyžařů si rádo zahráje odbíjenou! Jde však o to, aby lyžař nevyužíval odbíjenou jenom jako rekreačního sportu, ale aby klady, které odbíjená přináší, dovedl využít jako vhodné látky v celoročním tréninkovém cyklu lyžařského závodníka.

Celou řadu vlastností, které potřebuje sjezdař, skokan i běžec, můžeme najít v moderní odbíjené. Abych zachytil rasantnější smeč, která letí až 100km rychlostí, k tomu už potřebuji hodně rychlé reakce. K tomu, abych vybral v několikametrovém skoku s pádem míč a abych se přitom nezranil, potřebuji značnou obratnost, k tomu, abych sledoval míč, spoluhráče, soupeře a ještě správně zahrál, využívám periferního vidění. Vydržet v několikasetovém utkání a v turnaji v sobotu a neděli stovky výskoků, na to již musím mít řádně připravené, pružné a silné svalstvo nohou. Nepotřebuje snad lyžařský závodník kterékoliv disciplíny rychlý postřeh, rychlou reakci, obratnost, periferní vidění, neúnavnou sílu nohou atd.?

Již dva lyžaři (hráči), kteří mají míč, bez hřiště a sítě, mohou těžit z volejbalové abecedy. Několik příkladů cvičení ve dvojici hráčů s míčem:

1. Hráč X stojí na místě a přihrává hráči Y střídavě krátké a delší přihrávky. Hráč Y tedy provádí rychlé starty vpřed a vzad. Hráč Y musí přesně volným obloukem přihrát na hráče X, který stojí stále na stejném místě.

2. Totéž, ale hráč X přihrává do stran. Hráč Y provádí rychlé starty do stran a přihrává na hráče X, který stojí stále na stejném místě.

3. Jako 1 a 2, ale hráč X přihrává ve výskoku.

4. Jako 1 a 2, ale hráč X odbíjí jednou ve výskoku (smečuje na hráče Y).

5. Hráč X při přihrávce fintuje (klame tělem i pažema) a míč přihrává jinam, než provádí klamání. Hráč Y se snaží opět zpracovat míč co nejlépe na hráče X. Tato cvičení zaměřená na rychlost a rychlý postřeh můžeme s jedním míčem provádět i v trojicích nebo ve čtveřicích.

Několik příkladů cvičení obratnosti volejbalisty s posilováním zejména břišních svalů a paží.

1. Hráč X sedí na zemi a v sedu vybírá a zpracovává míč, který na něj hráč Y hraje tak, že hráč X provádí pády do stran a vzad (skulení kolébkou) a ihned si sedá do základní polohy.

2. Hráč X je v nízkém střehu a pády stranou a vzad (kolébkou) zpracovává míč na hráče Y. Při pádech stranou maximálně tlačí boky do stran, při čemž trup se odklání (kolébkovitě).

3. Hráč X přihrává úmyslně tak krátké přihrávky, že hráč Y má možnost pouze skokem — pádem vpřed vybrat míč. Dopadá na paže a tlumí pád klikem.

Nebo lze zkusit po každé přihrávce v těchto dvojicích nějaký cvik, kupř.: sed, leh, otočení kolem svislé osy, a což koutol? Pak poznáte namáhavost přípravy volejbalisty.

Máte-li síť a míč a je-li vás málo na celé hřiště, pak si po těchto přípravných cvičeních zahrajte »debla«. Hra dvojic nenechá ani na okamžik žádného hráče bez pohybu a řádně zapotí. A stačí, sejdete-li se na tréninku pouze čtyři.

Hra šestek předpokládá kolektiv. A dobrý kolektiv, chcete-li něco dokázat a lecky i vyhrát. Stává se totiž, že technicky slabší družstvo, které tvoří houževnatý kolektiv, velmi často vítězí nad papírově silnějším družstvem, které má silné individuality. V odbíjené více než u ostatních her se musí potlačit individualistické choutky. V odbíjené není možná sólová hra. Hráči jsou odkázáni jeden na druhého, a to vytváří kamarádkou soudržnost. Lyžař je odkázán ve svém sportovním boji sám na sebe, což bezesporu přináší spousty cenných vlastností pro charakter jednotlivce. V odbíjené se dopracuje pocitu odpovědnosti ke kolektivu. Odpovědnost ke kolektivu lyžařský závodník jistě též nemá postrádat, ať bojuje ve štafetě, za oddíl nebo v reprezentativním dresu.

Hrajte tedy dále odbíjenou a odnášejte si z naší jedné z nejmasovějších her ty cenné vlastnosti, které průprava i samotná hra přináší.

JOSEF KOZÁK,
zasloužilý trenér



Kreslil mistr sportu Ilja Matouš

BYLI JSME U DOBRÝCH PŘÁTEL

Malá výprava našich skokanů byla koncem března na posledním zájezdu v Německé demokratické republice.

O výsledcích zde nemíním psát. Ty znáte jistě z tisku. Úspěch mistra sportu Zd. Remsy (5. místo v Oberwiesenthalu v těžké konkurenci) je jistě potěšitelný, když se Bulínovi moc nedařilo a Motejlek získává teprve mezinárodní zkušenosti a ostrálenost v těžkých bojích. Chci se dnes hlavně zmínit o tom, jak jsme byli v NDR přijati a jak jsme si znovu ověřili opravdové přátelství sportovců i lidí NDR.

Při příjezdu do Drážďan nás očekával na nádraží zvláštní průvodce, který se nám věnoval po celou dobu pobytu, o všechno se nám staral. Ten nás odvedl z nádraží do zvláštního autobusu, který nás zavezl přímo do Oberwiesenthalu. Hned po příjezdu jsme se zúčastnili všichni slavnostního zahájení. Po zahájení byla naše výprava (jediná ze zahraničních výprav) pozvána do zotavovny ministerstva vnitra, kde jsme byli srdečně uvítáni a kde jsme strávili milé dvě hodiny v opravdu srdečném prostředí.

Při všech proslovích při vítání, loučení a při všech ostatních příležitostech bylo Československo jmenováno na prvním místě, i naše státní vlajka visela vždy na nejčestnějším místě. V televizi pro NDR před začátkem závodu v Oberwiesenthalu provedli krátký pohovor se Zdeňkem Remsou. Všichni přední pracovníci lyžařského svazu a představitelé veřejného, poli-

tického života v místě závodů nám věnovali plnou pozornost a vždy nás stavěli na čestné místo.

Při rozhovorech s lyžařskými pracovníky mně nepokrytě přiznávali, že ještě před 4–5 lety se jejich závodníci jezdili k nám učit. Že jsme jim my vždy vyšli vstříc. A dnes, když nás ve všech disciplínách předstihli, že nám upřímně nabízejí jakoukoliv pomoc. Předseda trenérské rady nám nabídl zapůjčení jejich trenérů, pokud bychom si to přáli. A nabídl hlavně více vzájemných styků, abychom tak mohli nyní čerpat z jejich znalosti a zkušeností.

Skutečnost, že v tak krátké době nás přátelé z NDR předstihli, nutí k vážnému zamyšlení. Nutí to k přemýšlení tím více, že východní Němci nás nejen předstihli, ale mnozí z nich, zejména skokani (H. Recknagel, Harry Glass, Werner Lesser a další), se vypracovali v krátké době na čelo světové špičky.

V čem vězí toto tajemství úspěchu? Nebylo by správné tvrzení, že snad Němci mají lepší podmínky než my k pěstování lyžařství. Je to zcela jiná věc, věc, kterou jsme před časem s úsměvem přehlíželi. Je to ona německá důkladnost, kterou nyní naši sousedé v NDR obrátili ve správném směru, ve směru výstavby svého nového socialistického státu, tedy i v důsledné snaze vyniknout v tělovýchově a sportu. Je to jen a jen důkladná celoroční příprava, opravdu poctivá, cílevědomá, která je tajemstvím jejich úspěchu. Jen tak je možné jít vpřed a dosáhnout vrcholného umění i ve sportu.

Byl bych opravdu rád, kdyby tento zájezd otevřel oči všem našim závodníkům, aby viděli, že jen poctivou přípravou se můžeme dostat zase dopředu a rovnat se se svými žáky.

Byli jsme těsně na druhé straně hranic a mohu říci, že jsme ani to rozhraní necítili. Byli jsme tam opravdu jako doma, mezi svými, mezi opravdovými přáteli.

MILOŠ DUFFEK

HELMUTH RECKNAGEL:

Měl jsem raději kopanou

Nedávno mi bylo dvacet let a dobře si pamatuji na svá dětská léta a na události, které mě přivedly k lyžování. Přesto, že jsem tak mlád, zúčastnil jsem se mnoha závodů a viděl kus světa, často si rád vzpomenu na to, co se odehrálo před 12–14 lety.

U nás doma si již nejmenší děti zvykají na lyže. Hory a sněh přispívají tomu, že dítě, které se sotva naučí chodit, začíná již lyžovat. Je pravda, že nemáme všude vysoké hory, ale zima je zato bohatá na sněh a trvá šest měsíců.

Byly mi teprve čtyři roky, když jsem se poprvé seznámil s lyžemí, které později sehrály tak důležitou úlohu v mém životě.

Společně s ostatními svými kamarády jsem se zpočátku jen těžce vyškrbal na malé kopečky a pokoušel se dobře nebo špatně sjet dolů. V našem kraji jsou téměř všechny dětské hry spojeny s lyžemí a pohyb na nich se stává během doby zcela přirozeným. Dnes jako dříve v mém rodném Steinhach-Gallenbergu jsou chlápci, kteří se sotva naučí bez pádu sjíždět z malého svahu, začínají stavět můstky a dávají jim význačná jména.

Vzpomínám si, jak jsme našemu dětskému můstku říkali „Holmenkolenu“. A tak se stalo, že jsem již ve svých šesti letech skákal ze znamenitého „Holmenkolenu“. A když jsem pak v roce 1957 zvítězil ve skoku na opravdovém Holmenkolenu, měl jsem již solidní praxi.

Vraťme se zpět do roku 1945. Byl to poslední rok zločinné hitlerovské války, kterou jsme my, děti, v naší vzdálené horské vesničce pocítovaly jen jejími smutnými následky: mnozí otcové se nevrátili domů. Ale toto všechno naše bezstarostné mládí ještě tehdy nevnímalo do

všech důsledků. Pořádali jsme vlastní závody a rekord našeho můstku byl 10,5 metru, avšak mně nepatřil. Tehdy jsem se skokům na lyžích příliš nevěnoval. Vždycky jsem se smutně díval na první sněhové vločky, které zvěstovaly, že se budu muset znovu na půl roku rozloučit s milovaným fotbalovým míčem. V zimě jsem často chodil do tělocvičny a cvičil na nářadí. Neuškodilo mi to — naopak — nyní jsem pevně přesvědčen, že všechny druhy sportů, kterými jsem se zabýval ve svých školních letech, byly základem pro mé nynější úspěchy.

I když jsem miloval kopanou a rád jsem pěstoval gymnastiku, přece jsem v těchto sportech poprvé nestartoval na skutečných závodech. „Vinu“ na tom, že jsem poprvé zavodil právě na lyžích, má náš tehdejší trenér mládeže ve sportovním sdružení Fritz Pjannschmidt. Lásku k lyžování mi vštěpoval systematicky a tak opatrně, že jsem si toho ani nepovšiml. Kopaná pro mně ustupovala stále více do pozadí. A tak dnes již nelituji konce léta, ale netrpělivě očekávám zimu.

Specializoval jsem se na skoky na lyžích a sdružený závod. V šestnácti letech jsem se stal dorosteneckým přeborníkem NDR. Nikdy nezapomenu na to, jak jsem byl tehdy rád, že jsem získal tento hrdý titul. Ale budu upřímný: zdálo se mi tehdy, že jsem nepřekonatelný mistr a že jsem jeden z nejlepších na světě. Moje sebevědomí se zvýšilo ještě více, když jsem se dostal k našemu nejzkušenějšímu trenéru Hansu Rennerovi. Odplata za domýšlivost nedala na sebe dlouho čekat.

Po dvě zimy jsem trenoval u Hanse Rennera společně s Harry Glassem a Wernerem Lesserem, našimi nejlepšími sko-

kany a v lednu 1956 jsem se zúčastnil rakousko-německého turné. Tyto čtyři závody měly rozhodnout o tom, kdo bude startovat na Zimních olympijských hrách v Cortině d'Ampezzo ve společném celoněmeckém družstvu. Bylo mi 18 let a byl jsem na to hrdý, ale náladu jsem měl dosti skeptickou. Na velké můstky, pro mne ještě neznámé, jsem vystupoval tehdy se strachem — bál jsem se jich!

Již proto jsem neměl právo, abych se považoval za vynikajícího skokana. Když člověk nedokáže překonat pocit strachu, pak at raději přestane vůbec skákat. Trpkou zkušenost jsem získal na Olympijském můstku v Garmisch-Partenkirchenu. Stál jsem nahoře, frásl se jako osika — a neodvažoval jsem se skočit. Hans Renner si toho všiml a řekl mi: »Jestli se bojíš, nejsi nám vůbec nic platný. Sbal si svých pět švestek a odjeď domů.«

Zmocnil se mě pocit studu a zlosti. Když jsem se vrátil domů, rozhodl jsem se, že již nikdy nebudu skákat. Ale pomýšlení na to, že jsem si udělal takovou ostudu, mi nedalo pokoje. Se smišenými pocity radosti a smutku jsem sledoval boje v Cortině, kde si tak úspěšně vedli moji kamarádi, zvláště Harry Glass, který získal bronzovou medaili. Vrátil jsem se do mužstva. Ani trenér, ani kamarádi mi nepřipomínali můj nezdar v Garmischu a znovu jsem se dobře cítil v jejich kolektivu. Rád jsem se řídil pokyny Harry Glasse a Wernera Lessera, kteří mi velmi pomáhali a kterým vděčím za úspěchy.

Dnes již není na světě můstek, se kterého bych se bál skočit. Naopak — čím je můstek náročnější, tím větší je moje touha poznat a překonat jeho zvláštnosti. V poslední době mám řadu úspěchů, vítězím dokonce na největších můstcích, ale nejvíce mě těší, že jsem letos zvítězil v Rakousko-německém turné. Dokázal jsem sám sobě, že jsem navždy skončil s tím hanebným pocitem, který jsem měl před svým prvním startem v tomto závodě.

VŠECHNO PRO NEJVĚTŠÍ ÚČAST MLÁDEŽE I DOSPĚLÝCH
NA OKRESNÍCH SPARTAKIÁDÁCH!

Pro rychlejší rozvoj lyžařských zařízení v ČSR

V čísle 1 časopisu »Lyžařství« z letošního roku byla podána celková informace o utvoření Koordinačního výboru pro otázky cestovního ruchu a o možnostech získání finančních prostředků pro rozvoj lyžařských zařízení jako součásti cestovního ruchu.

Navazujeme na tento článek a předkládáme vám pokyny, jakým způsobem, kde a u koho bude nutno uplatňovat nároky na zařazení jednotlivých požadavků a akcí.

V přítomné době jsou připravovány pokyny pro sestavení plánu cestovního ruchu na roky 1961—1965. Současné s těmito pokyny budou ÚV ČSTV vydány i směrnice k zpřesnění finančních požadavků, které byly na rok 1960 nárokovány současně s plánem roku 1959 a které nebyly dostatečně zdůvodněny nebo dokumentovány.

K usnadnění práce a orientace při plánování a předkládání požadavků pokusíme se seznámit vás s organizací cestovního ruchu, jeho orgány a postupem, který nutno dodržet, aby bylo možno nárokovat částky úspěšně projednat a jejich přidělení zajistit.

Vrcholným orgánem cestovního ruchu je Koordinační výbor pro otázky cestovního ruchu, který je ustaven při ministerstvu vnitřního obchodu. Jeho předsedou je ministr vnitřního obchodu a členy náměstkové ministru, do jejichž sféry zasahuje cestovní ruch. V tomto vrcholném orgánu zastupuje ČSTV soudruh tajemník O. Beran.

Koordinační výbor k zvládnutí své práce jmenuje pět odborných komisí:

1. sekci domácího cestovního ruchu, jejímž členem je soudruh inž. Jindříšek,
2. sekci zahraničního cestovního ruchu, členem soudruh dr. Kumpera,
3. sekci lázeňského cestovního ruchu, bez člena ČSTV,
4. sekci statistiky cestovního ruchu, členem soudruh inž. Jindříšek,
5. sekci propagace cestovního ruchu, bez člena ČSTV.

Uvedené odborné sekce mají funkci poradní a provádějí hodnocení a rozbor předkládaných materiálů pro koordinační výbor z hlediska celostátního.

Pro řešení a koordinaci otázek cestovního ruchu v krajích byly ustaveny »stálé komise cestovního ruchu při radách KNV«, které jsou přímo podřízeny koordinačnímu výboru a skládají se z pracovníků těchto orgánů a organizací, které jsou interesovány na cestovním ruchu. ČSTV doporučila, aby se členy těchto komisí stali osvědčení pracovníci z úseku turistiky a lyžování, kteří svými znalostmi tělovýchovných, turistických a lyžařských zařízení mohou podstatně přispět k rozvoji cestovního ruchu v kraji.

Stálé komise cestovního ruchu v důležitých okresech nebo místech pro cestovní ruch mohou uvést v život okresní nebo místní komise cestovního ruchu v obdobném složení.

Stálé komise cestovního ruchu při radách KNV koordinují veškerou činnost cestovního ruchu a pro jejich práci byl vydán zvláštní statut s podrobnou pracovní náplní, který bude uveřejněn v některém z příštích čísel.

Převažná práce koordinačního výboru i stálých komisí se zabývala zatím projednáváním přidělu finančních prostředků ze zvláštního účtu na určité akce. Je proto nutné znát, na které akce je možno požadovat finanční prostředky a jak je nutno tyto požadavky dokumentovat a zdůvodňovat.

Přesná specifikace požadavků, na něž je možno poskytnout finanční prostředky

ze zvláštního účtu cestovního ruchu, je uvedena ve výnosu ministerstva financí z 1. srpna 1958, čj. 321/151 548/58 takto:

- a) stroje, zařízení a inventář, určené pro vybavení stávajících objektů cestovního ruchu — objektem cestovního ruchu na úseku tělovýchovy jsou myšlená ta zařízení ČSTV i TJ, která jsou veřejně přístupná a slouží obyvatelstvu poskytovaním všech druhů služeb, jako jsou: ubytovny, noclehárny, stanové i srubové tábory, loděnice, lyžařské výtahy a vleky, turistické a lyžařské chaty, tělovýchovná střediska s pasantským provozem a četné jiné;
- b) provedení běžné údržby těchto objektů, případně jejich generální opravy s použitím místních zdrojů;
- c) pozemní úpravy, zejména stavby a údržba turistických komunikací uskutečňované podle zásad akce »Z« se souhlasem příslušného národního výboru — »turistickou komunikací« lze rozumět stavbu všech turistických a lyžařských cest, včetně stavby vleků, výtahů, slalomových svahů, sjezdových tratí a včetně jejich údržby i osvětlení; o postupu provádění akcí podle zásad akce »Z« jsou přesně informováni referenti výstavby KV ČSTV;
- d) mimofádné organizační výdaje.

Nárokování finančních prostředků na některé akce uvedené pod a) až d) je nutno řádně zdůvodnit a správně dokumentovat, aby bylo možno předložený požadavek obhájit. Rozsah zdůvodnění a dokumentace je závislý na rozsahu, důležitosti a naléhavosti té které akce. Stručný výťah zdůvodnění a podkladů je asi tento:

u DKP a vybavení: rozpočet podle kusů s cenou za jednotku, zdůvodnění potřeby ve vztahu k využití, doba používání nebo upotřebitelnosti apod.,

u strojů a zařízení: potvrzení poptávky, cena, použitelnost, hospodárnost využití, zdůvodnění naléhavosti potřeby zvýšením provozu, obratu a rozšířením služeb obyvatelstvu, odstranění fyzické námahy, bezpečnost provozu a jiné,

u lyžařských výtahů a vleků: dokumentace odsouhlasená plánovací komisí ÚLS, propočet rentability, potvrzení účelnosti a naléhavosti od příslušného NV, případně doporučení masových složek ROH, ČSM, KSC aj., odsouhlasení trasy, rozbor potřeby v celé oblasti a jiné,

u údržby: zdůvodnění, popis stavu případně s foto, kdy prováděna údržba naposled, doporučení NV, rozpočet,

u generálních oprav: zdůvodnění, potvrzení o převzetí GO a možnosti jejího provedení z místních zdrojů od NV, potvrzení závazků na brigády, rozpočet, účelnost a naléhavost,

u staveb: zdůvodnění, vypracování investičního záměru, potvrzení o zařazení do akce »Z« od NV nebo potvrzení o přidělení investiční kvóty od krajské plánovací komise, podrobný rozpočet, rentabilita provozu, časové využití apod.

V zájmu každého žadatele o přidělení finančních prostředků ze zvláštního účtu cestovního ruchu je, aby každá akce byla nejen řádně zdůvodněna a dokumentována, ale aby byla potvrzena její potřeba i ostatními partnery z úseku cestovního ruchu nebo jinými orgány a organizacemi veřejného charakteru.

Postup předkládání požadavků a návrhů na přiděly ze zvláštního účtu je nutno upravit tak, aby celé jeho projednání bylo skončeno do lhůty předkládání návrhů plánů na rok 1960 případně na III. pětiletý plán. V důsledku toho je nutno, aby návrh potřeby finančních prostředků na jednotlivé akce pro složky

ČSTV byl nejdříve zpracován v těchto složkách (odbořech turistiky, plánovacích komisích krajských lyžařských sekcí, v sekci vodních sportů aj.), opatřen všemi náležitostmi a po vzájemné koordinaci u hospodáře KV ČSTV byl předložen »stálé komisi cestovního ruchu rady KNV« zástupcem ČSTV (členem komise) k projednání, koordinaci a zahrnutí do krajského návrhu plánu cestovního ruchu. Stálá komise je povinna po projednání vydat zástupci ČSTV doporučení k zařazení odsouhlasených akcí do resortního plánu cestovního ruchu zpracovávaného v ÚV ČSTV. Odsouhlasené akce budou předloženy prostřednictvím hospodáře KV ČSTV ústřednímu výboru ČSTV ve dvou vyhotoveních, z nichž jedno obdrží odbor turistiky a jedno plánovací a investiční oddělení. Předložené návrhy budou koordinovány a zpracovány v návrh plánu cestovního ruchu ČSTV, který bude předložen koordinačnímu výboru při MVO. Po projednání návrhu budou včas informováni žadatelé o dalším postupu, případně rozdělení a způsobu kontroly.

Uplatnění požadavků bude prováděno na tiskopisech předepsaných pokyny pro sestavení návrhů plánů. Vzhledem k tomu, že příslušné tiskopisy zachycují potřebu pouze ciferně, bude nutno k nim vypracovat podrobné komentáře, zdůvodňující a dokumentující potřebu, jak je uvedeno.

V návrhu roku 1960 je nutno uplatňovat, zdůvodnit a dokumentovat pouze ty požadavky, které byly uplatněny v návrzích v roce 1958 na rok 1960. Jen zcela výjimečně mohou být zařazeny akce nové, které nebyly v roce 1958 ještě známy a jejichž potřeba je naléhavější než akcí již předložených a je v tomto směru potvrzena stálou komisí cestovního ruchu.

Nárokování akcí a finančních prostředků v III. pětiletém plánu (1961—1965) je třeba věnovat náležitou péči a rozvahu. V tomto výhledu je nutno zvážit směry, kterým se na úseku cestovního ruchu má přednostně věnovat pozornost, a stanovit cíl, který by měl být dosažen, třeba i etapově (IV. a V. pětiletce).

Za tím účelem je nutné, aby pracovníci na úseku cestovního ruchu přikročili naprosto odpovědně k provedení klasifikace a pasportizace zařízení cestovního ruchu a na jejich základě ke stanovení oblastí (rajónů) cestovního ruchu. Teprve po této práci bude možno přikročit k správnému zpracování výhledu, a to jak z hlediska potřeby celého úseku cestovního ruchu, tak i jeho dílčích částí, jako je turistika, zimní sporty nebo vodní sporty. V tomto směru obdrží stálé komise rad KNV v krátké době pokyny od MVO, ve kterých jim bude doporučeno vytvořit zvláštní subkomise pro zpracování těchto výhledů. Odborníci z tělovýchovy by měli být v těchto subkomisích nejen zastoupeni, ale měli by s přihlédnutím k svým regionálním znalostem být důležitými a důslednými zastánci rozšíření dvojsezónních zařízení na úseku turistiky a lyžování.

Termíny zpracování budou sděleny hospodářům KV ČSTV na základě směrnice MVO. Doporučuje se provést veškeré shrnutí podkladů a dokumentací již dříve. Termín pro upřesnění požadavků na rok 1960 bude nejpozději do 15. srpna 1959, termíny pro III. pětiletý plán budou pozdější. Vzhledem k rozsahu práce je však nutno i na tomto plánu zahájit přípravné práce ihned.

K vaší práci a jejímu úspěšnému zakončení přidělením všech požadovaných finančních prostředků přeji mnoho zdaru. Doufám, že aspoň zčásti k tomu přispěje tato informace.

Inž. JIRÍ JINDŘÍŠEK



LYŽAŘSKÁ ZAŘÍZENÍ V LÉTĚ

Věru, letošní zima nám nebyla nijak nakloněna. Od roku 1915 nebylo horších sněhových podmínek jako letos. Nedostatek sněhu se projevil na možnostech používání lyžařských zařízení, hlavně v podhůří, kde některá nebyla letos vůbec v provozu.

Měli jsme možnost dobře si prohlédnout celou řadu zařízení již na jaře. Zjistili jsme, že jejich stav je skutečně velmi neutěšený a že jim chybí celoroční péče. Aby se o ně někdo staral už dříve, a ne těsně před závodem, kdy si všechny úpravy vyžadají nepoměrně více práce a nákladů.

Je logické, že každé lyžařské zařízení ještě dříve, než se postaví, má mít svého hospodáře a správce. Ti se starají o definitivní dokončení stavby, o úpravy a využití zařízení během zimního období a hlavně o jeho pravidelnou opravu a údržbu přes léto tak, aby již při napadnutí prvního sněhu mohlo být dáno do provozu a sloužilo svému účelu, pro který bylo stavěno.

Nyní je vhodná doba na prohlédnutí zařízení a na opravy. Je třeba zabránit jeho chátrání, které je počátkem konce a vyřazení zařízení z provozu. To nesmíme dopustit, neboť musíme mít stále na zřeteli, že výstavba dala hodně práce a stála mnoho peněz. Za škody, které takto vznikají, jsme všichni odpovědní. Pravidelné prohlídky a včasné opravy zařízení zajistí nám trvalé užívání a prodlouží velmi značně jeho životnost.

Máme poměrně hodně lyžařských zařízení, která reprezentují skutečně velké hospodářské hodnoty, a nemůžeme dopustit jejich vyřazení z provozu.

Voláme proto všechny odpovědné činníky lyžařských oddílů tělovýchovných jednot, které mají ve vlastnictví nebo ve správě jakékoliv lyžařské zařízení, aby ihned prohlédli, co je třeba opravit, projednali s jednotou postup a otázku financování oprav a zainteresovali členstvo oddílu na dobrovolných brigádách. Využijte přítomnou zkušenost z provozu zařízení v posledních sezónách. Projednejte současně otázku zajištění potřebného materiálu a nářadí na úpravy v letním období i v zimě na sněhu.

Zmíníme se velmi stručně, jen v několika řádcích, o hlavních závadách na jednotlivých zařízeních a o postupu při jejich odstraňování.

LYŽAŘSKÉ MŮSTKY

Na území naší republiky máme asi 180 lyžařských můstek. Nejvíce je malých cvičných můstek pro mládež (s výkonem do 30 m asi 90). Z těchto 180 můstek je však jen 146 schopných provozu. Zbývajících 34 nemůže být použito proto, že mají zničené nájezdové věže, bubny, přemostění dojezdů, nebo proto, že jejich výstavba nebyla dokončena a můstky nebyly vůbec uvedeny do provozu. Ale i ostatní, provozuschopné můstky mají řadu závad, které je nutno každým rokem odstraňovat, nebo jinak během několika let vyřadíme další a další můstky a budeme stavět nové velkými stavebními náklady.

Při provádění oprav nebude lehké zajistit potřebný stavební materiál, hlavně dřevo, a pak zajištění potřebných finančních prostředků. Obratě se prostřednictvím OV ČSTV na referenta pro výstavbu při KV ČSTV a požádejte ho, aby vám v těchto otázkách pomohl. Nespolehejte se však, že dostanete vše, co budete potřebovat, a počítejte s tím, že většinu oprav si musíte zajistit brigádnickou pomocí vlastního členstva a materiálem z místních zdrojů.

Většina nájezdových věží, hlavně malých můstek, je zhotovena ze dřeva. Prohlédněte dobře stav dřeva v místech, kde vychází ze země, a sledujte-li, že uhnívá, odstraňte vadnou část a nahraďte novým trámkem. Kde máte možnost, posaďte konstrukci na betonové patky nebo na zděnou podezdívku. Prohlédněte spoje dřevěné konstrukce, kde je třeba, přitáhněte šrouby a hřeby. Vadné části nahraďte novými. Tyčovina na nájezdu bývá obvykle kladena neloupaná. Neloupané dřevo má jen polovinu životnosti než dřevo loupané. Budete-li vyměňovat, pak bezpodmínečně použijte loupané tyčoviny a kmenoviny. V každém případě proveďte řádnou impregnaci všech dřevěných konstrukcí, kterou po

zaschnutí opakujte. Máte-li konstrukci nájezdové věže provedenu ze železných profilů nebo z trubek, utáhněte dobře všechny spoje, prohlédněte sváry, očistěte rez drátěným kartáčem a proveďte nový nátěr miniovou barvou nebo jinou vhodnou barvou na železné konstrukce.

Další pozornost musí být věnována doskočišti. Přeměřte dosavadní profil, vynechte si ho v poměru 1:200 a zjistěte, zda odpovídá existujícím normám. Nemáte-li odborníka, který by vám toto provedl, obraťte se na předsedu komise pro výstavbu lyžařských zařízení při krajské lyžařské sekci, který vám rád poradí, případně odborníka obstará. Doskočiště našich můstek jsou obvykle ve velmi špatném stavu, při stavbě jim nebyla věnována dostatečná péče a nebyly dokončeny. Násyp zeminy slehne a změní profil doskočiště. Chybějí odpadové stružky na vodu, jejichž účelem je zabránit vymílání doskočiště, chybí hlavně jejich zařazení. Při nákupu travního semena poradte se s okresní hospodářskou komisí, která travní směs bude nejvhodnější pro vaše poměry. Opravu doskočiště proveďte velmi urychleně a pečlivě. Spojte ji s úpravou přechodu a překontrolujte, zda naplavená zemina nezměnila jeho profil. Přechod i dojezd osejte rovněž travou a opatřte odpadovými stružkami.

Je toho hodně, co byste měli na můstcích udělat, není toho však tolik, abyste to při správném rozdělení práce a úkolů nemohli zvládnout.

Dáte-li jednou všechno do pořádku, pak bude stačit každým rokem drobná údržba a můstek vám bude sloužit dlouhá léta. Již nyní v létě si připravte všechna zařízení a pomůcky na zimní úpravu můstku, jako široké lopaty na odhazování sněhu, hrábě, hrabky na shrnování čerstvého sněhu, vážní lať na kontrolu sklonu odraziště, čísla dělek skoku, lano a všechno ostatní, co k pořádnému vybavení můstku patří a co v dostatečném množství má být u můstku uskladněno po celý rok.

Tribuna rozhodčích patří automaticky též do vaší péče a samozřejmě jí věnujte stejnou pozornost jako vlastnímu můstku.

BĚŽECKÉ TRATĚ — SJEZDOVÉ DRÁHY

Povahou své výstavby, letní údržby a úpravy jsou si tato zařízení velmi podobná, a je proto možno hovořit o jejich údržbě najednou. Tato lyžařská zařízení zbavíme postupně pařezů, kamenů a krátkých terénních vln nebezpečným lyžím a zasejeme pěknou nízkou hustou travou. Takové tratě bychom chtěli mít, bohužel však nemáme, neboť stejně tak jako u můstek nedovedeme z pohodlnosti nebo z jiných příčin jejich výstavbu dovést do konce a spokojíme se mnohdy jen vykácením lesního porostu. Naše sjezdovky i slalomové svahy zarůstají proutím, malinčím a borůvkám a není divu, že v zimě jsou sjízdné teprve při velké vrstvě sněhu. Tyto nedostatky jsou také jednou z příčin krátce vyježděných koryt, tak nepřijemných pro plynulou jízdu.

Na běžeckých tratích musíme dosáhnout jejich potřebnou šířku, aby bylo možno na všech úsecích upravit dvě stopy a aby zatáčky byly dostatečně široké i pro dva jezdce. Srovnejte s tím vaši standardní trať a uvidíte, jak velkou práci kromě vlastní úpravy terénu zde ještě máte.

A teď k vlastnímu upravování tratí v letním období. Předně je třeba přistoupit k té nejtěžší práci, k odstranění pařezů. Postup a způsob musí být volen zcela individuálně, podle velikosti pařezů, sklonu svahu, povahy zeminy a ostat-

ních okolností. Nemí-li možno pařezy dobývat nebo vytrhávat, případně odstělovat, musíme je alespoň seříznout do úrovně terénu a jejich hlavu zaházet zemí. V každém případě však na prudkých svazích dbáme toho, aby v zemi zůstaly kořeny, které zpevňují terén a zabráňují erozi (odplavování půdy). Okolní půdu po odstranění pařezy ihned urovnáme, osejeme trávou nebo zadrnujeme. Kámeny sebereme a vyrovnáme jimi prohlubně, které opět zarovnáme zeminou nebo drny. Dalším úkolem bude odstranit proutě a malinové šlahouny a uklidit je z celé prostoty dráhy, neboť volně ležící pruty vyžadují silnější vrstvy sněhu. Pokud je možné, odstraňte borůvčí, které na začátku zimy nachytá ve svých větvičkách sniž, který při přejíždění snadno propadá. Překontrolujte zatáčky, zda jsou bezpečné a zda mají potřebnou šířku. Závodní pravidla předpisují pro sjezdové dráhy nejmenší šířku v lesních úsecích 20 m. Máme jen velmi málo tratí, které odpovídají tomuto předpisu. Zde bude třeba postupně dráhy na stanovenou šířku upravit, zvláště tam, kde pro jízdu nelze využít celé šíře dráhy, jako na traversech, kolem skalních útěsů a podobně. Konečně je nutno ořezat přesahující větve, odstranit ze stromů vyčnívající pahýly a vyčistit nejméně do šířky deseti metrů po každé straně les, aby v případě pádu závodníka do lesa nedošlo k jeho dalšímu zbytečnému zranění.

Stejně tak jako u můstků je nutno i u běžeckých tratí, sjezdových drah a slalomových svahů připravit během léta jejich řádné vybavení. U běžeckých tratí jsou to trvalá značení, tabulky se zákazy chůze po tratí, tabulky s kilometry. U sjezdových drah ochranné budky pro saně Horské služby, označení tratě s udáním nadmořské výšky, čísla, značky a barvy tratě, telefonní spoje s vý-

Opravy na vleku pod Pradědem nebyly v mrazu a chumelenici zvláště příjemné.



vody na důležitých kontrolních úsecích. U slalomových svahů je nutno počítat s dostatečným počtem přírodních loupných tyčí, natěžených ve stejném počtu modře, červeně a žlutě. Každý slalomový svah jich má mít nejméně po sto kusech stejné barvy. To dostačuje na postavení dvou kol slalomu a pro malou rezervu na výměnu zlomených tyčí. Dále si připravíme na všechny tratě dostatečný počet lopat a hrábí, na slalomové svahy pak ještě pevná ocelová hrabadla na zarovnání mantinelů při závodech ve slalomu. Každý strážce branky má mít k dispozici hrabadlo.

Jen pro informaci: v republice máme 80 standardních běžeckých tratí, 134 slalomových svahů a 78 sjezdových drah. 54 sjezdové dráhy nemají výškový rozdíl větší než 400 metrů a jen devět má výškový rozdíl přes 600 m.

VLEČNÉ VÝTAHY

V posledních dvou letech velmi značně vzrostl počet vlečných lyžařských výtahů. Máme jich evidovaně celkem 84, z čehož více než dvě třetiny jsou navijáky, převážně pendlovací, naprosto nedostatečně konstrukčně řešené. Jsou zho-

toveny amatérsky a slouží prakticky jen členstvu oddílu, který jej postavil.

Zbývající třetina je přístupna široké veřejnosti a je obhospodařována ústředními, krajskými nebo jinými složkami. V létě jsou mimo provoz. Těto přestávky je třeba využít k řádnému prohlédnutí pohonného i vratného agregátu, výměně opotřebovaných součástek, kladek, řádnému namazání lana a opatření celé strojní části ochranným nátěrem. Současně je třeba upravit i povrch jízdni dráhy, aby byla sjízdnou již při napadnutí prvního sněhu. S provedením oprav strojního zařízení prohlédneme a překontrolujeme dobře i přívody elektrického proudu a zajistíme i kontrolu všech bezpečnostních zařízení.

O udržování a úpravách lyžařských zařízení dalo by se ještě hodně psát. Opatřovali bychom však jen věci, které musí být každému vlastníku zařízení naprosto jasné, neboť péče o zařízení musí vyplynout z poměru, jaký k němu máme. Odstranění závad, jak jsme se už zmínili, provedeme nejlépe organizováním dobrovolných brigád členstva, které mají tu výhodu, že po celý rok budou členové oddílu ve stálém styku.

eRka

Z ÚSTŘEDNÍ SEKCE

Ve dnech 27.—28. června 1959 koná se v Zilíně plenární zasedání ústřední sekce. Program byl stanoven takto:

1. Zhodnocení činnosti v uplynulém funkčním období.
2. Vyhlášení výsledků soutěže o nejlepší lyžařský oddíl a krajskou sekci.
3. Volby nového předsednictva ústřední sekce na dvouleté funkční období.
4. Hlavní úkoly pro plán rozvoje na další dvouleté období.

Plenárního zasedání se zúčastní předsedové krajských lyžařských sekcí, členové předsednictva ústřední sekce a řada dalších nejlepších lyžařských odborníků a funkcionářů z celé republiky.

★

Předsednictvo sekce zhodnotilo předběžně průběh soutěží v letošní zimě a schválilo tyto závěry:

- věnovat větší pozornost přípravě kalendáře, hlavně krajskými sekcemi tak, aby kalendář byl pokud možno úplný a zahrnoval všechny lyžařské soutěže;
- dbát, aby vystupování všech funkcionářů během soutěží odpovídalo zásadám správné politickovýchovné práce;
- zajistit pořádání většího počtu veřejných závodů pro žactvo;
- zlepšit propagaci soutěžení především tiskem a rozhlasem;
- dbát na stálou úpravu tratí a můstků;
- zajistit, aby 5 procent z výtěžku na lanovkách a výtazích bylo věnováno na úpravu sjezdových tratí;
- v časopise Lyžařství uveřejňovat výsledky všech významných závodů;
- na celostátním aktivu STK projednat, aby závody štafet na mistrovství ČSR byly pořádány jako oddílové na tratích 3krát 10 km;
- s ředitelem n. p. Turista, RJ a ÚRD projednat, aby do určitého termínu byly přednostně vyřizovány objednávky na zajištění ubytování lyžařskými složkami;
- výchovně propagační komise připraví na podzimní měsíce školení hlasatelů.

★

Připravují se návrhy na spolupráci s ČSM, Pionýrem a odborem turistiky. Návrhy mají být zakotveny do jakési

smlovy (dohody) a mají přispět k vzájemnému těsnějšímu kontaktu zajistit pomoc při organizování akcí celostátního charakteru, především při náborových soutěžích. U odborů turistiky půjde kromě těchto otázek ještě o vzájemnou výpomoc metodickými pracovníky (cvičiteli, trenéry) při kurzech, školení, seminářích apod.

★

Předsednictvo hodnotilo stav zapojení členů lyžařských oddílů do nácviku prostých na II. CS. K 20. V. t. r. nacvičovalo celkem 2033 členů lyžařských oddílů, to znamená 21,1 procenta všech členů. Mužů nacvičuje 737, žen 333, dorostenců 701, dorostenek 262.

Hlášení jsme dostali z celkem 83 lyžařských oddílů. Nejvíce oddílů je zapojeno v MV Praha, celkem 14, v KV Brno 11, Hradec Králové 10, Plzeň 8, Ústí n. L. 7. Nejméně oddílů je zapojeno do nácviku v kraji Pardubice, celkem 2, v krajích Ostrava a Jihlava 3.

Stav proti minulému měsíci se podstatně zlepšil. Rozhodující však zůstává, kolik členů lyžařských oddílů již vystoupilo nebo ještě vystoupí při veřejných cvičeních nebo na okresních spartakiádách.

★

Byly schváleny zásady kalendáře vrcholných soutěží pro příští rok. Všechny přebornické a mistrovské soutěže budou probíhat v rámci II. celostátní spartakiády. Je proto třeba průběh všech soutěží zajistit co nepečlivěji, aby tak byly důstojným rámcem II. CS.

Předběžně bylo rozhodnuto, že mistrovství ČSR a dorostenecké přebory ČSR jak v klasických, tak i ve sjezdových disciplínách se budou konat na Slovensku. Otevřena zůstává pouze otázka běhu na 50 km.

★

Předsednictvo schválilo návrhy, které přednesou naši zástupci na kongresu mezinárodní federace FIS. Jde především o návrhy na změnu některých ustanovení pravidel. Podrobně o této otázce pojednává článek uveřejněný v 5. čísle našeho časopisu.

Pomník lyžařskému pracovníkovi

Zdarský a jeho »Lilienfeldská« (alpská) lyžařská škola zaujímají výrazné místo ve vývoji a v dějinách lyžování. Oprávněně je Zdarský počítán k pionýrům lyžařského sportu, a to nikoliv jen ve smyslu jeho technickosportovní stránky. Jemu totiž šlo také o to, aby netušené krásy zimní přírody byly člověku přístupnější, aby se člověk radoval z přírody, z lyží a z jízdy po svazích. Má velké zásluhy o propagování a rozšíření putování na lyžích jako prvořadého výchovného činitele.

K tomu přispěl i po technické stránce zkonstruováním lyžařského vázání, jehož některé principy platí dodnes (například v zabránění pohybu pat do stran). Jako první prováděl masový lyžařský výcvik, kterým bezplatně prošlo 20 000 účastníků (!). Napsal jednu z prvních lyžařských příruček (r. 1896). Je zakladatelem slalomu — což je málo známou skutečností — v němž uspořádal první závod roku 1905, tedy 17 let před A. Lunnem.

Byl prvním (r. 1908) a dlouhá léta jediným čestným členem Ski Club of Great Britain, stejně jako členem Kandahar-Ski Club v Londýně. A byl také jedním z mála čestných členů rakouského lyžařského svazu.

V uvážení a zhodnocení celé jeho životní práce a jeho velkých zásluh o lyžařství utvořila se »Společnost M. Zdarského« se sídlem ve Vídni, jež si vytkla za úkol pečovat o jeho dílo a vybudovat mu pomník v Lilienfeldu, kde 50 let žil a pracoval (1889—1939). Rada odborníků už zhodnotila přínos, za který lyžařský sport děkuje právě Zdarskému, a např. také A. Lunn ve svých dvou monografiích o lyžování, vydaných r. 1926 a r. 1952, Zdarského vysoko řadí a cení.

Z pera předního znalce Zdarského díla, vídeňského universitního profesora dr. E. Mehla, byl už péčí Společnosti vydán slavnostní spis, první stavební kámen pro pomník.

Toto je nakonec záležitost, k níž máme určitý byt nepřímý vztah i my, neboť Zdarský je moravským rodákem z Kožichovic u Třebíče, kde se 25. února 1856 narodil. VILEM NEČESAL

Vítěz závodu Nor Yggseth je povoláním pilotem tryskového letadla. Jsou tedy lety vzduchem na lyžích pro něj maličkostí. Na větší rychlosti je prý zvyklý a bezvadně se ve vzduchu orientuje.

★

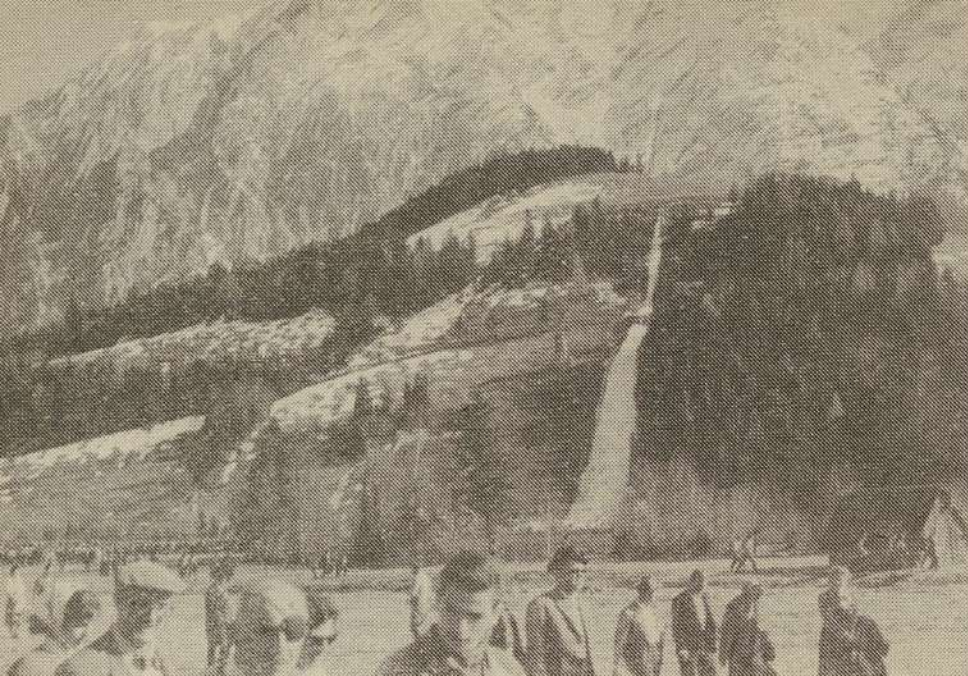
Norský trenér Sjelderup miluje hudbu. Jeho manželka je známá zpěvačka Ann Bronn. Pětsetkrát zpívala již píseň »Porgy a Bess«, kterou pro ni napsal známý u nás G. Gershwin.

★

Až pojedete do Kulmu, nehleďte jej na mapě. Je to totiž nepatrný pahorek mezi obcemi Mittendorf—Tauplitz—Klächau. Můstek byl letos přestavěn a kritický bod byl posunut z dřívějších 115 metrů na 120 metrů.

★

Stometrová hranice byla během 4 dnů dosažena celkem 130krát. Jubilejní stý skok — let přes sto metrů, dosáhl Rakušan Habersatter.



Celkový pohled na mamutí můstek v Kulmu

KULM, lety na lyžích

Kulm, jeden ze tří mamutích můstků ve světě, leží ve Štýrsku v Rakousku. Za necelých devět hodin jízdy z Budějovic do Mittendorfu máte možnost zahlednout Línce i krásná jezera Solné komory a ve večerním soumraku vám zablikají na pozdrav světla lanovek pod ledovcem Dachstein. A právě za Dachsteinem leží městečko Mittendorf, které ve dnech 19.—22. března k sobě přilákalo světovou skokanskou elitu na lety vzduchem, které se konají na můstku asi 3 km od městečka.

Můstek je světovou kuriozitou již tím, že je vlastně celý přirozený jak v nájezdu, tak doskoku i dojezdu. Pouze vrchol nájezdu má upravenou dřevěnou plošinu s několika schody, takže se nedá ani mluvit o věži. Při stavbě můstku nebylo potřeba dělat ani žádné velké terénní přesuny. Prostě terén byl pro mamuták přírodou stvořen.

Jen jedině letos můstku chybělo, a to byl sníh. Jeho přísun a úprava znamenaly nepředstavitelnou práci. Také se o ni rozdělily stovky lidí včetně vojenských jednotek, kteří po celou dobu závodu museli můstek denně zachraňovat. Přísun sněhu byl z velké části proveden pomocí velkých aluminiových žlabů vedených z vyšších míst s dostatkem sněhu. A tak se podařilo na celé ploše můstku přes veliké teplo nanést 70 cm silnou vrstvu sněhu a zpevnit ji tak »schnebetonem«, že vydržela vždy po celou dobu závodu.

Jistě bude zajímavé říci některé nové údaje k můstku, který byl pro letošní závody proti minulým letům částečně předělán. Nadmořská výška dojezdu 812 m nad mořem, nadmořská výška nejvyššího nájezdu 994 m, tj. relativní rozdíl 182 m, délka nájezdu 100 m. P = 115 metrů, K = 130 m, dojezd po rovině asi 100 m (ukázalo se, že dojezd je příliš krátký a řada závodníků skončila v mantinelu, který byl připraven z velkých hromad chvojí).

Nejkratší bezpečný skok je 65 m, sklon nájezdu maximálně 40 st., sklon doskočiště 41,30 st., R₁ 110 m, R₂ 120 m.

První skoky na můstku byly provedeny v roce 1950. Nájezdová rychlost při letošních závodech se pohybovala mezi 100 až 108 km v hodině.

Start závodu byl vždy v poledne, kdy byly nejlepší podmínky. Měl jsem dojem, že úpravě nájezdu nebyla věnována zvlášť velká péče. Zvláště byly vlnky, které narušovaly klidný nájezd. Nejdůležitější byl upraven doskok, který byl tak zpevněn, že nebyl velkou průběhem skákání vůbec upravován.

Při výčtu zařízení, která jsou na můstku velmi jednoduchá, nesmím zapomenout na sáňkový výtah pro závodníky, který, i když jezdil po trávě a blátě, vykonal mnoho práce. Zvláště byly také skupiny mladých kluků-dorostenců se startovními čísly, kteří vynášeli svým závodníkům lyže na nájezd. První den se tyto nosiči v horlivosti při vynášení lyží mohli přetrhnout, další dny se mohli přetrhnout u Cocacolly, kterou za vynášení lyží volně čerpali. Kluci jsou všude stejní. Závodníci sami nosí jen malá startovní čísla (asi 6 cm velká), která mají připravena na rukávu. Při velkých rychlostech by normální startovní čísla byla nebezpečná.

Do výsledku závodu se počítaly vždy dva nejlepší skoky ze tří posledních dnů. A do závěrečného výsledku se bralo šest skoků, či lépe řečeno letů. Je zajímavé, že nedošlo k žádnému většímu zranění, i když některé pády vypadaly hrozně. Například pád Rakušana Eggera, který upadl poslední den na nájezdu a zničil obě »kovové skokačky«, ale pokračoval v dalších letech na vypůjčených lyžích. V závode celkově zvítězil Nor Yggseth pouze dva body před Recknagem z NDR. Výborný výkon podal Rakušan a největším překvapením byli Poláci, když mladý závodník Hryniewiecki skončil v celkovém součtu na 5. místě. Doufejme, že v příštím roce, kdy se konají lety vzduchem na mamutí můstku v Planici, zasáhnou do bojů také naši skokani.

BOHUSLAV SÝKORA

Výsledky mistrovství a přeborů ČSR SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY

Slalom — muži:

1/1	Mohr Zbyněk, Slávia Bratislava	53,7	52,4	106,1
2/2	Hennrich Kurt, Jiskra Litvínov	55,1	52,8	107,9
3/3	Krasula Josef, Tatran T. Lomnica	55,8	54,4	110,2

4/4 Stiehl Petr, Dukla Liberec, 57,6 — 53,1 — 110,7; 5/5 Krajňák Vlado, TJ Kežmarok, 57,7 — 53,1 — 110,8; 6/6 Bogdálék Jaroslav, Spoj Brno, 58,6 — 53,3 — 111,9; 7/7 Novotný Jindřich, TJ Gottwaldov, 57,4 — 55,0 — 112,4; 8/8 Chovan Ondrej, Slávia Bratislava, 57,2 — 55,4 — 112,6; 9/9 Richvalský Laco, Tatran T. Lomnica, 59,7 — 53,4 — 113,1; 10/10 Mravec Ján, Dukla Liberec, 58,2 — 54,8 — 113,4; 11/11 Mohr Ivan, Tatran T. Lomnica, 58,2 — 56,3 — 114,5; 12/12 Telgarský Alex., Dukla Liberec, 59,8 — 55,8 — 115,6; 13/13 Obal Rostislav, Dukla Liberec, 59,0 — 56,9 — 115,9; 14/14 Richvalský Juro, Tatran T. Lomnica, 59,3 — 57,1 — 116,4; 15/15 Scheib Josef, Spartak Hr. Králové, 60,1 — 57,0 — 117,1; 16/16 Pastierik Jaroslav, Sokol J. Lázně, 60,9 — 57,2 — 118,1; 17/17 Šoltýs Michal, TJ Kežmarok, 60,3 — 58,3 — 118,6; 18/18 Štěpánek Přemek, Slávia Liberec, 61,2 — 57,7 — 118,9; 19/19 Treitl Harry, SZ Frýdek-Místek, 62,0 — 57,1 — 119,1; 20—21/21—22 Bartončíka A., Spartak Rýnovice, 61,0 — 59,2 — 120,2; Tagwerker Ján, Dynamo Praha, 60,8 — 59,4 — 120,2; 22/23 Kožnárek Ivo, Spoj Brno, 59,8 — 60,6 — 120,4; 23/24 Winter Josef, Slávia VŠ Liberec, 63,7 — 57,3 — 121,0; 24/25 Slavíček Erhard, Slovan Sp. Mlýn, 62,4 — 59,0 — 121,4; 25/26 Martinek Miroslav, Spartak Rokytnice, 62,5 — 59,0 — 121,5; 26/27 Bruna Miloslav, Jiskra Žel. Brod, 65,2 — 56,9 — 122,1; 27/28 Uhlíř Arnošt, Spartak Uher. Hradiště, 63,0 — 60,4 — 123,4; 28/30 Pavlas Ivan, TJ Gottwaldov, 64,4 — 61,8 — 126,2; 29/31 Šuga Ladislav, Dukla Prešov, 64,4 — 62,7 — 127,1; 30/32 Straškraba V., Slávia Ostrava, 66,3 — 61,3 — 127,6; 31/34 Ognar Tasile, Spoj Brno, 67,2 — 62,1 — 129,3; 32/35 Gikalov Vlad., RH Hr. Králové, 69,9 — 60,0 — 129,9; 33/36 Furfín Vladimír, Tatran T. Lomnica, 60,1 — 70,0 — 130,1; 34/37 Teplík V., Sokol Frýdštejn, 64,2 — 66,0 — 130,2; 35/40 Šikula Tibor, RH Sušice, 70,3 — 64,2 — 134,5; 36/41 Matějovský Zdeněk, Baník Děčín, 76,8 — 65,2 — 142,0; 37/43 Loufek Jaroslav, Dukla, 70,7 — 73,6 — 143,3; 38/44 Maličský Vlad., Slávia VŠ Praha, 86,0 — 59,6 — 145,8; 39/47 Holický Josef, RH Sušice, 85,1 — 62,5 — 147,6; 40/49 Manukovský Fedor, Lokomotiva Zvolen, 83,4 — 69,6 — 153,0; 41/50 Příbramský Miloš, Slávia VŠ Praha, 87,8 — 67,0 — 154,8; 42/51 Kazda Jiří, Slávia Olomouc, 70,9 — 88,4 — 159,3; 43/44—53/54 Šeltýs Anton, TJ Kežmarok, 56,0 — 105,4 — 161,4; Hnízdo Josef, Jiskra Ústí, 95,2 — 66,2 — 161,4; Podsedník Josef, Lokomotiva Brno, 64,4 — 97,6 — 162,0; 46/56 Kurec Vilém, Spartak Kopřivnice, 72,7 — 90,7 — 163,4; 47/57 Dolník Frant., Baník Handlová, 92,3 — 71,5 — 163,8.

Obří slalom — muži:

1/1	Bogdálék Jaroslav, Spoj Brno	1:26,9
2/2	Šoltýs Michal, TJ Kežmarok	1:28,5
3/3	Bruna Miloslav, Jiskra Železný Brod	1:28,6

4/4 Šoltýs A., TJ Kežmarok, 1:29,2; 5/5 Rychvalský L., Tatran T. Lomnica, 1:29,6; 6/6 Vckatý V., Lokomotiva Trutnov, 1:30,4; 7/7 Stiehl P., Dukla Liberec, 1:31,5; 8/8 Obal R., Dukla Liberec, 1:32,0; 9/9 Krasula J., Tatran T. Lomnica, 1:32,1; 10/10 Pittl J., Spartak Sokolovo, 1:32,7; 11/11 Novotný J., TJ Gottwaldov, 1:33,2; 12/12 Telgarský A., Dukla Liberec, 1:33,9; 13/13 Slavíček E., Slovan Spindlerův Mlýn, 1:34,4; 14/15 Mohr Z., Slávia Bratislava, 1:35,2; 15/16 Mravec J., Dukla Liberec, 1:35,4; 16/17 Scheib J., Spartak Hradec Králové, 1:35,6; 17/18 Springel Z., Dukla Liberec, 1:35,7; 18/19 Štěpánek P., Slávia Liberec, 1:36,0; 19/20 Koldovský J., Spartak Rokytnice, 1:36,3; 20/21—22 Richvalský J., Tatran Tatranská Lomnica, 1:37,4; 21/23 Martinek M., Spartak Rokytnice, 1:38,0; 22—23/24—25 Teplík V., Sokol Frýdštejn, 1:39,5; Winter J., Slávia Liberec, 1:39,5; 24/28 Bartončíka A., Spartak Rýnovice, 39,7; 25—26/29—30 Krajňák V., TJ Kežmarok, 1:39,9; Chovan O., Slávia Bratislava, 1:39,9; 27/31 Kont E., Jiskra Jablonec, 1:40,1; 28/32 Kožnárek I., Spoj Brno, 1:40,6; 29/33 Poddaný J., Dukla, 1:41,6; 30/34 Novotný V., Spartak Rýnovice, 1:42,0; 31/35 Pacák K., Spartak Hradec Králové, 1:42,3; 32/36 Matějovský Z., Baník Děčín, 1:43,2; 33/37 Loufek J., Dukla, 1:43,5; 34/38 Podsedník P., Lokomotiva Brno, 1:44,1; 35/39 Šikula T., RH Sušice, 1:44,3; 36/40 Příbramský M., Slávia Praha, 1:44,6; 37/41 Furfín V., Tatran Tatranská Lomnica, 1:45,0; 38/42 Hnízdo J., Jiskra Ústí n. L., 1:45,8; 39/43 Tagwerker J., Dynamo Praha, 1:46,1; 40/44 Gikalov V.,

RH Hradec Králové, 1:46,2; 41/45 Vlček J., Spartak Police, 1:47,8; 42/48 Kurec V., Spartak Kopřivnice, 1:48,5; 43/49 Bulant Fr., Spartak Přerov, 1:48,8; 44/50 Majer J., Slávia Brno, 1:49,0; 45/51 Pavlas M., TJ Gottwaldov, 1:49,5; 46/53 Labuda B., Baník Třinec, 1:49,9; 47/54 Sýč J., Slávia Praha, 1:50,6; 48/59 Polák J., Baník Žel. Duchcov, 1:52,1; 49/61 Maličský V., Slávia Praha, 1:52,5; 50/62 Vedrál J., Dukla, 1:52,9; 51/63 Dolník Frant., Baník Handlová, 1:53,1; 52/64 Jandura A., RH Sušice, 1:53,7; 53/65 Šuga L., Dukla Prešov, 1:54,0; 54/66 Pastierik J., Sokol Janské Lázně, 1:54,4; 55/67 Holický J., RH Sušice, 1:54,8; 56/69 Pitterman J., Slávia Plzeň, 1:55,8; 57/72 Straškraba V., Slávia Ostrava, 1:56,5; 58/73 Fiala L., Tatran Bruntál, 1:57,0; 59/74 Černocký J., Slovan Spindl. Mlýn, 1:57,3; 60/76 Pacholík Z., RH Vrchlabí, 1:58,8; 61/77 Zirm L., Tesla Vrchlabí, 1:59,3; 62/78 Brázda A., Spoj Brno, 2:00,5; 63/80 Pešek J., Tesla Vrchlabí, 2:02,0; 64/81 Vopálka J., Jiskra Jablonec, 2:02,5; 65/82 Havlík M., Slávia Olomouc, 2:03,3; 66/83 Spára J., Spartak Odolena Voda, 2:03,4; 67/84 Motyka M., Spartak Vsetín, 2:03,5; 68/85 Čech J., RH Karlovy Vary, 2:04,3; 69/86 Slajchrt M., Baník Žel. Duchcov, 2:04,7; 70/87 Zeidler E., RH Karlovy Vary, 2:05,4; 71/88 Madeja V., Baník Třinec, 2:05,7; 72/89 Bartovský P., Slávia Plzeň, 2:06,4; 73/92 Zanta V., Sokol Janské Lázně, 2:16,2; 74/93 Harvan V., Tatran Tatranská Lomnica, 2:17,1; 75/96 Kzada J., Slávia Olomouc, 2:24,0; 76/99 Betka J., Dukla Prešov, 2:36,0; 77/100 Appel J., Lokomotiva Česká Třebová, 2:41,9.

Sjezdový dvojboj — muži:

	Slalom	Obř. sl.	Dvojboj
1. Bogdálék Jaroslav, Spoj Brno	3,22	0,00	3,22
2. Richvalský Laco, T. T. Lomnica	3,89	2,62	6,51
3. Stiehl Petr, Dukla Liberec	2,55	4,44	6,99

4. Krasula Josef, Tatran T. Lomnica, 2,28 — 5,02 — 7,30; 5. Mohr Z., Slávia Bratislava, 0,00 — 8,00 — 8,00; 6. Šoltýs M., TJ Kežmarok, 6,95 — 1,54 — 8,49; 7. Novotný J., TJ Gottwaldov, 3,50 — 6,08 — 9,58; 8. Obal R., Dukla Liberec, 5,44 — 4,92 — 10,36; 9. Bruna M., Jiskra Železný Brod, 8,89 — 1,64 — 10,53; 10. Telgarský A., Dukla Liberec, 5,28 — 6,76 — 12,04; 11. Mravec J., Dukla Liberec, 4,06 — 8,20 — 12,26; 12. Scheib J., Spartak Hradec Králové, 6,12 — 8,40 — 14,52; 13. Krajňák Vlado, TJ Kežmarok, 2,61 — 12,56 — 15,10; 14. Slavíček E., Slovan Spindlerův Mlýn, 8,51 — 7,24 — 15,75; 15. Richvalský J., Tatran Tatranská Lomnica, 5,73 — 10,14 — 15,87; 16. Štěpánek P., Slávia Liberec, 7,11 — 8,80 — 15,91; 17. Chovan O., Slávia VŠ Bratislava, 3,61 — 12,56 — 16,17; 18. Martinek M., Spartak Rokytnice, 8,56 — 10,72 — 19,28; 19. Bartončíka A., Spartak Rýnovice, 7,84 — 12,38 — 20,22; 20. Winter J., Slávia VŠ Liberec, 8,28 — 12,18 — 20,46; 21. Kožnárek I., Spoj Brno, 7,95 — 13,24 — 21,19; 22. Inž. Teplík V., Sokol Frýdštejn, 13,30 — 12,18 — 25,57; Tagwerker J., Dynamo Praha, 7,84 — 18,56 — 26,40; 24. Furfín V., Tatran Tatranská Lomnica, 13,33 — 17,48 — 30,81; 25. Gikalov V., RH Hradec Králové, 13,22 — 18,64 — 31,86; 26. Šikula Tibor, RH Sušice, 15,77 — 16,80 — 32,57; 27. Šoltýs A., TJ Kežmarok, 30,73 — 2,22 — 32,95; 28. Pavlas I., TJ Gottwaldov, 11,7 — 21,84 — 33,01; 29. Pastierik J., Sokol Janské Lázně, 6,67 — 26,56 — 33,23; 30. Matějovský Z., Baník Děčín, 19,95 — 15,74 — 35,69; 31. Loufek J., Dukla, 21,22 — 16,04 — 37,26; 32. Šuga L., Dukla Prešov, 11,67 — 26,18 — 37,85; 33. Straškraba V., Slávia Ostrava, 11,95 — 28,60 — 40,55; 34. Příbramský M., Slávia VŠ Praha, 27,05 — 17,10 — 44,15; 35. Maličský V., Slávia VŠ Praha, 21,95 — 24,72 — 46,67; 36. Podsedník P., Lokomotiva Brno, 31,06 — 16,62 — 47,68; 37. Hnízdo Josef, Jiskra Ústí n. L., 30,73 — 18,24 — 48,97; 38. Holický Josef, RH Sušice, 23,06 — 26,94 — 50,0; 39. Kurec Vilém, Spartak Kopřivnice, 31,84 — 20,86 — 52,70; 40. Dolník Fr., Baník Handlová, 32,06 — 25,32 — 57,38; 41. Kazda Jiří, Slávia Olomouc, 29,56 — 55,14 — 84,70.

Slalom — junioři:

1/20	Mašek Vladimír, Jiskra Tanwald	60,6	50,6	119,2
2/29	Hainiš Jan, Dukla	64,3	60,7	125,0
3/33	Zampa Frant., Sp. Odolena Voda	64,8	64,0	128,0

4/38 Slavíček J., Dukla, 67,9 — 63,6 — 131,5; 5/39 Jambrič Dušan, Sokol L. Porúbka, 66,8 — 66,2 — 133,0; 6/42 Drápal F., Dukla Liberec, 80,0 — 62,2 — 142,2; 7/45 Šrubař B., Spartak Kopřivnice, 88,9 — 57,1 — 146,0; 8/46 Šoška V., Lokomotiva Žilina, 76,4 — 70,0 — 146,4; 9/48 Mezera P., Slovan

Praha, 66,3 — 83,4 — 149,7; 10/52 Kraus H., Tesla Vrchlabí, 81,9 — 78,6 — 160,5; 11/58 Miškovič J., Slávia Bratislava 101,7 — 65,3 — 167,0; 12/59 Fischer Fr., Baník Jáchymov, 89,3 — 92,3 — 181,6; 13/60 Šeffl V., Spartak Strakonice, 99,1 — 100,6 — 199,7; 14/61 Spale J., Spartak Praha, 88,3 — 125,4, 213,7.

Obří slalom — junioři:

1/14	Škubal Radim, Slávia Liberec	1:34,8
2/21—22	Šrubař Břetislav, Spartak Kopřivnice	1:37,4
3/4—26/27	Hainiš Jan, Dukla	1:39,6

3/4—26/27 Mezera P., Slovan Praha Orbis, 139,6; 5/46 Mašek V., Iskra Tanwald, 1:48,2; 6/47 Mitro A., Lokomotiva Košice, 1:48,3; 7/52 Jamblich D., Sokol L. Porúbka, 1:49,6; 8/55 Meduna I., TJ VŽKG Ostrava, 1:51,0; 9/56 Valčík L., Tatran Jílové, 1:51,5; 10/57 Šoška V., Lokomotiva Žilina, 1:51,8; 11/58 Samuhel J., Spartak Rokytice, 1:52,8; 12/60 Spale J., Spartak Praha Stalingrad, 1:52,3; 13/68 Pacák P., Slávia Brno, 1:55,3; 14/70 Wolf H., Dukla, 1:56,2; 15/71 Slaviček J., Dukla, 1:56,3; 16/75 Kraus H., Tesla Vrchlabí, 1:57,4; 17/79 Žampa F., Spartak Odolena Voda, 2:00,6; 18/90 Švorc S., Slavoj Piešťany, 2:07,8; 19/91 Šmerda P., Lokomotiva Šumperk, 2:09,3; 20/94 Palacký I., Spartak Hradištan, 2:21,9; 21/95 Miškovič J., Slávia Bratislava, 2:36,6; 22/97 Šeffl V., Spartak Strakonice, 2:31,2; 23/98 Lukáč M., Slovan Vyšné Hágy, 2:35,1.

Sjezdový dvojboj — junioři:

Slalom Obř. sl. Dvojboj

1.	Hainiš Ján, Dukla	2,90	4,29	7,19
2.	Mašek Vladimír, Jiskra Tanvald	0,00	11,99	11,99
3.	Šrubař Břetislav, Spartak Kopřivnice	3,40	12,33	15,73

4. Mezera P., Slovan Orbis Praha, 15,25 — 4,29 — 19,54; 5. Jamblich D., Sokol L. Porúbka, 6,90 — 13,23 — 20,13; 6. Slaviček J., Dukla, 6,15 — 19,21 — 25,36; 7. Žampa F., Spartak Odolena Voda, 4,80 — 23,06 — 27,86; 8. Šoška V., Lokomotiva Žilina, 13,60 — 15,19 — 28,79; 9. Kraus H., Tesla Vrchlabí, 20,65 — 20,20 — 40,85; 10. Spalek J., Spartak Praha Stalingrad, 47,25 — 15,64 — 62,89; 11. Miškovič J., Slávia Bratislava, 23,90 — 43,61 — 67,51; 12. Šeffl V., Spartak Strakonice, 40,25 — 50,40 — 90,65.

Slalom — ženy:

1.	Mohrová Milka, Tatran T. Lomnica	45,0	35,4	80,4
2.	Slavičková Magda, Slovan Špindlerův Mlýn	44,8	36,7	81,5
3.	Malá Eva, Slovan Vinohrady	44,5	37,8	82,3

4. Inž. Merendová K., Spartak Hradec Králové, 43,9 — 39,0 — 82,9; 5. Rubešová J., Slovan Špindlerův Mlýn, 43,3 — 40,0 — 83,3; 6. Algerová V., Spartak Rýnovice, 45,7 — 39,9 — 85,6; 7. Vanžurová I., Dynamo Praha, 49,7 — 41,5 — 91,2; 8. Jugasová Z., Gottwaldov, 49,4 — 46,4 — 95,8; 9. Dědinová O., Dynamo Praha, 51,7 — 47,2 — 98,9; 10. Krajiňáková Z., Kežmarok, 54,6 — 47,7 — 102,3; 11. Hlavatá Marie, Slávia VŠ Praha, 47,0 — 55,7 — 102,7; 12. Valčíková E., Tatran Jílové u D., 48,0 — 55,6 — 103,6; 13. Živcová Jiřina, Slavoj Č. Brod, 50,6 — 53,7 — 104,3; 14. Trajtelová A., Želez. S. Místek, 55,3 — 49,6 — 104,9; 15. Lubojacká V., TJ VŽKG Ostrava, 48,1 — 58,0 — 106,1; 16. Demková Dagmar, Baník Ostrava, 63,2 — 59,8 — 123,0; 17. Kubová Viera, Lokomotiva Šumperk, 60,0 — 95,8 — 155,8.

Obří slalom — ženy:

1/1	Slavičková Magda, Slovan Špindlerův Mlýn	1:07,9
2/2	Mohrová Milka, Tatran Tatranská, Lomnica	1:08,1
3/3	inž. Merendová Květa, Spartak Hradec Králové	1:08,7

4/4 Rubešová J., Slovan Špindlerův Mlýn, 1:10,9; 5/6 Malá E., Slovan Vinohrady, 1:12,5; 5/7 Valčíková E., Tatran Jílové, 1:13,3; 7/9 Hlavatá M., Slávia VŠ Praha, 1:14,7; 8/10 Lubojacká V., TJ VŽKG Ostrava, 1:15,1; 9/11 Krajiňáková Z., TJ Kežmarok, 1:15,8; 10/12 Vanžurová I., Dynamo Praha, 1:20,9; 11/14 Kubová V., Lokomotiva Šumperk, 1:22,2; 12/15 Živcová V., Spartak Odolena Voda, 1:26,0; 13/17 Demková D., Baník Ostrava, 1:33,4; 14/18 Algerová V., Spartak Rýnovice, 1:36,0; 15/20 Jugasová Z., TJ Gottwaldov, 1:48,5; 16/21 Trajtelová A., Železářny Stalingrad Místek, 2:06,9.

Sjezdový dvojboj — ženy:

	Slalom	Obř. sl.	Dvojboj	
1.	Mohrová Milka, Tatran Tatranská, Lomnica	0,00	0,26	0,26
2.	Slavičková Magda, Slovan Šp. Mlýn	0,81	0,00	0,81
3.	inž. Merendová Květa, Spartak Hradec Kr.	1,85	1,00	2,85

4. Rubešová J., Slovan Špindlerův Mlýn, 2,15 — 3,76 — 5,91; 5. Malá E., Slovan Vinohrady, 1,41 — 5,78 — 7,19; 6. Valčí-

ková E., Tatran Jílové u Děčína, 17,18 — 6,76 — 23,94; 7. Vanžurová S., Dynamo Praha, 8,0 — 16,30 — 24,30; 8. Hlavatá M., Slávia VŠ Praha, 18,51 — 8,52 — 25,03; 9. Krajiňáková Z., TJ Kežmarok, 16,22 — 10,52 — 26,74; 10. Lubojacká V., TJ VŽKG Ostrava, 19,03 — 9,04 — 28,07; 11. Živcová Vanda, Spartak Odolena Voda, 16,29 — 22,68 — 38,97; 12. Algerová V., Spartak Rýnovice, 3,85 — 35,22 — 39,07; 13. Jugasová Z., TJ Gottwaldov, 11,41 — 50,90 — 62,31; 14. Demková D., Baník Ostrava, 31,55 — 31,96 — 63,51; 15. Kubová V., Lokomotiva Šumperk, 55,85 — 17,94 — 73,79; 16. Trajtelová A., Žel. Stalingrad Místek, 18,14 — 73,96 — 92,14.

Slalom — juniorky:

1.	Cermanová Dáša, Sokol J. Lázně	47,2	40,5	87,7
2.	Novotná Helena, Slávia VŠ Praha	46,8	47,0	93,8
3.	Živcová Vanda, Spartak Odolena Voda	55,0	47,4	102,3

4. Sedláčková H., Sokol J. Lázně, 56,3 — 48,2 — 104,5; 5. Dousková Z., Slávia VŠ Praha, 70,3 — 52,9 — 123,2.

Obří slalom — juniorky:

1/5	Novotná Helena, Slávia VŠ Praha	1:11,2
2/8	Cermanová Dáša, Sokol Janské Lázně	1:14,1
3/13	Dousková Zdeňka, Slávia VŠ Praha	1:21,0

4/16 Sedláčková H., Sokol Janské Lázně, 1:28,6; 5/19 Živcová J., Slavoj Český Brod, 1:46,5.

Sjezdový dvojboj — juniorky:

Slalom Obř. sl. Dvojboj

1.	Cermanová Dáša, Sokol J. Lázně	0,00	3,42	3,42
2.	Novotná Helena, Slávia VŠ Praha	4,21	0,00	4,21
3.	Sedláčková Hana, Sokol J. Lázně	11,59	20,60	32,19

4. Dousková Z., Slávia VŠ Praha, 24,48 — 11,58 — 36,06; 5. Živcová J., Slavoj Č. Brod, 11,45 — 41,78 — 53,23.

Slalom — dorostenci starší:

1.	Mlýnek Zdeněk, Gottwaldov	64,8	57,7	122,5
2.	Půr Jiří, Hradec Králové	63,7	59,6	123,3
3.	Novotný Ivan, Žilina	63,8	61,0	124,8

4. Izák Ivan, B. Bystrica, 65,6 — 62,4 — 128,0; 5. Horešovský Bohuslav, Gottwaldov, 66,2 — 63,4 — 129,6; 6. Valigura Karel, Gottwaldov, 64,3 — 68,1 — 132,4; 7. Hromádka Eduard, Praha MV, 64,4 — 74,4 — 138,8; 8. Surový Ivan, Bratislava MV, 70,0 — 69,1 — 139,1; 9. Šlachta Jiří, Ostrava, 75,0 — 65,7 — 140,7; 10. Mutl Pavel, Ústí n. L., 67,3 — 75,2 — 142,5; 11. Veselý Jiří, Hradec Králové, 67,2 — 75,8 — 143,0; 12.—13. Lipták Jan, Košice, 69,2 — 76,3 — 145,5; Glutt Anton, Žilina, 73,2 — 72,3 — 145,5; 14. Mafík Jiří, Plzeň, 76,8 — 70,7 — 146,8; 15. Koloušek Radim, Praha MV, 71,7 — 75,5 — 147,8; 16. Klempa Ivan, Brno, 74,8 — 73,0 — 147,8; 17. Trhák Jar., Brno, 73,8 — 75,8 — 149,6; 18. Ferus Jiří, Plzeň, 79,8 — 71,3 — 151,1; 19. Sedivý Vlad., Praha MV, 77,9 — 73,6 — 151,5; 20. Sedláček Zdeněk, Ostrava, 84,4 — 68,9 — 153,3; 21. Sagaser Horst, Hradec Králové, 82,4 — 71,4 — 153,8; 22. Janda Jar., Liberec, 74,8 — 80,00 — 154,8; 23. Venerovský Vlado, Košice, 72,8 — 92,6 — 165,4; 24. Benko Pavel, Bratislava KV, 86,8 — 84,2 — 171,0; 25. Káľman Miroslav, Nitra, 80,8 — 90,9 — 171,7; 26. Pálffy Rud., Žilina, 95,6 — 78,5 — 174,1; 27. Brož Peter, Ostrava, 100,3 — 77,1 — 177,4; 28. Džika Jos., Žilina, 84,5 — 93,2 — 177,7; 29. Pletnický Ivan, Ostrava, 88,2 — 97,2 — 185,4; 30. Preisler Jos., Liberec, 86,7 — 103,0 — 189,7; 31. Opletal Václav, Brno, 103,5 — 89,7 — 193,2; 32. Sobotík Jar., Ostrava, 113,7 — 82,5 — 196,2; 33. Hýbl Vlast., Olomouc, 104,8 — 92,9 — 197,7; 34. Antol Vlado, Žilina, 113,0 — 87,0 — 200,0; 35. Kováč Karol, Žilina, 112,8 — 89,3 — 202,1; 36. Mistrík Ivan, Žilina, 111,2 — 92,6 — 203,8; 37. Stachera Ján, B. Bystrica, 113,2 — 125,3 — 238,5; 38. Babický Rud., Plzeň, 135,4 — 105,0 — 240,4; 39. Kubeš Jiří, Č. Budějovice, 100,2 — 145,8 — 246,0; 40. Šulc Jar., Č. Budějovice, 194,5 — 141,5 — 336,0.

Obří slalom — dorostenci starší:

1.	Janda Jar., Liberec	1:55,2
2.	Novotný Ivan, Žilina	1:59,6
3.	Sedláček Zdeněk, Ostrava	2:02,0

4. Surový Ivan, Bratislava MV, 2:02,4; 5. Koloušek Radim, Praha MV, 2:02,7; 6. Káľman Miroslav, Nitra, 2:06,5; 7. Hromádka Eda, Praha MV, 2:06,7; 8. Motyka Petr, Gottwaldov, 2:06,8; 9. Klempa Ivan, Brno, 2:07,7; 10. Půr Jiří, Hradec Králové, 2:07,9; 11. Pálffy Rudolf, Žilina, 2:08,9; 12. Glutt Anton, Žilina, 2:09,2; 13. Veselý Jiří, Hradec Králové, 2:10,0; 14. Brož Petr, Ostrava, 2:10,3; 15. Šlachta Jiří, Ostrava, 2:10,5; 16. Horešovský Bohuslav, Gottwaldov, 2:10,7; 17. Trhák Jaroslav,

Brno, 2:10,8; 18.—19. Valigura Karel, Gottwaldov, 2:11,5; Venerovský Vlado, Košice, 2:11,5; 20. Giška Josef, Žilina, 2:13,4; 21. Mařík Jiří, Plzeň, 2:14,0; 22. Mutl Pavel, Ústí n. L., 2:14,8; 23. Mistrík Ivan, Žilina, 2:16,9; 24. Holinger Jindřich, Ústí n. L., 2:17,1; 25. Šagaser Horst, Hradec Králové, 2:17,9; 26. Mlýnek Zdeněk, Gottwaldov, 2:18,5; 27. Sobotík Jaroslav, Ostrava, 2:21,9; 28. Benko Pavel, Bratislava KV, 2:22,6; 29. Bauer Jindř., Praha MV, 2:23,0; 30. Preisler Josef, Liberec, 2:23,8; 31. Ferus Jiří, Plzeň, 2:23,9; 32. Opletal Václav, Brno, 2:24,4; 33. Babický Rudolf, Plzeň, 2:27,7; 34. Kováč Karol, Žilina, 2:29,0; 35. Stachera Jan, B. Bystrica, 2:29,1; 36. Antol Vlado, Žilina, 2:29,9; 37. Letnický Jan, Ostrava, 2:32,1; 38. Belza Václav, Č. Budějovice, 2:36,8; 39. Hýbl Vlast., Olomouc, 2:37,0; 40. Lipták Ján, Košice, 2:45,0; 41. Sulc Luděk, Č. Budějovice, 2:51,3; 42. Tuma Martin, Hradec Králové, 2:57,1.

Sjezd — dorostenci starší:

- | | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Venerovský Vladimír, Košice | 1:33,8 |
| 2. Koloušek Radim, Praha MV | 1:35,6 |
| 3. Surový Ivan, Bratislava | 1:36,5 |

4. Hromádka Eda, Praha, 1:39,2; 5. Trhlík Jaroslav, Brno, 1:40,4; 6. Horešovský, Gottwaldov, 1:40,6; 7. Sedláček Zdeněk, Ostrava, 1:41,5; 8. Kalman Miro, Nitra, 1:44,3; 9. Valigura Karol, Gottwaldov, 1:44,5; 10. Klempa Ivan, Brno, 1:44,6; 11. Šlachta Jiří, Ostrava, 1:45,1; 12. Půr Jiří, Hradec Králové, 1:47,9; 13. Veselý Jiljí, Hradec Králové, 1:48,8; 14. Pálffy Rudolf, Žilina, 1:49,1; 15. Glutt Anton, Žilina, 1:49,3; 16. Mrož Petr, Ostrava, 1:49,4; 17. Šagaser Horst, Hradec Králové, 1:50,8; 18. Mutl Pavel, Ústí n. L., 1:51,3; 19. Lipták Ján, Košice, 1:52,0; 20. Stachera Ján, B. Bystrica, 1:52,8; 21. Giška Josef, Žilina, 1:52,9; 22. Preisler Josef, Liberec, 1:53,0; 23. Ferus Jiří, Plzeň, 1:56,7; 24. Holinger Jindřich, Ústí n. L., 1:56,8; 25. Mistrík Ivan, Žilina, 1:58,6; 26. Mařík Jiří, Plzeň, 2:01,3; 27. Izák Miroslav, B. Bystrica, 2:03,3; 28. Belza Václav, Č. Budějovice, 2:03,7; 29. Benko Pavel, Bratislava, 2:07,2; 30. Letnický Jan, Ostrava, 2:10,3; 31. až 32. Hýbl Vlast., Olomouc, 2:21,2; Voves Miroslav, Praha MV, 2:21,2; 33. Kováč Karol, Žilina, 2:22,8; 34. Babický Rudolf, Plzeň, 2:23,1; 35. Jaroslav Sobotík, Ostrava, 2:26,7; 36. Novotný Ivan, Žilina, 2:42,4; 37. Tuma Martin, Hradec Králové, 2:44,8; 38. Opletal Václav, Brno, 2:45,6; 39. Mlýnek Zdeněk, Gottwaldov, 2:48,2; 40. Sulc Luděk, Č. Budějovice, 3:17,5; 41. Janda Jar., Liberec, 3:45,4.

Sjezdový trojboj — dorostenci starší:

	Sjezd Obří sl. Slalom Celkem b.			
1. Surový Ivan, Bratislava	2,72	5,31	8,03	16,06
2. Koloušek Radim, Praha	1,82	5,53	11,96	19,31
3. Horešovský B., Gottwaldov	6,86	11,42	3,44	21,72

4. Hromádka Eda, Praha, 5,46 — 8,48 — 7,89 — 21,83; 5. Půr Jiří, Hradec Králové, 14,24 — 9,36 — 0,39 — 23,99; 6. Valigura Karel, Gottwaldov, 10,80 — 12,01 — 4,79 — 27,60; 7. Sedláček Zdeněk, Ostrava, 7,78 — 5,01 — 14,91 — 27,70; 8. Trhlík Jaroslav, Brno, 6,66 — 11,49 — 13,12 — 31,27; 9. Šlachta Jiří, Ostrava, 11,42 — 11,27 — 8,81 — 31,50; 10. Klempa Ivan, Brno, 10,90 — 9,21 — 12,25 — 32,26; 11. Venerovský Vladimír, Košice, 0,00 — 12,01 — 20,76 — 32,77; 12. Veselý Ivan, Hradec Králové, 15,16 — 10,91 — 9,92 — 35,99; 13. Glutt Anton, Žilina, 15,66 — 10,32 — 11,13 — 37,11; 14. Mutl Pavel, Ústí n. L., 17,68 — 14,44 — 9,68 — 41,80; 15. Kálmann Miroslav, Nitra, 10,60 — 8,33 — 23,80 — 42,73; 16. Šagaser Horst, Hr. Králové, 17,18 — 16,73 — 15,15 — 49,06; 17. Pálffy Rudolf, Žilina, 16,46 — 10,10 — 24,96 — 51,52; 18. Mařík Jiří, Plzeň, 27,80 — 13,85 — 11,77 — 53,42; 19. Mrož Petr, Ostrava, 15,76 — 11,12 — 23,57 — 53,45; 20. Ferus Jiří, Plzeň, 23,14 — 21,15 — 13,84 — 58,13; 21. Dáška Josef, Žilina, 19,30 — 13,41 — 26,71 — 59,42; 22. Lipták Ján, Košice, 18,38 — 36,69 — 11,13 — 66,20; 23. Preisler Josef, Liberec, 19,40 — 21,07 — 32,52 — 79,99; 24. Novotný Ivan, Žilina, 69,32 — 3,25 — 1,12 — 73,69; 25. Benko Pavel, Bratislava, 33,76 — 20,20 — 23,46 — 77,42; 26. Mistrík Ivan, Žilina, 25,06 — 16,00 — 39,34 — 80,40; 27. Mlýnek Zdeněk, Gottwaldov, 75,18 — 18,17 — 0,00 — 92,35; 28. Letnický Jan, Ostrava, 36,88 — 27,18 — 30,44 — 94,50; 29. Stachera Jan, B. Bystrica, 19,20 — 24,97 — 56,13 — 100,30; 30. Sobotík Jaroslav, Ostrava, 53,44 — 19,68 — 35,66 — 108,78; 31. Hýbl Vlast., Olomouc, 47,90 — 30,80 — 36,39 — 115,09; 32. Kováč Karol, Žilina, 49,52 — 27,11 — 38,51 — 115,14; 33. Opletal Václav, Brno, 72,56 — 21,52 — 34,21 — 128,29; 34. Babický Rudolf, Plzeň, 49,82 — 23,94 — 57,06 — 130,82; 35. Janda Jaroslav, Liberec, 133,00 — 0,00 — 15,64 — 148,64; 36. Sulc Luděk, Č. Budějovice, 104,80 — 41,33 — 103,30 — 249,43.

Slalom — dorostenci mladší:

- | | | | |
|----------------------------------|------|------|-------|
| 1. Zajden Vladimír, Žilina | 51,3 | 57,0 | 108,3 |
| 2. Škampa Zdeněk, Hradec Králové | 54,1 | 57,1 | 111,2 |
| 3. Kolda Vladimír, Brno | 56,2 | 63,0 | 119,2 |

4. Hlavoň Igor, Brno, 59,6 — 59,7 — 119,3; 5. Vengláš Václav, Gottwaldov, 63,0 — 67,0 — 130,0; 6. Jarouš Miroslav, Praha MV, 58,8 — 72,5 — 131,3; 7. Gorgoš Ladislav, Košice, 71,6 — 65,4 — 137,0; 8. Vondrus Jiří, Hradec Králové, 64,5 — 72,7 — 137,2; 9. Kratochvíl František, Praha KV, 74,8 — 63,5 — 138,3; 10. Tischler Vlado, Praha MV, 57,7 — 83,0 — 140,7; 11. Tamm Hubert, Hradec Králové, 67,6 — 78,4 — 146,0; 12. Šmerda Karel, Olomouc, 56,8 — 95,8 — 152,6; 13. Uhlíř Jar., Liberec, 60,5 — 92,4 — 152,9; 14. Kočárek Jiří, Liberec, 58,2 — 95,0 — 153,2; 15. Duben Václav, Liberec, 60,2 — 93,4 — 153,6; 16. Mutl Alois, Ústí n. L., 58,8 — 98,0 — 156,8; 17. Hašek Alexej, Praha MV, 81,4 — 77,2 — 158,6; 18. Fuka Jiljí, Hradec Králové, 73,6 — 87,6 — 161,2; 19. Hampl Milan, Plzeň, 69,0 — 93,0 — 162,0; 20. Marterer Vojtěch, Brno, 101,3 — 63,0 — 164,3; 21. Říha Zdeněk, Ostrava, 84,6 — 80,0 — 164,6; 22. Menš Petr, Ústí n. L., 62,4 — 103,0 — 165,4; 23. Burša Ladislav, Gottwaldov, 60,8 — 105,2 — 166,0; 24. Friedrich Günther, Liberec, 80,7 — 87,4 — 168,1; 25. Korán Tomáš, Plzeň, 78,4 — 90,6 — 169,0; 26. Vašíček Vlado, Ostrava, 74,6 — 98,7 — 173,6; 27. Řehák Josef, Hradec Králové, 68,8 — 106,8 — 175,6; 28. Skarke Petr, Brno, 71,3 — 106,7 — 178,0; 29. Zákavský Jarek, Olomouc, 70,0 — 115,6 — 185,6; 30. Benedikt Ladislav, Košice, 96,8 — 97,2 — 194,0; 31. Hank Jindřich, Hradec Králové, 121,5 — 79,0 — 200,5.

Obří slalom — dorostenci mladší:

- | | |
|-------------------------------|--------|
| 1. Šrubař Ivan, Ostrava | 1:51,9 |
| 2. Herman Hugo, Bratislava MV | 1:52,8 |
| 3. Hašek Alexej, Praha MV | 1:54,0 |

4. Gordoš Ladislav, Košice, 1:55,0; 5. Hlavoň Igor, Brno, 1:57,5; 6. Zajden Vlado, Žilina, 1:59,9; 7. Vondrus Jiří, Hradec Králové, 2:00,6; 8. Škampa Zdeněk, Hradec Králové, 2:01,1; 9.—10. Skarke Petr, Brno, 2:02,1; Fuka Jiljí, Hradec Králové, 2:02,1; 11. Řehák Josef, Hradec Králové, 2:03,1; 12. Hank Jindřich, Hradec Králové, 2:03,6; 13. Vašíček Vlado, Ostrava, 2:04,1; 14. Marterer Vojtěch, Brno, 2:04,2; 15. Kumšta Petr, Košice, 2:04,3; 16. Špindler Vladimír, Pardubice, 2:04,4; 17. Uhlíř Jar., Liberec, 2:05,5; 18. Šmerda Karel, Olomouc, 2:06,0; 19. Maryško Pavel, Liberec, 2:07,2; 20. Friedrich Günther, Liberec, 2:07,3; 21. Jiřík Vlast., Praha MV, 2:07,6; 22.—23. Jarouš Miro, Praha MV, 2:08,6; Vengláš Václav, Gottwaldov, 2:08,6; 24. Říha Zdeněk, Ostrava, 2:08,8; 25. Brdčíka Petr, Liberec, 2:09,2; 26. Tamm Hubert, Hradec Králové, 2:09,8; 27. Tischler Vladimír, Praha MV, 2:10,0; 28. Menš Petr, Ústí n. L., 2:10,6; 29. Duben Václav, Liberec, 2:11,1; 30. Benedikt Ladislav, Košice, 2:11,8; 31. Kočárek Jiří, Liberec, 2:12,7; 32. Žamburek Jiří, Plzeň, 2:14,2; 33. Kocián Jan, Brno, 2:15,7; 34. Kratochvíl František, Praha KV, 2:17,8; 35. Zákavský Jarek, Olomouc, 2:18,3; 36. Bieman Karol, Liberec, 2:18,5; 37. Holovský Juraj, Košice, 2:18,9; 38. Mutl Alois, Ústí n. L., 2:19,0; 39. Zábavský Miro, Olomouc, 2:19,1; 40. Lupták Juraj, B. Bystrica, 2:20,3; 41. Kovář Jaro, Č. Budějovice, 2:21,5; 42. Burša Ladislav, Gottwaldov, 2:21,8; 43. Beránek Vlado, Pardubice, 2:23,7; 44. Kořán Tomáš, Plzeň, 2:30,2; 45. Švec Miroslav, Praha MV, 2:31,6; 46. Šnupárek Jaromír, Pardubice, 2:34,1; 47. Jendreas Petr, Ostrava, 2:34,5; 47. Cermák Dušan, Žilina, 2:37,1; 49. Veselý Petr, Ostrava, 2:44,5; 50. Ryba Martin, Bratislava MV, 3:02,2.

Sjezd — dorostenci mladší:

- | | |
|----------------------------|--------|
| 1. Herman Hugo, Bratislava | 1:19,3 |
| 2. Jiřík Vlastimil, Praha | 1:22,1 |
| 3. Gorgoš Ladislav, Košice | 1:22,3 |

4. Kunštat Petr, Košice, 1:22,5; 5. Šrubař Jan, Ostrava, 1:22,8; 6. Kratochvíl František, Praha, 1:23,1; 7. Škampa Zdeněk, Hradec Králové, 1:23,6; 8. Vašíček Vladimír, Ostrava, 1:23,9; 9. Hank Jindřich, Hradec Králové, 1:24,3; 10.—12. Maryška P., Liberec, 1:24,4; Řehák Josef, Hradec Králové, 1:24,4; Fuka Jiljí, Hradec Králové, 1:24,3; 13. Šmerda Karel, Olomouc, 1:25,3; 14. Brdčíka Petr, Liberec, 1:26,0; 15. Zajden Vladimír, Žilina, 1:26,4; 16. Friedrich Günther, Liberec, 1:26,7; 17. Kocián Jan, Brno, 1:27,1; 18. Klein Pavel, Bratislava, 1:27,2; 19. Kočárek Jiří, Liberec, 1:28,0; 20. Janouš Miroslav, Praha, 1:28,8; 21. Kolda Vladimír, Brno, 1:28,9; 22. Šnupárek Jaromír, Pardubice, 1:29,2; 23.—25. Duben Václav, Liberec, 1:29,8; Mutl Alois, Ústí n. L., 1:29,8; Hlavoň Igor, Brno, 1:29,8; 26.—27. Korán

Tomáš, Plzeň, 1:29,9; Škarka Petr, Brno, 1:29,9; 28. Uhlíř Jaroslav, Liberec, 1:30,7; 29. Venglář Václav, Gottwaldov, 1:31,4; 30. Čermák Dušan, Žilina, 1:31,9; 31. Špindler Vladimír, Pardubice, 1:32,2; 32. Marterer Vojtěch, Brno, 1:32,4 33. Lupták Juraj, B. Bystrica, 1:33,3; 34. Zamburek Jiří, Plzeň, 1:33,7; 35. Vondrus Jiří, Hradec Králové, 1:34,1; 36. Kovář Jaroslav, Č. Budějovice, 1:34,4; 37. Hampl, Plzeň, 1:35,2; 38. Zákavský Jarek, Olomouc, 1:35,5; 39.—40. Veselý Petr, Ostrava, 1:37,5; Bieman Karel, Liberec, 1:37,8; 41. Benedikt Ladislav, Košice, 1:38,0; 42. Burša Lad., Gottwaldov, 1:38,5; 43. Říha Zdeněk, Ostrava, 1:39,9; 44. Jendrea Petr, Ostrava, 1:40,8; 45. Hašek Alex, Praha, 1:41,0; 46. Mensch Petr, Ústí n. L., 1:41,9; 47. Holovský Juraj, Košice, 1:43,2; 48. Tischler Vlado, Praha, 1:48,9; 49. Toman Hubert, Hradec Králové, 1:49,5; 50. Beránek Vladimír, Pardubice, 1:59,9; 51. Zákavský Miroslav, Olomouc, 2:03,8.

Sjezdový trojboj — dorostenci mladší:

	Sjezd	Obří sl.	Slalom	Celkem b.
1. Skampa Zd., Hradec Kr.	5,22	6,34	1,61	13,17
2. Zajden Vlado, Žilina	8,62	5,27	0,00	13,89
3. Gorgoš Vladislav, Košice	3,64	0,89	15,94	20,47

4. Hlavoň Igor, Brno, 12,76 — 2,87 — 6,12 — 21,75; 5. Kolda Vladimír, Brno, 11,66 — 11,63 — 6,06 — 29,35; 6. Jarouš Miroslav, Praha, 11,54 — 13,05 — 12,78 — 37,37; 7. Venglář Václav, Gottwaldov, 14,72 — 13,06 — 12,06 — 39,83; 8. Vondrus Jiří, Hradec Králové, 18,00 — 5,90 — 16,05 — 39,95; 9. Kratochvíl Fr., Praha, 4,62 — 21,28 — 16,67 — 42,57; 10. Šmerda Karel, Olomouc, 7,30 — 10,73 — 24,61 — 42,64; 11. Fuka Jiří, Hradec Králové, 6,20 — 7,24 — 29,39 — 42,83; 12. Uhlíř Jaroslav, Liberec, 13,86 — 10,28 — 24,77 — 48,91; 13. Vašček Vladimír, Ostrava, 5,58 — 9,03 — 36,11 — 50,72; 14. Řehák Josef, Hradec Králové, 6,20 — 8,13 — 37,39 — 51,72; 15. Kočárek Jiří, Liberec, 10,58 — 16,72 — 24,94 — 52,24; Duben Václav, Liberec, 12,76 — 15,28 — 25,17 — 53,21; 17. Friedrich Günther, Liberec, 8,98 — 11,90 — 33,22 — 54,10; 18. Hašek Alex, Praha, 26,38 — 0,00 — 27,95 — 54,33; 19. Marterer Vojtěch, Brno, 15,92 — 9,12 — 31,11 — 56,15; 20. Škarka Petr, Brno, 12,88 — 7,24 — 38,72 — 58,84; 21. Mutl Alois, Ústí n. L., 12,76 — 22,34 — 26,94 — 62,04; 22. Hank Jindřich, Hradec Králové, 6,08 — 8,58 — 51,22 — 65,88; 23. Tischler Vlado, Praha, 35,96 — 14,30 — 18,00 — 68,26; 24. Říha Zdeněk, Ostrava, 25,02 — 13,23 — 31,28 — 69,53; 25. Tamm Hubert, Hradec Králové, 36,70 — 14,13 — 20,95 — 71,78; 26. Mensch Petr, Ústí n. L., 27,46 — 14,84 — 31,73 — 74,03; 27. Korán Tomáš, Plzeň, 12,88 — 32,35 — 33,74 — 78,97; 28. Burša Ladislav, Gottwaldov, 23,44 — 24,84 — 32,06 — 80,24; 29. Zákavský Jarek, Olomouc, 19,70 — 21,71 — 42,95 — 84,36; 30. Benedikt Ladislav, Košice, 22,74 — 15,91 — 47,61 — 86,26; 31. Veselý Petr, Ostrava, 22,48 — 45,13 — 88,40 — 156,01.

Slalom — dorostenky starší:

1. Bruková Olga, Košice	56,3	59,4	115,7
2. Žampová Marcela, Praha KV	62,5	71,5	134,0
3. Tomášková Jitka, Plzeň	71,4	68,0	139,4

4. Kálmanová Mária, Nitra, 61,8 — 80,6 — 142,4; 5. Livorová Helga, Bratislava MV, 81,0 — 62,9 — 143,9; 6. Rybářová Marta, Hradec Králové, 86,4 — 85,7 — 172,1; 7. Mádřová Jarmila, Olomouc, 104,8 — 96,9 — 201,7; 8. Petrová Alena, Plzeň, 116,2 — 128,0 — 244,2.

Obří slalom — dorostenky starší:

1. Bruková Olga, MV Vysoké Tatry	1:57,1
2. Livorová Helga, Bratislava MV	2:07,0
3. Kučerová Jana, Praha KV	2:19,4

4. Dosoudilová Jindra, Praha MV, 2:25,0; 5. Žampová Marcela, Praha KV, 2:26,4; 6. Rybářová Marta, Hradec Králové, 2:27,6; 7. Bartovská Věra, Plzeň, 2:33,0; 8. Mádřová Jarmila, Olomouc, 2:41,6; 9. Kálmanová Mária, Nitra, 2:42,9; 10. Tomášková Jitka, Plzeň, 2:43,6; 11. Petrová Alena, Plzeň, 2:44,6; 12. Oberzolerová Věra, 2:49,8.

Sjezd — dorostenky starší:

1. Bruková Olga, Vysoké Tatry MV	1:26,6
2. Rybářová Marta, Hradec Králové	1:45,4
3. Bartovská Věra, Plzeň	1:51,0

4. Kučerová Jana, Praha, 1:54,9; 5. Žampová Marcela, Praha, 1:56,1; 6. Livorová Helga, Bratislava, 2:04,0; 7. Mádřová Jarmila, Olomouc, 2:06,2; 8. Oberzolerová Věra, Hradec Králové, 2:31,6; 9. Tomášková Jitka, Plzeň, 2:35,1; 10. Dosoudilová Jindra, Praha, 2:40,9; 11. Kálmanová Mária, Nitra, 2:50,3.

Sjezdový trojboj — dorostenky starší:

	Sjezd	Obří sl.	Slalom	Celkem b.
1. Bruková Olga, V. Tatry MV	0,00	0,00	0,00	0,00
2. Livorová H., Bratislava MV	10,31	7,05	14,58	31,94
3. Žampová M., Praha MV	8,14	20,86	9,47	38,47

4. Rybářová Marie, Hradec Králové, 5,18 — 21,72 — 29,12 — 56,02; 5. Tomášková Jitka, Plzeň, 18,88 — 33,10 — 12,25 — 64,23; 6. Kálmanová Mária, Nitra, 23,93 — 32,60 — 13,80 — 70,33; 7. Mádřová Jarmila, Olomouc, 10,92 — 31,68 — 44,48 — 87,08.

Slalom — dorostenky mladší

1. Bambasová Věra, Ústí nad Labem	40,3	43,9	84,2
2. Hrubá Jana, Brno	46,4	44,4	90,8
3. Máhrová Hana, Praha MV	51,8	41,0	92,8

4. Mičochová Ivana, Brno, 46,1 — 48,2 — 94,3; 5. Živcová Anna, Praha KV, 47,8 — 47,6 — 95,4; 6. Vinklatová Eva, Praha KV, 45,6 — 53,0 — 98,6; 7. Bartošková Anna, Ostrava, 49,4 — 50,2 — 99,6; 8. Polozová Marie, Gottwaldov, 57,0 — 48,2 — 105,2; 9. Langmajerová Hela, Plzeň, 56,2 — 51,6 — 107,8; 10. Adamcová Anežka, Ostrava, 57,4 — 55,4 — 112,8; 11. Trnková Hana, Ostrava, 55,8 — 57,8 — 113,6; 12. Srpová Olga, Plzeň, 62,8 — 56,6 — 119,4; 13. Safránková Marie, Hradec Králové, 57,8 — 62,4 — 120,2; 14. Mišauerová Olga, Olomouc, 74,0 — 49,8 — 123,8; 15. Dacholřková Jir., Hradec Králové, 73,4 — 60,6 — 134,0; 16. Dvořáková Hela, Brno, 106,2 — 62,4 — 168,6; 17. Seččíková Eliška, Liberec, 57,2 — 117,6 — 174,8.

Obří slalom — dorostenky mladší:

1. Winklatová Eva, Praha KV	1:50,1
2. Novotná Božena, Praha KV	1:50,4
3. Bambasová Věra, Ústí nad Labem	1:50,5

4. Živcová Anna, Praha KV, 1:52,0; 5. Bartošovská Ida, Ostrava, 1:53,2; 6. Hrubá Jana, Brno, 1:55,7; 7. Dacholřková Jiřina, Hradec Králové, 1:56,2; 8. Mičochová Ivana, Brno, 2:01,0, 9. Trnková Hana, Ostrava, 2:02,5; 10. Langmajerová Eva, Plzeň, 2:06,0; 11. Polozová Marie, Gottwaldov, 2:11,3; 12. Ulřivá Iva, Gottwaldov, 2:13,0; 13. Adamcová Anežka, Ostrava, 2:13,6; 14. Mišauerová Olga, Olomouc, 2:28,3; 15. Srpová Olga, Plzeň, 2:28,9; 16. Nová Marie, Plzeň, 2:32,0; 17. Seččíková Eliška, Liberec, 2:32,7; 18. Máhrová Hana, Praha MV, 2:58,4.

Sjezd — dorostenky mladší:

1. Bambasová Věra, Ústí nad Labem	1:21,2
2. Živcová Anna, Praha	1:23,4
3. Kornelová Alena, Ústí nad Labem	1:24,0

4. Polozová Marie, Gottwaldov, 1:25,5; 5. Bartošková Anna, Ostrava, 1:27,6; 6. Hromádková Marie, Praha, 1:28,3; 7. Mišauerová Olga, Olomouc, 1:36,6; 8. Novotná Božena, Praha, 1:40,0; 9. Trnková Hana, Ostrava, 1:41,7; 10. Uhlřivá Iva, Gottwaldov, 1:42,2; 11. Srpová Olga, Plzeň, 1:48,1; 12. Winklatová Eva, Praha, 1:52,0; 13.—14. Dvořáková Helena, Brno, 2:01,1; Mičochová Ivana, Brno, 2:01,1; 15. Máhrová Hana, Praha, 2:38,0.

Sjezdový trojboj — dorostenky mladší:

	Sjezd	Obří sl.	Slalom	Celkem b.
1. Bambasová Věra, Ústí n. L.	0,00	0,31	0,00	0,31
2. Živcová Anna, Praha	2,62	1,45	7,91	11,98
3. Bartošková Anna, Ostrava	7,60	2,37	10,84	20,84

4. Polozová Marie, Gottwaldov, 5,10 — 16,18 — 14,83 — 36,11; 5. Winklatová Eva, Praha, 36,50 — 0,00 — 0,00 — 10,16 — 46,66; 6. Trnková Anna, Ostrava, 24,30 — 9,48 — 20,75 — 54,53; 7. Mičochová Ivana, Brno, 47,28 — 8,33 — 7,13 — 62,74; 8. Mišauerová Olga, Olomouc, 18,26 — 29,17 — 27,95 — 75,38; 9. Srpová Olga, Plzeň, 31,88 — 29,63 — 24,85 — 86,36; 10. Máhrová Hana, Praha, 163,32 — 52,16 — 6,07 — 221,55.

VÝKONNOSTNÍ ŽEBŘÍČKY

V prosincovém Lyžařství byl uveřejněn návrh nového způsobu sestavování výkonnostních žebříčků pro lyžaře. Aby mohly být co nejdříve oznámeny zásady pro sestavování žebříčku, byl vypracován předběžný návrh, v němž byly později ještě provedeny změny.

Dodatečně bylo totiž stanoveno, že běhy žen na 5 a 10 km se sečítají. V obou disciplínách pak bylo možno absolvovat pět závodů a z těch se započítaly do žebříčku pouze tři nejlepší. Podmínka, že v hodnocené disciplíně musí být absolvováno mistrovství ČSR, platí pro všechny závody. Toto ustanovení nebylo v článku zcela jasně uvedeno. Je mu třeba rozumět tak, že závod absolvovaný na mistrovství, se počítá do počtu závodů, předepsaných pro hodnocení.

Letošní nedostatek sněhu ovlivnil opět nepříznivě všechny disciplíny a jen s velikými těžkostmi byly splněny předpoklady požadované pro hodnocení. Pro nedostatek závodů se upouští od hodnocení sjezdových disciplín.

Muži: běh na 15 km

V běhu mužů na 15 km byly absolvovány čtyři závody: Mistrovství ČSR, Kořenov, Bezroukův memoriál ve Sliacích a Mezinárodní závod v Harrachově.

Pořadí	Jméno	Mistrovství	Sliac	Kořenov	Harrachov	Celkem
1.—2.	Čihák Rudolf	45	45	0	34	124
1.—2.	Blažíček Jan	17	41	50	33	124
3.	Matouš Ilja	18	50	0	50	118
4.	Hrubý Ladislav	35	38	41	38	117
5.	Jeřábek Vladimír	34	35	45	28	114
6.	Harvan Štefan	41	36	0	27	104
7.	Kolařík František	33	34	34	27	101
8.	Klamár Josef	30	33	30	9	93
9.	Balátka Jaroslav	33	24	33	12	90
10.	Baluch Stano	28	32	26	29	89
11.	Pešl František	23	31	0	23	77
12.	Pekárek Jiří	21	22	15	0	58
13.	Žák Jan	4	0	32	20	56
14.	Hrbek Zdeněk	8	25	16	0	49
15.	Banko Zdeno	15	21	8	0	44
16.	Maleňák Boh.	7	0	21	5	33

Muži: běh na 30 a 50 km

Z vytrvalostních závodů se uskutečnily tři: Mistrovství 30 a 50 km a Zlatá lyže Českomoravské vysočiny. Započítávají se dva nejlepší výsledky.

Pořadí	Jméno	Mistrovství 30 km	50 km	Zlatá lyže Českomor. vys.	Celkem
1.	Švanda Jaroslav	13	45	50	95
2.	Hrubý Ladislav	45	38	0	83
3.	Cardal Jaroslav	31	50	0	81
4.	Prokeš Josef	33	0	41	74
5.	Dvořák Karel	0	35	38	73
6.	Blažíček Jan	24	41	31	72
7.	Junek Zbyněk, inž.	23	32	35	67
8.	Hlaváč Karel, inž.	30	36	0	66
9.	Smetana Zdeněk	0	31	30	61

Ženy: běh na 5 a 10 km

Uskutečnilo se pět závodů: Mistrovství na 5 a 10 km, Zlatá lyže 10 km, Mezinárodní závod v Harrachově 10 km a Kořenov 5 km.

Pořadí	Jméno	Mistrovství 5 km	10 km	Zlatá lyže	Harrachov	Kořenov	Celkem
1.	Patočková Libuše	30	26	26	24	0	82
2.	Benešová Eva	26	30	0	0	23	79
3.	Lauermanová Eva	23	23	23	18	26	72
4.	Fajstauerová Jarmila	21	21	0	0	21	63
5.	Jeřábková Helena	11	19	20	16	20	59
6.—7.	Stehlíková Nina	18	18	21	0	10	57
6.—7.	Hlaváčková Jiřina	20	13	19	0	18	57
8.	Prokešová Milada	19	15	0	0	17	51
9.	Kamlerová Vlasta	12	14	18	0	15	47
10.—11.	Lášková Dagmar	15	0	16	0	15	46
10.—11.	Krasilová Olga	13	17	0	13	16	46
12.	Šírová Emilie	14	16	0	14	11	44
13.	Stehlíková Olga	7	9	17	12	10	39
14.	Stehnová Eva	9	12	14	0	0	35

Muži: sdružený závod

Uskutečnily se čtyři závody: Mistrovství, Velká cena Mšena, Pohár TJ Rožnov p. Radh., Mezinárodní závod v Harrachově.

Pořadí	Jméno	Mistrovství	Mšeno	Rožnov	Harrachov	Celkem
1.	Melich Vlastimil	445,0	0	448,9	452,5	1346,4
2.	Nüsser Josef	441,6	0	442,2	445,9	1329,7
3.	Martiňák Miroslav	437,9	0	434,5	418,7	1291,1
4.	Kubica Jan	411,4	0	439,1	431,4	1281,9
5.	Jindra Josef	412,5	0	431,2	432,7	1276,4
6.	Farský Karel	427,9	0	433,2	417,6	1278,7
7.	Zemánek Boh.	393,3	440,7	414,5	401,5	1256,6
8.	Maleňák Boh.	407,7	437,2	0	388,3	1233,2
9.	Nedomlel Jaroslav	368,4	428,9	370,0	335,4	1167,3

Muži: skok prostý

Uskutečnily se tři závody: Mistrovství, Štít febrúárového vítězstva a Mezinárodní závod v Harrachově. Započítávají se dva závody.

Pořadí	Jméno	Mistrovství	Harrachov	B. Bystrica	Celkem
1.	Bulín Jáchym	218,5	213,5	0	432,0
2.	Remza Zdeněk	214,5	212,0	0	426,5
3.	Jebavý Drahoš	213,5	0	203,5	417,0
4.	Melich Vlastimil	209,5	198,0	0	407,5
5.	Martiňák Miroslav	204,5	200,0	0	404,5
6.	Motejlek Libor	201,0	199,5	0	400,5
7.	Nüsser Josef	203,0	195,0	0	398,0
8.	Jindra Josef	199,5	186,5	0	386,0
9.	Berger Wolfgang	190,5	0	193,7	384,2
10.	Hubač Zbyněk	192,0	189,5	0	381,5
11.	Skalský Petr	187,0	0	194,0	381,0
12.	Matouš Josef	0	184,0	193,1	377,1
13.	Bejda Jiří	0	187,5	179,1	366,6
15.	Kubica Jan	187,0	0	177,0	364,0
17.	Thomas Emil	194,5	0	161,1	355,6
18.	Stuchlík Mojžíř	0	176,5	177,6	354,1
19.	Zemánek Boh.	179,5	151,0	0	330,5
20.	Doubek Rudolf	166,5	152,5	0	319,0

Kvalifikační a registrační komise LS ČSTV

DO DISKUSIE

o lyžařském výcviku

Učební osnova lyžařského výcviku, vydaná v roce 1958 v učebních textech »Technika lyžování«, vyžadovala diskusi jako každá nová věc. Proto jí redakční rada »Lyžařství« zahájila v listopadovém čísle minulého roku.

Kdo diskutoval?

Josef Koudelka, středoškolský profesor tělesné výchovy, v 11. čísle roč. 1958,

Jiří Kopal, odborný asistent KTV, společně s inž. Miroslavem Chloubou, oba instruktory cvičitelů, ve 12. čísle,

Vladimír Kovařík, odborný asistent KTV, společně s Miroslavou Vlachovou, oba instruktory lyžařských cvičitelů, v 1. čísle roč. 1959,

Jaroslav Kamprle, řadový lyžař, ve 2. čísle, Oldřich Maška společně s Jiřím Matkem, oba odborní asistenti KTV, ve 3. čísle,

Miloslav Jirsa, odborný asistent KTV a instruktor cvičitelů, ve 4. čísle,

Vladislav Čepelák, doktor pedagogie, odborný asistent subkatedry lyžařství na IVTS, v 5. čísle tohoto ročníku.

Klady diskuse

Diskuse potvrdila autorům textů »Technika lyžování« některé nedostatky zpracování, které s odstupem času již sami znali. Ukázala však také některé další nedokonalosti, sporné otázky a leckde i naznačila cestu k hledání řešení. Diskuse ukázala i na některé problémy širšího dosahu, např. na nutnost rychlého řešení lyžařského názvosloví, dále na nutnost přesnějšího rozlišování pojmů: cíle výcviku (vyjádřené osnovami), pohybová technika (ekonomika jízdy), metodické cesty a didaktické pomůcky (k dosažení daných cílů).

Velmi potěšující úroveň měla diskuse Jaroslava Kamprleho, jak obsahem, tak formou. Doporučuji ji všem zájemcům o lyžařský výcvik k důkladnému promyšlení, protože obsahuje i řadu logických závěrů.

Diskuse O. Mašky — J. Matka a diskuse M. Jirsy měla řadu námětů nutících k bedlivým úvahám.

Kladem v diskusích bylo všechno, co pramenilo z upřímného zájmu přispět ke zlepšení — neboť tak je tomu v každém lidském počínání.

Nedostatky diskuse

Časopis — měsíčník zařazoval diskusní příspěvky postupně jako z tradice. To se však stalo vadou diskuse, protože se uveřejnění sedmi příspěvků protáhlo přes polovinu roku. Tím se diskuse stala rozvíklelou a málo přehlednou. Přesto, že diskusní tribuna byla otevřena tak dlouho, bylo možno se seznámit s názory jen malého počtu diskutujících.

Častou chybou v diskusích bylo, a J. Kamprle to správně kritizuje, že někteří nerozlišovali zásadní otázky od otázek druhotných, dokonce ne ani od drobností v současné situaci malicherných. Tu je nutno od omluvitelné neznalosti podstaty věci odlišit a odsoudit rozměňování podstaty a šíření chaosu.

Z řady diskusí zní více či méně zastřený odpor nebo zásadní výhrada proti novému »extrému« místo jasného vyjádření: uznávám nebo neuznávám tento zásadní vývoj v lyžařském výcviku.

Dovolte, abych připomenul zcela známou diskusní zásadu, která v této diskusí nebyla vždy dodržena: Kdo chce kritizovat názory či text jiného autora, musí citovat přesně, někdy doslovně. Jestliže kritik nepravdivě zkrusluje autorovy jasné řečené zásady, nelze to omluvit.

Pan Kruckenhauser by se velmi divil, soudruhu Čepeláku, kdyby četl, jak popisuješ jeho výklad a rakouskou techniku. Nejhorší na tom je, že to mate čtenáře. Ostatně diskuse byla otevřena k našim učebním textům, tak je třeba kritizovat je a ne pana Kruckenhausera, ten za ně nezodpovídá.

Věcnými nedostatky v diskusích byly na mnoha místech: nevhodnosti názvoslovné, nesrozumitelnosti popisů a nesprávnosti argumentací. Nelze to zde šíře rozebrat, ale je to třeba upřímně říci. Tak např.: Sebejistotě kritiky J. Koudelky nebo V. Čepeláka neodpovídala vždy logičnost a věcnost jejich posudku. Ve výkladech V. Čepeláka je řada nevýznamných detailů povýšena na významné činitele. Častá složitost nebo nezřetelnost výkladu byla i u spoluautorů učebních textů J. Kopaala — M. Chlouby v odpovědi J. Koudelkovi. Ostatně nutno zde připomenout, že v samotných učebních textech je řada míst, která by měla být srozumitelnější a přesnější formulována. Z příspěvku V. Kovaříka — M. Vlachové je vidět jak nepřesně, složitě a nesrozumitelně vyjadřují své názory někteří autoři tam citovaní. K tíži našich překladatelů však jsou těžko omluvitelné nesprávnosti překladů, kterých je tam několik.

Nemilým dojmem působí, když v některých částech diskusí J. Koudelky, M. Jirsy, V. Čepeláka cítíme tendenci. Nelze se ubránit dojmům, že v takových kritikách hraje úlohu motiv prestiže, což je v socialistické tělesné výchově nutno důsledně kritizovat.

Nelze také souhlasit s tím, že spoluautoři učebních textů J. Kopal — M. Chlouba nepočkali do závěru diskuse a že odpovídali již prvnímu diskutérovi J. Koudelkovi a místy dokonce nevhodným stylem, což jim správně vytkl další diskutér O. Maška — J. Matek.

Závěry z diskuse

Je nutno, aby UMK ústřední lyžařské sekce důkladně zhodnotila všechny připomínky uvedené v diskusí, správné z nich aby uplatnila při úpravě učebních textů. S tímto zhodnocením by měla co nejdříve seznámit čtenáře »Lyžařství«.

Domnívám se, že je třeba urychleně předložit k diskusí návrh úpravy lyžařského názvosloví. Tento návrh byl již projednán názvoslovnou komisí vědecké rady ÚV ČSTV a má být ještě letos vydán v knižnici tělovýchovného názvosloví k široké diskusí.

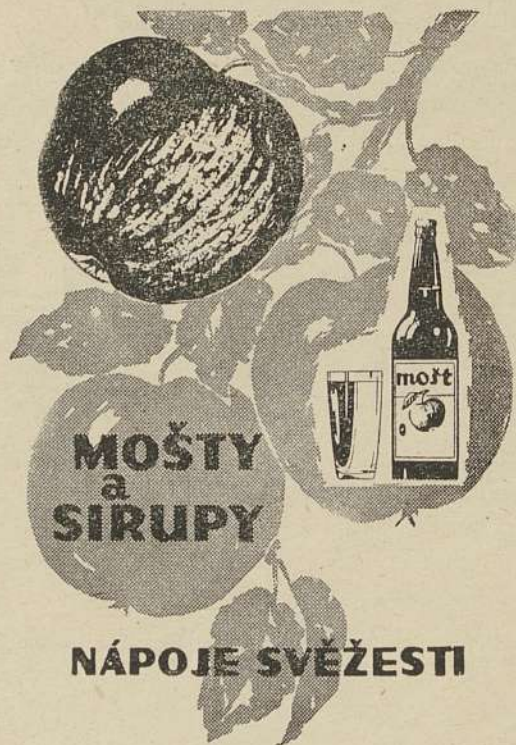
Je třeba znovu prozkoumat a propracovat cíle našeho lyžařského výcviku a podle toho zpřesnit učební osnovu. K takto stanoveným cílům je třeba soustavně a vědeckými metodami hledat nejlepší cesty a didaktické prostředky. Při tom je nutno důkladně promyslet problémy: terénní jízdy — cvičné svahy, speciální lyže běžecké a sjezdové — lyže »univerzální« a další. To jsou problémy všech lyžařských zemí, které nejsou jednoznačně zaměřeny buď k běhu, nebo naopak ke sjíždění podle terénů, které u nich převládají. A tyto problémy nutně ovlivňují osnovy výcviku. Nelze při tom ani přehlížet rekreační hodnoty a hospodaření časem, jde-li o takové masy lyžařů, které každou zimní neděli zaplavují naše lyžařská střediska.

Je třeba přestat už s neprokázaným strašákem o škodlivosti přívrtné cesty v základním výcviku. Každý uznává, že všichni lyžaři musí přívrat umět a že většina se bez něho, hlavně v terénní jízdě, neobejde, a přece někteří dosud nechtějí pochopit, že přívrat nemůže nadaného lyžaře pokazit, ale že může i nadanému lyžaři usnadnit cestu k dokonalejšímu obloukům smykem s lyžemi rovnoběžnými. Je proto třeba zodpovědným výzkumem vymezit přívratu správnou funkci v lyžařském výcviku.

Jasným závěrem diskuse je potvrzení, že již bylo zcela nutně vyjádřit značný vývoj techniky a výcviku v oblasti sjíždění urychleným vydáním učebních textů i za cenu drobnějších nedostatků. A podstata učebních textů lyžařského výcviku je v souladu s celosvětovým vývojem, v jehož popředí chce naše tělovýchova být.

Při příštích podobných diskusích (a bude jich stále třeba) by bylo vhodné shromáždit příspěvky a vyhradit jim ve vhodném období třeba celý obsah jednoho nebo dvou čísel časopisu, aby byla diskuse přehledná a aby se předešlo polemikám mezi diskutéry.

Doc. dr. Jiří Jelínek, zasloužilý cvičitel



V. mezinárodní kongres pro vyučování jízdě na lyžích

V době od 6. do 13. dubna 1957 se uskutečnil V. mezinárodní kongres vyučování jízdě na lyžích. Pořádáním tohoto sjezdu nejpřednějších lyžařských metodických odborníků bylo na posledním kongresu ve Storlien pověřeno Polsko. Místem kongresu se stalo známé lyžařské středisko Zakopané.

Lyžařský sport současné doby se neomezuje jenom na výkony v různých závodních odvětvích, ať již jde o stometrové skoky či stokilometrové rychlosti při sjezdech, nebo vynikající výkony na běžeckých tratích, ale převážný zájem ve všech zemích, kde jsou vůbec podmínky pro lyžování, se soustřeďuje na jeho masové provozování a jeho výuku. Právem proto říkají ve svém úvodě k programu V. kongresu v Zakopaném 1959 jeho pořadatelé, že lyžování v poslední době se stalo sociálním masovým zjevem, který umožňuje obyvatelům měst pobyt ve volné přírodě, prostředí k odpočinku, ozdravení a k harmonickému rozvíjení osobnosti, jakožto nezbytná součást moderní kultury dnešního člověka.

Zájem o co možná největší rozšíření lyžařského sportu v masovém lyžování a vytvoření nejpřístupnějšího výcviku k tomu účelu, jakož i vytvoření různých přítažlivých akcí k podnícení zájmu o lyže mezi mládeží jest zjevem naprosto všeobecným ve všech státech, které se lyžováním vůbec zabývají. Důvody jsou proto různé a zejména alpské země, jako Švýcarsko, Francie, západní Německo, Itálie a Rakousko, spojují lyžování s podporou turistického ruchu. Takový soustředěný zájem hospodářský má, podle vlastního vyjádření vedoucího švýcarské delegace Ch. Rubiho, Švýcarsko, neboť v této zemi je lyžování otázkou zaměstnanosti či nezaměstnanosti značného počtu osob. U alpských států jsou pochopitelně v popředí zájmy a otázky problematiky profesionálních učitelů jízdy na lyžích. To bylo také patrné z celého postupu dosavadního předsednictva, které bylo velmi ovlivněno těmito názory, neboť podobným způsobem jest orientována zejména Francie a také Rakousko.

U těchto ještě přistupuje snaha po dosažení prvenství v technice a metodice lyžování, čemuž se Švýcaři jako dobří obchodníci snaží čelit tím, že nazývají zástupce moderní rotační techniky »puristy«, kterým záleží pouze na správném postupu a jednotném provedení cviků a hledí naproti tomu nabídnout co nejlepší podmínky zahraničním návštěvníkům, v dobře zařízených hotelích a v krásném prostředí jejich Alp, tedy soutěží na basi čistě komerční. Jak sami prohlásili, nemohou své staré učitele jízdy vyhodit na dlažbu, a proto se smířili s pomalejším vývojem technickometodickým a spíše se blíží a spojují s Francouzi v obhajobě jakési usměrněné, »moderní« rotační techniky.

Zájem o účast na kongresu výuky lyžování ukazuje poměrně početné zastoupení zahraničních delegátů. Pochopitelně nejpočetnější byla účast polská — 30 členů, pak západoněmecká

delegace s 21 členy a dále následovaly: Rakousko 14, NDR 7, CSR 5, Švédsko, Itálie a Švýcarsko po 4, Jugoslávie, Francie, Bulharsko po 3, Norsko 2, Rumunsko, Finsko a USA po 1 delegátu a dva pozorovatele z Maďarska. Na kongresu bylo tedy zastoupeno 15 národů.

Průběh celého kongresu byl narušen zejména špatným počasím, které rozhodně značně ztížilo celou jeho organizaci, o které však nutno říci, že přes snahu pořadatelů nebyla příliš na výši ať šlo o službu technickou, překladatelskou či reprodukční a jevila známky improvizace.

Technická úroveň jednání a přednášek přednesených na kongresu byla velmi dobrá. I když není úkolem této krátké všeobecné zprávy podrobné hodnocení celého průběhu kongresu, neboť jde o řadu závažných otázek, které potřebují důkladného rozboru, a proto bude třeba postupně je uveřejňovat v časopise Lyžařství s příslušným podrobným komentářem, lze říci, že snad nejhodnotnějšími příspěvky byly referáty dr. Stefana Kruckenhausera z Rakouska a dra. Hochmuta z NDR. Prvý se zabýval sjezdem šikmo svahem a sesouváním, jakožto základními cviky alpského lyžování, druhý technikou skoku — speciálně odrazu. Rada příspěvků se zabývala lyžováním v terénu, spojeným s rekreací a turistikou. S tím souvisela i ukáзка družstva NSR — jízda na turistické lyži »Loipe-Ski« a některé referáty orientované k tomuto problému. Zhruba lze říci, že za poslední 2 roky se ještě více upevnila technika a metodika rakouské lyžařské školy. Veškeré lyžařské národy s výjimkou Francie a Švýcarska se přiklonily k této technice a přizpůsobily si její metodiku svým podmínkám.

Pokud se týká nás, lze říci, že jsme při porovnání s ostatními státy učinili od IV. mezinárodního kongresu velký pokrok. Skutečnost, že se dnes s CSR počítá jako s jedním předních lyžařských států, hájících zájmy amatérského lyžování, jest nesporným úspěchem, kterého naše delegace na tomto kongresu dosáhla. Když jsme jak při přednášce, tak při jednáních vedoucích či v komisi pro amatérskou výuku přednesli zprávu o stavu nezávadního lyžování v CSR dostalo se nám uznání a ocenění ze strany ostatních účastníků kongresu.

Snad nejvíce potěšení jsme byli úspěchem našeho krátkého filmu »Lyžařská abeceda«. Měli jsme původně obavy ze srovnání, když byl na pořadu švýcarský barevný film s nádhernými přírodními záběry, dále vicholná technika krátkých smyků »Wedeln« z Rakouska, či ostatní filmy, avšak vavřim všeobecného uznání nejlepšího současného filmu na metodický a instruktivní námět po stránce odborného i filmového provedení si odnesla naše »abeceda«. Gratulace všech delegací, zvláště rakouských odborníků, nás upřímně potěšily a s radostí jsme konstatovali, že jsme úspěšně využili možností, které nám naše sjednocená tělovýchova poskytuje.

JUDr. JIŘÍ GÖTZ, předseda DMK LS ČSTV

PRO NAŠI JISTOTU

Skončila zima, zmizel poslední sníh, ale tím neskončil zájem většiny lyžařů o hory. Mnozí se do hor vracejí v létě velmi rádi, ale jen proto, aby se osvěžili výlety. Jsme však toho názoru, že tím by zájem lyžařů o hory neměl končit.

Co nás k tomuto názoru přivedlo? Hovořili jsme letos v zimě ve Spindlerově Mlýně s vedoucím Horské služby soudruhem Otou Štětkou o možnostech letní spolupráce členů lyžařských oddílů s HS. Vtom houkala poplachová siréna, která oznamovala okamžité zahájení záchranné akce. Na hřebenech Krkonoš se rozpoutal boj o člověka s divokou zimní přírodou. Bohužel, tentokrát příroda zvítězila.

Pod dojmem těchto událostí jsme navrhli soudruhu Štětkově spolupráci při značení lyžařských cest, kterých sice lyžaři v zimě pravidelně užívají, ale zatím se o ně nijak nestarají. Dověděli jsme se také zajímavé podrobnosti o práci a problémech HS. Například v oblasti Spindlerova Mlýna je třeba vyměnit ročně asi 1200 orientačních tyčí. Ty je třeba v lese uřezat, osekát, dopravit na určené místo a zasadit do země. Kromě toho HS pečuje o mástky přes potoky, zřizuje další nové lyžařské cesty, turistické sjez-

dvoky atd. Úkolů je tedy mnoho a nejen v této oblasti, ale i v ostatních horských oblastech po celé naší republice.

Jako členové předsednictva LS ÚV ČSTV jsme přednesli návrh, aby členové lyžařských oddílů vypomáhali v letním období HS při plnění těchto pro nás tak důležitých úkolů. Návrh byl samozřejmě přijat všemi členy předsednictva a doporučen. Jednali jsme proto s pracovníky ÚV ČSTV, kteří mají HS na starosti, a také tam jsme našli plné porozumění a pochopení.

V nejbližší době se uskuteční schůzka vedoucích HS všech oblastí, kde budou zmíněné otázky důkladně projednány a závěry z této porady a způsob organizování pomocných akcí budou včas uveřejněny.

Zatím je třeba, aby všichni vedoucí lyžařských oddílů a cvičitelé upozornili členstvo i příznivce lyžařského sportu, aby byli během léta připraveni na pomoc HS.

Pomůžeme tím sobě a také těm nešťastníkům, kteří někdy zabloudí ve sněhové bouři a mlze, a věříme, že nikdo z lyžařů nezůstane stranou.

JIŘÍ LEISS,
předseda org. komise LS ÚV ČSTV



BEZE SLOV

Hodnocení krajů a oddílů v roce 1959

Václav HOLAN

Hodnocení mistrovských a přebornických soutěží na rok 1959 bylo zpracováno stejným způsobem jako minulého roku. Tento způsob je přehledným a objektivním přehledem činnosti v jednotlivých krajích a oddílech. Nehodnotí jen malý počet závodníků nebo jen určitý stejný počet z každého kraje, ale sleduje celkový vzestup, nebo pokles závodní činnosti a výkonnosti v oddílech a krajích. Krajům je ponechána možnost ovlivnit výkony svých závodníků zvýšením směrňích čísel.

Vítězové jednotlivých závodů byli hodnoceni 240 body a další závodníci úměrně nižším počtem bodů podle docílených výsledků. Podle výpočtů byly sestaveny jednotlivé tabulky disciplín, krajů a oddílů, jakož i konečný souhrn všech výsledků pro porovnání s výsledky roku 1958.

Celkem je možno konstatovat, že úroveň závodního lyžování se v krajském měřítku vyrovnává a dřívější rozdíly se snižují. Nelze přesně určit, dochází-li k tomuto vyrovnání zvyšováním závodní úrovně všech závodníků, anebo snížením výkonnosti špiček, jelikož každý závod má mnoho odlišných podmínek.

Při konečném hodnocení bylo do klasifikace zařazeno 23 krajů, jejichž pořadí bylo vypočteno z umístění závodníků 133 lyžařských oddílů. Kraj Liberec získal nejvíce bodů hodnocením 133 závodníků z 26 oddílů. Druhým je kraj Hradec Králové součtem bodů 123 závodníků z 20 oddílů.

Porovnáme-li kraje po disciplínách, zjistíme, že kraj Liberec dosáhl oproti minulému roku 92,75 % bodu v klasických a 48,67 % bodu ve sjezdových disciplínách, naproti tomu kraj Hradec Králové 115,6 % bodu v klasických a 78,45 % bodu ve sjezdových disciplínách. Přehledy nám současně ukazují,

kterým disciplínám se v krajích věnují, kde mají závodníci převážně pro sjezdové disciplíny, kde pro klasické a hlavně jaký je poměr dospělých závodníků k dorostencům. Je jisté, že se v lyžařském sportu nedá vychovat špičkový závodník během krátké doby, a proto je možno z počtu a výkonnosti dorostenců na mistrovství usoudit, jaká bude asi závodní činnost krajů v příštích letech.

Z přehledu můžeme také zjistit, že MV Praha měl v klasických disciplínách poměr 19 dospělých závodníků ku 6 dorostencům a ve sjezdových 24 dospělých k 24 dorostencům. Kraj Ústí nad Labem dva dospělí ku 13 dorostencům ve sjezdových disciplínách a 5 dospělých ku 9 dorostencům v klasických. (Jde o počty závodníků, jejichž výsledky byly do hodnocení započítány.)

Z vypočtených výsledků bylo sestaveno i hodnocení lyžařské závodní činnosti oddílů, kde ovšem nebylo možno porovnat docílené výsledky z minulého roku. Proto není také možno usoudit na vzestup nebo pokles jejich závodní činnosti. V hodnocení oddílů nejsou také započítány výsledky závodu štafet. Pořadí oddílů je stanoveno obdobně jako hodnocení krajů po disciplínách, aby mohl být vyhodnocen nejlepší lyžařský oddíl.

Celková tabulka je sestavena podle krajské příslušnosti oddílů, protože se předpokládá, že o takové uspořádání mají zájem krajské sekce a krajské trenérské rady.

I když hodnocení má sloužit hlavně k posouzení práce krajů a lyžařských oddílů po stránce závodního lyžařství, věříme, že bude mít příznivý vliv na další práci trenérských rad.

Poř.	Kraj	Klasické disciplíny		Sjezdové disciplíny	
		záv.	bodů	záv.	bodů
1.	KV Liberec	97	21 395	36	7 221,5
2.	Hr. Králové	62	13 428,3	61	12 560
3.	MV Praha	25	5 382,1	48	9 235,4
4.	Armáda-Dukla	30	6 756,1	21	4 631,6
5.	Ostrava	17	3 490,1	40	7 795,1
6.	Brno	20	4 416,3	31	6 227,6
7.	Gottwaldov	16	3 350,5	25	5 098,2
8.	Jihlava	37	8 175,2	—	—
9.	Žilina	10	2 216,4	20	4 288,7
10.	KV Praha	4	878,9	28	5 490,6
11.	Ústí n. L.	15	3 314,4	14	2 983,7
12.	Vysoké Tatry	9	2 023,9	17	3 941,7
13.	Plzeň	11	2 206,5	20	3 141,6
14.	Olomouc	12	2 718,1	16	2 438,8
15.	Košice	—	—	21	4 554,8
16.	MV Bratislava	4	662,2	18	3 778,1
17.	B. Bystrica	12	2 654	2	420,6
18.	Č. Budějovice	12	2 511,3	2	197,6
19.	Nitra	—	—	7	1 122,8
20.	Pardubice	3	626,6	1	215
21.	Prešov	3	609,4	—	—
22.	K. Vary	1	208,4	1	122,7
23.	KV Bratislava	—	—	1	162,1

Klasické disciplíny Souhrn výsledků 20 nejlepších závodníků

Poř.	Kraj	Dospělí		Dorost		Celkem	
		záv.	bodů	záv.	bodů	záv.	bodů
1.	Liberec	42	9 402	55	11 993	97	21 395
2.	Hradec Králové	31	6 730,5	31	6 697,8	62	13 428,3
3.	Jihlava	16	3 477	21	4 698,2	37	8 175,2
4.	Dukla	30	6 756,1	—	—	30	6 756,1
5.	MV Praha	19	4 106,7	6	1 275,4	25	5 382,1
6.	Brno	17	3 735,4	3	680,9	20	4 416,3
7.	Ostrava	8	1 635,8	9	1 854,3	17	3 490,1
8.	Gottwaldov	7	1 553,7	9	1 796,8	16	3 350,5
9.	Ústí n. Lab.	2	410,6	13	2 903,8	15	3 314,4
10.	Olomouc	7	1 506,8	5	1 211,3	12	2 718,1
11.	Banská Bystrica	8	1 814,7	4	839,3	12	2 654,0
12.	České Budějovice	6	1 217,4	6	1 293,9	12	2 511,3
13.	Žilina	2	425,2	8	1 791,2	10	2 216,4
14.	Plzeň	3	549,1	8	1 657,4	11	2 206,5
15.	Vysoké Tatry	6	1 343,5	3	680,4	9	2 023,9
16.	KV Praha	3	653,7	1	225,2	4	878,9
17.	KV Bratislava	4	662,2	—	—	4	662,2
18.	Pardubice	1	215,0	2	411,6	3	626,6
19.	Prešov	3	609,4	—	—	3	609,4
20.	Karlovy Vary	—	—	1	208,4	1	208,4

Pořadí	Rok 1958	Celkem	
		záv.	bodů
1	1958	170	37 902,9
2	1959	125	27 679,1
3	1958	92	20 141
6	1959	42	9 395
4	1958	58	11 547,8
7	1959	41	8 483,9
5	1958	53	10 932,8
9	1959	32	7 536,3
8	1958	35	7 805,3
11	1959	34	7 023,6
12	1958	28	6 000,7
13	1959	24	5 414,3
10	1958	37	7 072,5
18	1959	13	2 647,3
14	1958	25	5 394,2
16	1959	21	4 533,4
15	1958	22	4 623,9
17	1959	18	3 909
19	1958	8	1 669,2
20	1959	4	930,4
21	1958	4	890,1
22	1959	1	210,9
			bez klasifikace

Sjezdové disciplíny Souhrn výsledků 20 nejlepších závodníků

Poř.	Kraj	Dospělí		Dorost		Celkem	
		záv.	bodů	záv.	bodů	záv.	bodů
1.	Hradec Králové	25	5 483,6	36	7 076,4	61	12 560
2.	MV Praha	24	4 791,9	24	4 443,5	48	9 235,4
3.	Ostrava	14	2 373,1	26	5 416	40	7 795,1
4.	Liberec	19	4 078,3	17	3 143,2	36	7 221,5
5.	Brno	4	899,4	27	5 328,2	31	6 227,6
6.	KV Praha	9	1 645,9	19	3 851,7	28	5 497,6
7.	Gottwaldov	7	1 265,9	18	3 832,3	25	5 098,2
8.	Armáda-Dukla	21	4 631,6	—	—	21	4 631,6
9.	Košice	10	2 171,5	11	2 383,0	21	4 554,0
10.	Žilina	6	1 234,2	14	3 054,5	20	4 288,7
11.	Vysoké Tatry	13	2 981,7	4	960,0	17	3 941,7
12.	MV Bratislava	7	1 438,0	11	2 340,1	18	3 778,1
13.	Plzeň	—	—	20	3 141,6	20	3 141,6
14.	KV Ústí n. Lab.	5	1 032,9	9	1 950,8	14	2 983,8
15.	Olomouc	4	491,6	12	1 947,2	16	2 438,8
16.	Nitra	—	—	7	1 122,8	7	1 122,8
17.	Banská Bystrica	—	—	2	424,6	2	424,6
18.	Pardubice	—	—	1	215,0	1	215,0
19.	České Budějovice	2	197,6	—	—	2	197,6
20.	KV Bratislava	1	162,1	—	—	1	162,1
21.	Karlovy Vary	1	122,7	—	—	1	122,7

**Klasické disciplíny
Pořadí oddílů podle krajů**

Poř.	Název oddílu	Dorost záv. bodů	Dospělí záv. bodů	Celkem záv. bodů	Celk. poř.
Liberec					
1.	J. Harrachov	9 2059,7	12 2734,7	21 4794,4	3
2.	J. Mšeno	10 2147,8	3 583,5	13 2731,3	6
3.	J. Vitkovice	9 1928,7	—	9 1928,7	7
4.	Sn Jilemnice	1 180,7	6 1372,2	7 1552,9	8
5.	S. Hor. Branná	1 224,5	4 935	5 1159,5	17
6.	S. Kořenov	1 222,8	3 709,2	4 932	20
7.	J. Semily	4 869,8	—	4 869,8	23
8.	Sp. Rokytnice	3 635,2	—	3 635,2	30
9.	L. Liberec	1 212,6	2 419,7	3 632,3	31
10.	Sj Turnov	—	2 453,5	2 453,5	42
11.	J. Tanvald	—	2 429,4	2 429,4	47
12.	J. Plavy	2 426,2	—	2 426,2	48
13.	J. Jablonec	1 195,7	1 201,7	2 397,4	54
14.	J. Lomnice n. P.	2 387,8	—	2 387,8	56
15.	J. Vysoké n. J.	1 240	—	1 240	58-9
16.	S. Zl. Olešnice	1 230,6	—	1 230,6	61
17.	S. Valteřice	1 227,7	—	1 227,7	62
18.	J. Držkov	—	1 225,7	1 225,7	64-5
19.	Sn Liberec	1 223,8	—	1 223,8	66
20.	J. Liberec	—	1 220,6	1 220,6	72
21.	Sl. VŠ Liberec	—	1 198,1	1 198,1	84
22.	S. Albrechtice	1 165,9	—	1 165,9	89
Hradec Králové					
1.	L. Trutnov	14 3045,8	8 1750,7	22 4796,5	2
2.	Sp. Vrchlabí	3 604	4 886,9	7 1489,9	10
3.	J. Náchod	—	5 1021,2	5 1021,2	19
4.	RH Vrchlabí	1 208,5	3 681,8	4 890,3	22
5.	S. Žamberk	1 199,0	2 410,9	3 609,9	35
6.	S. B. Třemešná	1 193,3	2 398,5	3 591,8	36
7.	Sn Šp. Mlýn	—	2 470,9	2 470,9	38
8.	Sp. Police n. M.	2 445,7	—	2 445,7	44
9.	S. Kunvald	—	2 444,7	2 444,7	46
10.	S. Lišnice	1 240,0	—	1 240,0	58-9
11.	S. Pecka	1 221,1	—	1 221,1	70
12.	J. Machov	1 219,0	—	1 219,0	73
13.	Rubena Náchod	—	1 205,2	1 205,2	79
14.	J. Dvůr Král.	1 183,5	—	1 183,5	88
Jihlava					
1.	S. N. Město n. M.	15 3298,9	13 2832,7	28 6131,6	1
2.	S. M. Křižánky	1 223,3	—	1 223,3	67
Armáda					
1.	Dukla Liberec	—	19 4316,6	19 4316,6	4
2.	Dukla Prešov	—	6 1330,4	6 1330,4	15
MV Praha					
1.	Sl. VŠ Praha	—	6 1334,2	6 1334,2	14
2.	Sp. Sokolovo	—	5 1107,8	5 1107,8	18
3.	Sl. Žižkov	3 622,8	—	3 622,8	32
4.	Žižka Praha	—	2 403,1	2 403,1	51
5.	Sn Praha	—	2 402,0	2 402,0	52
6.	ÚV ČSTV Praha	1 201,3	1 183,1	2 384,4	57
7.	Sp. Praha Jawa	1 225,7	—	1 225,7	64-5
Brno					
1.	L. Brno	2 459,9	12 2684,9	14 3144,8	5
2.	Spoj Brno	—	3 610,4	3 610,4	34
3.	RH Brno	1 221,0	—	1 221,0	71
Ostrava					
1.	Sp. Frenštát	3 669,7	4 817,8	7 1487,5	11
2.	S. Nýdek	3 570,0	1 164,8	4 734,8	26
3.	Sp. Ostravice	—	2 444,8	2 444,8	45
Gottwaldov					
1.	TJ Rožnov p R.	4 772,0	3 690,0	7 1462,0	12
2.	Sp. Vsetín	—	3 646,5	3 646,5	29
3.	T. Vsetín	3 611,5	—	3 611,5	33
Ústí nad Labem					
1.	B. Osek	5 1094,5	2 410,6	7 1505,1	9
2.	PZ Meziboří	3 680,8	—	3 680,8	28
3.	L. Teplice	1 218,9	—	1 218,9	74
4.	B. Děčín	1 209,7	—	1 209,7	78

Poř. Název oddílu Dorost záv. bodů Dospělí záv. bodů Celkem záv. bodů Celk. poř.

Olomouc					
1.	L. Šumperk	1 232,6	1 221,8	2 454,4	40
2.	Sl. Olomouc	—	2 449,7	2 449,7	43
3.	S. Jakubovice	—	2 413,9	2 413,9	50
4.	T. Písařov	2 400,4	—	2 400,4	53
5.	RH Olomouc	—	1 203,6	1 203,6	81
6.	Sp. Mar. Údolí	1 200,5	—	1 200,5	82
7.	Sn Olomouc	1 193,0	—	1 193,0	85-6
Banská Bystrica					
1.	B. Kremnica	2 433,4	4 895,2	6 1328,6	16
2.	ČH B. Bystrica	2 405,9	2 452,1	4 858,0	24
3.	L. Zvolen	—	1 237,9	1 237,9	60
České Budějovice					
1.	Sp. Strakonice	—	4 817,7	4 817,7	25
2.	S. Stachy	2 454,2	—	2 454,2	41
3.	J. Vimperk	1 227,0	—	1 227,0	63
4.	S. Kremže	—	1 187,9	1 187,9	87
Žilina					
1.	L. Vážec	3 682,3	1 213,1	4 895,4	21
2.	Dyn. N. Tatry	1 223,1	—	1 223,1	69
Plzeň					
1.	Sp. Plzeň	2 397,4	2 332,6	4 730,0	27
2.	ZTS Klatovy	—	1 216,5	1 216,5	75
3.	T. Železná Ruda	1 213,1	—	1 213,1	76
4.	Sj Plzeň	1 202,6	—	1 202,6	80
Vysoké Tatry					
1.	T. Tatr. Lomnica	1 235,9	5 1114,6	6 1350,5	13
2.	Sn Štola	1 223,2	—	1 223,2	68
KV Praha					
1.	Sp. Čakovice Avia	1 222,5	1 236,0	2 458,5	39
2.	Sp. Ml. Boleslav	—	2 417,7	2 417,7	49
KV Bratislava					
1.	Sl. VŠ Bratislava	—	3 514,7	3 514,7	37
Pardubice					
1.	L. Č. Třebová	1 193,0	—	1 193,0	85-6
Prešov					
1.	L. Prešov	—	2 392,9	2 392,9	55
Sjezdové disciplíny Pořadí oddílů podle krajů					
Poř.	Název oddílu	Dorost záv. bodů	Dospělí záv. bodů	Celkem záv. bodů	Celk. poř.
Hradec Králové					
1.	Tesla Vrchlabí	3 534,7	14 2820,4	17 3355,1	3
2.	Sp. Hr. Králové	6 1363,7	6 1110,3	12 2474,0	8
3.	Sn Šp. Mlýn	8 1850,1	2 442,5	10 2292,6	10
4.	S. Ján. Lázně	7 1504,1	—	7 1504,1	22
5.	Sn Pec	—	4 841,4	4 841,4	40
6.	J. Ml. Buky	—	4 777,4	4 777,4	42
7.	T. Svoboda	—	4 675,1	4 675,1	45
8.	TOS Vrchlabí	—	2 409,3	2 409,3	60
9.	L. Trutnov	1 231,0	—	1 231,0	66
MV Praha					
1.	Sl. VŠ Praha	9 1836,9	9 2002,1	18 3839,0	2
2.	Sl. Žižkov	—	8 1594,7	8 1594,7	18
3.	Dyn. Praha	5 1009,4	1 186,3	6 1195,7	28
4.	Sn Vinohrady	3 689,7	—	3 689,7	43
5.	Sn Praha	3 628,2	—	3 628,2	47
6.	Sp. Sokolovo	4 627,7	—	4 627,7	48
7.	Sp. Stalingrad	—	4 425,1	4 425,1	57
8.	Start Praha	—	2 235,3	2 235,3	65

Poř.	Název oddílu	Dorost záv. bodů	Dospělí záv. bodů	Celkem záv. bodů		
Ostrava						
1.	B. Ostrava	3	415,4	9	1826,7	12 2242,1 11
2.	Sp. Frenštát	—	—	10	2101,4	10 2101,4 15
3.	VŽKG Vítkovice	4	778,6	4	872,5	8 1651,1 17
4.	Sp. Kopřivnice	3	646,4	3	615,4	6 1261,8 27
5.	Sp. Frydek-Místek	4	538,7	—	—	4 538,7 54
Liberec						
1.	J. Jablonec n. N.	—	—	7	1405,8	7 1405,8 24
2.	Sl. VŠ Liberec	5	1104,8	—	—	5 1104,8 31
3.	L. Liberec	—	—	7	1062,3	7 1062,3 32
4.	Sp. Rýnovice	5	984,7	—	—	5 984,7 34
5.	J. Žel. Brod	2	426,7	2	435,1	4 897,8 37
6.	Sp. Rokytnice n. J.	4	842,4	—	—	4 842,4 39
7.	J. Tanvald	3	683,7	—	—	3 683,7 44
8.	S. Č. Sumburk	—	—	1	240,0	1 240,0 63
Brno						
1.	Spoj Brno	3	707,8	7	1519,4	10 2227,2 13
2.	L. Brno	—	—	12	2106,4	12 2106,4 14
3.	Sl. VŠ Brno	1	191,6	4	853,8	5 1045,4 33
4.	RH Brno	—	—	4	848,6	4 848,6 38
KV Praha						
1.	Sp. Odol. Voda	9	1645,9	6	1165,6	15 2811,5 5
2.	J. Kolín	—	—	13	2686,1	13 2686,1 6
Gottwaldov						
1.	Sp. Vsetín	—	—	10	2233,9	10 2233,9 12
2.	TJ Gottwaldov	6	1137,1	4	812,9	10 1950,0 16
3.	Sp. Uh. Hradiště	1	128,80	2	373,7	3 504,5 55
4.	S. Hrozenkov	—	—	2	409,8	2 409,8 59
Armáda						
1.	Dukla Liberec	—	—	14	3123,9	14 3123,9 4
Košice						
1.	TJ Kežmarok	9	1963,6	3	669,2	12 2632,8 7
2.	L. Košice	1	208,2	6	1319,7	7 1527,9 19
3.	B. Dobšiná	—	—	2	394,1	2 394,1 61
Žilina						
1.	Dyn. N. Tatry	—	—	7	1508,2	7 1508,2 21
2.	Sp. L. Hrádek	—	—	4	924,8	4 924,8 36
3.	S. Lipt. Porubka	3	639,9	—	—	3 639,9 46
4.	Sp. Martin	—	—	3	622,0	3 622,0 49
5.	L. Žilina	3	594,3	—	—	3 594,3 51
Vysoké Tatry						
1.	T. T. Lomnica	15	2981,7	4	960,0	19 3941,7 1
MV Bratislava						
1.	L. Bratislava	—	—	11	2340,1	11 2340,1 9
2.	Sl. VŠ Bratislava	7	1438,0	—	—	7 1438,0 23
Plzeň						
1.	J. Klatovy	—	—	9	1536,2	9 1536,2 20
2.	T. Žel. Ruda	—	—	3	560,3	3 560,3 52
3.	Sp. Dyšina	—	—	4	546,5	4 546,5 53
4.	Sl. VŠ Plzeň	—	—	4	498,6	4 498,6 56
Ústí nad Labem						
1.	Sn. Jirkov	—	—	4	959,2	4 959,2 35
2.	T. Jílové	4	796,7	—	—	4 796,7 41
3.	B. Hrob	—	—	3	619,7	3 619,7 50
4.	B. Děčín	—	—	2	371,9	2 371,9 62
5.	J. SZ Litvínov	1	236,2	—	—	1 236,2 64
Olomouc						
1.	L. Šumperk	4	491,6	4	789,8	8 1281,4 26
2.	Sl. VŠ Olomouc	—	—	8	1157,4	8 1157,4 29

Poř.	Název oddílu	Dorost záv. bodů	Dospělí záv. bodů	Celkem záv. bodů	Celk. poř.
Nitra					
1.	B. Handlová	—	—	7 1122,8	7 1122,8 30
Banská Bystrica					
1.	L. Zvolen	—	—	2 424,6	2 424,6 58
Pardubice					
1.	J. Ústí n. Orli.	—	—	1 215,0	1 215,0 67
České Budějovice					
1.	Sp. Strakonice	2	197,6	—	2 197,6 68
KV Bratislava					
1.	Sj. Piešťany	1	162,1	—	1 162,1 70
Karlovy Vary					
1.	B. Jáchymov	1	122,7	—	1 122,7 71

Celkové pořadí oddílů

Poř.	Název oddílu	Klasické disciplíny	Sjezdové disciplíny	Celk.
1.	Dukla Liberec	4316,6	3123,9	7450,5
2.	S. Nové Město n. Mor.	6131,6	—	6131,6
3.	Tatran T. Lomnica	1150,5	3941,7	5292,2
4.	Lokomotiva Brno	3144,8	2108,4	5251,2
5.	Slávia VŠ Praha	1334,2	3839,0	5173,2
6.	Lokomotiva Trutnov	4796,5	231,0	5027,5
7.	Spartak Vrchlabí	1489,9	3555,1	4845,0
8.	Jiskra Harrachov	4794,4	—	4794,4
9.	Spartak Frenštát	1487,5	2101,4	3588,9
10.	Spartak Vsetín	646,5	2233,9	2880,4
11.	Spoj Brno	610,4	2227,2	2837,6
12.	Spartak Odolena Voda	—	2811,5	2811,5
13.	Slovan Špindlerův Mlýn	470,9	2292,6	2763,5
14.	Jiskra Mšeno	2731,3	—	2731,3
15.	Jiskra Kolín	—	2686,1	2686,1
16.	TJ Kežmarok	—	2632,8	2632,8
17.	Spartak Hradec Králové	—	2474,0	2474,0
18.	Lokomotiva Bratislava	—	2340,1	2340,1
19.	Baník Ostrava	—	2242,1	2242,1
20.	Slávia Žižkov	622,8	1594,7	2217,5
21.	Slávia VŠ Bratislava	514,7	1438,0	1952,7
22.	TJ Gottwaldov	—	1950,0	1950,0
23.	Jiskra Vítkovice	1928,7	—	1928,7
24.	Lokomotiva Šumperk	454,4	1281,4	1735,8
25.	Spartak Praha Sokolovo	1107,8	627,7	1735,5
26.	Dynamo Nizké Tatry	223,1	1508,2	1731,3
27.	Lokomotiva Liberec	632,3	1062,3	1694,6
28.	VŽKG Vítkovice-Ostrava	—	1651,0	1651,0
29.	Slávia Olomouc	449,7	1157,4	1607,1
30.	Slovan Jilemnice	1552,9	—	1552,9
31.	Jiskra Klatovy	—	1536,2	1536,2
32.	Lokomotiva Košice	—	1527,9	1527,9
33.	Baník Osek	1505,1	—	1505,1
34.	Sokol Janské Lázně	—	1504,1	1504,1
35.	Spartak Rokytnice n. Jiz.	635,2	842,4	1477,6
36.	TJ Rožnov p. Radh.	1462,0	—	1462,0
37.	TJ Jablonec n. Nisou	—	1405,8	1405,8
38.	Dukla Prešov	1330,4	—	1330,4
39.	Baník Kremnica	1328,6	—	1328,6
40.	Dukla	—	1318,2	1318,2
41.	Slávia VŠ Liberec	198,1	1104,8	1302,9
42.	Spartak Kopřivnice	—	1261,8	1261,8
43.	Dynamo Praha	—	1195,7	1195,7
44.	Sokol Horní Branná	1159,5	—	1159,5
45.	Baník Handlová	—	1122,8	1122,8
46.	Jiskra Tanvald	429,4	683,7	1113,1
47.	Rudá hvězda Brno	221,0	848,6	1069,6
48.	Slávia Brno	—	1045,4	1045,4
49.	Slovan Praha	402,0	628,2	1030,2
50.	Jiskra Náchod	1021,2	—	1021,2

Lyžiarstvo je v Tatrách športom najobľúbenejším a najmasovejším. A je to správne. Veď kde inde by tak malo byť? Lyžiarstvo tu má všetky predpoklady k plnému rozšíreniu a rozvoju.

S rozvojom techniky lyžovania stúpajú pochopiteľne aj nároky lyžiarov, a to už v skorom veku. Nároky čo do výstroja a nároky na trate. Markantné je to najmä u zjazdárov. Je preto potrebné mládež organizovať v dobrovoľnom telovýchovnom hnutí — v lyžiarskych oddieloch. A toto sme veru zatiaľ dostatočne nepreviedli.

Zásluhou nášho obetavého trénera Janka Terežáka vyrastajú nám už mladí bežci aj z radov dievčat a veríme, že tak ako na tohoročných majstrovstvách CSR v Špindlerovom Mlyne nás úspešne reprezentovala v behoch dorastenka Betka Gajancová, tak na budúcich budú aspoň traja a vytvoria aj Štáetu, s akou sme rátili t. r. na majstrovstvách Slovenska v klasických disciplínach, ktoré sa žiaľ z nie dost odôvodnených príčin neuskutočnili.

Viac pozornosti bude musieť venovať trénerská rada chlapcom a dievčatám-zjazdárom. U týchto, ako aj u dospelých zjazdárov narážame však na akúsi »neprekonateľnú« preťažku, ktorou je cestovné na lanovke a na výťahoch. Také sumy, aké potrebujú zjazdári, nemôže uhradiť nik z rodičov, ani sám pretekár, a veru ani lyžiarsky oddiel. Tu je potrebný zásah, lebo ináč nie je možné zabezpečiť ďalší rast a rozvoj zjazdárstva nielen vo Vysokých Tatrách, ale ani v celej republike.

Napriek tomu všetkému robia však tatranskí lyžiarski pracovníci čo môžu. Veď aj keď nám snehové podmienky nedopriali toho roku plne využiť radosti lyžiarstva, predsa len sa nám podarilo uskutočniť niekoľko vydatých podujatí. Z dosiaľ plánovaných 13 uskutočnilo sa 8. Keď k tomu pripočítame žiacke preteky o Spartakiádu vložku, ktorých sa za pomoci škôl uskutočnilo v niektorých osadách niekoľko, bolo roboty veru dost. Veď, môžeme sa v Tatrách pochváliť už 4 zlatými vložkami (2 v Štöle a 2 v Tatranskej Lomnici), 67 modrými, 454

červenými vložkami a 299 nositeľmi štítkov kandidátov na prvú červenú vložku. Najúspešnejšie si tu vedie OŠS v Tatranskej Lomnici. Škoda len, že museli byť odvolané naše najkrajšie preteky — »Veľká cena Slovenska«. Neviem však, či sa dostatočná pozornosť venovala »Medzinárodným skokom«, ktoré sa mali uskutočniť na Štrbskom Plese. Veď v Banskej Bystrici alebo v Harrachove vedeli toto uskutočniť a neviem veru či nie za horších snehových podmienok.

No a nakoniec ešte niekoľko slov o tých, čo robili a robia dobré meno tatranskému lyžiarstvu. 47 taranských pretekárov štartovalo na 32 lyžiarskych pretekoch. Tituly víťazov získali v 28 prípadoch. Najúspešnejšími boli MŠ Milka Mohrová, Stanislav Balúch, MŠ Jožo Krasula, Betka Gajancová a Olga Bruková, ktorá na dorasteneckých majstrovstvách CSR získala štyri majstrovské tituly. Sme na ňu ozaj hrdí a srdečne blahoželáme. Naši mladí chlapci ze Štöly nás tiež nezahanbili. Rusnák a Kačallak vyjzdili si na majstrovstvách CSR v Špindlerovom Mlyne I. VTM.

Týmto všetkým k-dosiahnutým úspechom srdečne blahoželáme a prejeme im aj do ďalších pretekov mnoho zdraru.

V ďalšom patrí vysloviť vďaka všetkým lyžiarskym činovníkom, či už technikom, trénerom alebo rozhodcom, ktorý svoj voľný čas venujú pre rozvoj nášho lyžiarstva. Veríme, že vo svojej obetavej práci neochabnú.

Toľko stručne o našej činnosti. Do budúca je nám potrebné zamyslieť sa nad finančnými zdrojmi. Sme športom výslovné pasívnym. Myslím, že usporiadanie športových večierok so športovými vložkami alebo lyžiarskych karnevalov môže nám tu veľmi pomôcť.

No a viac pozornosti je nám potrebné venovať mládeži. Veríme, že budúca sezóna bude priaznivejšia a priniesie nám viac radosti o možnosti usporiadania lyžiarskych podujatí, najmä pre mládež. Veď súťaž o Spartakiádu vložku pokračuje, a dúfame, že nebudeme poslední a že tých zlatých bude aspoň desať.

JULIUS KUKURA,
Vysoké Tatry

V mládeži budúcnosť nášho lyžiarstva

Pracovníci lyžiarskeho oddielu Baníka Mlynky si uvedomujú, že len zvýšením starostlivosti o mládež môžu sa dosiahnuť lepšie výsledky vo výkonnosti so zameraním i na budúcnosť. I keď túto úlohu si vytýčili v Mlynkoch už na začiatku sezóny 1958/1959, nepodarilo sa nám ju splniť na 100 %. Jednou z hlavných príčin, prečo táto úloha nebola splnená, bolo veľké zaneprázdnenie všetkých pracovníkov oddielu usporiadaním krajského preboru v klasických disciplínach v 10 km vzdialenej Ladovej jaskyni. Oddiel mal podstatnú účasť na usporiadaní, resp. prevedení VI. celoslovenských dní školskej telesnej výchovy a športu v behoch a SPBZ na Bielych Vodách. K tomu treba pripočítať usporiadanie i dvoch vlastných pretekov (Pohár Slovenského rudohoria — behy, Kahanec bane Mlynky — obrovský slalom). Z toho vidieť, že len málo času ostalo pre prácu s mládežou. I napriek tejto zaneprázdnenosti mimo tréningov usporiadali sme dvojce naborové preteky pre mládež z okolitých podhorských osád. Dnes je v radoch našich mladých lyžiarov 40 no-

síťov Spartakiádnych vložiek. Celkom bolo udelených 83 červených vložiek, 13 modrých a jedna zlatá spartakiádna vložka. I to malé množstvo práce, ktorú sme s radosťou medzi mládežou urobili, prinieslo svoje plody. Na krajskom kole ŠHŽ, ktoré bolo súčasťou krajského preboru dospelých v klasických disciplínach v Ladovej jaskyni, bojovali naši chlapci dost presvedčivo, keď v behu na 2 km obsadili prvé, tretie, štvrté a šieste miesto. I v kategórii dorasteniek obsadili naše pretekárky prvé miesto.

V športe sa čoraz častejšie hovorí o celoročnej príprave. I keď nemáme takmer žiadne skúsenosti v tomto smere, pre tento rok to začíname s mladými. Už v mesiaci apríli sme organizovali spoločné výlety do blízkeho okolia. V priebehu leta plánujeme uskutočniť spoločné táborenie a kúpanie na priehrade atď. Podmienky k tomu máme veľmi výhodné, pretože žijeme v Slovenskom raji. Vieme, že tým nedosiahneme všetko, ale veríme, že to prispeje k zlepšeniu práce medzi mládežou.

EMIL NOVÁK

»Nevím, čo bych za to dal, vidieť ty novináre na lyžích.« často slycháme na horách, kedy se sejde trochu väčší lyžařská rodina a závodníci nebo bafuňáři mají chvíli času, aby si mohli dobrat zástupce sedmé velmoci, jak často zdůrazňuje s úsměvem soudruh Miloš Dufek. Škoda, že jste nás vy všichni, kteří se tom tak toužíte, neviděli.

Koncem března totiž odjížděla z Československa na VI. ročník velkých mezinárodních závodů novinářů do Zakopaného skromná skupinka našich redaktorů. Pravda, v celé výpravě byli jen tři sportovní novináři, ostatní soudruzi byli z jiných rubrik, ale domníváme se, že všem pochybovačům o lyžařském umění novinářů by to vůbec neškodilo, jen kdyby ty písálky viděli na sněhu a ve slalomových brankách o tom ani nemluvě.

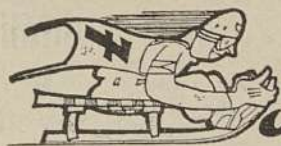
Jestě doma nám mnozí říkali: »To budete mít pěkný výlet, na lyžování vám pro jiné záležitosti ani mnoho času nezůstane. Ale chyba lávky. V Zakopaném se sjela velmi dobře materiálně vybavená mužstva z Francie, Švýcarska, Rakouska, Německé spolkové republiky a Polska. Kdo zná svah na Kasprovém vrchu a tam pověstnou, překrásnou muldu, už si dovede představit, jak tam asi vypadá »napíchaný« 800 m dlouhý obří slalom a 350 m dlouhý speciál slalom s 56 brankami. Kdo muldu na Kasprovém vrchu nezná, tedy jen tak na vysvětlenou, mulda u Žižkově chaty nad Pečí je loukou pro začátečníky z mateřských škol. Svýcaři, Němci, Poláci a především Francouzi se zde cítili jako doma. Kromě Poláků totiž všichni měli týdenní soustředění v Alpách a v nohou i pěti-kilometrové alpské sjezdovky. Bylo nám úzko, ale zbytečně se neříká, že odvážným štěstí přeje. S určitými obavami jsme se pustili do tréninku. A nebylo to tak nejhorší. Den na poznání trať je dosti málo, to ostatně ví každý závodník, neboť to jistě nejednou zkusil na vlastní kůži.

První den se jel obří slalom. Výsledky nebyly ku podivu špatné. Franta Valach vyhrál druhou kategorii a v celkovém hodnocení všech 160 závodníků skončil na šestém místě. Také Palas a Blecha jeli velmi dobře. Slalom speciál byl už práce jen těžší. Nejúspěšnější byli Palas, Kotrba a Melíšek. Valach a Blecha byli v prvním kole diskvalifikováni pro neprojetí branek.

Jaké bylo naše překvapení, když jsme zjistili, že v celkovém hodnocení národů jsme se umístili na čestném čtvrtém místě a dokázali porazit i tak silné a »nabitě« výpravy, jako měli NSR, Jugoslávie a pořadající Polsko. Nebudeme se chlubit, ale náš první start už v VI. ročníku nebyl špatný a věříme, že i v příštích letech budeme úspěšní. Pozvání na příští rok do Cortiny už máme. Škoda však, že nás neviděli všichni ti, kteří se domnívají, že sportovní novinář je hotové nemešlo.

JAN KOTRBA





Saně a boby



NOVÉ PŘEDSEDNICTVO SEKCE SANÍ A BOBŮ ÚV ČSTV

Na plenárním zasedání sekce saní a bobů ÚV ČSTV konané 26. dubna t. r. bylo zvoleno nové předsednictvo.

Nově zvolení pracovníci přijali své funkce na schůzi předsednictva dne 11. května 1959. Současně byly ustaveny komise v následujícím složení:

Předseda sekce saní a bobů: inž. **Josef MIŇOVSKÝ**.

Organizační komise: předseda — inž. **Bronislav HANÁK**, členové — J. Huňáček a zapisovatelka.

Výchovně propagační komise: předseda — inž. **Vladimír KOVANDA**, členové — M. Skořepa, A. Zimák, inž. J. Kovandová, inž. M. Landa.

Sportovně technická komise: předseda — **Václav LOMOZ**, členové — M. Fejk, pracovník pro výstavbu drah inž. V. Horák, pro stavbu saní a bobů inž. V. Kovanda.

Komise mládeže: předseda — inž. **Vladimír HORÁK**, členové — inž. L. Pásek, V. Tomášková, S. Neugebauer, Z. Studený.

Komise rozhodčích: předseda — **Metoděj BUREŠ**, členové — inž. J. Miňovský, M. Belda.

Zdravotní komise: předseda — **MUDr. Alexandr SVĚT**, členové — MUDr. Šatava, MUDr. Šturma.

Trenérská rada: předseda — **Miloslav BELDA**, členové — inž. V. Dašek, dr. L. Luňák, inž. B. Hanák, Z. Chládek, P. Škrabálek, doc. D. Zdeněk.

Z těchto členů jsou tři zodpovědní za učebně metodický úsek.

Hospodář sekce: **Vítězslav MAMICA**.



Soudružky Tomášková a Jarolimová, letošní naše nejúspěšnější reprezentantky v jízdě na saních.

USNESENÍ PLÉNA ÚSTŘEDNÍ SEKCE BOBŮ A SANÍ ÚV ČSTV

1. Schvaluje se přednesený referát předsedy ústřední sekce s. inž. Miňovského k usnesení VII. pléna ÚV ČSTV, s hodnocením činnosti ústřední sekce bobů a saní za uplynulé období, jakož i jednotlivých komisí ústřední sekce.

Ukládá se krajským sekcím projednat do 31. 5. 1959 závěry a usnesení VIII. pléna ÚV ČSTV, v oddílech do 30. 9. 1959 a podat o tom zprávu ústřední sekcí.

2. Plenární zasedání schvaluje plnění všech úkolů, které zůstávají v jednotlivých komisích ústřední sekce do dalšího období 1959. Vyzývají se všichni pracovníci sáňkařského a bobového sportu, aby příkladným plněním stanovených úkolů na rok 1959 byl plán nejen splněn, ale hlavně pokud jde o růst masovosti mládeže v sáňkařském sportu, překročen.

3. Plénum vyzývá všechny kraje a oddíly, aby okamžitě uvedly do pořádku svoji evidenci o stavu nácivku na II. CS, zaslaly patřičná hlášení ústřední sekcí a stanovily jednoho pracovníka, který bude sledovat pouze otázku nácivku na II. CS. Plénum vyzývá všechny oddíly, aby vždy jednou za dva měsíce podaly hlášení ústřední sekcí o plnění soutěže o získání co největšího počtu cvičenců na II. CS podle výzvy sáňkařského a bobového oddílu Slávia VŠ Praha. Všichni si musíme uvědomit, že naše účasť na spartakiádě je v současné době jedním z našich hlavních úkolů a podle toho je také plnit.

4. Krajským sekcím, komisím a všem oddílům se ukládá, aby se zaměřily v přechodném a přípravném období hlavně na provádění pravidelného tréninku dospělých a mládeže a spolupracovaly se ZTV a odbory turistiky.

5. Propagačně výchovné komisí se ukládá uvést do pořádku archiv sekce, hlavně filmy a alba, aby na podzim mohly v plné míře být prováděny besedy v krajích a okresech, které chceme nově získat.

6. Trenérské radě se ukládá zlepšit práci trenérů, ať oblastních nebo nově vyškolených III. třídy, a to tak, aby byli teoreticky doškolováni zasláním skript a jedno- ročně jejich znalosti doplňovány v doškolovacím semináři. Ukládá se trenérům zlepšit výchovnou práci v oddílech, a to po linii morálně politického profilu závodníka, hlavně u mládeže. Bude dobré, když v letním období navštíví naše kraje oblastní trenéři z jiných krajů a na základě osobních poznatků bude moci trenérská rada zhodnotit celoroční tréninkovou práci našich oddílů.

7. Komisi mládeže se ukládá definitivně dohodnout s ministerstvem školství zařazení sáňkařství do všech škol všeobecně vzdělávacích jako fakultativní předmět, aby od roku 1960 bylo již v nových osnovách tělesné výchovy ve školách zařazeno sáňkařství, jako je tomu doposud ve 45 výběrových školách a pokusných dvanáctiletkách.

8. Krajským sekcím se ukládá okamžitě plnit požadavky ústřední sekce, které jsou uveřejňovány ve Zprávách sekce, aby celostátní přehledy mohly být vyhotovovány včas a nezkreslovaly výsledky naší práce jen z důvodů administrativních.

Zprávy sekce

VIII. plénum ÚV ČSTV se zabývalo výhradně činností na úseku sportů, a proto je pro naši další činnost tak důležité.

Z usnesení ÚV ČSTV na VIII. plenárním zasedání vyplývá vytvářet příznivé podmínky pro neustálé zvyšování sportovního mistrovství, odstranit sezónnost v činnosti oddílů, upevňovat dosavadní sportovní základny a podle podmínek vytvářet další. To je úkolem nás všech — v ústřední-sekcí, krajských komisích, okresech, tělovýchovných jednotkách i oddílech.

★

— Podrobné znění referátu s. tajemníka ÚV ČSTV Ludvíka Uhlíře na VIII. plenárním zasedání ÚV ČSTV, konaném 2.—3. dubna 1959 v Praze, najdete jako přílohu časopisu »Tělovýchovný pracovník« z 28. dubna 1959, čís. 8.

— Všem oddílům doporučujeme odebírat pravidelně tento časopis, neboť v něm najdete mnoho potřebného pro svoji práci. Pravidelně jako příloha v něm vychází »Zpravodaj sekcí«, ve kterém najdete zprávy i z naší sekce.

Nejbližší úkoly:

- Sledovat průběh a kvalitu nácivku spartakiádních skladeb.
- Zajistit včas lékařské prohlídky a očkovaní proti tetanu.
- Projednat návrh úprav odznaku zdravotnosti PPOV — vypracovat připomínky.
- Zapojit se do sportovních soutěží a turistických akcí, organizovaných k okresní spartakiádě.
- Navázat spojení se ZTV, ČSM, MNV, školami apod. k zabezpečení úprav a výstavby sáňkařských prostorů pro mládež, rekreačních sáňkařských drah, vyšší sportovní hodnoty.

ČSR — NDR v jízdě na saních

(Dokončení z minulého čísla.)

SKONČILA SOUTĚŽ KRAJSKÝCH KOMISÍ MLÁDEŽE

V dnešním článku se budu zabývat technikou jízdy závodníků obou zemí a stručným popisem závodních drah.

Utkání Československo—Německá demokratická republika v jízdě na saních se konalo na přírodní dráze v Ilmenau na Lindenbergu, která patřila do roku 1935 k nejnebezpečnějším bobovým drahám v Evropě. Svým velkým spádem (průměr 15 %, na dvou úsecích 19 %) by se pochopitelně pro dnešní jízdu a závodění na bobech ocelových konstrukcí naprosto nehodila. Lindenbergbahn má 6 nedostatečně vystavěných zatáček, z nichž 2 jsou rekonstruované a vystavěné asi do výše 3 m z tyčkoviny visle uložené na kovové horizontální konstrukci (Dinckelkurve a Theo Grimmkurve) a cílová zatáčka je postavena z kamenů už před lety. Zbývající zatáčky jsou nízké (výška asi 1,5 m) zemní mantinely obložené drny, které podléhají značně klimatickým změnám a jsou snižovány a jejich příčný i podélný profil ničen deštěm a jarním táním sněhu. Dráha má dřevěný rozjezdový můstek asi 2 m vysoký, u startu restauraci a ohřívárnu pro závodníky a domek pro rozhodčí. Měření času se provádí fotoelektricky na dvoje stopky zařízením, které si pořadatelé zkonstruovali sami (měří jen na desetiny vteřiny). Dráha byla z větší části ledová a pro svoji obtížnost zkrácena z 1908 m na cca 1400—1500 m a před zatáčkami posypána sněhem.

Jak se ukázalo, našemu družstvu (až na soudružku Tomáškovou) dráha lépe vyhovovala než domácím, kteří ji týden trénovali. Mistryně sportu Věra Tomášková havarovala při tréninku v Theo Grimmkurve a k finálovým jízdám nastoupila s nepříjemným zraněním obličeje a s bolestmi v kříži a levé noze. Na dráhu s nedostatečně vystavěnými zatáčkami a ledovými rovinkami, vyžadující vysokou fyzickou zdatnost, obratnost, postřeh a v cílové zatáčce smykovou techniku takto handicapovaná nestačila. Technika jízdy Jany Jarolimové ukázala, že nám vyrostla talentovaná závodnice, která se vyrovná předním evropským závodnicím, bude-li ještě její výkon podpořen větší fyzickou připraveností a jistotou v každé jízdě. Vzhledem k havárii na kvalifikačním závodě v Teplicích a v tréninku v Ilmenau, volil jsem raději opatrnější první finálovou jízdu v Ilmenau s přibrzděním zvláště před kamenou cílovou zatáčkou. V druhé jízdě po nabytí jistoty Jana Jarolimová dosáhla nejlepšího času v kategorii žen. Za předpokladu, že bychom byli měli nezraněnou druhou závodnici v soutěži (bylo naprosto nutné počítat se slušným umístěním jedné ženy do soutěže národních družstev), mohla Jana Jarolimová jet riskantněji a získat první místo v utkání.

Naši muži jeli velmi dobře a museli skutečně bojovat. Vždyť družstvo mělo proti Němcům značně menší trénink a nevhodu cizí dráhy. Trénovali jsme na přírodních drahách u nás a tak je třeba za úspěch poděkovat i oddílu Spartaku Smržovka, který obětavě připravil k závodům již koncem prosince dráhu z Černé Studnice. Také konstrukce našich saní »Soukup« a saně Skrabátek předčily na této dráze známé německé saně »Pilz«.

Při tréninku na čisté umělé bobové dráze v Oberhofu však tomu bylo naopak a zdálo se, že »Pílčy« jedou o poznání rychleji, i když jsme měli pro závod ještě malou rezervu v mazání. Závod v Oberhofu se však neuskutečnil z důvodů, o nichž psal sportovní tisk. Technika našich mužů se přiblížila způsobu jízdy rakouských závodníků, několikanásobných mistrů světa. Skrabátek, Peukert i Urban jedou naprosto jistě, rasantně a používají na dráze celé škály prvků a fint, které jsou pro získání předních míst v evropském měřítku naprosto nutné.

Radostné je, že nám rostou další mladí jezdci, kteří se našim reprezentantům v příštích dvou letech vyrovnají, bude-li jim dána možnost utkat se v mezinárodní soutěži a získat potřebné zkušenosti.

Cím se liší technika německých jezdců od našich? Tato otázka by zasluhovala podrobnějšího rozboru, a to zejména s přihlédnutím k technice jízdy na přírodní a umělé dráze. Němečtí jezdci jsou zkušení, mají za sebou více mezinárodních závodů než naši (v posledních 2 letech) a radím je ve světovém měřítku asi na 5. místo. Opticky je zřejmý markantní rozdíl především v silném záklonu těla. Na ledové dráze může být tento prvek při vysokých rychlostech počítán ke kladům, protože takový způsob jízdy zaručuje minimální odpor vzduchu. Myslím však, že na přírodní a zvláště neklidné dráze není velké zaklonění těla vhodné především proto, že snižuje stabilitu saní a přehled závodníka a při skocích zářvýmím příliš zatížených patek působí jako brzdicí moment. Také ovladatelnost saní a rychlá reakce na různé nepředvídané podmínky na dráze je ztížena. Technika jízdy německých závodníků je silně ovlivněna tréninkem na bobové dráze Wadeberg v Oberhofu. Tam se němečtí závodníci lišili od našich také tím, že jezdili vysoko v zatáčkách a zase více v leže. Na přímých úsecích jsem viděl mnohé závodníky zakloněné až do vodorovné polohy tak, že sánkař viděl jen stěží na cestu. Pro nedostatek místa se bude třeba ještě k této otázce vrátit a doufám, že i reprezentanti, kteří se zúčastnili zájezdu do NDR nám napíší své zkušenosti.

O bobové dráze v Oberhofu se nezmínují a odkazují čtenáře na článek a nákres inž. Kovandy a Horáka v minulém či předminulém ročníku »Lyžařství«.

Pro celou výpravu znamenal tento náročný závod s neustálým přejížděním Oberhof-Ilmenau a měněním podmínek klimatických i sportovních taktických, s předěláváním skluznic, rozdílným voskováním a transportem saní vlastními silami, značné fyzické a nervové vypětí. V mezistátním utkání jsme zvítězili a získali další, zvláště taktické a politické zkušenosti. Také němečtí závodníci se mohli mnohému naučit od našeho družstva, a to jak po stránce techniky jízdy, tak i co do konstrukce a přípravy závodních saní. Trénink v Oberhofu na bobové dráze nás přesvědčil o tom, že v současné době jedněmi z nevhodnějších saní pro umělé ledové dráhy jsou závodní saně zn. »Pilz« z NDR, které by měly být ve větším množství do Československa dovezeny pro závodníky vyšších výkonnostních tříd.

I když závod nemohl být uskutečněn pro nepříznivé počasí v plném rozsahu, ověřili jsme si po loňské přestávce v mezinárodních stycích svoji výkonnost. Zájezd prokázal stoupající úroveň našich mužů i žen s tím, že u mužů je zlepšení markantnější.

Pokračování na str. 24.

Komise mládeže ústřední sekce vyhlásila na podzim minulého roku soutěž jednotlivých krajských komisí mládeže pro hlavní období od 1. ledna do 31. března 1959 v těchto kritériích:

1. Počet nově získaných závodníků a závodnic mládeže do 14 let.
2. Počet nově získaných závodníků a závodnic dorostu od 14 do 18 let.
3. Počet nově získaných VT mládeže.
4. Počet besed, aktivů, propagačních a náborových závodů, v pionýrských domech, výběrových školách, v odborech turistiky a ZTV.

Na základě došlých hlášení z krajů byla soutěž vyhodnocena.

Výsledky soutěže krajských komisí mládeže:

Kraj:	Kritéria				besedy závodů
	1.	2.	3.	4.	
1. Ústí nad Lab.	69	14	8	3	2
2. Ostrava	43	37	21	3	6
3. Liberec	5	8	6	1	10
4. Karlovy Vary	26	8	—	2	3
5. Praha	6	21	15	—	3
6. České Budějovice	12	—	—	7	2
7. Brno	—	5	3	1	2
8. Olomouc	6	3	—	—	1

Kraje Vysoké Tatry, Žilina a B. Bystrica uspořádaly mnoho závodů pro mládež a sánkařství zde zapustilo trvale kořeny. Avšak žádná konkrétní zpráva o této činnosti nebyla do uzávěrky soutěže dodána, a proto nejsou tyto kraje zahrnuty do hodnocení.

Zaslouženě získala prvé místo komise mládeže kraje Ústí n. L., kde je vidět dobrou celoroční činnost mistryně sportu s. Věry Tomáškové. Vážíme si úspěšné práce kraje Ostrava a Liberec i těch krajů, které pro nepříznivé sněhové podmínky nemohly pracovat plně s mládeží na sněhu, a proto se zaměřily na pořádání besed a instruktáží. Přičínit se musí v Jeseníku, kde jsou podmínky pro sánkařství přímo ideální.

Do budoucna je třeba neustrnout a získávat i přes léto mládež hlavně mezi pionýry, aby se naše sánkařská rodina ještě více rozmožnila.

Takto mnozí z vás našeho úspěšného lyžaře Tomáše neznáte. Náš snímek je z mistrovství ČSR v Banské Bystrici, kde se Tomáš umístil na velmi čestném čtvrtém místě v kategorii mláďů na 4500 metrů. Zimní příprava mu tedy pomáhá v létě a pochopitelně zase naopak.



SOKOLOVSKÝ ZÁVOD BRANNÉ ZDATNOSTI

Letošní špatné sněhové podmínky zasáhly i do organizování našeho největšího lyžařského branného závodu. Nedostatek sněhu způsobil velké starosti nejen organizátorům okresních a krajských přeborů, ale i organizátorům mistrovství republiky, které se konalo ve dnech 13. až 15. března 1959 na Štrbském Plese ve Vysokých Tatrách. Ještě 3 dny před závodem se rozhodovalo, zdali má být závod uspořádán nebo ne. Sněhová situace byla i na Štrbském Plese velmi špatná. Organizátoři, krajský výbor Svazarmu s okresními výbory Svazarmu Poprad a Vys. Tatry, měnili několikrát trasy tratí. Nakonec pak musela být zvolena trasa tratí jen 6 km, kterou muži běželi dvakrát. Část této trati musela být zvlášť upravována navezením sněhu asi v délce 800 m.

Letošní vrcholný závod sokolovské tradice měl výjimečný význam tím, že se poprvé konal za mezinárodní účasti závodníků z NDR a Polské lidové republiky. Při slavnostním zahájení na vzdobené tribuně byli přítomni nejen čelní představitelé Svazarmu, slovenských orgánů a NF, ale i hosté ze zahraničí z bratrských branných organizací, soudruzi Steiner a Schick z NDR, plukovník Valuk z Polska a major Koša z Maďarska.

Mistrovství ČSR v Sokolovském závodě, dobře připravené košickými svazarmovci, bylo i přes krajně nepříznivé sněhové a povětrnostní podmínky krásným bojem našich i zahraničních závodníků. Sportovní úroveň letošního finále jak v branných disciplínách, tak i v běhu je opět lepší než v předcházejících

letech. Zvláště ve střelbě — i když se pro špatnou viditelnost střelilo jen na 30 metrů — je celkový výsledek 72 % zásahů jistě velmi dobrý. Na dobrých výsledcích zejména v běhu má zásluhu velká řada závodníků z lyžařských oddílů TJ. Jako v jiných letech, tak i letos lyžařští závodníci získali velmi dobré úspěchy. Nejúspěšnějším byl známý lyžařský závodník a trenér Bohumil Kossour z Gottwaldova, který již potřetí zvítězil v kategorii jednotlivců nad 41 let a tak získal definitivně putovní cenu, křišťálový pohár od ÚV Svazarmu. Ne však jen on. Ještě řadu dalších závodníků, kteří se rekrutují z řad lyžařských závodníků, je nutno jmenovat.

Z žen jsou to: Matusková z Liberce, Heřmanská z Jihlavy, Kotková z Gottwaldova, Snirchová, Slepová a Plívová z Liberce, Novosadová, Biálková a Erbasová z Olomouce, Žroutová z Hradce a Lášková, Riedlová, Strážová z Prahy. Muži: Hladil z Hradce, Laktiš z Nitry, Syrovátko, Padocký, Moc, Pavlů z Liberce, Rusko, Banko a Poljak z Tater, Vališ, Dvořák, Brabec z Jihlavy, Kulík, Coufal a Kubík z Pardubic, Štrup, Pejśar a Taušl z Prahy, Hrnčíř, Palko ze Žiliny, Matys, Soják a Míl z Olomouce, Sýkora, Hromada a Vaněk z Gottwaldova a mnoho dalších.

Trať závodu, přestože byla technicky velmi náročná, měla jen několik krátkých prudších stoupání s poměrně malým výškovým rozdílem. V takových podmínkách se mohli uplatnit především závodníci s velkou lyžařskou zkušeností a dobrou technikou běhu. Ale jak už to v Sokolovském závodě bývá — neměla

technika běhu rozhodující vliv na konečný výsledek. Velmi dobrou organizací na střelnici zastínily částečně některé nedostatky, které se objevily zejména u mladších závodníků a ponejvíce u děvčat. Disciplína hod granátem byla v podstatě rozhodující pro umístění závodníků na předních místech. Výkony však proti dřívějšímu částečně poklesly vinou husté mlhy, která ztěžovala viditelnost. I na granatisti byla dobrá organizace této branné disciplíny.

Z jednotlivých krajů si opět nejlépe vedli závodníci z Libereckého kraje. Jejich vítězství v celkovém hodnocení bylo naprosto zasloužené. Získali 4 zlaté, 2 stříbrné a 2 bronzové plakety. Po jedné zlaté plakě vybojovali závodníci z kraje Banská Bystrica, Žilina, Košice, Gottwaldov a Praha-město.

Mistrovství se přes špatné sněhové poměry a špatné počasí vydařilo. Bylo dosaženo dobrých výsledků v zápelení se zahraničními účastníky, které se bude jistě i nadále vyvíjet, aby tak dosáhl tento náš krásný lyžařský branný závod ještě další zdařilé výsledky.

JAN KUNC

FINSKO

Také ve Finsku skončila letos lyžařská sezóna dříve než v minulých letech. Lidové lyžařské mezinárodní utkání se Švédskem a Norskem nepřineslo očekávané výsledky. Finsko si vytklo za cíl získat pro tuto masovou soutěž v běhu na 10 km, v níž startují mladí i starí lyžaři, jeden milión Finů. Tím by byla překročena loňská účast 780 000. Brzký konec lyžařské sezóny projevilo se i v menší účasti v tomto mezinárodním trojutkání. Závodů se zúčastnilo jen 700 000 startujících. Je to asi 17 % všeho obyvatelstva ve Finsku.

Finský lyžařský svaz se již zabýval účastí na zimních olympijských hrách v příštím roce ve Squaw Valley. «Králi lyžařů» Veliko Hakulinen po slabých výsledcích na začátku sezóny se dostal do dobré formy a je stále jednou z velkých nadějí Finska. Ve Squaw Valley (15 km), v japonském Sapporu (30 km) a dvakrát v severním Švédsku v běhu na 30 km — celkem čtyřikrát — porazil S. Jernberga (Švédsko). Ve švédském městě Limě, v Jämsänkoski a ve Squaw Valley (30 km) přiblížil do cíle za svým velkým švédským rivalem. Z ostatních běžců si vedl velmi dobře 29letý policejní úředník z města Mikkelin Toimi Alatalo. Vyhrál v Lahti mistrovský běh na 15 km a bude nebezpečným soupeřem P. Kolčina (SSSR) na krátké trati v příštím roce ve Squaw Valley. Ze skokanů mají zajištěnou jízdenku na zimní olympijské hry bratři Juhani a Kalevi Kärkinenové. Třiačtyřicetiletý mistr světa Juhani opět vyhrál v Lahti mistrovství Finska. Jeho bratr Kalevi zvítězil letos ve Squaw Valley a vyhrál pět dalších velkých závodů ve skoku prostém. Z dalších skokanů přicházejí v úvahu především A. Hyvärinen a E. Kirjonen.

Pokračování ze str. 23.

Zvláště ve dvoudadlových saních obě naše dvojice převyšovaly německé soupeře, jak se ukázalo při tréninku v Oberhofu. Dvojice Peukert—Urban patří dnes k nejlepším v Evropě a v budoucnu vážně zasáhne do bojů o mistrovský titul. Mezinárodní styk sáňkařů v roce 1956 a 1957 přinesl své ovoce jak ve stavbě dokonalejších a rychlejších saní, kde dnes patříme mezi nejlepší na světě, tak v technice jízdy, zvláště na přírodních drahách a v mazání saní. Toto zlepšení zájezdů čs. sáňkařů do NDR nesporně prokázal. I když z tohoto závodu nechci dělat konečné závěry o naší výkonnosti v evropském měřítku, je zřejmé z porovnání s výsledky na letošním mistrovství světa v jízdě na saních ve Villard de Lans ve Francii, že naše Jarolímová i muži mohli obhájit na mistrovství světa velmi čestná místa. To také potvrdili německí přátelé.

Čs. výprava sáňkařů byla v Německé demokratické republice příznivě přijata sportovci i místním obyvatelstvem. To se projevilo v továrně na porcelán, na ulicích města, při závodě a obzvláště na závěrečném večeru při rozdělení cen v naplněné Festhalle. V porcelánce jsme besedovali s dělníky, kteří byli v Československu a vysoce hodnotili naši výrobu porcelánu, moderní stroje, náš kaolin a kvalitu severočeského hnědého uhlí, které od nás dovážejí a při výrobě používají ve své továrně. Velkou propagací jsme udělali čs. sportu v Oberhofu za pomoci asi jednoho sta našich rekreantů, kteří nás hlasitě v tréninkových jízdách povzbuzovali a těšili se z našich výkonů za přítomnosti 10 až 15 tisíc diváků. Naše výprava i jednotliví závodníci byli mnohokrát s našimi i německými soudruhy fotografováni.

Chování všech členů naší výpravy navenek i navzájem bylo velmi dobré, přátelské a nedošlo k žádné závadě. Jako vedoucí výpravy jsem byl touto skutečností velmi potěšen. Soudruzi plnili úkoly, i když jsme byli mnohdy velmi unaveni, ukázněně a s chutí. Slušné vystupování výpravy, přímé a přátelské jednání v každé situaci, i společenský takt, měly příznivý ohlas u našich hostitelů.

Velku mohou říci, že naše návštěva v Německé demokratické republice v kraji Suhl přispěla k propagaci čs. tělovýchovy a sportu a k navázání nových přátelství mezi příslušníky obou národů. Zájezd splnil dané předpoklady a předsednictvo ÚV ČSTV i čs. sáňkařství může být s výsledkem spokojeno.

Inž. BRONISLAV HANÁK,
ústřední trenér čs. sáňkařů



Recknagel Helmut

Yggeseth Torbjörn

Habersatter Walter

Kulm — snímky zachycují skokany za stejných podmínek během jednoho kola závodu Recknagel Helmut (NDR) při skoku 120 m; Yggeseth Torbjörn (Norsko) při skoku 117 m (první den utvořil rekord můstku 127 m); Habersatter Walter (Rakousko) při skoku 121 m; Glass Harry (NDR) při

skoku 111 m; Hryniewiecky Zdislaw (Polsko) při skoku 116 m; Egger Willi (Rakousko) při skoku 110 m; Leodolter Otto (Rakousko) při skoku 128 m, kterým překonal rekord Yggesetha z prvního dne; Vitikainen Raimo (Finsko) při skoku 109 m; Bolkart Max (NSR) při skoku 118 m.



Glass Harry

Hryniewiecky Zdislaw

Egger Willi

Do celkových výsledků byly započítány dva nejlepší skoky z každého dne. Konečné umístění závodníků: 1. Yggeseth Torbjörn 668,6 bodu; 2. Recknagel Helmut 666,6; 3. Habersatter Walter 658,6; 4. Leodolter Otto 653,4; 5. Hryniewiecky Zdislaw 617,1; 6. Vitikainen Raimo 611,6; 7. Bolkart Max 611,2; 8. Glass Harry 610,5; 9. Egger Willi 594.

Tabulka sestavená ze šesti nejdelších skoků má následující pořadí: 1. Yggeseth T. 704 m; 2. Leodolter O. 694 m; 3. Habersatter W. 684 m; 4. Recknagel H. 670 m; 5. Hryniewiecky Z. 650 m; 6. Vitikainen R. 647 m; 7. Bolkart M. 641 m; 8. Kivälä 629 m; 9. Glass H. 625 m; 10. Egger W. 624 m.



Leodolter Otto

Vitikainen Raimo

Bolkart Max

My, mladíci 7



**II. CS
ZDAR**

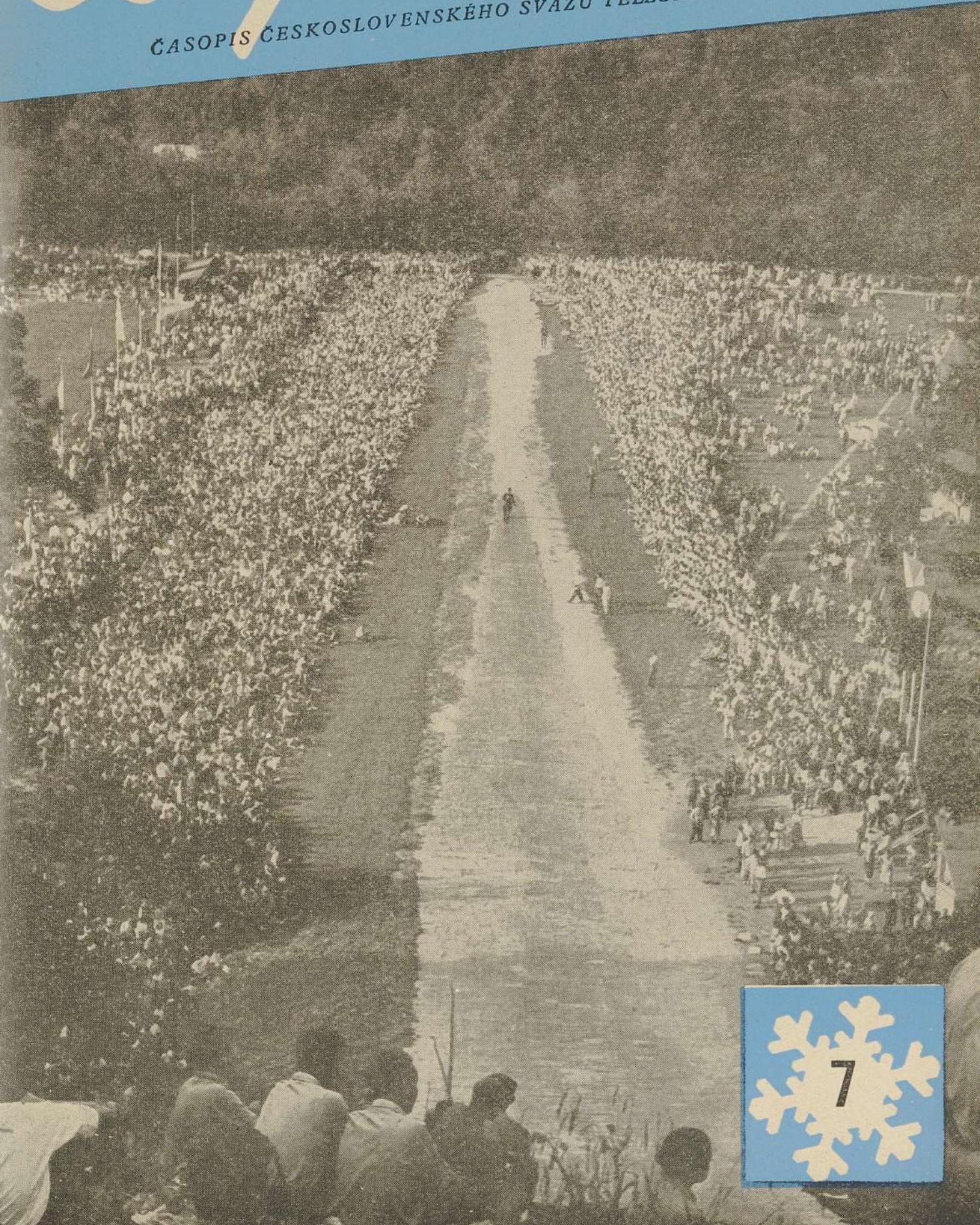
Syžarství



Slyžarství

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45
ZÁŘÍ 1959



LIBEREČTÍ LYŽAŘI V PŘÍPRAVĚ NA SNÍH

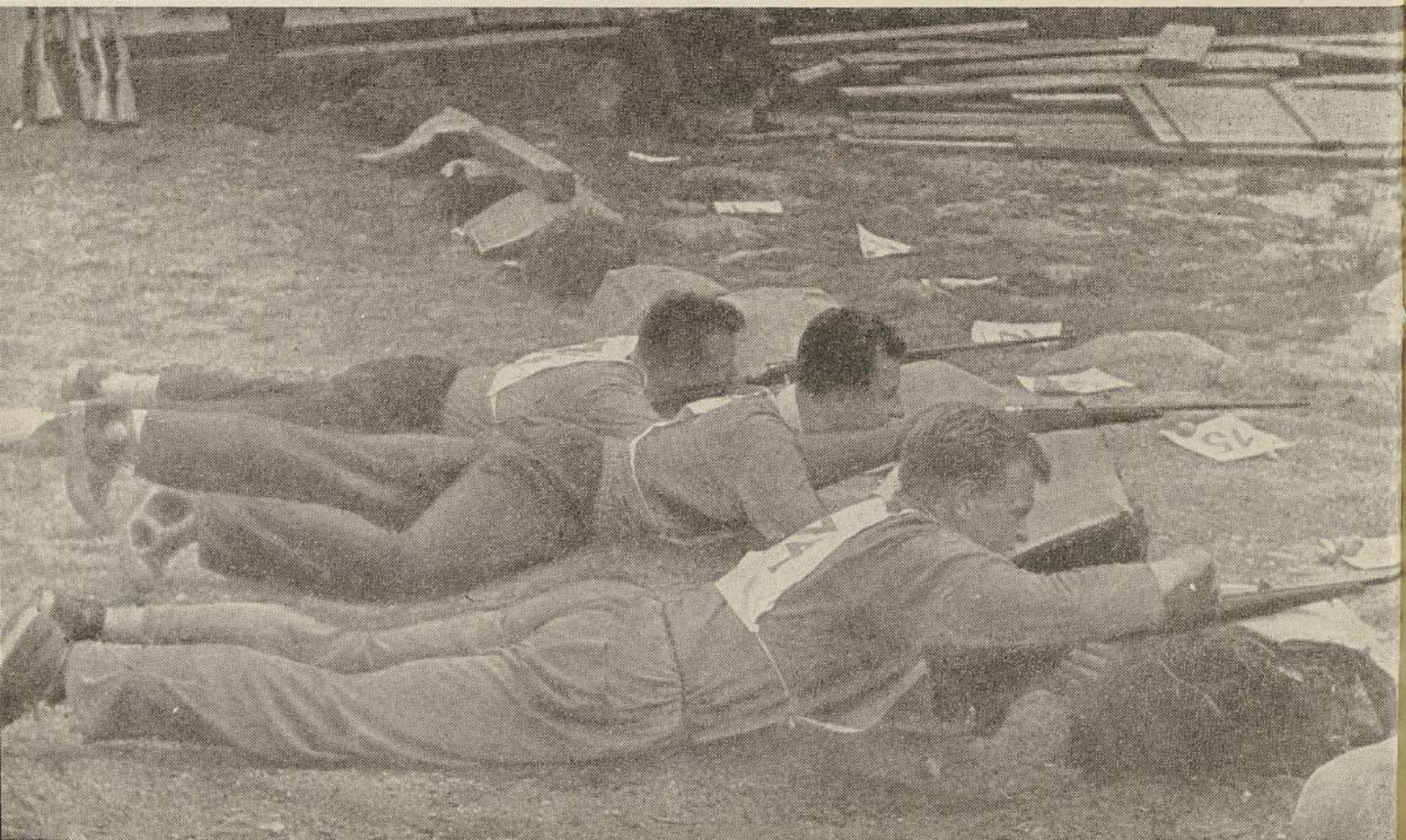


Do příchodu sněhu je věru hodně daleko a v září letního slunka se snad ani nemyslí na jeho příchod. To však jen u normálních smrtelníků nebo u těch, kterým zima nahání strach. Lyžařští závodníci na ni myslí stále a v letních měsících si trénink zpestřují doplňkovými sporty. Ve volbě těchto doplňků nejsou lyžaři jednotní. Ilja Matouš z Horní Branné, zařazený do olympijského družstva, si vypořídil lehkou atletiku a Dukelský závod branné zdatnosti, ve kterém se stal dokonce okresním přeborníkem Jilemnicka. V lehké atletice si vypořídil i běžec V. Sajfert z Liberce. Dostal se už tak daleko, že těžko rozezná, který je jeho hlavní sport a který vedlejší. Vždyť na přeborech kraje atletů v Liberci vyhrál běh na 400 m za 52,2 vt., byl třetí na 200 m za 23,8 vt. a běžel ve vítězné štafete Liberce na 4X400 m. Běžkyně Průchová z Harrachova se připravovala v nácviku obou spartakiádních skladeb žen a na spartakiádě v Jablonci cvičila jak s kuželi, tak i Rozsévačku. Sdruženář V. Lahr ze Mšena, taktéž zařazený do olympijského družstva, po ložském zranění to zkusil jako předtím s lehkou atletikou, zatím co jeho mladý svěřenec Štiehl dal přednost cyklistice. E. Benešová z Jilemnice v olympijské přípravě hraje košíkovou a odbíjenou. Je kapitánkou odbíjenkáček Slovanu Jilemnice, které vedou svoji skupinu krajského přeboru a mají naději na postup do oblastní soutěže. Plně se zapojila do příprav a nácviku mládeže na okresní spartakiádu. Zatím co většina lyžařských závodníků, hlavně v horských oblastech, hraje závodně kopanou, dali další přednost Dukelskému závodu branné zdatnosti. Harrachovští lyžaři Lukeš, Denke a Žanta po vítězství v okresním přeboru vyhráli i přebor kraje a reprezentovali Liberecko na celostátním jtnále 4.—6. září na Dukle spolu s přebornicemi kraje — mladými jabloneckými lyžařkami Jiřinovou, Labusovou a Hornovou.

Až se zima zeptá libereckých lyžařů co dělali v létě, s klidným svědomím budou moci odpovědět, že se poctivě připravovali ...!

Na fotografiích: Vítězná hlídka lyžařů Harrachova na přeborech kraje v Harrachově na střelnici: zleva: Ženta, Lukeš, Denke, kde měla 7 z 9 možných zásahů. Na trati měla po lehkých atletech J. Jablonec nejlepší čas, když 3 km uběhla při zdolávání branných disciplín za 17:28 min. — Na hořejším snímku je hlídka mladých lyžařek jablonce Jiřinová Z., Labusová, Hornová, kterou si vezadu do brodu Mumlavy drtíguje velitelka Z Jiřinová.

Foto i text: Fr. Pílnay



Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

*Séfredaktor dr. Ctibor Rybár,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Spaček*

★

Redakce: Praha 1 - Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

GESAH

Nikdo nemůže stát stranou	1
Nadšení před patnácti lety	2
Ako plnit úlohy z II. slovenského sjezdu ČSTV	3
Vrcholný orgán lyžařů sněmoval	4-6
Hlavní úkoly 1959-1960	7-9
Naši a okresné spartakiády PPOV v Jiskře Mšeno nad Nisou	10-11
Rožnov přivítal hosty z SSSR	12-13
Zajistíme vzestup úrovně našeho lyžařství	14
Budeme se učit od našich žáků	14
Ze zápisníku XXII. kongresu FIS	16
O účelné technice odrazu při skoku na lyžích	17
Do diskuse	18-19
Saně a boby	20-21
Z V. mezinárodního kongresu výuky lyžování v Zakopanem	22
Nejlepší sjezdaři 1958 a 1959	23

★

Rožnov pod Radhoštěm přivítal sovětské lyžaře pěkně uspořádanými závody ve skoku na lyžích. Snímek na 1. str. obálky je dokladem zájmu obecnosti o sportovní výkony nejlepších našich a sovětských skokanů. Na snímku 4. str. obálky jsou nastoupení spartakiádní cvičenci před vystoupením ve Vysokých Tatrách.

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-21253

Koncem června letošního roku se konalo plenární zasedání lyžařské sekce, kde byla zhodnocena dosavadní práce, vytyčeny úkoly pro příští dva roky a zvoleno nové předsednictvo. Je radostnou skutečností, že jednání na plénu probíhalo v duchu kolektivního řešení všech závažných úkolů. Kriticky a sebekriticky byly projednány aktuální problémy lyžařského hnutí. Některé z nich si připomeneme. Jsou to výchovná práce, masový rozvoj lyžování a příprava na II. celostátní spartakiádu.

Všechna zasedání lyžařské sekce prolíná v posledních letech snaha po zlepšení výchovné práce. Přesto, že bylo dosaženo některých dílčích úspěchů, s výsledky nemůžeme být zdaleka spokojeni. Výchovně propagační práce se dosud nestala samozřejmou a nezbytnou složkou v práci oddílů, sekcí, cvičitelů, trenérů a všech lyžařských pracovníků. Zůstává stále resortní činností jen některých pracovníků. Pracujeme případ od případu a často živelně. Nebojujeme dostatečně a intenzivně proti tendencím úzkého odbornictví a samoúčelného chápání lyžování jako sportu.

Výchovnou práci je třeba správně ideově zaměřovat. Někteří cvičitelé, trenéři a ostatní pracovníci jsou bezradní a ptají se, jak zaměřovat svou práci. Při veškeré činnosti vycházíme z úkolů, které vyplývají z budování socialistické tělesné výchovy. Naše práce musí vycházet ze zájmů společnosti, probouvat cestu vpřed a přispívat k plnění úkolů vytyčených komunistickou stranou a naší vládou. To znamená zabezpečovat také aktivně hlavní úkoly uložené zasedáními ústředního výboru ČSTV. Dále plně rozvíjet vše pokrokové, dívat se především na cestu před námi a skončit s tendencemi hledání vzorů převážně v minulosti.

Na úseku masového rozvoje lyžování si musíme připomenout, že naše nové úkoly přesahují rámec činnosti lyžařských oddílů. Lyžařští pracovníci musí vidět svou práci nejen v celé šíři všech složek ČSTV, s odbory ZTV a turistiky, s oddíly ostatních sportů, ale ještě širěji. Naše péče by měla postupně zahrnout všechny, kteří lyžují. Zde je třeba tvůrčí způsobem rozvíjet dosavadní dobré zkušenosti ze spolupráce se školami, ROH, ČSM, Svazarmem, národními výbory atd., jak o tom bylo na plénu diskutováno.

Prvým předpokladem tohoto rozšíření je upevnění práce lyžařských oddílů a sekcí, aby byly schopné dobře zvládnout svou práci, a přitom široce působit ve svém okolí. Příkladem jsou oddíly, které se umístily v soutěži vypsané ústřední sekcí na prvních místech: Slávia Praha Žižkov, Lokomotiva Trutnov, Spartak Frenštát p. Radh., Baník Kremnica, Baník Ostrava, Spartak Hradec Králové, Slovan Liberec a další.

Velmi důležitým článkem pro rozvoj masového lyžování závodního i nezávodního jsou okresní sekce. Zde je nejslabší článek lyžařského hnutí. Lyžování je tak rozšířený sport, že jsou předpoklady pro to, aby sekce byly ve většině okresů. Budou-li tyto sekce dobře pracovat, pak se podstatně zvýší počet lyžařských oddílů, zvláště v podhorských a horských obcích, kde jsou dobré předpoklady pro rozvoj lyžování dosud málo využity.

Na úseku příprav II. celostátní spartakiády nastupujeme do rozhodujícího období. Zasedání ÚV ČSTV 4. září podtrhlo nutnost zvýšení péče a aktivizace všech pracovníků pro úkoly a přípravu II. CS. Je samozřejmé, že lyžaři se plně zapojí do všech složek tak, jak to ukázal průběh okresních spartakiád. Dobré příklady z Nového Města na Moravě, Liberce, Brna, Otrokovic, Žiliny a dalších míst je třeba uplatnit ve všech lyžařských oddílech. Návčik na masová vystoupení se musí stát nedílnou součástí celoročního výcviku a tréninku závodníků i nezávodníků.

Druhým úkolem na tomto poli je řádná příprava zimní části II. CS. V rámci této části budou v lyžování probíhat všechny mistrovské soutěže dospělých, přebornické soutěže dorostu a mezinárodní závody v Harrachově a VCS. Je samozřejmé, že organizátoři v Novém Městě, Krušných horách, Banské Bystrici, Rožumberku, Vrátné, Jasně, Harrachově i Vysokých Tatrách udělají vše, aby tyto soutěže byly co nejlépe zorganizovány, a tak odpovídaly ostatním akcím II. celostátní spartakiády.

Dále je třeba ještě lépe než dosud připravovat pokračování soutěže o Spartakiádní vložku. Tato soutěž je nejkrásnějším příspěvkem lyžařů k II. celostátní spartakiádě a očekáváme její důstojné zakončení v letošní zimě. Pro pracovníky oddílů a sekcí vyplývá již nyní nutnost aktivizace v práci i přípravě na zimu. V řadě oddílů i v některých sekcích přes léto činnost ustala. Je třeba ihned zajistit přípravu všech členů lyžařských oddílů na zimu. Zajistit zapojení závodníků, rozhodčích i ostatních funkcionářů do úkolů souvisejících s přípravou krajských spartakiád a II. celostátní spartakiády.

Funkcionáři oddílů a sekcí půjdou příkladem při zajišťování těchto úkolů a především všech příprav II. celostátní spartakiády, která ve svém průběhu i vyvrcholení je projevem díky a oslavou 15. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Proto nikdo nemůže stát stranou, všichni přiložíme ruce k velkému dílu!

NIKDO NEMŮŽE STÁT STRANOU

NADŠENIE spred pätnástich rokov

Onen augustový deň roku meruštvrteho bol len logickým vyústením toho, čo si už dlhšie šepkali boriny i húštiny strmín do Veľkej i Malej Fatre, v Tatrách i v ostatných horstvách. Vtedy to vzplanulo. Desiatky tisícok nadšených bojovníkov dali sa na cestu, ktorú pre nich pripravovali najlepšie sily národa. Veriť sa človeku nechce, ale je to pravda. Už pätnásť rôčkov ubehlo dolu Váhom, Turcom, Hronom, Popradom, Ipľom i Hornádom... Rastú mladi, ktorým treba pripomenúť tieto slávne chvíľky, akých býva poriadku v dejinách do tých čias utlačanej Slovače. V tomto smelom kroku — bok po boku stál robotník so študentom, roľník s baníkom — človek diela rúk s človekom diela umu. Všetci mali jeden cieľ — pomôcť čím prv zvrhnúť jarmo okupantov. Táto snaha sa uskutočnila koncom augusta 1944! 29. august tohože roku je jej trvalým pamätníkom. Samozrejme, že veľa ťažkých chvíľ bolo už i predtým a mnoho ich prišlo i po tomto historickom dátume.

Opodiaľ tohto bojového virvaru nestáli ani lyžiari. Oni tvorili ohnivo v rozpálenej reťazi bojovníkov slávneho Slovenského národného povstania. Veľa ich bolo mien známejších, ale ešte viacej tých drobných — menej známych, ktorí tasili meče novej éry — automaty a protitankové puš-

ky — pri Jalnej, Strečne, Červenej skale a Švermove (Telgárte), pri Boci i pod Ostrým vrchom alebo pod Vyšehradom. Veď ktože by ľahšie vedel znášať námahu vlasteneckého boja, ako dobre pripravený vlastenec — lyžiar?! Potom teda nečudo, že v zoznamoch padlých hrdinov Slovenského národného povstania je toľko športovcov!

Všetkých viedlo to málokedy vídané nadšenie vzňaté krásou sovietskej partizánskej piesne a symbolizované postavou novodobých hrdyných chlapcov — partizánov!

Liptov i Turiec, Pohronie i Orava žili týmto bojovým opojením už dlhší čas. No vzplanutie iskry v mohutný plameň dali celému svetu na vedomie až ústa hlásateľa banskobystrickej vysielacky. »...Hoj a ty mor ho, hoj mor ho detvo môjho rodu...« iste boli slová na ústach smelých martinských partizánov-železničiarov, keď sa púšťali do nerovného boja ešte predtým, než prišiel povell!

V tom »boji divokom« veru veľa športovcov-lyžiarov robilo skúšku svojej zrelosti. Veľa bolo možností v otvorených bojoch počas septembra i októbra 1944. No zaiste oveľa viac a i ťažších bolo treba podstúpiť neskôr v pokročilú jeseň, ktorá vtedy — akosi zriedkavo zavčasu — pokryla zem snehovým závejom...

V akciách chlapcov činu — parti-

»Bratia, vpred!

Vpred, bratia, jak zákon vlasti káže.

Nás pieseň slobody v ohnivé okruhy viaže.

To heslo »Bratia, vpred!« dáva smer v búrkach časov.

Bratom je guľomet a puška sestrou zlatou.

Neváhaj, nedumaj, dost bolo kliatby, hriechu.

Ni spáť sa nedívaj, slabochov do peľechu.

Čas prišiel, volá nás do boja za Otčinu.

Vpred, bratia! Napred, len nech vrahov šiky zhyznú...«

DUŠAN BRANKO,

v povstaleckom »Bojovníku« z 1. X. 1944.

zánov takto padlo mnoho mladých životov. Nie je ich veru možné spomenúť na jednom mieste všetkých. No mnohí z lyžiarov sa dobre pamätajú na Rašu i Morávku, čo padli na svahoch dedka Kriváňa, na Bilfka — čo skončil v Kežmarku, na Jožka Daňu, ktorý nedošiel z Roháčov. Dlhobude rovesníkom vzorom pamiatka bežca Ondráša — i pri plnení bojových úloh. Svoju úlohu dobre plnil v boji i predseda KSTL z Jasenia — Peťko. V ničom po tejto stránke nezaostával ani mladý lyžiar-partizán grafik Janko Novák z Martina, ani typograf Jano Bezrouk zo Zvolena. A koľko ich bolo ešte! To len uchytkom z obsiahleho radu mien...

Oni a s nimi tisíce ďalších sa nevrátili. My žijeme a spomíname na tie slávne chvíle. Máme stále na zreteli, že len svedomitou prípravou v kolektíve — v lyžiarskych oddieloch telovýchovných jednot — sa naozaj dobre pripravíme »pre prácu i obranu!« Veď tak hlásali i tí, čo popri už spomínaných lyžiaroch v kolektíve práporu lyžiarskych automatčikov I. čs. armádneho sboru v SSSR kľiesnili cestu rodiacej sa slobode cez polia i podhorie nad Smrečanmi i Žiarom ďalej na západ... I teraz v 15. roku slobodného života má naše hnutie veľké úlohy. Jednou z nich je aj II. celoštátna spartakiáda. Nuž a vrchol jej zimnej časti bude v sídle slávneho povstania — v Banskej Bystrici a ďalšie v ostatných miestach, kde bolo cítiť horúci dych povstania. Čo najčestnejšie obstáť pri príprave i uskutočnení týchto veľkých podujatí je veľkou a bojovou úlohou nás lyžiarov v ČSTV! Treba nám pred svetom dokumentovať silnú vôľu po víťazstvách kolektívul Takouto činnosťou pri sústavnom zapájaní čo najväčšieho aktívu pracovníkov do pravidelnej roboty v lyžiarskych oddieloch najlepšie priblížime našej mládeži veľkosť a obete tých, čo toľko skúšali v bojoch i zajateckých táboroch počas povstania i po ňom.

Za to všetko a tiež i za úsvit slobodného dychu, čo vzišiel jarom r. 1945, patrí hrdinom hold i záväzok nás lyžiarov, že ako vtedy lyžiar-bojovníci SNP, tak i dnes lyžiar-športovci, členovia masovej dobrovoľnej organizácie v rámci Národného frontu, čestne splnia úlohu, ku ktorej sa hrdo hlásia už tisícami splnených limitov »Spartakiádnych vločiek« v uplynulej zime, ale i početnosťou, čo konštatuje ich účasť na tohorodných okresných spartakiádach!

-vs-



Ako plniť úlohy z II. slovenského sjazdu ČSTV

»Slovenský sjazd Československého sväzu telesnej výchovy schádza sa vo významnom období, keď všetok ľud Československa, pevne zomknutý okolo rodnej komunistickej strany, sústreďuje všetko svoje úsilie na splnenie veľkolepých úloh pri dovŕšení výstavby socializmu v našej vlasti. Prudký rozvoj socialistickej ekonomiky a hlboké spoločenské premeny v živote nášho ľudu vytvárajú veľké predpoklady pre trvalý rozvoj životnej úrovne pracujúcich a nebyvalý rozkvet kultúry.

Prednosti socialistickeho zriadenia potvrdili sa nespočetnekrát aj v oblasti telesnej výchovy a športu. Jedine ľudovodemokratické zriadenie umožnilo nebyvalý rozvoj masovej telesnej výchovy, dostupnej najširším vrstvám pracujúcich. Dokazujú to vystúpenia na spartakiádach, na ktorých s nadšením vystupujú státisíce pracujúcich a mládeže, a rast výkonnosti našich športovcov, dosahujúcich v niektorých športových odvetviach popredné miesta v európskom i svetovom meradle...« Významné slová a okrem nich i ďalšie, čo má preambula i vlastné úlohy rezolúcie tohto snemovania, ktoré bolo v Bratislave od 3. do 5. júla 1959. To reagovali delegáti sjazdu na podrobnú analýzu súčasného stavu telovýchovného diania na Slovensku, ako ho dopodrobna ozrejmil v hlavnom referáte predseda SÚV ČSTV súdruh Richard Nejezchleb.

Z jeho slov — stať za staťou je potrebné si osvojiť a aplikovať i na možnosti lyžiarskeho športu v hornatom prostredí slovenských krajov. I na úseku lyžiarskeho športu jesto čo robiť pri spájaní telovýchovy s pracoviskom, pri prehlbovaní ideovýchovnej činnosti, ako aj pri rozširovaní masovej základne. To sa nám podarí len rukou v ruke s mládežníckymi záujmami, sledujúc hlavne výstavbu vhodných lyžiarskych zariadení, prípadne úprav terénov. Bez PPOV, ako základu systému našej telovýchovy, je ťažko možné zlepšiť prácu v účasti lyžiarov v ZTV a v turistike. Tu sa zvlášť žiada skvalitnenie lyžiarskej metodickéj činnosti a jej pomocou dať základy k solídnej sústavnej činnosti tisícok cvičiteľov v lyžiarskych oddieloch. Vefa sa musíme činiť, aby sme splnili — najmä za nebodaj skoro pravidelných zlých snehových podmienok — veľké úlohy, ktoré uložil lyžiarstvu Slovenský sjazd.

Nuž ale či jesto pre ľudí zapálených pre vec prekážok neprekonaateľných?! Kolektív si vie vždy poradiť. Iste je tomu tak i v tomto prípade, keď spontánnou činnorodou pomocou sa vynasnažíme aplikovať na



Predsedníctvo Slovenského sjazdu ČSTV zľava doprava: súdruh Tibor Donoval, tajomník SÚV ČSTV, súdružka Krétová, členka delegácie ÚV KSS, súdruh Milan Rázus, kandidát byra ÚV KSS a predseda ÚV ČSM, súdruh Pavoľ David, tajomník ÚV KSS a vedúci delegácie ÚV KSS na sjazde, súdruh Richard Nejezchleb, predseda SÚV ČSTV, a súdruh František Vodsoň, predseda ÚV ČSTV.

skutočnosť zásadu, že rozvíjanie športového majstrovstva je nie cieľom, ale jedným z prostriedkov socialistickej výchovy. Tu sa nám žiada zamyslieť sa, či všetky počiny a snahy sú dost vyhovujúce nastupujúcej a na príznačivé formy náboru i činnosti náročnej mladej krvi! Žiada sa teda nielen získať masy nových členov — ale pre nich i dost vyhovujúcich súťaží i celkových pracovných foriem v lyžiarskych oddieloch! Ústredná postava — cvičiteľ a tréner — musí žiariť v dvojakom požadovaní — ako odborník i ako vychovávateľ a súčasne vlasti a veci mieru oddanej budovateľ.

I zraky k školám — najmä k činnosti žiactva v jeho voľných chvíľach — musia byť ohnivejšie. Veď mládež pod rukou skúseného cvičiteľa získa omnoho viac, ako keď »lyžuje pre seba« na briežku kdesi za obcou! Čo dobrého snaženia v náborových pretekoch doniesla nám »Spartakiádna vložka« — a iste bude nositeľov oveľa viac, ak bude dost pretekov! To všetko bude mať potom vplyv i na plnenie ostatných úloh zameraných na plán činnosti a na jeho hlavných ukazovateľov.

O čo teda pôjde pri plnení obsahových úloh rezolúcie?

1. O zvýšení rozsahu činnosti telesnej výchovy;
2. o sústavnú, cielavedomú činnosť cvičiteľov a trénerov pre rozširovanie členskej základne ČSTV i zvyšovanie výkonnostnej úrovne získaných členov; voľba foriem získania sa v zá-

sade ponecháva iniciatíve členských mas — vhodnou je akcia »jeden plus dva«, podporujúc toto súťažami o »Spartakiádnu vložku« a ďalšími;

3. o spájanie lyžiarskej praxe s dianím v závodoch a hlavne v JRD;

4. o vedenie základných zložiek — lyžiarskych oddielov — k hľadaniu nových zdrojov, a to i pri budovaní jednoduchých zariadení formou svojpomoci, čoho prvým predpokladom je však práca vlastného lyžiarskeho oddielu (pričom je predpoklad, že potom i práca okresných, event. i vyšších lyžiarskych zložiek ČSTV sa roztočí ústrednou transmišiou — ruchom v lyžiarskych oddieloch);

5. o prípravu úspešného priebehu zimnej časti II. celoštátnej spartakiády 1960 v snahe udržať a viesť tiež čo najväčšie počty členstva v nácviku prostých na II. CS!

Nie je možné rozviesť ďalšie početné dielčie úlohy i formy v tomto príspevku. Jedno je však jasné. Pri dodržaní ústredných zásad práce v ČSTV bude o dva roky bilancovanie ešte radostnejšie! Veď mládež túži po pohybe a iste výzvu Slovenského sjazdu, adresovanú celej početnej a stále sa rozrastajúcej rodine športovcov, bude premieňať v mohutný tok diania, aby sa s novými silami aktívne zapojila do práce v ČSTV a neprestajne sa snažila o rozmnožovanie úspechov nášho telovýchovného hnutia, aby tak všetky svoji sily a vedomosti odovzdala veľkému dielu — dovŕšeniu socialistickej výstavby v našej vlasti!

ŽILINA - ČERVEN 1959 - VRCHOLNÝ

Ve dnech 27.—28. června t. r. se konalo v Žilině plenární zasedání lyžařské sekce ÚV ČSTV. Hodnotilo výsledky závodní i nezávodní činnosti v uplynulém dvouletém funkčním období. V druhé jeho části bylo zvoleno nové předsednictvo ústřední sekce a vytyčeny hlavní úkoly na příští funkční období.

SPARTAKIÁDNÍ VLOČKA JE U MLÁDEŽE OBLÍBENÁ

Z hodnocení vyplývá, že nejuspěšnější akce posledních dvou let byla soutěž o Spartakiádní vložku. Odznak Spartakiádní vložka je velmi populárním odznakem mezi naší mládeží a nebýt letos tak špatných sněhových podmínek překročil by jistě počet jeho nositelů 300 000. Nejvíce účastníků startovalo v kraji Hradec Králové 9242, v kraji Karlovy Vary 6746, Brno 4700, Ústí n. L. 3372 atd. Jde nyní jen o to, účastníky náborových závodů podchytit a přivést je do řad členů lyžařských oddílů.

USTAVENA KOMISE ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ

Plénium se zabývalo vážnými nedostatky v činnosti lyžařských oddílů a v řízení jejich práce. Ukázalo se, že učebně metodické komise nestačily pro řadu problémů na vlastním metodickém úseku řídit činnost lyžařských oddílů. Bylo tedy schváleno ustavit v sekcích všech stupňů komise základního lyžování, které budou dbát o správnou ideovou, organizační a metodicky jednotnou práci lyžařských oddílů, budou spolupracovat se složkami ROH, ČSM, MŠK, ZTV a odbory turistiky. Budou organizovat plnění podmínek odznaku BPPOV a PPOV a budou také řídit práci lyžařských cvičitelů. Hlavní úlohu při řešení tohoto problému musí sehrát sekce okresních výborů ČSTV.

Současně s ustavením komisí základního lyžování schválilo plénium náplň práce metodických komisí, které budou v budoucnu vypracovávat jednotnou metodiku a techniku základního i závodního výcviku a tréninku, provádět výzkum na úseku metodiky a techniky, zpracovávat plány činnosti oddílů a starat se o tvoření odborného názvosloví a dbát na uplatňování jednotlivých metodických zásad v praxi.

SOUTĚŽ O ODZNAK LYŽAŘ ČSR

Pro oživení činnosti lyžařských oddílů a pro zvýšení propagace lyžařského sportu mezi nejširší veřejností bylo schváleno vyhlášení odznaku Lyžař ČSR. Náplň je zvolena tak, aby se plnění podmínek odznaku mohlo zúčastnit co nejvíce našich občanů. Soutěž obsahuje:

1. část teoretickou:

- základní znalosti organizace a cílů čs. tělesné výchovy,
- orientace a čtení map,
- základní znalost pokynů HS o pobytu v horách,
- první pomoc,

2. část praktickou:

- přivratný oblouk,
- chůze skluzem,
- obraty na svahu,
- projetí pěti slalomových branek ve snadném terénu — bez pádu,

3. část — terénní jízda:

- projet vzdálenost v terénu — muži, ženy, dorost 20 km, žáci 8 km, podmínkou účasti je nejméně pět soutěžících mimo cvičitele,
- časový limit je stanoven do 6 hodin čistého času pochodu.

SOUTĚŽ O NEJLEPŠÍ KRAJ A ODDÍL

Na plénu sekce byla také uzavřena a vyhodnocena loni vyhlášená soutěž o nejlepší oddíl a kraj. V hodnocení závodní i nezávodní činnosti je pořadí

Kraje:	Oddíly:		
1. Liberec	39 554,5	1. Slávia ÚRO Praha	5487,0
2. Hradec Králové	38 525,3	2. Lokomotiva Trutnov	5827,5
3. Praha MV	23 198,5	3. Spartak Frenštát	3878,1
4. Brno	17 117,9	4. Baník Kremnica	2878,1
5. Ostrava	15 789,6	5. Baník Ostrava	2777,1

Vyhlášení soutěže se ukázalo jako správné, do budoucna je třeba zpřesnit podmínky a zapojit do soutěže co největší počet oddílů. Vítězné oddíly a kraje budou odměněny věcnými cenami.

TJ DYNAMO ŽILINA VZORNÝM HOSTITELEM

Plenární zasedání se konalo v závodním klubu ROH Slovena Žilina, který byl péčí pořadatelů — členů lyžařského oddílu Dynama — vkusně upraven a vyzdoben. Na počest pléna vyhlásil lyžařský oddíl TJ Dynama Žilina závazek stát se vzorným lyžařským oddílem. Předpoklady pro to v Žilině jsou a přejeme všem členům oddílu mnoho úspěchů při plnění tohoto závazku.

NOVÉ PLÉNUM A PŘEDSEDNICTVO LS

Závěrem schválilo plénium složení předsednictva ústřední lyžařské sekce do příštího dvouletého období takto:

předseda LS ÚV ČSTV	Karel Smola
předseda trenérské rady	Miloš Duffek
předseda výchovně propagační komise	Antonín Lubina
předseda organizační komise	Jiří Leiss
předseda hospodářské komise	Miroslav Šlehofer
předseda sportovně technické komise	František Tábořský inž. Zdeněk Němeček
předseda komise rozhodčích	Iaco Holubek
předseda komise základního lyžování	Jaroslav Vojtěch dr. Jaroslav Čtvrtečka
předseda komise mládeže	
předseda metodické komise	
předseda komise plánování a výstavby	Rudolf Krňouf
předseda mezinárodní komise	Vladimír Pácl
předseda klasifikační a registrační komise	Oldřich Kašpar
předseda zdravotní komise	MUDr. B. Korecký
člen předsednictva bez funkce	PhM. Zdeněk Tamele

Současně byli zvoleni další členové pléna:

Miloslav Bělonožník, Jaroslav Bogdál, Jaroslav Cardal, arch. Karel Jarolímek, dr. Jiří Jelínek, Felix Chovanec, Štěpán Kulíšák, Květa Lejková, Krista Pittlová, Miloš Procházka, Rudolf Vyušál. Pracovníkům ze Slovenska bylo ponecháno šest míst, která budou jmenovitě doplněna po volbách na plenárním zasedání LS SIUV ČSTV.

ORGÁN LYŽAŘŮ SNĚMOVAL

VÝCHOVA A ORGANIZACE

Přehled činnosti představenstva LS ÚV ČSTV a zprávu o rozvoji lyžování v ČSR za dobu uplynulého volebního období v letech 1957—1959 přednesl předseda soudruh Karel Smola. Pro informaci lyžařské veřejnosti uvádíme z ní ty nejdůležitější myšlenky.

Nyní se zpracovávají směrnice o třetí pětiletce, tj. do roku 1965, které dávají směle perspektivy naší budoucnosti, jejímž závěrem má být dovršení výstavby socialismu a vytvoření základny k nastupu komunistické společnosti. Je to úkol jistě nesmírně veliký, avšak radostný, a věřice v pracovitost a tvrdé iniciativu našich pracujících, splnitelný. A samozřejmě, že k zajištění tohoto úkolu musí říci své i sportovci. XI. sjezd KSČ zdůraznil vzrůstající význam dobrovolných masových organizací v období dovršení socialistické výstavby. Hlavním úkolem těchto organizací je upevňovat morálně politickou jednotu a v souladu se svým posláním rozvíjet politickovýchovnou a organizátorskou práci, jejíž výsledky se musí projevit v budovatelském úsilí našeho lidu. Politickovýchovná funkce masových organizací se musí proto stát nedílnou součástí veškeré naší činnosti. A já věřím, že tohoto jsme si všichni plně vědomi.

Ve světle těchto krásných perspektiv docházím k vlastnímu hodnocení naší práce. A jako první je třeba si říci, jak jsme zajistili plnění usnesení minulého pléna.

Výchovně propagační komise krajských sekcí jsou si vědomy důležitosti své práce a svou činnost proto aktivizují. Zlepšení nastalo v krajích Plzeň, Hradec Králové, Brno, Gottwaldov, MV Bratislava a B. Bystrica. Rovněž kladně je třeba hodnotit účast členů lyžařských oddílů na masových akcích, jako jsou oslavy 1. máje, Běh vítězství, Štafeta přátelství a na nácvičku prostých II. celostátní spartakiády. V českých krajích se do nácvičky prostých zapojilo celkem 2150 členů lyžařských oddílů, to jest 12,8 %; na Slovensku 618, tj. 7,5 %. Největší počet nácvičujících je v kraji Plzeň 420, MV Praha 370, Hradec Králové 220 a Brno 190. Nejméně pak v Pardubicích 30, v KV Praha 35 a v Ostravě 49. Příkladem může sloužit sekce KV Brno, která vyzvala k současti všechny okresy v kraji a zapojila do nácvičky téměř všechny své funkcionáře.

Dále je třeba kladně hodnotit brigádnické práce na výstavbě a údržbě lyžařských zařízení. Příkladem si v tomto směru vedou v kraji Plzeň, Liberec, Ústí nad Lab., Hradec Králové, Gottwaldov a Ostrava.

Situace v propagaci tiskem není uspokojivá, přes všechnu snahu ústřední komise a osobní styk s novináři se mnoho proti minulým letům nezměnila. Jeví se naopak zhoršení stavu. Sportovní novináři mají stále větší zájem o atraktivní sporty, jako je kopaná a hokej, a propagaci lyžařského sportu, hlavně články z činnosti oddílů, nedělají. Nejvyšší uveřejnění výsledky mezinárodních závodů, a to jen některých. Tak krásná a úspěšná akce, jako je soutěž

o Spartakiádní vložku, byla propagována nedostatečně. Podstatně lepší situace je v tom směru na Slovensku, kde jsou mnohdy i mimo normální zpravodajství uveřejňovány v denním tisku i metodické články.

Spolupráce s Čs. rozhlasem nejen v ústředním měřítku, ale i v jednotlivých krajích byla dobrá. Nejvíce se projevila při organizování 60. mistrovství ČSR v klasických disciplínách. V krajských rozhlasech je řada příkladů v dobré spolupráci, jako v Českých Budějovicích, Plzni, Liberci, Brně, Košicích atd.

Potřeba zlepšení spolupráce je nutná i s Čs. televizí. Není vinou ústřední propagační komise, že lyžařství je zařazováno do programu televizního vysílání tak málo. Je třeba více pochopení od redaktorů televize. Vždyt přece přenos ze závodů ve skoku na lyžích je hodnotnou podívanou televiznímu divákovi a velmi prospěje také propagaci našeho sportu. Škoda, že televize nepřinášela relace z náborových závodů o Spartakiádní vložku, na kterých také naši nejmenší lyžaři bojují s největším zájmem a vervou.

Řízením a koordinací činnosti na úseku péče o lyžařské oddíly a o celou nezávodní činnost byla v listopadu 1957 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 představenstvem novou učební osnovu, která se pomocí doškolovacích seminářů cvičitelů přenesla do lyžařského hnutí. Předností osnovy je, že zahrnuje všechny části lyžařského výcviku: jak základní výcvik, tak i nácvičku základů běhu, skoku a sjezdu.

Učební osnova je uplatňována při výcviku také ostatními složkami, jako jsou MNO, ÚRO, ZTV a odbory turistiky. Určité rozpory jsou zatím s úsekem ministerstva školství, ve kterém učební osnova není všude vlivem několika jednotlivců uplatňována.

V dubnu 1959 se zúčastnili členové ústřední UMK V. mezinárodního kongresu lyžařské výuky v Zakopaném, pro který připravili obsáhlý metodický materiál. Na kongresu se potvrdila správnost čs. učební osnovy a jak film »Lyžařská abeceda«, tak i předložené metodické materiály byly úspěšně přijaty a tím byla také získána pro ČSR dobrá pozice do budoucna z hlediska mezinárodního.

Rozborem situace v lyžařských oddílech se podrobně zabývalo plenární zasedání ústřední sekce v listopadu 1957.

Přijalo řadu usnesení, která měla přispět k postupnému oživení oddílů, jejich aktivizaci pokud se týká v péči o členstvo po celý rok a také měla přispět k organizačnímu podchycení těch, kteří lyžují a dosud nejsou organizováni. Řízením této práce byla v ústředním měřítku pověřena UMK. Praxe ukázala, že tak obtížný a pracný úkol, který je prakticky základem kamenem celé lyžařské činnosti, UMK sama nezvládne a že je třeba aktivní pomoci ostatních komisí, především organizační a výchovně propagační. Ústřední UMK věnovala většinu své práce na řešení již uváděných metodických problémů a nedostatečně organizovala uvnitř sekce úkoly, které by pro zajištění zlepšení stavu v lyžařských oddílech musely zajišťovat ostatní komise sekce. Obdobná situace nastala i v krajských sekcích a tak život v oddílech se vyvíjel více méně živelně. Zajišťování těchto úkolů pomocí instruktorů cvičitelů se nemohlo pro jejich malý počet ve hnutí příliš projevit. Bylo zveřejňováno málo pokynů a instrukčních článků o náplni činnosti oddílů v jednotlivých ročních obdobích a vzorové plány a programy činnosti vydané v r. 1952 byly již zastaralé.

Je řada oddílů, které mohou sloužit ostatním za vzor. Namátkou jmenujeme Sokol Nové Město na Moravě, Lokomotiva Liberec, Jiskra Město, Spartak Vsetín, TJ Rožnov pod Radh., Lokomotiva Trutnov, Sokol Janské Lázně, Spartak Vrchlabí, Lokomotiva Brno, Slovan Jilmnice, Baník Osek, Slávia Plzeň, Sokol Horní Branná, Rudá hvězda Banská Bystrica, Baník Kremnica, Pokrok Krompachy a řada jiných.

Přesto však za hlavní nedostatek v činnosti oddílů považujeme nesystematickou a neplánovitou práci se členstvem, malou pozornost náboru nového členstva, především mládeže, z řad lyžujících a jejich organizační podchycení, jednostrannou činnost a nedostatečnou výchovnou práci.

Aby byl tento významný úsek naší činnosti organizačně zajištěn, doporučuje ústřední sekce vytvořit při sekcích komise základního lyžování, které budou mít jako hlavní úkol řízení a pomoc lyžařským oddílům.

Nejvíce počasím a špatnými podmínkami byl postižen úsek masových a náborových soutěží. V důsledku toho bylo provedeno méně závodů než v uplynulém roce. Vcelku však byly soutěže dobře připraveny. Dobře také byly zajišťovány všechny krajské přebory, i když některé nebylo možno uskutečnit v rozsahu všech disciplín. Z vrcholových závodů nebylo možno uskutečnit pro nepříznivé počasí mistrovství ČSR ve sjezdu, VCS, závod Osvození a 2 výběrové závody.

Práce techniků a rozhodčích byla ve směr dobrá, obzvláště technici pro nepříznivé sněhové podmínky museli mnohdy dobře upraveny a zaručovaly regulérní průběh závodů. Sbor rozhodčích potřebuje omládit.

ZÁVODNÍ LYŽOVÁNÍ

Nejúspěšnější soutěži v uplynulých dvou letech byly bezesporu náborové závody mládeže. Přes krajní nepřízeň obou zimních období přivedly ke startu desetitisíce naší mládeže. Vyhlášení soutěže o Spartakiádní vložku bylo nadšeně přijato nejen lyžující mládeží, ale mládeží vůbec a přivedlo k provozování lyžařského sportu široký okruh nových zájemců. Plnění podmínek odznaku »Spartakiádní vložka« se stalo touhou většiny mládeže, která tak mohla projevit svou přirozenou potřebu zdravého pohybu.

Lyžaři jako první ze všech sportovních odvětví prakticky prokázali a prokazují organizováním soutěží o Spartakiádní vložku svůj kladný poměr k II. celostátní spartakiádě, propagují její myšlenky a snaží se přispět k co největšímu jejímu úspěchu.

V zimním období 1957—1958 se zúčastnilo náborových závodů 82 575 startujících. Největší účast byla v krajích Liberec — 15 000, Jihlava — 2342 a v Ústí 6879.

Účast v zimním období 1958—1959 není do dnešního dne podchycena, protože jen 8 krajů zaslalo zprávu. V krajích Hradec Králové se zúčastnilo závodů 9242, Karlovy Vary 6746, Brno 4700, Ústí 3372, Liberec 2688, Plzeň 1909, KV Praha 1680, MV Praha 984. To znamená, že 8 krajů přivedlo na start 31 321 mladých závodníků. Odhadem lze předpokládat, že účast dosáhne loňské úrovně.

V uvedených krajích bylo již splněno 354 limitů »zlatých vložek«.

Jde nyní o to, přivést tyto zájemce do lyžařských oddílů, v nich je správně vést a vychovávat tak nové reprezentanty našeho sportu.

První a nejdůležitější podmínkou je dobrá práce trenérů. Můžeme s radostí konstatovat, že v lyžařském sportu nemáme tzv. »papírových trenérů«. Lyžařští trenéři všech tříd pracují obětavě jak v oddílech, tak trenérských radách a snaží se pomoci kde mohou. Současný jejich stav a přrůstek je následující:

třída	1957	1959
III.	0	65
II.	70	120
I.	40	43

Jak je zřejmé, počet se podstatně za dva roky zvýšil. Stalo se tak především díky iniciativní práci těch krajů, které zabezpečily školení trenérů III. třídy. Jsou to kraje Č. Budějovice, Plzeň, Karlovy Vary, Ústí nad Labem, Liberec a kraj Olomouc, který provedl i doškolení. Stálé rozšiřování řad trenérů III. třídy musí být i nadále naší největší snahou, poněvadž jedině z jejich rukou může nám pramenit dostatek mladé závodnické krve. Ukázalo se, že jen do budoucna je třeba věnovat při školení a doškolení zvýšenou péči výchovným otázkám a také prohlubování metodiky celoročního tréninku.

Podstatnou pomocí pro naši práci bylo zavedení funkce trenérů z povolání, kterých máme v současné době v celé ČR 14. Z toho 5 na Slovensku a 9 v českých zemích.

Měřítkem stavu výkonnosti v kterémkoliv sportu jsou pro veřejnost vždy výkony reprezentantů. Podle těchto je nyní posuzován i lyžařský sport a jistě

ne příznivě. Výsledky na mistrovství světa v Lahti a Badgasteinu 1958 nebyly radostné. Jak ukázalo podrobné hodnocení, byly chyby nejen v systému tréninku, nedostatečné výchovné práci trenérů a nedůsledné kontrole, ale i v morální a technické úrovni reprezentantů. Důsledkem bylo podstatné omlazení všech státních družstev, změny v organizaci práce s reprezentanty, změny v trenérském vedení. Ani tato opatření však nepřinesla očekávané zlepšení. Až na menší úspěchy jednotlivců byly naše výsledky na mezinárodních závodech značně nepříznivé. I když jsme při sestavování tréninkového plánu po mistrovství světa v r. 1958 počítali s delší dobou pro trvalé ozdravení našeho závodního lyžování v mezinárodním měřítku, měli jsme být v roce 1959 přece jen již dále.

Poněkud jinak se nám jeví stav našeho závodního lyžování z hlediska domácích soutěží a masovosti. V růstu průměrných závodníků můžeme konstatovat celkové určité zlepšení, jak také ukazují grafy z mistrovství republiky. Vážný je jen problém nízké účasti v určitých disciplínách, zejména ženských, v některých krajských přeborech a nedostatečném počtu soutěží nižšího typu. Letošní rok musí být pro mnohé trenérské rady krajských sekcí vážným varováním a signálem k zvýšení úsilí v rozvoji všech disciplín. Opravdovou radost můžeme mít z dorostu. Po technické stránce nám roste nadějná generace, a to v širokém měřítku. Také její morální předpoklady dávají nám velkou naději do budoucna. Je důležité, abychom je dovedli dovést až k nejvyšším metám. Spartakiádní vložka zanechá jistě výrazné stopy v doplňování mladých řad. Při posuzování a hodnocení práce ústřední trenérské rady a krajských trenérských rad je třeba říci, že se nám nepodařilo za uplynulá dva roky ustavit v dostatečném počtu trenérské rady v horských okresech, které jsou základem masového rozvoje a zárukou celoroční činnosti i správnosti vedení výcviku.

Na mistrovství republiky vyslalo sdružení 6 krajů, a to Liberec 5, Hradec Králové 4, Gottwaldov 1, Dukla Liberec 2, Praha MV 1, Plzeň 1. Nelze vytýkat nezáměr Praze, Ústí nad Lab., Č. Budějovicím atd., které nemají dobré podmínky pro rozvoj této disciplíny, ale řadě dalších. Zejména slovenské kraje nevychovaly mládež pro závod sdružený. Je třeba zaměřit se na dorost. Organizovat v okresech a v krajích více závodů sdružených, zajistit trenéry pro tuto disciplínu. Lze doufat, že pomohou můstky s umělou hmotou. Také ustavení samostatné komise při ÚTR bude jistě přínosem.

Sjezd: Přitažlivost této disciplíny zajišťuje dostatečně její masovost. Masová základna je velmi dobrá. Také technická úroveň mládeže je uspokojivá. V péči o mládež je třeba vyzvednout práci hradeckého dobrovolného trenéra II. třídy Hraběta, vrchlabský kolektiv vedený trenérem I. třídy Pelcem, péči Ostravského kraje, Ústeckého a dalších.

Nepříznivá loňská a letošní zima velmi nepříznivě ovlivnila přípravu reprezentantů, takže zahraniční reprezentace

nebyla příliš úspěšná. Většina závodů byla pro nedostatek sněhu odřeknuta. U nás se nekonal například ani jeden sjezdový závod. Některé závody nebyly uskutečněny pro neodpovědnost pořádatelů složek. Nejen omluvy pro kraj Liberec ani Brno, které o výběrové závody žádaly a pak je nezajistily. Další překážkou rozvoje sjezdových disciplín jsou otázky sjezdových drah. Máme jich málo a většina dobrých terénů zůstává nevyužita. Není vyřešena otázka průměrné jejich úpravy a údržby. Zůstává ožehavou otázkou, zdali bude možné na tomto zařízení dovést nadějnou sjezdařskou mládež k nejvyšším metám.

V péči o vybrané závodníky změnila sjezdová komise ÚTR letos způsob jejich přípravy a své práce. Místo dosavadního omezeného počtu převzala do své péče poměrně větší počet mladých nadějných závodníků. Snaží se získat co nejširší základnu pro výběr příštích reprezentantů s perspektivou na MS 1962.

Skok: Stav v této disciplíně je velmi podobný stavu sdruženářů. Na mistrovství CSR byla rovněž účast skokanů jen z deseti krajů, a to Liberec 13, Hradec Králové 11, Gottwaldov 2, Jihlava 1, Ostrava 5, Přesov 1, Praha KV 1, Praha MV 1, Bratislava 1, Plzeň 1. Uspokojující je stav jedině v kraji Liberec a částečně Hradec Králové. Velmi nezdávný je úkaz v kraji Ostrava, který nevyšel ani jednoho dorostence mladšího. Podobně je špatný stav v kraji Banská Bystrica a Bratislava, kde lze očekávat zlepšení postavením můstků s umělou hmotou. Pro zlepšení stavu v této disciplíně je třeba získat a školit trenéry III. třídy, zlepšit propagaci k získání mladých lidí, zpopularizovat skok vysokou úrovní a úspěchy několika špičkových závodníků, zvýšit péči o skokanské můstky.

Dříve než se může celková situace uzavřít, je třeba se zmínit o některých problémech, o kterých je bohatě diskutováno mezi závodníky, trenéry i funkcionáři. Je to otázka podpory klasických disciplín. Někteří tuto snahu nespřícně chápou a vykládají jako likvidaci sjezdových disciplín. To je nesprávné. Vývoj lyžování u nás, sněhové a terénní podmínky dávají široké možnosti pro rozvoj klasických disciplín prakticky ve všech okresech, především běhu na lyžích, který má mimořádně vysoký zdravotní, branný a rekreační význam a je jedním ze základních přirozených prostředků tělesné výchovy. Tento význam klasických disciplín, široká základna, možnost provádění na jednoduchém vybavení zdůvodňují dostatečně jejich podporu. K dosažení světové úrovně pak stačí závodníkům klasických disciplín umět maximálně využít našeho domácího prostředí. Je samozřejmé, že i při tomto zaměření bude možnost, aby se závodníci podle vlastní záliby a výběru věnovali sjezdovým disciplínám. Sjezdové disciplíny se však mohou vyvíjet vrcholně tam, kde jsou sněhové a terénní předpoklady a potřebné technické zařízení, na které je třeba klást při současné úrovni sjezdových disciplín ve světovém měřítku značné nároky.

Je třeba podotknout, že na tomto úseku se prakticky neudělaly žádné pokroky. Jde o to, vyjádřit podporu klasických disciplín nejen v referátech, ale v péči o výchovu trenérů klasických disciplín, náboru mládeže, ve změně vyučovacích osnov atd. To zůstává zatím našim nesplněným úkolem.

HLAVNÍ ÚKOLY 1959-60

V dubnu letošního roku byl na VIII. plenárním zasedání ÚV ČSTV proveden rozbor činnosti na úseku sportů a sportovních her. Hlavní referát přednesl tajemník ÚV ČSTV soudruh Uhlíř, upozornil na hlavní problémy sportovního hnutí a současně vytyčil úkoly, jejichž splnění má zajistit široký a úspěšný rozvoj i našeho sportu.

Vzhledem k závažnosti problémů řešených na VIII. plenárním zasedání ÚV ČSTV je nutné, aby se s jeho závěry a hlavními myšlenkami seznámili všichni funkcionáři sportovních oddílů a sportovních sekcí. Využíváme příležitosti tohoto plenárního zasedání, abychom nejvyšší orgán našeho lyžařství seznámili alespoň ve stručnosti s jeho zásadami.

Při vlastním hodnocení činnosti na úseku sportů a sportovních her byly kritizovány hlavně tyto nedostatky:

1. Ideově výchovná práce se nestala dosud záležitostí všech našich orgánů a členů. A není jí věnována taková pozornost, jakou si zasluhuje.

2. Není dostatečně zajišťováno rozšiřování masové základny mezi naší mládeží.

3. Nejsou uplatňovány jednotné metodické závěry všemi trenéry a cvičiteli.

4. Nedostatečná pozornost je věnována plnění podmínek PPOV a BPPOV.

5. Malá péče je věnována školení a doškolování cvičitelů, trenérů, rozhodčích a ostatních funkcionářů.

6. Vážné nedostatky se projevují na úseku mezinárodního styku, jehož význam a poslání není v mnohých případech správně chápáno.

Na základě těchto nedostatků byl proveden podrobný rozbor a v jednotlivých otázkách bylo zdůrazněno:

Rozvíjet tělovýchovnou a organizátorskou práci

Propagačně výchovná činnost se nestala dosud samozřejmou nutností v práci funkcionářského sboru, zejména pak v práci trenérů a cvičitelů. Výsledkem této špatné práce je např. případ Peška, Riegra, plzeňských hokejistů atd. Toto vše je v nesouladu s usnesením XI. sjezdu, které nám ukládá jako jedné z masových organizací, abychom souběžně se svým posláním na úseku tělesné výchovy rozvíjeli politicko-výchovnou a organizátorskou práci, jejíž výsledky se projeví v budovatelském úsilí našeho lidu. Proto musí být jedním z hlavních úkolů sekcí v krajích i okresech i v ústřední sekci podstatně zlepšit v příštím funkčním období tuto činnost.

Obnovit SHM

Cíl a poslání naší tělovýchovné organizace je neustále rozšiřovat masovou základnu. Svě snažení musíme obrátit především na mládež, ze které musíme stále čerpat nové posily pro naše oddíly, jednoty a později pro reprezentační družstva. V letošním roce nám vytvořil příznivé podmínky svým usnesením sjezd ČSM, kdy každý svazák má se stát členem tělovýchovné organizace. Pro posílení masové základny, zejména z řad mládeže, bylo VIII. plénum rozhodnuto obnovit SHM. I když SHM budou prakticky zahájeny v našem sportu až v zimě 1960-1961, je třeba již během příštího roku — v jeho přechodném a přípravném období připravit organizační a technická opatření tak, aby úspěch SHM byl co největší.

Jednota metodického řízení

Dalším problémem jednání bylo řešení jednoty metodického řízení. Také v lyžařském sportu máme v této otázce řadu nejasností, a to jak ve cvičitelské, tak i v trenérské práci. Není přece možné, aby i nadále zůstávaly rozpory v metodickém výcviku základního lyžování a aby tělovýchovné katedry některých vysokých škol vyučovaly frekventanty svých kursů jinou metodou než ústřední metodická komise. V uplynulém funkčním období byla vydána nová Československá učební osnova lyžařského výcviku nezávodního a ta se musí stát základní

směrnicí pro vedení lyžařského výcviku nejen ve všech lyžařských oddílech a sekcích, ale také v ostatních organizacích a útvech, které samy organizují lyžařskou výuku.

Je třeba spojit tvůrčí síly metodických pracovníků školského úseku s pracovníky ústřední metodické komise a společně se podílet na vytváření jednotných metodických zásad, které budou v plné míře odpovídat daným podmínkám a stupni vývoje, jaký je u nás. Stálé rozpory, nesrovnalosti a prosazování svých škol některými individualisty, není jistě ke prospěchu našeho lyžařství.

Urychlit cestu za vyššími výkony

Nejednotnost v metodickém působení se projevuje také v trenérské práci. Někteří trenéři jsou příliš silnými jedinci, aby se přizpůsobili předepsaným výcvikovým osnovám, a stále uplatňují ve vedení závodníků své — ne vždy správné — názory. Nezávadka se stává, že práce a názory jednoho trenéra jsou trenérem druhým před závodníky kritizovány a zlehčovány. I když se v trenérské práci neprojevuje tolik rozporů jako v práci cvičitelské, přesto je třeba metodické působení sjednotit, neboť jinak tak můžeme urychlit cestu vpřed a za vyššími výkony.

Základním předpokladem pro zajištění jednoty metodického řízení je dobrá připravenost a vysoká odbornost cvičitelů a trenérů. Proto je třeba věnovat náležitou pozornost školení těchto kádrů a již jmenované cvičitele a trenéry postupně doškolovat a seznamovat s novými poznatky a metodami v jejich práci.

Spolupráce s lékařem se musí stát nezbytnou součástí v práci trenérů. I v tréninkovém systému jde především o to, aby tělesná výchova sloužila k upevňování zdraví a nikoliv aby honba za rekordními výkony zdraví poškozovala. A právě v těchto případech musí říci slovo lékař.

Politický význam mezinárodního styku

VIII. plenární zasedání jednalo také o mezinárodním styku, který je-li dobře volen, připravován a organizován, značně přispívá ke zvýšení sportovního mistrovství. Mezinárodní styk však nelze chápat pouze jako záležitost čistě sportovní, ale je nutno vidět především jeho význam politický. Je třeba zdůraznit, že mezinárodní sportovní styky jsou součástí naší zahraniční politiky. Jsou významným politickým činitelem v úsilí o vzájemné sblížení mezi národy a v boji za světový mír. Mají směřovat k neustálému upevňování světové socialistické soustavy a přispívat k prohlubování přátelských styků se zeměmi jiných společenských soustav.

VIII. plenární zasedání kritizovalo, že zajišťování mezinárodních styků se stalo pro některé funkcionáře jediným a hlavním úkolem. Zájezdy za hranice byly mnohdy stavěny před mistrovské a přebornické domácí soutěže.

Můžeme vcelku s uspokojením prohlásit, že předsednictvo lyžařské sekce dovedlo vždy správně ohodnotit význam mezinárodního styku a že byl vždy volen tak, aby po všech stránkách prospěl našemu sportu. Při té příležitosti je třeba ještě zdůraznit, že sportovní význam mezinárodních styků je také v lyžování některými trenéry a reprezentanty přeceňován a je viděn jako samospása pro zvyšování sportovní úrovně. Je třeba si uvědomit, že reprezentovat náš stát za hranicemi mohou jen ti nejlépe připravení, kteří jej budou reprezentovat úspěšně.

Netěší jistě žádného z lyžařských pracovníků, jestliže se dočte v tisku, že naši závodníci se na mezinárodních závodech v zahraničí umístili na 30., 40. a 50. místě. Tím nepřispějí k posílení dobrého jména našeho lyžařství v zahraničí.

Úspěšný průběh spartakiád

Kromě rozboru sportů a sportovních her projednávalo VIII. plénum také průběh a zajištění okresních spartakiád a uložilo celému tělovýchovnému hnutí a všem

funkcionářům učinit vše pro úspěšný průběh II. celostátní spartakiády.

Průběh okresních spartakiád ukázal sílu tělesné výchovy, její jednotu a lásku našeho lidu, kterou k tělovýchově má. Statisíce cvičenců a diváků zaplnilo hřiště a stadióny, aby tak vzdalo hold největšímu svátku naší tělesné výchovy.

Je potěšitelné, že na přípravách okresních spartakiád a mezi cvičenci, kteří vystoupili, byly stovky členů lyžařských oddílů. Přesto však se ukázalo, že skladba s plnými míči, která je určena výhradně pro členy sportovních oddílů, není nacvičována v masovém rozsahu. Nebude jistě ke cti členům sportovních oddílů, jestliže v Praze na Strahově nevystoupí ve skladbě s míči takový počet cvičenců, který by obstál se srovnáním masového vystoupení např. mužů s tyčemi. Ještě není pozdě se zahájením nácvičování a proto je nutno provést nábor mezi členy našich oddílů, především mezi aktivními závodníky, aby zahájili nácvič.

Nácvič skladby s plnými míči bude vydatným doplňkem jejich tréninku.

K ideové výchově

Stále je nutno připomínat, že tělesná výchova a sport jsou nedílnou součástí výchovy socialistického člověka. Tato skutečnost se musí prakticky plnit a uvádět v život.

Často se říká, že nejsou známy formy výchovné práce, že je to práce nekonkrétní, jejíž výsledky se nedají ničím změřit.

Je třeba zdůraznit, že nejde jen o ledajakou výchovu, ale že jde o výchovu socialistickou. Pod tímto pojmem rozumíme vychovávat člověka, především mládež, v lásce k vlasti, k práci, pěstovat a upevňovat dobré charakterové vlastnosti, pod kterými si představujeme uvědomělou kázeň, vytrvalost a poctivost, odvážnost a statečnost, obětavost a skromnost.

A právě tělesná výchova a sport mají všechny možnosti a nejlepší předpoklady působit na výchovu charakterových vlastností lidí. Dobrovolnost naší tělovýchovné organizace neznamená polevení v kázni a disciplíně, naopak, zavazuje k daleko větší kázni, protože forma organizace naší tělovýchovy je také vyšší formou společenského života. Celá výchova musí být v souladu s výchovou na školách, ve straně a v masových organizacích.

V sekcích se často dopouštíme chyby tím, že hodnotíme závodníka pouze podle výkonu a nevidíme jakým je při tom člověkem, zdali se dobře chová, dobře učí nebo plní pracovní úkoly atd. Jsme pro dobrý výkon schopni zamhouřit nejen jedno, ale i obě oči — a to jistě není správné a také to není slučitelné s pojmem socialistické tělesné výchovy. A právě na tomto hodnocení se projevuje největší a zásadní rozdíl mezi socialistickou tělesnou výchovou a tělovýchovou v jiných státech.

Je nutno zdůraznit, že v naší tělesné výchově nemohou mít žádnou cenu sebelepší výkony, podává-li je člověk, který nemá základní vlastnosti člověka nové společnosti. Pak tělesná výchova a sport neplní svůj úkol a stává se samoúčelnou.

Proto musíme věnovat největší pozornost reprezentantům jak státním, tak i krajským, neboť jsou v popředí zájmu veřejnosti a na základě jejich výkonů a chování vyzdvihovat před ostatní. Proto musí být příkladem ve všech směrech.

Zásady dobré výchovy musejí znát v prvé řadě trenéři, cvičitelé a všichni ostatní funkcionáři, kteří přicházejí do styku se závodníky a členy lyžařských oddílů. Musejí být v každém směru pro ně příkladem. Musejí být zásadoví, nemohou přehlížet nedostatky chování a vystupování závodníků. Musejí si všimnout také jejich vystupování, soustavně je upozorňovat na nedostatky, opravovat je a radit jim.

Nepůsobil jistě dobrým dojemem, chovají-li se rozhodčí a technici při závodech k sobě hrubě a vulgárně. Toho všeho si mladí lidé dobře všimají a pak ten, kdo takto vystupuje, nemůže mít sám dobré výchovné výsledky. Již několik let je poukazováno na špatný poměr závodníků k organizátorům soutěží a k rozhodčím. Je

nutno se zamyslet nad tím, kolik viny na tom také nejsou sami funkcionáři. Falešným kamarádstvím, přehlížením přestupků a charakterových nedostatků se jistě nikomu nepomůže — sobě ani závodníkům a tím se nepomůže také k upevnění vzájemného poměru. Hlavní úlohu musí v tomto směru plnit trenéři. Rozpory mezi trenéry a rozhodčími, nemístné kritické připomínky trenérů před závodníky také nepomohou k výchově.

Dlouho bychom mohli jmenovat řadu příkladů, neboť je všichni dobře známe z praxe. Není právě dobrou vizítkou, že těch špatných příkladů bychom našli mnohem více než těch dobrých.

Zdá se, že naše práce je příliš roztržštěna na řadu různých problémů a úkolů a pro plnění drobných úkolů zapomínáme na úkoly hlavní.

Pro každý rok nebo pro každé funkční období bychom si měli vytyčit, vedle těch nutných úkolů, jeden zásadní, hlavní úkol a na jeho plnění se zaměřit na celé široké frontě naší činnosti a bojovat za jeho splnění všichni a všemi prostředky. Domníváme se, že by bylo správné opatření, které by vedlo k cílevědomému odstraňování hlavních nedostatků naší činnosti. Jsme téměř všichni svědky, že již několik let se nám na plenárních zasedáních projevují stejné problémy, u kterých se nedá přesně říci, jak dalece se situace zlepšila.

Doporučujeme zaměřit se v příštím období na odstranění nedostatků ve výchovné práci a vyhlásit v rámci II. CS a 15. výročí osvobození ČSR Sovětskou armádou — »Rok vzorného chování a vystupování lyžařských závodníků a funkcionářů«.

Významný úkol přislouží výchovně propagačním komisím, které musejí být organizátory a iniciátory veškeré činnosti na tomto úseku. Je nutné zaktivizovat a vyhledat vhodné pracovníky, kteří mají předpoklady a budou se také této práci věnovat. Upevnění výchovně propagačních komisí by se mělo stát dalším hlavním úkolem v příštím období.

Na úseku základního lyžování

zůstává hlavním úkolem aktivizovat práci a život v lyžařských oddílech. Stav se proti poslednímu plánu o mnoho nezlepšil — kladem je, že máme poměrně přesnou evidenci, ze které můžeme vycházet.

Práce v oddílech je příliš široká problematika, ukázalo se, že ji nemůže řešit UMK, která musela zpracovávat metodické materiály. Proto se nyní ustavují KOMISE ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ, které budou zajišťovat:

Rízení činnosti lyžařských oddílů.

Dbát o správnou ideovou, organizační a metodickou jednotnou práci oddílů.

Spolupracovat se složkami ROH, ČSM, MNO, ZTV, MŠK, HS, s cyklisty, vodáky a turistikou.

Organizovat školení pomocných cvičitelů.

Vést evidenci těchto kádrů a řídit jejich práci.

Pečovat o plnění podmínek odznaku BPPOV a PPOV.

Zajišťovat a odpovídat za nábor nových členů do oddílů.

V krajských sekcích je třeba rovněž ustavit komise základního lyžování se stejnou problematikou práce. Tyto komise musejí být iniciátory a organizátory práce příslušných ostatních komisí v sekcích a oddílech.

Velký význam budou mít tyto komise v okresech, protože mají nejbližší k oddílům a je nutné pověřit touto činností ty nejschopnější pracovníky. V souvislosti s ustavením komisí základního lyžování dochází ke změně UMK. Vzhledem k tomu, že většinu jejich práce převezmou komise základního lyžování, ztrácejí počínaje krajskými sekcemi svoje opodstatnění.

Učebně metodická komise

bude ustavena pouze při ústřední sekci a bude řešit čistě metodické problémy. Oproštěna od ostatních organizačních úkolů, bude mít dostatek času a možností řešit metodické otázky na vědeckém základě. UMK bude vypracovávat metodiku a techniku základního i závodního výcviku a tréninku, provádět výzkum na úseku metodiky a techniky, vypracovávat plány a programy činnosti oddílů s metodického hlediska, vypracovávat me-

točickou náplň pro školení PLC, LC a ILC, zpracovávají metodické pokyny, dbát na uplatňování jednotných metodických směrnic ve všech úsecích a starat se o tvoření odborného názvosloví.

Při krajských sekcích metodické komise ustaveny nebudou. Přenášení metodických zásad do krajů a oddílů budou zajišťovat komise základního lyžování ve spolupráci s TR, komisí mládeže a OK — pomocí cvičitelů a trenérů.

Předsednictvo ústřední sekce je přesvědčeno, že tento nový způsob organizace práce našeho hnutí pomůže dalšímu rozvoji. POMOC KRAJSKÝCH SEKCI JE VŠAK NUTNÁ!

Za účelem propagace lyžařského sportu a jako prostředek pro nábor nového členstva a k oživení činnosti oddílů vyhláší se soutěž o odznak »LYŽAR ČSR« a provádějí se Lyžařské veřejné výcvikové školy.

Zakládání nových lyžařských oddílů

Sestavení přehledu o lyžařských oddílech nám jasně ukázalo, jak hustá je síť lyžařských oddílů v jednotlivých krajích. Kde jsou příznivé podmínky pro pěstování lyžařského sportu, je poměrně málo oddílů.

Doporučujeme založit nové oddíly takto:

Ústí n. L.	4	Hradec Králové	10
České Budějovice	2	Jihlava	3
Pišeň	2	Olomouc, Gottwaldov	
Liberec	12	a Ostrava po	4

Vezmeme-li si mapu a označíme praporečky v jednotlivých krajích, kde jsou lyžařské oddíly, uvidíme, že je ještě mnoho míst, a to především v horských a podhorských oblastech, kde by bylo třeba založit nové oddíly.

A právě ty horské a podhorské kraje jsou rozhodujícími, tam musíme zaměřit své snažení, odtud nám budou vyrůstat noví reprezentanti.

Na úseku závodního lyžování

V usměrňování závodního lyžování budeme se muset zaměřit především na klasické disciplíny tak, jak to uložilo usnesení VIII. pléna ÚV ČSTV. O této otázce jsme hovořili již na minulém plenárním zasedání a podrobně byla již několikrát rozebrána.

Vzhledem k tomu, že se na toto téma v poslední době živě diskutuje a někteří naši pracovníci si podporu klasických disciplín vykládají jako likvidaci disciplín sjezdových, je třeba, abychom si znovu tuto otázku vzájemně vysvětlili a s konečnou platností uzavřeli.

Terénní a sněhové podmínky umožňují rozvíjet téměř ve všech našich okresech klasické disciplíny a z nich především běh na lyžích, o jeho významu není třeba široce hovořit. K dosažení výkonů světové úrovně stačí našim závodníkům vlastní domácí podmínky, kterých ovšem budeme muset dobře využít.

To jsou všechno přednosti, které potvrzují význam rozvoje klasických disciplín u nás.

Přes všechny tyto argumenty nemá nikdo v úmyslu bránit rozvoj sjezdových disciplín v našich domácích podmínkách. Tam, kde jsou terénní předpoklady, sněhové podmínky a potřebná technická zařízení, upřímná snaha a poctivost práce trenérů, tam se budou jistě sjezdové disciplíny rozvíjet také úspěšně i přesto, že jsou někteří trenéři, kteří si zvykli šilhat po alpských terénech, opačného názoru.

V poslední době často kritizovala lyžařská veřejnost výkony našich reprezentantů. Upřímně řečeno, kritika byla oprávněná a nikdo z nás nemohl být, až na vzácné výjimky, s výkony spokojen. Zvyšování sportovních výkonů je přímo úměrné fyzické připravenosti, technické vyspělosti a osobní vyspělosti. O některých těchto otázkách bylo již hovořeno, zbývá zdůraznit otázku přípravy. Je třeba zvyšovat náročnost v přípravě a to nejen u reprezentantů, ale u závodníků všech výkonnostních tříd. V tomto směru musí říci své rozhodné slovo všichni trenéři a být na své svěření podstatně náročnější.

Pokud jde o reprezentanty, je třeba, aby v kontrole jejich přípravy pomáhaly také okresní a krajské sekce. Ústřední trenér nebo trenér družstva to mnohdy sám neobsáhne.

Při hodnocení krajů bylo zdůrazňováno, že kraje Plzeň, Ústí nad Labem a Karlovy Vary pracují po organizační stránce velmi dobře. Je třeba, aby také trenérské rady jmenovaných krajů vyrovnaly s organizační a masovou základnou ve svých krajích i úroveň výkonů krajských reprezentantů. Podmínky jak terénní, tak i sněhové pro to mají.

Na úseku sportovně technickém

Hlavním úkolem zůstává dále organizovat na nejširší základně soutěže o Spartakiádní vložku, zajistit masovou účast a z toho pak nábor nových členů do oddílů.

Přípravu všech lyžařských sekcí zajišťovat tak, aby od začátku závodního období bylo možno kdykoliv okamžitě po napadnutí sněhu uspořádat náborové závody.

Spolupracovat se školami a skupinami ČSM, organizovat stále více veřejných závodů žactva a dát mu příležitost soutěžit. Velmi odpovědným úkolem STK bude příprava a zajištění úspěšného průběhu všech soutěží, které mají v letošním roce v rámci II. CS mimořádný význam.

STK musí včas zajistit vydání krajského kalendáře tak, aby byl do 30. září zaslán ústřední sekci. Vyslat zástupce svého kraje na aktiv STK v říjnu, který podrobně projedná celostátní kalendář všech soutěží.

Včasná příprava a vydání ostatních sportovně technických dokumentů — rozpisů, plakátů atd. přispějí k hladkému a regulárnímu průběhu soutěží.

Rozpisy soutěží zaslat ústřední sekci, stejně jako odvolání závodů.

Výchova nových kádrů

Rozhodující roli při zajišťování všech úkolů mají cvičitelé, trenéři a rozhodčí. Je třeba, aby jejich úroveň byla co nejvyšší. Proto budeme muset věnovat neustálou pozornost jejich školení a zvyšování odborné kvalifikace.

Při výběru lidí se zaměříme na ty, kteří mají předpoklady po všech stránkách, tedy i výchovné, a kteří se po vyskolení věnují skutečně své funkci. Protože není možné časté uvolňování ze zaměstnání, bude sekce pořádat večerní školení především pro trenéry III. třídy a všechny ostatní funkcionáře.

Plánování — výstavba — hospodaření

Výstavba malých můstků je úkol stále aktuální, stejně tak jako údržba lyžařských zařízení v letních i v zimních měsících. Velmi důležitá je stálá úprava lyžařských můstků v zimě, aby se mohlo kdykoliv trénovat a neztrácel se čas na jejich úpravu v době vymezené pro trénink. Stále máme nedostatek udržovaných běžeckých tratí, musíme věnovat větší péči jejich vyhledávání a úpravě.

Zajištění materiálu, výbroje a zlepšení její kvality bude úkolem příslušné komise, která bude také spolupracovat s krajskými obchody VDSZ a plánovat zboží VČAS. Bude se muset zvýšit úroveň výkupních krajů a písemnými připomínkami na LS i výrobě zajišťovat zlepšení.

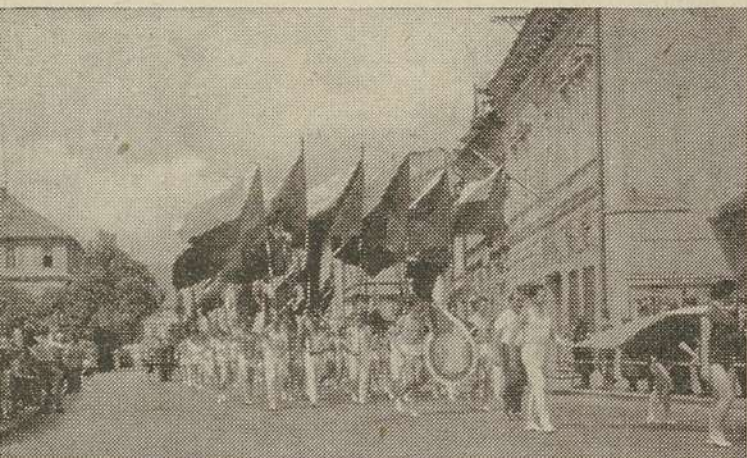
Ustavuje se proto nyní po plénu nová kvalitářská komise, právě pro spolupráci s výrobou.

Organizační zajištění činnosti

Výsledky naší práce jsou závislé na metodách, jak účinně budeme uvádět do života plán činnosti a jak budeme důslední v kontrole jeho plnění. Předsedové musejí využít na všech úsecích organizační schopnosti kolektivu spolupracovníků a včas upozorňovat na chyby soustavnou kritikou a systematickou celoroční práci, řídit úseky a být v neustálém osobním styku i s nadřízenými složkami. Spoluprací s odborem turistiky a jinými oddíly jednot a sekcí neustále upevňovat jednotu našeho svazu.

Před námi je mnoho úkolů, které musíme s úspěchem plnit. Máme stovky obětavých a zkušených pracovníků, kteří již nejednou ukázali svou lásku k lyžování a československé tělovýchově. Ti nás nezklamou a věříme, že jejich nadšení strhne k tvůrčí a krásné práci i další lyžařské pracovníky již nyní, ve spartakiádním roce, pod heslem: Za široký rozvoj tělesné výchovy a sportu, za dovršení výstavby socialismu v naší vlasti, za mír a přátelství mezi národy.

NAŠI A OKRESNÉ SPARTAKIÁDY



Zábery z okresnej spartakiády v Liptovskom Mikuláši dokumentujú krásu vystúpenia a družbu Liptova s karvinskými športovcami.

Okresné spartakiády boli zrkadlom spolupráce lyžiarskych pracovníkov s celým snažením telovýchovného hnutia, ktoré vyvrcholilo ich uskutočňovaním. Od Tatier k Dunaju a naopak nielo snáď lyžiarskeho pracovníka, ktorý by nepriložil ruku k dielu. Krásne boli okresné spartakiády, na ktorých cvičilo množstvo cvičencov a ich výkony sledovalo viacišícové množstvo vďačných divákov. Veru mnohokrát človeku sa vynáral v mysli skromný osobný dotaz i odpoveď zároveň — ako je to možné, že tolko ľudí vie často celé hodiny obdivovať i niečo iného než futbal alebo hokej. Nuž a tu to máte — ľudia sa vedľa nadchnúť i pre krásu iných telovýchovných podujatí — len im ich treba vhodnou formou predkladať!

Dnes len letom podhorskými údoliami nazreli by sme sa do práce niektorých z lyžiarskych funkcionárov pri okresných spartakiádach. Zhodou okolností — pozrieme sa do Žilinského kraja. Pekné pracovné výsledky majú tu medzi inými i členovia komisie mládeže lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV. Tak napríklad jej predseda súdruh Igor Benko v Liptovskom Mikuláši nacvičil 160 žiakov a z celého okresu viedol na okresnú spartakiádu celkom 600 žiakov!

Júnové horúce slniečko, príjemný chlad zo zasneženého Kriváňa a rezká hudba budila obyvateľov horného Liptova k slávnostnej športovej udalosti — II. okresnej spartakiáde v Mikuláši.

Tisíce nadšených divákov srdečne odmeňovali v jednástich skladbách 3170 cvičencov v bezchybne prevedených skladbách, no predsa palmu prvenstva si odniesli príslušníci armády a ženy s kužeľami. Medzi mužmi, ženami, dorastenkami a dorastencami sme napočítali viac ako 420 lyžiarov, keď pred vlastným vyvrcholením tejto najväčšej športovej udalosti v širokom okruhu usporiadali jedenást bežeckých pretekov, osem zjazdových a viac ako dvadsaťšesť náborových o »Spartakiádnú vložku«.

No nielen lyžiari, ale všetky ostatné druhy športu — cyklisti, turisti, ľahká

atletika, futbal — neostali nič dlžné veľkému športovému sviatku.

Viac ako 300 športovcov z moravského okresu družby z Karvinej nielenže doplnilo rady cvičencov na zelenom trávniku, ale našlo v Mikuláši množstvo priateľov, nové známosti a vzájomne sa otvárali aj srdcia k bratskej družbe Čechov a Slovákov.



Trocha ináč si počínal ďalší člen z tejto komisie, a to súdruh Šťastný. V Turčianskych Tepliciach na tamojšej pedagogickej škole dostalo sa mu cti pripraviť a viesť na okresnú spartakiádu dorastenky! Iste veľa vytríbeného citu bolo treba chlapovi, aby jemným a lадným dievčenským pohybom dal v nácviku patričný cit. Nuž a že sa mu to pri jeho 84 cvičenkách podarilo, o tom svedčil spontánny potlesk štyrtisícového publika, keď skončilo vystúpenie a z provizórneho náčelnického mostka schádzal v bielom úbore do hneda opálený — lyžiarsky tréner a takto cvičiteľ dorasteniek súdruh Šťastný.

V rámci družby okresov Jablonec nad Nisou a Turčianske Teplice bol prítomný v Turč. Tepliciach delegát z Jablonca vo funkcii náčelníka. Bol ním súdruh Plíva. Tu hájil záujmy masových vystúpení združeného okresu, ktorého cvičenci 21. júna t. r. vystúpili spoločne s turčianskoteplieckymi na okresnej spartakiáde v Jablonci. Po skončení spartakiády pohovárali sa teraz už ako lyžiarski funkcionári. Zoznamili ich malé odznáčiky na klopoch kabátov s číslom 70 a kovovou lyžou. Veď lyžovať sa dolu



Manželka Jolka a Stando Pospíšilovci v náčelníckých funkcích na náčelníckom mŕstku sú spokojní s predvádzanými skladbami cvičeniek a cvičencov na tatranskej telovýchovnej slávnosti.

už nedalo. Iste dobre padne pocit vzájomnej pomoci športov masovým vystúpeniam — najmä ak sa stretnú pracovníci z tak ďalekých krajov, ale s tak blízkymi citmi pre krásu masových vystúpení i lyžiarskeho športu.

Vcelku sa nám nepodarilo upresniť číslo nacvičujúcich. No vyššie naznačené obrázky dosvedčujú, že lyžiarski pracovníci a s nimi celá rodina lyžiarov bola aktívnou i pri všeludových telovýchovných podujatiach, ktorými boli okresné spartakiády!

Veríme, že ich počty sa zvýšia a spresnia. Veď je jasné, že v nácviaku z mladých máme všetko »do nohy« — iné je to so staršími. Nuž ale i tu si nesmieme farbii situáciu černejšie, než je. Potvrdil to i súdruh Kle-

ment z lyžiarskeho oddielu Iskry Nováky, ktorý prijal výzvu Iskry Svit do súťaže o nácviak mužov na II. celoštátnu spartakiádu 1960! Cvičia — ale nepíšu! Či je takýchto nie ešte viac?! Veru sa ich nájde. Apelujeme preto na nich, aby niekoľkými riadkami napísali o tom, ako a čo plánujú robiť s nácviakom prostných na II. celoštátnu spartakiádu 1960 teraz v obdobi po okresných spartakiádach.

Ako máme zprávy, v Mikuláši ani teraz neprestávajú s nácviakom, ale zdokonaľujú sa neustále v cvičeniach, aby krajská spartakiáda v Žiline a celoštátna v Prahe vyzneli aj ich pričinením v mohutnú manifestáciu jednoty a bratstva našich národov, pripravovaných neustále pokračovať v boji za svetový mier!



Súdruh Ivan Štastný (v bielom), ktorý dobre pripravil dorastenky na turčianskoteplieckej spartakiáde, spolu s náčelníkom.

PPOV v Jiskře Mšeno n. Nis.

V lyžařském oddíle Jiskry Mšeno n. Nis. vítáme všichni zavedení nových forem PPOV v hodování jednotlivých disciplín a výkonů, neboť způsob našeho dosavadního tréninku všestrannosti byl obdobný nově navrhovanému odznaku zdatnosti. Naše tělovýchovná jednota jako celek patřila vždy mezi nejlepší TJ v plnění odznaku zdatnosti. K tomu, abychom dokázali vždy udržet správný zájem o plnění jednotlivých disciplín, abychom zpestřili náš trénink, zajížděvali mládež a závodníky formou soutěže, vypisovali jsme jarní a podzimní atletickolyžařský desetihoj.

Na základě celoroční přípravy v tělocvičně, na dráze a v terénu jsme vypisovali v určené dny 3—4 disciplíny, které se bodově hodnotily. Takto jsme si vždy obodovali a ověřili výkony deseti až dvanácti disciplín, které byly rozděleny na cvičení rychlosti, vytrvalosti, obratnosti a síly. Můžeme říci, že se nám tento způsob závodivé formy vyplatil, neboť jsme získali zájem mládeže i dospělých závodníků, pro které byla a je tato závodivá forma poutavější, a zbylé disciplíny odznaku zdatnosti, jako šplh, gymnastika, plavání apod., se splnily v rámci tréninku již jako samozřejmě doplněk všestrannosti — pro lyžaře však méně přitažlivé.

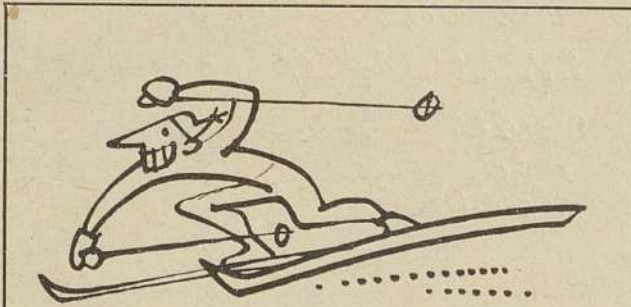
Nyní tedy k této závodivé formě přistupujeme v celostátním měřítku a plnění se rozšiřuje i na mládež od deseti let. Všestranná celoroční příprava na základě získání odznaku zdatnosti se projevii nejenom v získávání nových objevů a talentů, ale jistě i ve vzestupu celkové fyzické a ideové úrovně všech našich cvičenců a sportovců. Nyní, kdy se provádí prověřování navrhovaných disciplín a ohodnocení, je skutečně třeba jejich dostatečného prověření za různých podmínek v praxi, aby konečně schválené disciplíny a normy od příštího roku se neměnily alespoň několik let, neboť víme, že to byly právě změny, které měly nepříznivý vliv na formální plnění odznaku. Další změny ku prospěchu odznaku lze zavést až po několikaleté prověrce a ke zkušnosti v praxi.

I náš oddíl byl KV ČSTV v Liberci vybrán k prověření nového návrhu a ke zpracování připomínek. Z dosavadního průběhu prověrky jsme ještě nemohli udělat závěr, ale můžeme již nyní konstatovat, že navrhovaný způsob je jistě správný a o plnění nového odznaku již nyní je a bude dostatečný zájem.

Většina základních výkonů v hodnotě 1—20 bodů je vcelku snadno plnitelná, až na některé výjimky, o kterých se již psalo. Správné je opět zařazení brigád především na tělovýchovných zařízeních, které je třeba každoročně upravovat a udržovat. Z praxe jistě všichni víme, že mládež i dospělí sportovci a cvičenci si umějí lépe vážit zařízení, které si sami pomohli vybudovat nebo udržovat. Taktéž podmínky ke splnění ideové části u mládeže »Co má umět a znát pionýr« jistě přispějí i ke zlepšení naší spolupráce s Pionýrskou organizací, která nám bude nápomocna v získávání mládeže k trvalému pěstování tělesné výchovy a tím i k plnění odznaku zdatnosti.

O konkrétních zkušenostech z dosavadní prověrky, vhodnosti jednotlivých disciplín a podmínek věkového rozdělení a obtížnosti navrhovaných limitů se vyjádříme ještě později, jakmile budeme mít s plněním více zkušenosti.

VLADIMÍR PLIVA



ODŠKODNÉ ZA ÚRAZY

při sportu, na cestách a v povolání poskytuje

SDRUŽENÉ POJIŠTĚNÍ PRACUJÍCÍCH

Pomáhá zabezpečovat rodinu při úmrtí živitele. Při dožití se vyplácí sjednaná částka.

STÁTNÍ POJIŠTOVNA

Rožnov přivítal HOSTY Z SSSR

První prověrka skokanů na OH

Olympijské hry lákají a burcují. Cesta do Squaw Valley není však nijak lehká. Je předznamenána nesmlouvavou přípravou, vyžadující všechny volný čas, a na konci pak i výkony, které by v silné konkurenci her obstály. A tak stejně jako sportovci všech zemí i naši lyžaři využívají všech možností k tomu, aby posílili své naděje na cestu, která je vrcholem touhy každého sportovce.

Jednou ze zkoušek současné tělesné zdatnosti a technické vyspělosti našich skokanů a s druženařů bylo nedávne krátkodobé soustředění v Rožnově pod Radhoštěm, které vyvrcholilo mezinárodními závody na můstku s umělou hmotou PVC na Hradisku.

VELKÝ SOUPEŘ Z GRUZIE

V závodech byli soupeřem našim reprezentantům tři lyžaři SSSR — skokani Sakadze a Salnikov a s druženař Kočkin. Doma ne mají zatím mnoho možností skákat na umělé hmotě, neboť jejich jediný můstek u Leningradu dovoluje jen skoky kolem 20 metrů. Po zkušenostech, které hosté u nás učinili, je jasné, že si tyto můstky rychle vybudují. Fyzická připravenost (Sakadze působí dojmem vrcholového závodníka ve sportovní gymnastice) a příslovečná bojovnost činí ze sovětských sportovců vždy — a to i za podmínek pro ně nepříznivých — velké soupeře. Start Sovětů byl očekáván s velkým zájmem. Vzdýt např.

24letý Gruzinec Sakadze dosáhl právě v uplynulé sezóně několika pozoruhodných výkonů. V tradičním rakousko-německém turné skokanů byl první v Innsbrucku a druhý v Garmisch-Partenkirchenu. Startoval také u nás ve Spindlerově Mlýně a zde »dával« některým našim skokanům např. až deset metrů, atd. Kočkin dosáhl pozoruhodného úspěchu na předolympijských závodech v USA a velkou nadějí je i 23letý Salnikov.

Sovětská lyžaři přijeli do Rožnova teprve v sobotu. Odpoledne absolvovali pět prvních skoků, při kterých si vlastně teprve zvykali na skoky na větším můstku s umělou hmotou. V neděli dopoledne si vše zopakovali. Zejména dobře si vedl Sakadze. Odpoledne byl také velmi důstojným soupeřem našim, ačkoliv v sobotu při příchodu k můstku nehleděl ani on na hmotu příliš důvěřivě. Druzí dva závodníci z Kirova, zejména však Kočkin, byli v závodech hodně nejistí. Jinak tomu ovšem bylo po několika dnech pobytu v Rožnově pod Radhoštěm.

BULÍNOVA A VAŠUTOVA FORMA — POUKÁZKY NA CESTU

Většina našich závodníků předělává svůj styl. To není nikdy příliš snadné. Přesto však lze říci, že si snad všichni vedou letos zatím celkem dobře. Ukázalo se to v tréninku i při závodech.

Do dobré formy se dostávají postupně Jáchym Bulín a Václav Vašut. V tréninku dosahoval zejména Bulín skoků přes 60 metrů, a mohl jít ještě dále, přestože je to již hodně riskantní, potřebuje již jen více sebedůvěry a jistoty při doskoku. V závodech skočil Bulín při zkušebním prvním kole dobrým stylem 59 metrů. V prvním skoku pro soutěž skočil dokonce 61,5 m. Měl pád, který však byl důsledkem délky skoku, neboť to bylo téměř o 15 % více než je kritický bod můstku — 53,5 m. Bulín měl klidný nájezd, mohutný odraz a velmi pěkný let vzduchem i měkký doskok, ze



Rozloučení s drahými sovětskými hosty na letišti v Ruzyni (zleva doprava: Salnikov, Kočkin, tlumočnice a Sakadze).

*Spukem v bytovi u stávků
Vexocobakum u operacem genitral
s předčítavím sežane*

A. Sakadze

Kočkin

*zje m m c z o h, b m c m z o z o ?
m m u f b n z j m p o e b o m i h u c p s e l
D. J. m m m l b o f m b b y m p u n d h u y m i
m u h u h y b b y b y m s i c m m s l y z j
s u m i z u e r y m g b e l p o z o d n i o n j e m m d i
s b m s i m i s u m
j u f u l y g m d i*

Zdravím československé lyžaře a přeji jim úspěchy v budoucí sezóně i na ZOH ve Squaw Valley a také pevné zdraví, štěstí a úspěchy v dalším životě.

SAKADZE KOLA



kteřého se snažil rychle vztyčit, což se mu však již nepovedlo. Svou formu Bulín potvrdil ve čtvrtém kole — ve zvláštním závodech o nejdelší skok o »valašský frgál« (velký koláč), kdy skočil naprosto jistě oněch 61,5 m. V dalším závodech o tři dny později dosáhl Bulín dokonce délky 64 metrů.

TAKÉ OSTATNÍ BOJOVALI

Ve zkušebním kole závodu měli pád mj. také Vašut (59,5 metru), Remsa (56 m) a Je-bavý (55 m). V soutěži skákal však Vašut opět jistě a zaslouženě vyhrál. Remsa i Je-bavý ztratili hodně na odvaze a tím i na jistotě a obsadili 4.

a 5. místo. Ze sdruženářů byl nejlepší rožnovský Martinák, který obsadil druhé místo. Třetí byl Sakadze. Martinák i Vašut měli velkou výhodu v domácím prostředí. Martinák si svým výkonem pravděpodobně vybojoval přežazení ze státního do olympijského družstva za zraněného Lahra po bok Melicha. Martinák je dobře připraven skokansky. Běžecky má však ještě nedostatky, ale zde je snaha i oddíl. Je naděje, že v Rožnově podnícení úspěchem vybudují i amélu běžeckou dráhu, na které bude mít velké možnosti nejen Martinák, ale i všichni běžci Gottwaldovského kraje.

Přislíbem byly i dobré výkony dorostenců, zejména Harrachováků Ulrycha, Skalského a Motejlka. Velký pokrok udělal např. Skalský, který již velmi dobře zvládl odraz, let vzduchem v maximálním předklonu a již jen doskok má ještě nedostatky.

ŠKODA, ŽE CHYBĚLI

V Rožnovském závodě chyběli někteří závodníci. Byl to především V. Lahr, který si v tréninku obnovil své zranění z Andermattu. Je to velká škoda, neboť Lahr patří vždy k nejsvědomitějším. Byl členem olympijského družstva a své místo uvolnil Martinákově. Chyběl však také J. Nüsser.

Zde je otázka poněkud jiná. Od doby uzavření sňatku Nüsser v přípravě hodně pokulhával. Má-li udržet krok s ostatními, musí být jeho příprava systematictější. Je ho rovněž velká škoda. Patří

k oněm oblíbeným závodníkům a jeho výkony především ve skoku dávaly hodně nadějí. Nüsser zůstává nadále prvním náhradníkem olympijského družstva, do kterého se může za pomoci svých blízkých pracovat, neboť — jak známo — je cesta do všech družstev otevřena všem závodníkům. Záleží jen na nich samých, na jejich svědomitosti a následujících výkonech.

A JAK NYNÍ DÁL

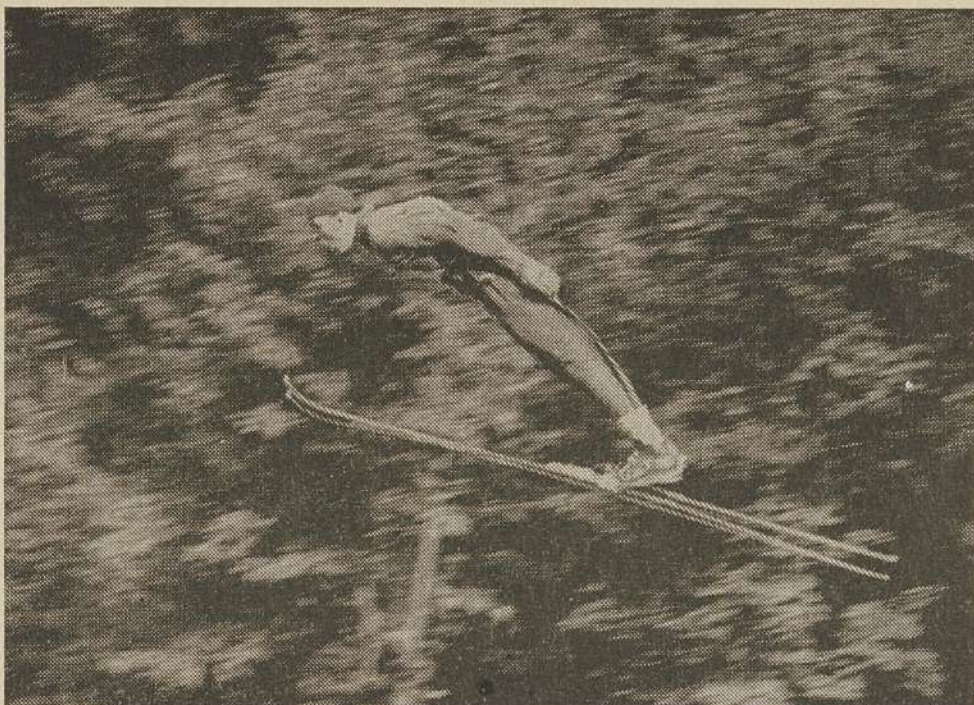
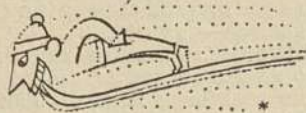
O tom jednali v Rožnově členové komisi skokanské a sdruženářské ÚTR. Příprava olympijského družstva odpovídá v podstatě požadavkům. Příprava státního družstva poněkud již pokulhávala a má-li udržet krok se světem, potřebuje zlepšení. Pro »olympioniky« byla rožnovská příprava druhou společnou krátkodobou kontrolou. V začátku se ukázvalo, že chybí letos harrachovský můstek, který zatím pro přemostování Mumlavy odpočívá. Závodníci mají ve svém programu přípravy nejen výcvik na můstku, ale i posilovací cviky a získávání rychlosti. Všichni absolvují kontrolní závody, které obsahují běh na 60 metrů, na 100 metrů, výšku, dálku, výšku i dálku souňož, pětiskok odraz souňož a vrh koulí. Nejdůležitější kontrola bude v listopadu, která může přinést i změny v družstvech, kam se závodníci zařazují podle současných výkonů.

KONKURUJÍ HARRACHOVU

Rožnovské závody měly pěkný průběh. Ukázaly, že jsou »Valaši jedna rodina«. V Rožnově vyrůstá po strance pořadatelské, zájmu diváků a pomalu i ve výkonech velká konkurence Harrachovu, který měl zatím v tomto směru jasný primát. Diváků bylo v Rožnově např. přes 9000. Jejich zájem o závody byl velký. Dovedli odměnit startující za jejich výkony a vůbec nic nelitovali ani špatného přístupu na místo závodu. Můstek leží uprostřed zeleně nedaleko levého břehu Bečvy. Přístup k němu je však po jediné lávce, po které lze jen v zástupu a podle tabulky nejvýše 15 osob, anebo s vykasánými nohavicemi přes Bečvu. A přece nikdo nereptal a ukázněně počkal anebo sportovně, mnohdy za veselí jiných, absolvoval Bečvu. K pohodě pomohlo i nádherné počasí a pěkná letní scenerie Beskyd.

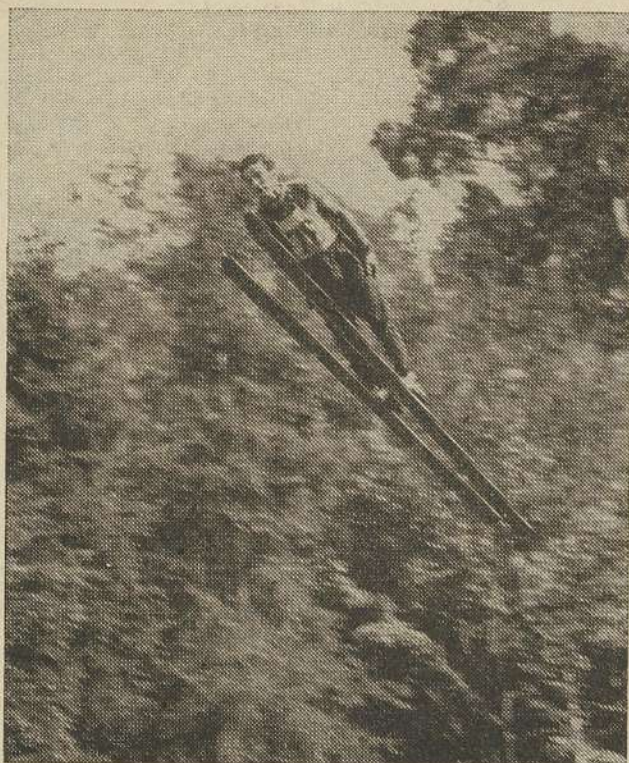
Je jen škoda, že opěvované rožnovské hodiny tak nemilosrdně odbíjejí čas, který ujíždí v takovýchto případech rychlostí skokana na nájezdu.

KAREL MORAVEC



Máme radost, že se Jáchym Bulín dostává opět do formy — záběr skoku, kterým dosáhl 61,5 m.

Sakadze soutěžil s našimi skokany o dobré umístění.



Zajistíme vzestup úrovně našeho lyžařství

Výsledky posledních dvou zimních období nás nutí k úvahám, jak je to vlastně s naší závodní lyžařinou, proč se nám ve světovém měřítku nedaří. Ojedinelé velmi dobré výsledky v zahraničí v dřívějších letech (Matouš a Hennrich na OH, Lahr na mezinárodních závodech v Lahti, Harrachov aj.), které se zdály příslibem rychlejšího růstu, byly v posledních dvou letech přehlušeny řadou neúspěchů. Srovnáme-li úroveň našich předních závodníků s úrovní předních závodníků světových i středoevropských, dopadne toto srovnání letos značně v náš neprospek. Ani na mistrovství světa 1958, ani na jednom mezinárodním závodě v zimě 1958/1959 nedocílil žádný náš závodník pronikavého úspěchu, i když nelze přehlížet dobré výsledky docílené našimi závodníky letos v Harrachově i v Zakopaném.

Každý příznivec lyžařství si jistě váží například výkonů, které podával po celou desítku let zasloužilý mistr sportu Jarka Cardal ve všech běžeckých disciplínách. Může jistě být příkladem ostatním, pokud jde o trénink a pečlivost, s jakou se připravuje na každou zimu a na každý závod. Přitom Jarka nepatří již k nejmladším. Přesto zcela bezpečně získával do roku 1958 prvenství ve svých disciplínách a také letos zvítězil — již po třinácté — v mistrovské padesátce. Mezi ním a řadou dalších dobrých talentovaných závodníků zůstával stále značný rozdíl. Mám za to, že tyto ostatní stále v přípravě zaostávají, že naši trenéři nedovedou ještě dostatečně využít a uplatnit nových nejlepších zkušeností, jako např. Sověti, Němci v NDR a jiní. Nevyžadují dost tvrdou a náročnou přípravu a nedovedou zajistit i dostatečnou morální přípravu.

Zamyslíme-li se nad těmito skutečnostmi, vidíme, že dosažené výsledky stále ještě neodpovídají plně možnostem a podmínkám, které naše společnost vytváří pro rozvoj tělesné výchovy a že tyto možnosti nejsou vždycky

správně využívány. Nehodnotím zde skutečné objektivní příčiny, které jistě byly do určité míry brzdou růstu výkonnosti, ať to byla minimální možnost přípravy na sněhu, nevhodné rozdělení zahraničních startů, v některých případech i nedostatky v materiálním vybavení aj. Nechci také posuzovat, kde byla vina. Tyto nedostatky se musíme snažit společně odstraňovat a vytvořit i v tomto směru našim předním závodníkům pokud možno optimální podmínky a plně využít daných možností pro zlepšování úrovně našeho závodního lyžování.

Nej jistě náhodou, že XI. sjezd KSČ postavil otázky masovosti a všestrannosti v tělesné výchově a sportu na prvé místo! S tímto základním předpokladem úspěchů je samozřejmě úzce spjata politickovýchovná činnost v celém tělovýchovném hnutí. Máme-li podstatně zlepšit výchovnou práci, musíme obrátit pozornost k výchově pracovníků. Jde hlavně o to, aby trenéři, cvičitelé a ostatní činovníci, kteří přicházejí do styku se závodníky, měli sami vysoké morální a politické vlastnosti. K tomu je zapotřebí opravdu nadšené organizačnické práce všech dobrovolných pracovníků, především trenérů a cvičitelů.

Podánilo se nám v posledních letech zajistit v lyžařství opravdu masovou základnu jak v náborových závodech, tak zejména v soutěžích o Spartakiádní vložku. To ovšem není konečný úspěch, nýbrž právě jen začátek odpovědné práce. Znamená to totiž neustále získávat tuto mládež pro aktivní provozování tělovýchovy a sportu, aby mladí lidé pod dohledem cvičitelů a trenérů se tak soustavně zasloužovali do »tajů« lyžařiny, dávat jim možnost častého a pravidelného soutěžení. A přitom současně je vést k dobremu vztahu ke kolektivu, k oddílu, ke sportu vůbec.

Základ budoucích úspěchů našeho závodního lyžařství je pak třeba hledat v počátcích sportovního vývinu chlapců a děvčat, ve všestranném rozvoji všech jejich schopností, celého talentu. Znamená to využívat nového

Budeme se učit od našich žáků

Skvělé výsledky východoněmeckých běžců a běžkyň v uplynulé sezóně, v mezinárodních závodech doma i za hranicemi, nás vedou k zamyšlení. Jestliže jsme si dnes již zvykli na vynikající výkony skokanů NDR a s naprosto samozřejmostí sledujeme jejich úspěšný boj na vrcholu světové třídy, jestliže se stejnou samozřejmostí sledujeme úspěšný nástup mladých německých sdruženářů, pak méně již samozřejmý, pochopitelný, snad i příjemný je pro nás rychlý růst výkonnosti německých běžců a běžkyň, jak jsme i sami velmi dobře poznali při vzájemném střetnutí v uplynulé zimě. I když máme a musíme mít z jejich úspěchů, zvláště nad jejich západoněmeckými soupeři, radost, nemůžeme a nesmíme se smířit s tím, že jsme za tak krátkou dobu byli o tolik předstížení — svými žáky.

Vždyť bychom se nemuseli vracet o mnoho let nazpět, do dob, kdy jsme na hřebenech Krkonoš učili německé běžce doslova jezdit na lyžích. Sám si vzpomínám na utkání lyžařů bý-

valého ATK s tehdejšími nejsilnějšími německým lyžařským klubem v roce 1953. Tenkrát nebyli němečtí běžci rovnocenným soupeřem v běhu ani našim skokanům, kteří zkoušeli štěstí ve sdruženém závodě. A letos v Klingenthalu jsme my, specialisté-běžci, nebyli rovnocenným soupeřem ve štafetovém běhu jejich mladším klubovým kamarádům. A ještě mnohem výrazněji se tento rozdíl růstu výkonnosti projevuje při srovnání výsledků našich a německých běžkyň.

Nebylo by omluvou, dovolávat se lepších tréninkových podmínek německých lyžařů. Vždyť my ustupujeme z pozice nejlepších Středoevropanů i před Italy, Francouzi a Švýcary, a ti mají mnohem a mnohem těžší podmínky než my.

Podívejme se na některé výsledky:

Tornio		Lahti		Holmenkollen	
1. Viitanen	51:17	1. Alatalo	50:49	1. Oikarinen	52:58
4. Werner	53:51	15. Röder	52:52	21. Röder	55:45
rozdíl	2:34	rozdíl	2:03	rozdíl	2:47

Víme proto také, kde a v čem hledat chybu. Před pěti lety jsme učili německé běžce základům běhu, seznávali jsme je s principy letní a zimní přípravy. Dnes, když se s nimi sejdeme, úlohy se obracejí. Dnes se my můžeme učit ze způsobu a forem tréninkové práce běžců NDR. Zůstali jsme prostě stát a byli jsme předběhnuti. Nemělo by význam rozebírat tuto otázku. Zde více než hodně mluvit pomáhá více dělat, a hlavně rychle — jako dělají němečtí lyžaři. Podívejme se jenom na jeden příklad: přisuzujeme si světové prvenství v přípravě na běžecké dráze s umělou hmotou, o jejíž hodnotě pro letní trénink běžce není pochyb. Ale rok, vlastně již dva po tomto objevu bychom marně hledali takovou dráhu třeba ve dvou našich lyžařsky nejsilnějších krajích. A zatím celé velké kolektivy německých běžců běhají v tichosti již čtvrtý rok na igelitovém odpadu a na jehličí.

Důslednost a důkladnost, s jakou přijímají a provádějí němečtí běžci nové formy tréninku, činí jejich nemalé úspěchy plně zaslouženými. Běžcům NDR se podařilo v uplynulém

bodovacího systému PPOV a BPOV jako základu tréninkového systému, zveřejňovat a evidovat nejlepší výkony a na jejich podkladě stanovit i v doplňkových sportech náročné limity a vést závodníky soustavně k jejich plnění. Ve všech disciplínách zvýšit náročnost na letní a podzimní přípravu. A přivést všechny tyto závodníky na start závodů. Podívejme se jen na počet účastníků mistrovské padesátky, který se rok od roku zmenšuje. Svědčí to snad o pohodlnosti a malé připravenosti našich závodníků? Úkolem všech trenérů a ostatních lyžařských činovníků je tedy nyní ještě ve dvanácté hodině zabezpečit co neintenzivnější přípravu závodníků všech výkonnostních tříd na vrcholné soutěže II. celostátní spartakiády.

A chceme-li v lyžařství dokázat již v příštím roce alespoň v některých disciplínách na OH vzestup i špičkových výkonů našich reprezentantů, pak nelze šetřit potem jak závodníků, tak i trenérů. Trenéři olympijských družstev nesmějí slevit v nejnepříznivějším, musí rozpracované osobní tréninkové plány, jistě náročné, zajišťovat a kontrolovat a dávkování tréninku stupňovat. Kontrolu provádět pokud možno objektivními metodami, aby bylo možno zjišťovat stupeň skutečné připravenosti.

Docilení vrcholných výkonů našimi předními závodníky nesmí zůstat však jediným a hlavním úkolem. Je třeba znovu a znovu se vracet k masové základně a o mladé lidi, které získáváme pro náš sport, musíme soustavně a nejlépe pečovat. Chránit je před nedobrymi příklady primadónství a neodpovědného přístupu k práci, ke sportu i k životu. A zde spočívá nemalá odpovědnost na našem sboru trenérů, jak budou správně chápat svoje úkoly a svoje dobrovolné povinnosti, jak dalece si uvědomí svoji plnou odpovědnost za rozvoj našeho závodního lyžařství. Musí do celého svého jednání promítat vědomí, že jsou nejodpovědnějšími činovníky, že tedy nemohou závodníky hýčkat a »ochraňovat« před ostatními činovníky, ale naopak odpovědně vychovávat. A proto je třeba na všech stupních rozšířit školení dobrovolných trenérů a uskutečňovat doškolovací semináře trenérů všech tříd, snažit se o úměrné zastoupení počtu trenérů všech disciplín a o stálý vzestup jejich odborné úrovně.

Zde spočívá nemalá odpovědnost především na našich

trenérech za další rozvoj a pokrok závodního lyžařství. Jaké budeme mít trenéry a jak budou pracovat, na tom plně závisí naše úspěchy či neúspěchy v mezinárodním měřítku. Jistě chceme všichni docílit pronikavějších úspěchů, než tomu bylo v poslední době. Bez tvrdé práce to ovšem nepůjde. Je nutno se oprostit od malichernosti a drobných úkolů, které je nutno přenechat příslušným komisím a orgánům, nerozptylovat a nerozměňovat svoje pracovní úsilí, oprostit se od osobních zájmů a prospěchů; nehledat příčiny neúspěchů všude jinde jen ne u sebe samých, ve své vlastní nedostatečné práci. Reprezentanti nesmějí vidět dosažení cíle v zařazení do státního družstva a v účasti na některém zahraničním zájezdu, v tom musí vidět teprve počátek ještě houževnatější, svědomitější a usilovnější práce a přípravy.

Cílevědomá cesta našeho lyžařství vede ovšem přes křížovatky nejrůznějších problémů a obtíží. Daří-li se nám zajišťování masové základny, musíme tím větší péči věnovat potřebným kádrům cvičitelským a zejména trenérským. Pokud nezvyšují trenéři svoji odbornost neustálým doškolováním, nestačí již za chvíli svými vědomostmi a znalostmi světovému růstu.

Dalšímu růstu výkonnosti by plně prospěl rozvoj výcvikových lyžařských základen a zkvalitnění jejich práce. Tyto základny slouží rozvoji lyžařství i tím, že plně využívají činnosti trenérů z povolání, dobrovolní trenéři v nich mohou čerpat potřebné zkušenosti, v nich se urychlí další vývoj nejtalentovanějších světců. Základny pomohou také zajišťovat jednotnost výcvikových metod a metodického postupu výcviku, jehož je v našem sportu také nejvyšší zapotřebí.

Platí-li ve sportu heslo, že odznaky vítězů nepadnou samy do klína, platí to především v lyžařství. Lyžařství je tvrdý chlapecký sport, náročný na fyzickou zdatnost i morální vyspělost. Vítězit mohou jen ti, kteří mu dají celé své srdce. To platí jak o závodnících, tak i o trenérech. Jen zanicení bojovníci mohou přivést lyžařství tam, kde je chceme všichni vidět — do předních řad i ve světovém měřítku. A vzorná trenérská práce musí upravit tuto sice tvrdou, ale schůdnou cestu tak, aby vedla naše závodní lyžařství opravdu vzhůru. MILOŠ DUFFEK

sezóně několikrát zvítězit nad velmi dobrými severskými závodníky (Lehtonen, Kistinen) v domácích závodech i v silné konkurenci hlavních mezinárodních závodů sezóny, kde se jim podařilo snížit v běhu na 15 km časový odstup od vítěze za jeden rok téměř o jednu minutu.

Průměrný odstup od vítěze z těchto tří závodů 2:28 min. i jedenácté místo W. Haase s desetiminutovým odstupem od vítěze na Holmenkollen (v ro-

ce 1958 na MS v Lahti 24 min. za vítězem!) dávají běžcům NDR reálné vyhlídky na velmi dobré umístění na OH v roce 1960.

Ještě úspěšnější byly německé běžkyně. Vedle krásného vítězství nad nejlepšími Švédkami v Nassau dosáhly jejich čtyři výkonnostně vyrovnané reprezentantky skvělých výsledků i v dalších mezinárodních závodech.

Lauermannovou. V letošním roce na závodech v Nassau zůstala naše nejlepší závodnice za zcela regulérních podmínek 4:09 min za vítěznou závodnicí, Němkou Kallusovou.

Během tří let se běžkyně NDR přiblížily k časům světové úrovně téměř o dvě a půl minuty a o pět a půl minuty se zlepšily proti našim závodnicím. Tyto časové rozdíly mluví již samy za sebe.

Pro nás z této neuvěřitelně rychlé cesty německých běžců k výkonům světové třídy vyplývá důležitý závěr. Často se u nás ozývaly a ozývají hlasy, že není možné, abychom se v našich podmínkách dostali nad »středoevropskou« úroveň a pronikli úspěšně mezi nejlepší Severňany a sovětské závodníky. Příklad německých běžců, zvláště běžkyň, je nejlepší odpovědí. A jestliže se němečtí lyžaři dostali k dnešním svým výkonům z tak nízké úrovně své disciplíny, pak my jsme měli daleko větší předpoklady za stejnou dobu dosáhnout ještě vyšších výkonů. My jsme však zůstali téměř stát a ztratili jsme tak několik cenových roků. To nám ukázali naši záci a ukazují nám i další cestu. Nám a hlavně naší mladé běžecké generaci.

Mistr sportu ILJA MATOUŠ

Grindelwald	Lahti	Holmenkollen
1. Rantanenová (F) 47:05	1. Rantanenová (F) 32:41	1. Smirnovová (SSSR) 48:29
3. Borgesová (NDR) 48:26	8. Kallusová (NDR) 34:04	4. Kallusová (NDR) 50:17
6. Göhlerová (NDR) 49:12	12. Borgesová (NDR) 35:01	5. Spiegelhauerová (NDR) 50:43
9. Spiegelhauerová (NDR) 49:25	13. Göhlerová (NDR) 35:02	9. Göhlerová (NDR) 51:32
10. Kallusová (NDR) 49:26	17. Spiegelhauerová (NDR) 35:57	10. Borgesová (NDR) 52:11

Průměrný odstup nejlepší německé běžkyně od vítězky z těchto tří závodů je 1:30 min. Čas, který již znamená světovou třídu a na OH ve Squaw Valley s největší pravděpodobností umístění mezi prvními deseti. Přitom mají Němky i naději na získání olympijské medaile v běhu rozestavném na 3krát 5 km.

A tu se nám nabízí srovnání výkonnosti německých běžkyň za poslední tři léta, abychom si dokonale uvědomili jejich úžasné rychlé výkonnostní vzestup, zvláště proti našim závodnicím. V roce 1956 na OH v Cortině byla nejlepší Němka v běhu na 10 km 4:11 min. za vítězkou a 1:18 min. za naší nejlepší závodnicí E.



PŘEDSEDNICTVO FIS (odleva doprava): U. Cazaux (Francie), R. Hohental (Finsko), O. Lorenz (Rakousko) E. Bergsland (Norsko), E. Kjellström (Švédsko) — místopředseda, M. Hodler (Švýcarsko) — předseda, A. Kaecik (Švýcarsko) — generální tajemník, V. Andrejev (SSSR) — místopředseda, tlumočnice, R. Readhead (Anglie), K. Zalusik (Polsko), D. Dougan (Jugoslávie).

ZE ZÁPISNÍKU XXII. KONGRESU FIS

V pátém čísle »Lyžařství« byli čtenáři stručně informováni o přípravách na XXII. kongres FIS. V dnešním čísle přinášíme první zprávy o tomto kongresu.

Československo zastupovala od 7. do 13. června ve Stockholmu delegace, složená z M. Bělonožníka (skokanská komise FIS), J. Mráze (vydavatelská komise FIS) a V. Pácla (běžecká komise FIS).



Kongresy FIS mají již svou bohatou tradici, o čemž svědčí i ta skutečnost, že jich bylo uspořádáno již dvacet dva. Československo zaujímal a zaujímá v této tradici čestné místo. Patříme k zakladatelům FIS a naši zástupci byli vždy aktivními a iniciativními pracovníky. Také tentokrát jsme nezůstali této tradici nic dlužni a přednesli jsme řadu konkrétních návrhů na zlepšení práce. Je radostné, že zkušenosti z naší vnitřní práce a řada návrhů a námětů našich pracovníků, trenérů a rozhodčích mohla být úspěšně použita na mezinárodním poli. Zde patří dík všem, kteří se podíleli jak na přípravě materiálů, tak i na překladech delegace. Zde je třeba zvláště poděkovat MNV a MV ČSTV Vysoké Tatry za věnování velmi pěkných propagačních alb fotografií pro tento kongres.

Kongresu se zúčastnily celkem 24 státy a jednání probíhala v přátelském ovzduší. Předložili jsme nejen v komisích, ale přímo na kongresu řadu návrhů, které byly většinou přijaty. Například ze sedmi našich návrhů předložených kongresu bylo pět přijato, jeden vzat na vědomí a jeden zamítnut. V běžecké komisi z 18 pracovních bodů bylo sedm návrhů z Československa, z toho čtyři byly přijaty a tři vzaty na vědomí.

Jednání na kongresu je možné rozdělit do pěti skupin problémů.

- I. Všeobecné záležitosti.
- II. Technické otázky a jednání v komisích.
- III. Prověra přípravy ZOH 1960 v USA.
- IV. Určování technických expertů a členů jury, volby do předsednictva a technických komisí FIS.
- V. Kalendářní kongres.

K bodu I.

Všeobecné záležitosti tak, jak byly na kongresu projednávány:

— Byl schválen protokol XXI. kongresu FIS s dodatkem, že je třeba napříště používat oficiální názvy obou německých států NDR a NSR, nikoliv východní a západní Německo.

— Byly schváleny zprávy z mistrovství světa v Rakousku a Finsku. Předseda FIS M. Hodler poděkoval za vzorné uspořádání a konstatoval, že to byla dosud nejlépe zorganizovaná mistrovství světa.

— Byl kritizován postoj amerických úřadů ve věci neudělení víz lyžařům NDR do USA na předolympijské závody. Delegace SSSR navrhla, aby FIS v případě, že by se podobný případ opakoval u kteréhokoliv státu, odvolala svou účast na lyžařských závodech při ZOH.

— Československo navrhlo, aby statut FIS § 2, bod 2 »získat a udržovat přátelské styky mezi členskými svazy« byl doplněn o větu »a tím posilovat mír mezi národy«. Tento návrh byl 35 hlasy proti 28 zamítnut. K rozboru této skutečnosti se vrátíme ve zvláštním komentáři.

— Po šesti letech intenzivního jednání byl schválen čs. návrh na zařazení běhu na 5 km žen do programu mistrovství světa a ZOH.

— Byl schválen náš návrh na pořízení certifikátu na každém mezinárodním můstku s hlavními údaji o můstku.

— Čs. návrh na zařazení do FIS mezinárodní komise pro vyučování jízdy na lyžích byl pozměněn. Bylo doporučeno navázat větší spolupráci s touto komisí. Polský delegát S. Ziobryński (místopředseda této komise) byl pověřen funkcí spojky mezi touto organizací a FIS.

— Při hodnocení Bulletinu FIS byla konstatována obtávavá a iniciativní práce J. Mráze.

— Soudruh V. Andrejev (SSSR) podal návrh na demokratický mezinárodní olympijský výbor. Návrh byl přijat a předseda FIS pověřen, aby ve spolupráci s ostatními sportovními federacemi projednal tyto návrhy s MOV.

— V materiálu běžecké komise FIS, který byl předložen na kongresu, byla konstatována dobrá práce Československa pro rozvoj běhu na lyžích. Také členka ženské komise FIS I. Löwdinová ve své zprávě o mezinárodních závodech v Harrachově v roce 1958 konstatovala dobrý stav rozvoje lyžování a lyžařských zařízení v ČSR.

Po několikaletém jednání, kdy jsme také my podávali návrhy, bylo schváleno nové hodnocení závodu sdruženého. Nový systém překonává dosavadní nadhodnocení skoku. Nyní záleží na tabulkové komisi FIS, aby rychle vydala nové tabulky, aby se již v této zimě mohl závod sdružený hodnotit podle nového systému.

K bodům II. a III.

Rozbor technických otázek a zprávy o prověře příprav ZOH bude proveden ve zprávách o zasedání jednotlivých technických komisí. Je třeba připomenout, že velmi vážné diskuse byly o sjezdových závodech. Smrtelné úrazy, kterých bylo v poslední době několik, urychlily projednání závažných nedostatků. Zdraví závodníků musí být před zájmy po senzačnosti a atraktivnosti, jak se to často stávalo v alpských zemích.

K bodu IV.

— Příští kongres se bude konat v roce 1961 v Madridu.

— Mistrovství světa v roce 1962 v klasických disciplínách bude v Polsku v Zakopaném a ve sjezdových disciplínách ve Francii v Chamonix.

— Dobrá práce čs. pracovníků v komisi FIS byla oceněna jmenováním technických expertů pro mezinárodní závody. V. Pácl byl jmenován technickým expertem pro »Coupe Kurikkala« v roce 1960 a členem jury pro ZOH. M. Bělonožník byl jmenován rozhodčím pro závod sdružený na ZOH a technickým expertem pro ZOH 1964.

— Pro příští období zůstává předsednictvo FIS ve stejném složení jako dosud s výjimkou člena předsednictva z USA, kde byl zvolen nový člen pan Ruschp. Do skokanské komise FIS byl opět zvolen M. Bělonožník, do redakční komise a jako náhradník sjezdové komise J. Mráz, do běžecké komise V. Pácl. Předsedou běžecké komise zůstává nadále S. Bergman (Švédsko), předsedou sjezdové komise F. Wolfgang (Rakousko), předsedou skokanské komise se znovu stal S. Rund (Norsko), předsedou ženské komise E. Roth (Švýcarsko), předsedou tabulkové komise H. Hartwagner (Rakousko).

K bodu V.

Po skončení XXII. kongresu FIS se konal kalendářní kongres. V úvodu byla zdůrazněna nutnost omezení závodů ve všední dny a snížení počtu mezinárodních týdnů skoků na lyžích. Kalendář na zimu 1959—1960 je ve velké komplikovanosti a dochází k překrývání některých důležitých závodů především proto, že prakticky celý únor zabírají ZOH.

V. PÁCL

O účelné technice odrazu PŘI SKOKU NA LYŽÍCH

V posledních letech se začíná u nás skok na lyžích trochu rozvíjet. Především v horských oblastech mezi mládeží nalézá stále větší a větší oblibu. Zatím jen skromné úspěchy našich předních skokanů z omlazeného národního družstva působí příznivě na zájem dalších mladých chlapců o tuto pěknou lyžařskou disciplínu. I mezi těmi nejmenšími na sněhových můstcích, můžeme se shledat s Blínem, Remzou, Vašutem, Martinákem, Motejkem a dalšími jmény předních skokanů, která si mnozí s oblibou při skákání propůjčí.

Zájem o skoky na lyžích má přímý vliv i na závod sružený, neboť dobrý sružený musí být i dobrým skokanem.

Pochytil tento zájem a usměrnit jej bude mít jistě vliv na další rozvoj obou disciplín. Přesto v mnoha krajích s dobrými podmínkami i se zájmem mladých je zatím skokanská disciplína zanedbávána. Mnozí skokani dosahují kolem dvaceti let svého vrcholu, a proto je důležité, aby se již při výcviku dětí a dorostu postupovalo správně metodicky s použitím nejúčinnější techniky.

Víme, jak těžko se odstraňují chybné návyky, a proto musíme mladým od samého začátku vštěpovat správné zásady skokanské techniky, které jsou vědecky zdůvodněné. Obširné vědecké práce z tohoto oboru jsou i nám známé [Straumann — Švýcarsko, Nagormij — SSSR, Hochmuth — NDR] a naše poslední skokanská literatura není nikde s nimi v rozporu. Vzhledem k tomu, že v průběhu letošní zimy se v našich časopisech a při některých diskusích objevily názory, které nejsou v souladu s vědeckým zdůvodněním některých pohybů, především při odrazu, který je nejdůležitější částí celého skoku na lyžích, považují za nutné uvést včas všechny podobné názory na správnou cestu. Mám za to, že bude nevhodnější, uvedu-li aspoň část přednášky dr. Hochmutha z NDR, kterou přednesl na letošním kongresu pro vyučování jízdy na lyžích v Zakopaném, v níž se zabývá technikou odrazu.

ZNAKY NEJÚČINNĚJŠÍ TECHNIKY ODRAZU

Ke konstantní nájezdové rychlosti V_{01} přidává skokan na odrazení svým odrazem tak zvanou odrazovou rychlost V_{02} . Faktor odrazové rychlosti při tom působí kolmo k nájezdové rychlosti. Oba rychlostní faktory dají pak výslednou rychlost V_0 , kterou označujeme též jako počáteční rychlost letu. Kromě nepatrného zvýšení rychlosti přináší toto sčítání faktorů podstatně zlepšení úhlu vzletu, který má vliv na délku skoku.

Jako první požadavek pro správnou techniku odrazu může být z tohoto odvozeno, že na hraně odrazení má být dosaženo maximální rychlosti kolmo k odrazení (to znamená silný a přesný odraz).

Abý skokan mohl zaujmout během letu velký předklon, kterým stále sleduje klesající křivku letu, musí již na odrazení dát podnět k natáčení. Tedy druhý požadavek pro správnou techniku odrazu je: Dosáhnout patřičný impuls k natáčení na odrazení. [Natáčení ve směru letu.]

Z těchto obou požadavků na správnou techniku odrazu vysvítají tyto teoretické závěry:

a) Při úplném využití zrychlení těžiště těla a při stálé práci a maximálním využití síly svalů během celého napřimování těla, je dosaženo maximální rychlosti odrazu V_{02} a tím i velmi dobrý úhel vzletu.

b) Jelikož výslednice svalové síly leží za těžištěm těla, dostává se příznivé natáčení [otáčení trupu i celého skokana včetně lyží ve směru letu].

V této souvislosti jsme přezkoušeli, říká dr. Hochmuth, jak dalece může skokan splnit tyto teoretické závěry při provádění odrazu [především první teoretický závěr]. Při tom se jednalo v zásadě o zodpovězení těchto 3 otázek:

1. otázka: Je účelný tzv. pohyb před vlastním odrazem nebo ne a jak ovlivňuje odstředivě zrychlení v přechodovém oblouku?

2. otázka: Jaké výchozí postavení je účelnější, nízké nebo středně vysoké?

3. otázka: Který pohyb pažemi při odrazu je užitečnější? Směrem dopředu nahoru (ve směru jízdy) nebo směrem dozadu nahoru (proti směru jízdy)?

Abychom tyto otázky mohli zevrubně a především s vědeckým zdůvodněním zodpovědět, provedli jsme biomechanické analýsy pohybů dobrých skokanů a další zkoušky. Výsledek všech těchto šetření je následující:

Odpověď na 1. otázku

Pohupem se zrychlený odraz zvětší, neboť již na začátku jsou získány kladné hodnoty. Tento pohyb však nesmí být příliš veliký. Nadzvednutí z nejnižšího postoje před vlastním odrazem (při pohupu) a zvednutí těžiště při vlastním odrazu má být v poměru asi 15:100. Nadzvednutím těžiště nastane po krátkou dobu celkem nepatrné brzdění [zvětšením čelního odporu], které však nemá podstatný vliv na délku skoku. Pohup má být proveden v místě, kde oblouk R1 přechází do odrazové přímky, aby motorika vlastního zrychlovaného odrazu nebyla rušena.

Odpověď na 2. otázku

Výhodnější je nízké výchozí postavení při odrazu. Při co nejnižším postavení na začátku zrychlovaného odrazu jsou sice ztížené podmínky, neboť musí být vynaložena velká svalová síla. (Nepříznivý paralelogram sil a nebezpečí namožení svalů). Nepříznivý výsledek by mohl nastat u málo trénovaných skokanů, kdyby síla svalů nestačila zrychlovanému napřimování, takže by při dokončování odrazu byla menší rychlost nežli na jeho začátku. Odraz musí být prováděn tak, aby při dokončování zrychlovaného odrazu dojížděl skokan nohama právě na hranu odrazení, neboť pak (V_{02}) odrazová rychlost a tím i úhel vzletu dosáhnou svého maxima. Napřimění je v tomto okamžiku již téměř úplně dokončeno až na nepatrné ohnutí v kolenu, které je dokončeno až ve vzduchu.

Odpověď na 3. otázku

Jako nejúčinnější pohyb paží při odrazu se jeví pohyb napřimovaných paží ve směru pohybu dopředu-nahoru s jediným protočením až do nejpříznivější polohy

paží za letu [vzadu těsně u těla]. Tímto způsobem se nejlépe využije největšího zrychlení při pohybu těžiště paží. Rychlost pohybu paží v poloze I (kolmo k odrazení) má být již dostatečná rychlost. Maximální rychlost má být však dosažena až v poloze II (předpažení). Normálně je právě v této poloze dosaženo největší rychlosti následkem krouživého pohybu. Předčasným brzděním pohybu nebo pozdním zrychlováním pohybu, může být místo dosažení maximální rychlosti poněkud posunuto. Oboje je však neúčelné a neracionální. Pohyb paží posiluje výsledný zrychlený odraz nejvíce v tom případě, když pohyb paží je časově sladěn s celkovým napřimováním. To znamená, že na hraně odrazení jsou paže v předpažení a v tomto okamžiku mají maximální rychlost.

Z výsledku biomechanické analýzy odrazu se dají získané poznatky o neúčinnější technice odrazu shrnout asi takto:

1. Nepatrný pohyb s plynulým přechodem k napřimování při odrazu.
2. Co nejnižší postavení na začátku zrychlovaného odrazu [v rozsahu přímé části odrazení »T«, při čemž se pátý poněkud odlehčí, hýždě nepatrně nadzvednou a trup předkloní].
3. Napřimění při vlastním odrazu se provede na co nejkratším úseku. [Maximální sílu nezapojuvat ihned na začátku zrychlovaného odrazu, aby postupně přidávání síly bylo plně využito pro zrychlování pohybu a aby nenastalo předčasné dokončení odrazu.]
4. Během napřimování trup hodně předklonit.
5. Pohyb paží dopředu nahoru jediným celým kruhem, při čemž paže vst souběžně a napřiměně ve směru jízdy.
6. Nohama dosáhnout hranu odrazení v okamžiku dokončení zrychleného odrazu, tj. při téměř úplném napřimění celého těla [jedině ještě mírné ohnutí v kolenu] a paže v předpažení. Nohy svírají se sklonem odrazení úhel 90° a trup 60°.
7. Co nejkratší úsek zaujetí nejpříznivějšího úhlu ke směru letu [jako měřítko pro dostatečný impuls k natáčení daný odrazem].

Pro trenéra skoku vzniká však celkem velmi těžká situace, aby pouhým okem, při poměrně velké rychlosti postřehl všechny znaky nejúčinnější techniky odrazu. Je proto nutno doporučit, aby trenér skoku používal filmové kamery. Při tom však nesmí jenom filmovat, ale musí také pomocí filmu měřit. Musí například z filmu umět zjistit délku dráhy z nejnižší skrčené polohy až k hraně odrazení a jednotlivé polohy porovnat se znaky nejúčinnější techniky odrazu. Trenér může sledovat také hloubku stopy na odrazení a z toho usuzovat na sílu a přesnost odrazu. Před každým skokem samozřejmě musí odrazení uhrabat.

Při systematickém používání filmové kamery a jiných vhodných měřicích pomůcek podaří se trenérovi skoku svou cítěvdomou, metodickou prací odstranit chyby v pohybových pochodech. Vyzkouší určité metodické cesty a pomocí nashromážděného materiálu doloží a znázorní získané zkušenosti. Tím přispěje k základům vědeckého zdůvodnění skokanského tréninku.

MIL. BĚLONOŽNÍK,
předseda skokanské komise ÚTR

DO DISKUSIE

I když diskuse o lyžařském výcviku již byla vlastně uzavřena v minulém čísle velmi přílehlavými závěry doc. dr. Jiřího Jelínka, domnívám se, že přesto je třeba se ještě k ní vrátit. Jednak bych rád, jakožto poslední diskutující spoluautor učební osnovy, vyjádřil svůj názor a jednak považují za nezbytné neponechat bez povšimnutí a vysvětlení některé závažné skutečnosti, ke kterým nebyly učiněny závěry anebo nebylo na ně odpovězeno.

Ze diskuse o nové osnově by měla jejímu zavedení předcházet, je zcela správné a také s tím jistě každý souhlasí. Paradoxní na této situaci je ovšem to, že když byla v 8. čísle Lyžařství v srpnu 1957 publikována výzva k připomínkám, zůstala prakticky bez povšimnutí a bez ohlasu.

Našemu lyžařství však bude jen na prospěch, jestliže bude ke všem zásadním otázkám diskutováno co nejhojněji. Je však třeba, aby diskuse neprobíhala živelně a neorganizovaně, aby bylo diskutujícími dodržováno téma a názory současně konfrontovány.

Protože zásadních problémů bylo v diskusích více, bude třeba, aby se o nich hovořilo. Ne však v nějaké nekonečné diskusní polemice, ale při konkrétních návrzích na úpravy osnovy i vypracování nových textů. Bude také třeba se vyjádřit k těm změnám, které již byly v diskusi navrženy. K celé diskusi bych rád řekl, že nejlépe se mi líbily příspěvky J. Kamperleho a Mlý Jirsy. Na prvním mě jenom mrzí, že si myslí, že naše osnova je rakouská a že není cvičitelem nebo trenérem. Škoda. Jinak bylo dobré, že k diskusi došlo, a bylo by jen třeba, aby nezůstalo jen u diskusních příspěvků, ale aby byly podány konkrétní návrhy na nové uspořádání osnovy a přepracování textů.

Pro budoucí práci je však třeba, abychom si ujasnili, jak to vlastně je s naší osnovou. »Československá«, či nikoliv?

J. Koudelka vytýká osnově složitost, nepřehlednost a je názoru, že její základ a struktura jsou rakouské. Základní výcvik považuje za opaný (přeložený) a dotýká se úvodu textů k osnově, kde spatřuje rozpor v tom, že texty »Techniky lyžování« hovoří o tom, že rakouský plán výuky tak, jak je zaměřen k podmínkám rakouským, není pro nás použitelný. Navrhuje proto slovo »čs.« vypustit.

Také O. Maška a J. Matek nespátují v učební osnově nic specificky československého, ani nic z čs. lyžařské tradice. Podle nich jde o vhodné doplnění »Schlehrplanu« výcvikem běžecským a o jeho překlad do češtiny.

Kdyby šlo pouze o vhodnost či nevhodnost samotného názvu, nebylo by nutné se tím zabývat. Nakonec se stejně vžil zkrácený název učební osnova. Avšak zde běží o její vlastní podstatu, a proto s ohledem na budoucnost je třeba tuto otázku vyjasnit. Podobná diskuse probíhala totiž i mezi účastníky semináře na Fučkově chatě na jaře 1957 v UMK, prostě mezi všemi, kdož nějak novou osnovu připravovali, neboť tenkrát každý měl na mysl vlastní představu, a proto se pochopitelně názory různily, i když došlo k jednotnému závěru. Jako tehdy, hájím i dnes stanovisko, že nejde o kopii Schlehrplanu, ať již toto slovo bude nadále v názvu osnovy ponecháno, či nikoliv. Pojetí rakouské učební osnovy nepřináší nic nového ani zvláštního. Nová technika je zpracována jako obsah, tj. text k osnově a vylepšení některých metodických postupů či nové jejich uspořádání. Naše osnova svým pojetím by byla nová, i kdyby bylo v ní použito staré techniky, na které spočívala stará metodická řada.

Především je naprosto nutné neplést pojmy. Osnova a texty jsou zásadně dvě od sebe zcela rozdílné věci. A to většina diskutujících nerozeznává, oba pojmy zaměňuje a dá se někdy těžko poznat, zda mají na mysl osnovu či učební texty.

Osnovu musíme rozumět plán o rozvržení lyžařského výcviku, a je proto pro nás a pro naše lyžování daleko důležitější než samy texty k ní publikované. Je první komplexní osnovou tohoto druhu a jejím úkolem bylo stanovit základnu k vybudování československé školy lyžování. Je určena pro naše podmínky v ČSR chápané v jednotném pojetí, pro které byla přijata a platí. Výtka adresovaná O. Maškem a J. Matkem slovenské sekci, že se tato řídí přímo rakouským plánem, je neopodstatněná a nesprávná. Slovenská UMK postupovala v naprosté shodě a dohodě s ústřední UMK při zavádění nové osnovy.

Zaměření a cíle nové učební osnovy jsou zcela jiné, než jak tomu je u rakouského Schlehrplanu, který vycházel ze stavu techniky lyžování, jak se jevila v určitém stadiu vývoje, kdy byla podrobena rozboru, a určuje pouze metodické uspořádání učební látky. Je odrazem svého prostředí, a proto jeho těžiště spočívá z devadesát procent na technice sjíždění, i když je v ní běh zařazen. Rakouský učební plán ne-

určuje žádné širší cíle lyžařského sportu, ani jeho výhledové zaměření, nezabývá se ničím než metodikou a technikou bez ohledu na věk, výzbroj a jiné podobné činitele.

Vzhledem k odlišnému pojetí naší tělovýchovy nevycházeli jsme jenom ze současného stavu techniky a metodiky v daném stadiu vývoje u nás, ale i z toho, jakým je chceme také mít. Výchovné zaměření k masovému a všestrannému rozvoji lyžování v ČSR je jedním z podstatných cílů naší osnovy. A tehdy neexistovalo usnesení o podpoře klasických disciplín.

Současně nám naše osnova dává také rámec pro jednotný způsob výuky, ať již bude náplň textů v budoucnosti přepracována jakkoliv, a to s přihlédnutím ke všem našim specifickým podmínkám. Přihlíží k rozličnosti a různosti u nás vyráběné výzbroje, k hospodářským možnostem, růstu kulturní a životní úrovně, věkovým rozdílům, zájmovému zaměření, k nadání a schopnostem lyžaře i k odlišnosti jednotlivých disciplín a k požadavku raného zaměření tímto směrem. Proto byl vytvořen jednotný, všeobecný základ: základní výcvik mající dvě části — prvou, všeobecnou, a druhou diferencovanou.

Naše osnova je určena pro výcvik techniky n e z á v o d n í.

Proto sleduje určité usměrňování vývoje lyžařského sportu v masovém lyžování. Jak z hlediska výchovného, tak metodického. Souvislost vzájemného ovlivňování nezávadního a závodního lyžování v tomto smyslu v zahraničních publikacích nenalzáme. Vědomě začali přenášet zkušenosti ze závodní techniky do základního výcviku Francouzi. Živelný vývoj v alpských zemích přímo k tomu směřoval, že některý z vynikajících závodníků vypracoval teorii základního výcviku. Tak se také stalo, že v Rakousku byl prosazován jeden extrém, aby lyžařský základní výcvik byl zaměřen na závodní lyžování. U nás naopak např. kolem roku 1953 převládá názor — aspoň u těch, kteří u nás vývoj mohli usměrňovat — že nezávadní a závodní technika jsou od sebe naprosto odlišné (a že i práce trenéra a cvičitele tedy spolu nesouvisí).

Ještě dnes někteří hovoří o pletení závodních prvků do základního výcviku. Při tom všem je nutné si uvědomit, že vede-li vývoj ve dvou či více různých zemích k stejnému závěru, může spočívat na rozličných důvodech nemusí jít o žádné kopírování. Mnoho zásad se také čas od času uplatňuje v pozmeněné formě, ať již více či méně. Jestliže došli v cizině k závěru, že závodní výcvik má napojovat na základní, není to totéž, když jsme vycházeli ze souvislosti vzájemného ovlivňování. Poukazují např. na článek »Je zapotřebí měnit metodickou řadu základního výcviku« v č. 10, Lyžařství 1956, kde také byl již uplatněn požadavek, aby příští uspořádání bylo schopné včasné podchycovat podstatné změny ve vývoji a přiměřeně je přenášet do základního výcviku.

Vždyt vývoj vedoucí k vytvoření osnovy probíhal delší dobu před její publikací, a tak se i stalo, že bylo přihlédnuto i k nové technice sjíždění. A právě protože k této možnostem osnova přihlíží a bylo s nimi počítáno, pak ani v budoucnosti nebude potřeba nějakých zásadních změn či úprav, i když se nám podaří vypracovat případně nové, zdokonalené zdůvodnění a pohybovou komplexi.

S tím vším souvisí komplexní chápání a pojmání lyžování ve vztahu ke všem disciplínám a otázkám masového lyžování. Proto jsme přistoupili k diferenciaci.

Celým lyžařským světem dnes hybe snaha po oživení zájmu o lyžování v masovém měřítku. Někde pro to mají důvody komerční turistický ruch, i jiné, jinde důvody výchovné. Tam, kde neřešili tuto otázku osnovou výcviku, hledají univerzální lyži a dokazují, že se na ní dá dělat všechno. Ponecháme-li stranou otázku, zda univerzální lyže jest jako lék na všechno, krokem vpřed či vzad (oba názory se střetly na V. mez. kongresu), naše osnova vyřešila pro nás tuto otázku již v samotném výcviku rozdělením základního výcviku na dvě části, jak jsem se již o nich zmínil a diferenciací dalšího výcviku. Budeme-li mít univerzální lyži, můžeme jí stoprocentně využít. I dnes, kdy u nás ještě není vyráběna, dáva osnova, pokud jde o výcvik — v I. části základního výcviku, stejné předpoklady k dalšímu vývoji lyžaře, ať bude dále běhat, sjíždět či skákat. Tím jsme si také vyřešili otázku zda na I. stupni základního výcviku i na II. diferencovaném může jít vůbec o výcvik běhu — k čemuž co nevidět dospěj v NSR. Může jít jen o chůzi skluzem, protože jak správně argumentují severané, běhat se dá jen na speciální výzbroji. Proto jsme rozdělili základní výcvik a utvořili II. diferencovaný stupeň. Proto také i v tomto druhém stupni bylo použito slova běhání na rozdíl od běhu jako disciplíny, která může přicházet v úvahu jen na úrovni pokročilých.

Tato diferenciac s komplexním chápáním lyžování (běhání, sjíždění, skákání), jest něco jiného než specializace, protože to by znamenalo postavit tři metodické řady se závodním zaměřením, jinak od sebe izolované. Diferenciaci přihlíží jak hledisku výzbroje, tak i věku, nadání a zájmo-



vému zaměření. Jde o věc naprosto zásadní, která je řešením původní a již sama o sobě plně ospravedlňuje původnost a odlišnost od osnov jiných. Ze všech diskutujících jen jediný M. Jirsa tuto závodní rozlišnost konstatuje.



Všimněme si alespoň letmo ještě dalších rozdílů. V podstatě cílem rakouské osnovy jest »Wedeln«, cílem naší terénní jízdy, ve které krátký smyk jest pouze jedním z prostředků jak zdolat daný terén. Schlehrplan spočívá na výuce přivrátané techniky. Naše osnova řeší jak cestu nepřímou, tak přímou rovnocenně. První zpracování přímé cesty přinesli jak známo Francouzi a také jako první ocenili zásadní význam sesouvání pro další výcvik. Souvislost a napojení pluhových a přivrátaných oblouků stejně jako celá metodika přivrátané cesty jest známa řadu let. Důležitost napojovaných smyků zdůrazňovala zejména škola francouzská. Nesmíme ani zapomínat na to, že tyto metodické postupy byly u nás řadu let známy, většinou s malými změnami byly v dosavadní metodické řadě.

Všimněme si alespoň letmo ještě dalších rozdílů. V podstatě cílem rakouské osnovy jest »Wedeln«, cílem naší terénní jízdy, ve které krátký smyk jest pouze jedním z prostředků jak zdolat daný terén. Schlehrplan spočívá na výuce přivrátané techniky. Naše osnova řeší jak cestu nepřímou, tak přímou rovnocenně.

Diskutující pokud mluvili o kopii či překladu měli na mysli zřejmě skripta. »Technika lyžování«, kde jest v části sjíždění závislost na cizí předloze plně zřejmá. Jest však také odůvodněná. Dvě věci se nedají dělat najednou. Bylo nutné vyrovnat se s celosvětovým vývojem ve sjíždění — s nerotační technikou. Šlo o věci nové, které jako »móda« u většiny připoutaly pozornost, takže se ostatní přehlíželo. Časem však toto všechno odpadne a pak po odstupu doby bude vše zřetelnější. Nebylo také možné pracovat na metodice a technice, a proto bylo nutné na tomto stupni vývoje se spokojit s převzetím zkušeností a vypracováním techniky ze zahraničí. Osnova však položila základy k čs. škole lyžování. Pak byly ÚMK ovšem uloženy jiné, závažné úkoly organizační, a to přednostně — šlo o úsek nezávodního lyžování, takže práce metodické byly odsunuty do pozadí. Za tohoto stavu vyšly urychleně texty k osnově. Vybudovat čs. školu lyžování a vytvořit ji, to není tak jednoduchá věc, jak se někteří lidé domnívají, i když většina si myslí, že do metodiky může mluvit kdokoliv. Proto jest třeba skutků — podat návrhy na vlastní, náš československý výklad techniky a metodiky — lyžařství čeká!

Domnívám se, že porovnání rakouské a naší učební osnovy objasní celé, jak se alespoň domnívám nedorozumění o československé učební osnově. Závislost textů k této osnově na cizích předlohách pak zřejmě s trochou »rakouské módy« ovlivnila a zkreslila dojem zejména toho, kdo nešel dosti důsledně k podstatě věci, anebo došlo k záměně pojmů. Nemělo by však být v žádném případě těchto názorů zneužíváno k tomu, aby se autorům učební osnovy přikládaly záměry a úmysly, které nikdy — vyjma toho, jak co nejlépe prospět našemu lyžování — nesledovali.

A nyní porovnejme:

SCHLEHRPLAN: UČEBNÍ OSNOVA ČSR

Základní výcvik:

I. Základní výcvik

A. Učební cíl: Běh

Úkol: Pohyb v rovině a výstupy

1. Chůze skluzem
2. Běh
3. Výstup
4. Obraty

Chůze sunem, skluzem
Obraty přešlapováním přivrátatem
odvrátatem
kombinovaně

přednožením na rovině
ke svahu
od svahu

Výstupy přímo svahem chůzí

oboustranným
odvrátatem
stranou

šikmo svahem chůzí
stranou vpřed

B. Učební cíl:
Jízda po spádnici

Úkol: Sjezd přímo

1. Sjezd přímý
2. Skok

Sjezd přímo
Sjezd přímo přes mírné terénní
nerovnosti
přechod na prudší svah
přechod na mírnější svah
přejezd velké terénní vlny
přejezd malých terénních vln

C. Učební cíl:
Smyky ke svahu

1. Sjezd šikmý
2. Sesouvání
3. Smyk ke svahu

Úkol: Sjezd šikmo svahem a smyk ke svahu

Sjezd šikmo — (odšlapy)
Sesouvání
Smyky ke svahu

D. Učební cíl:
Jízda v obloucích

1. Pluh
2. Oblouk v pluhu
3. Přivrátaný oblouk

Úkol: Jízda v obloucích pomocí přivrátu

Pluh
Oblouk v pluhu
Přivrátaný oblouk

E. Učební cíl:
Přivrátané smyky

1. Přivrátaný smyk ke svahu
2. Přivrátaný smyk od svahu

Závěr porovnání: V základním výcviku I. stupně neučíme běhu, ale chůzi skluzem, která jest těžším výcviku začátečnicků. Tam, kde se obě osnovy stýkají, jde o metodický postup starý řadu let. Sjezd přímý, šikmý, sesouvání, smyky ke svahu (viz např. Koudelka: Škola lyžování 1945. Souvislost sesouvání a napojovaných smyků. E. Allais — 1937.). Pluh, oblouk v pluhu, přípravný oblouk (stará rakouská škola, u nás: Koudelka — 1945, Hory — lyže 1947). Náš základní výcvik končí přivrátaným obloukem — počítá jen se základy rovnováhy a základní změnou směru jízdy — minimum, které zvládne každý, kdo vůbec jest schopen něco zvládnout. Poslední úkol jest fakultativní — v případě jdeme-li snožnou cestou. Náplň I. stupně odpovídá schopnostem začátečnicka, a našim možnostem — týden na horách (minimum).

Schlehrplan nemá druhý stupeň základního výcviku.

II. Základní diferencovaný výcvik

A. Běhání

Úkol: Opakování, rozšíření a zdokonalení zákl. výcviku na běžecké výzbroji

Chůze skluzem
Obraty
Výstupy
Sjezd přímo
Skoky
Smyk ke svahu

Úkol: Základy běhu

Běh dvoudobý střídavý
Běh dvoudobý s odpichem soupaž
Běh s odpichem soupaž jednodobý

Úkol: Změny směru jízdy

Oblouk v pluhu
Přivrátaný oblouk
Přivrátaný smyk
Odšlapování
Bruslení

B. Sjíždění

Úkol: Opakování, rozšíření a zdokonalení základního výcviku na sjezdové nebo turistické výzbroji

Úkol: 1—4.

Jako I. základní výcvik u sjezdu přímo s doplněním terénních skoků a předskoku.

Úkol: Přivrátaný smyk od svahu

Úkol: Základy terénní jízdy
Jízda obtížným terénem
Přeskoky a odskoky
Odšlapování a bruslení

Závěr: Odlišnost od Schlehrplanu je očividná: II. část základního výcviku tvoří dvě skupiny navzájem se prolínající. O diferenciaci bylo již hovořeno v textu, stejně tak o všestrannosti a ostatních činitelích. Teprve zvládnutí obou stupňů základního výcviku (A, B) dává předpoklad k všestrannému osvojení lyžařské techniky a umožňuje přistoupit k výcviku pro pokročilé.

Výcvik pro pokročilé:

III. Výcvik pokročilých:

A. Učební cíl: Další vypracování a vyplňování jemné formy

A. Běhy

1. Běhu
2. Sjezdu přímého a skoků
3. Sjezdu šikmého
4. Sesouvání
5. Smyků ke svahu

Úkol: Různé způsoby běhu

Běh střídavý dvoudobý
Běh s odpichem soupaž třídobý a čtyřdobý

Bruslení

Úkol: Změna směru jízdy smyky

Přivrátaný smyk
Snožný smyk

Úkol: Technika, taktika běhu.

Pokračování na str. 24.



Saně a boby



Vítězný italský bob s posádkou Monti-Alvera.

MISTROVSTVÍ SVĚTA dvousedadlových bobů

Mistrovství světa dvousedadlových bobů pro rok 1959 se konalo ve dnech 7.—8. února na dráze ve Sv. Mořici. Velkými favority byli opět Italové, kteří drží mistrovský titul nepřetržitě od roku 1954. V tom roce se objevili po prvé s novými boby značky Podar, jejichž výrobcem je Evaldo Dandrea v Cortine d'Ampezzo. Konstrukce Podar téměř úplně vytlačila kdysi slavné švýcarské Feierabendy. Dnes používají Podarů nejen Italové, ale i většina posádek zahraničních včetně Švýcarů. Boby značky Feierabend se letošního mistrovství světa ani neúčastnily.

Letošní mistrovství se jelo za účasti 17 posádek z 10 států (Itálie 2, USA 2, Rakousko 2, NSR 2, Anglie 2, Švýcarsko 2, Kanada 2, Španělsko 1, Švédsko 1 a Francie 1). Ze 17 bobů bylo 15 značky Podar, z toho, což je zajímavé, pouze dva s řízením volantem, jeden bob německé výroby Favro, na němž jela posádka francouzská, a vlastní výrobek řidiče amerického bobu, dr. Tylera. Trať, upravená pod vedením známého odborníka pro bobové dráhy Angelliniho, měla bezvadně hladký ledový povrch, jen poblíže startu a v cílové rovině bylo několik poněkud mokrých míst způsobených prudkým slunečním zářením. Čas byl měřen s přesností na jednu setinu vteřiny zařízením dodaným švýcarskou firmou Longine.

Již v tréninku byl čtyřikrát překonán dosavadní traťový rekord, jehož držitelem byl Švýcar Angst, časem 1:21,47 min. V závodě pak byl překonán ještě čtyřikrát.

V sobotu byly na programu dvě jízdy, v neděli rovněž dvě. Již v první sobotní jízdě došlo k velkému překvapení, když největší favorit závodu, několikanásobný mistr světa a olympijský vítěz z Cortiny, Monti, byl poražen svým krajanem Zardinim o 1,51 vteřiny. Start měl sice Zardini pomalejší než Monti, ale v zatáčce Sunny Corner již byly mezičasy: Zardini 32,60, Monti 32,74 vt. a v zatáčce Horse shoe: Zardini 51,13 vt., Monti 51,45 vt. Zardini dosáhl času 1:20,54 min., lepšího stávajícího traťového rekordu. Rovněž ve druhé jízdě byl Zardini rychlejší. Druhý den však Zardini ztratil nervy. Ve třetí jízdě měl havárii.

U Montiho tomu bylo právě naopak. Do nedělních jízd nastupoval s naprostou jistotou a velkým elánem, jemu vlastním. Ve vzorné spolupráci s brzdářem Alverou a po nejrychlejších startu celého mistrovství, dosáhl v první nedělní jízdě nejlepšího času 1:20,26 min., jímž vytvořil nový traťový rekord. Touto jízdou se již dostal před Zardinim a poslední jízda jen potvrdila jeho mistrovský titul.

Tvrděmu soubojí obou italských posádek sekundovala americká dvojice Tyler—Butler na staříčkém, mnohokrát spravovaném a svařovaném bobu, jenž si v Mořici vysloužil jméno »koupací vana«. Je opravdu podivuhodné, jak s takovým »přístrojem« mohli vůbec Američané zasáhnout do boje o přední místa. V první jízdě byli dokonce rychlejší než Monti a dosáhli také lepšího času, než byl stávající Angstův rekord. Teprve v neděli byli Američané Montim předstíženi. Velmi vyrovnaný střed, kde mezi jednotlivými boby rozhodovaly setiny vteřiny, vedl Rakušané Aste—Isser. Největší soubor svedli s bobem NSR I, řízeným 45letým Hans Roeschem, loňským řidičem mistrovské čtyřky. Roesch letos přešel z řízení volantem na řízení táhlové.

Švýcaři, držitelé mnoha dřívějších titulů, měli letos smůlu. Dvojice Zoller—Leu havarovala ve druhé jízdě a k nedělním závodům již nenastoupila. Řidič druhého švýcarského bobu Angst utrpěl při mistrovství Švýcarska bolestivé zranění kolena, čímž byl v mistrovství světa značně handicapován. Angst bývá při většině závodů velmi nervózní. Byl i ve Sv. Mořici a v jedné zatáčce mu dokonce táhlo řízení vypadlo z ruky. Jen s velkou námahou se mu podařilo je opět zachytit a zabránit vyjetí bobu z dráhy. Kanadané se zúčastnili letos světového mistrovství po prvé. Francouzi byli z celé soutěže daleko nejslabší. Jejich velká nejistota končila těžkou havárií ve třetí jízdě. Oba však vyvázli jen s menším zraněním.

1. Itálie I (Monti—Alvera)	5:23.86
2. Itálie II (Zardini—Alberti)	5:24.55
3. USA I (Tyler—Butler)	5:24.62
4. Rakousko I (Aste—Isser)	5:27.65
5. NSR I (Roesch—Baur)	5:28.49
6. USA II (Benham—Randolph)	5:28.98

7. Rakousko II (Thaler—Fischer), 8. Anglie II (Taylor—Dixon), 9. Španělsko (Sartorius—de Manno), 10. Švýcarsko I (Angst—Kottmann), 11. Anglie I (Schellenberg—Rainfort), 12. Švédsko (Ahs—Aronsson), 13. NSR II (Hecht—Kotterer), 14. Kanada II (Gordon—Davidson), 15. Kanada I (Victor a John Emery), Francie (Pradeau—Donnat) — havárie ve 3. jízdě. Švýcarsko II (Zoller—Leu) — havárie ve 2. jízdě.

MISTROVSTVÍ SVĚTA čtyřsedadlových bobů

Čtyřky byly na programu týden po dvojkách, v sobotu a v neděli 14. a 15. února, opět na výborně připravené dráze ve Sv. Mořici. Již v tréninku byl opět několikrát překonán stávající traťový rekord. Proti 7000 diváků při závodech dvojic přilákaly čtyřky 10 000 lidí. Bohužel, značná část přišla hlavně v očekávání těžkých havárií. Jen v úseku mezi bobistickým hotelem »Medvěd« a zatáčkou Celerina bylo namačkáno 4500 diváků. Mistrovství čtyřek však proběhlo bez nejmenší nehody.

Závodu se zúčastnilo 13 posádek z 8 států (USA 2, Itálie 2, NSR 2, Anglie 2, Švýcarsko 2, Rakousko, Kanada a Španělsko). Druhý bob Kanady havaroval při tréninku. Závodů byly ještě mnohem vyrovnanější než mistrovství dvojic. Např. v první

Z USNESENÍ STRANY A VLÁDY

»Tělesná výchova a sport má v naší lidově demokratické republice významné poslání; zocelovat zdraví pracujících měst i venkova pro budovatelské úsilí, zvyšovat jejich tělesnou a brannou zdatnost, poskytovat radost i osvěžení po práci.«

To vše naše sporty v plné míře skýtají všem bez rozdílu pohlaví a věku.

VYPOVÍDÁME BOJ DĚTSKÝM ÚRAZŮM

Dětská úrazovost se stává čím dále tím více větším problémem. Rozbory předkládané veřejnou bezpečností jsou otřesné. Jen při nehodách na silnici bylo loni usmrceno 147 dětí, těžce zraněno 662 a lehce 1090. Z toho na sáňkování připadá téměř 20 %, tj. pětina. V předminulém roce, 1957, zemřelo na úrazy a otravy dokonce 900 dětí. Děti do 15 let zavinily také mnoho nehod s často vážnými následky. Zde procentuální podíl nedovoleného sáňkování neznáme, ale není jistě malý.

Všechny tyto okolnosti přiměly ministerstvo zdravotnictví vytvořit zvláštní komisi pro boj s dětskými úrazy, která bude koordinovat činnost jednotlivých složek. Rovněž naše zdravotní komise ÚS BaS bude s ní spolupracovat. Naše připomínky a příspěvek k boji za snížení dětské úrazovosti při živelném a neorganizovaném sáňkování se týkají splnění těchto předpokladů:

1. Vyhrázovat a upravovat pro sáňkování sportovně hodnotnější a zajímavější prostory a sáňkařské dráhy, než je tomu dosud. To znamená upravit obtížnější než delší a rychlejší sjezd, s kratším výstupem bezpečně odděleným od sjezdu, hlavně pak je nutno vytvořit klopné zatačky, startovní vyvýšený mštek atp. Tak teprve dostaneme mládež tam, kam chceme, a nebude ji to lákat tam, kde jí hrozí nebezpečí. To vše si však může mládež upravit sama. Mnohdy stačí dát jí jen tuto myšlenku, při-

padně jen odborně pomoci. V rámci polytechnizace výuky na školách lze zainteresovat učitele NV, UV a rodiče. Připomínáme si to právě teď, poněvadž je vhodná doba začít se zemními úpravami a volbou vhodného terénu. I sebevětší a sebeobtížnější problémy jsou, když věc pečlivě zvážíte, nutné vyřešit jde-li o zdraví naší mládeže! Nestačí zde jen hubovat nebo zakazovat, ani výstražné tabule. Zde musíme pomoci!

2. Za druhé je nutno používat i při běžném sáňkování kvalitnějších, ovladatelnějších a stabilnějších sportovních saní. Je již na čase, aby se takovéto bezpečnější saně v počtu co největším objevily v obchodech.

3. Tyto uvedené dva body tvoří ve spojení se snazším ovládním saní pomocí nejnovější techniky řízení saní bez drhnutí podpadky o sněh tři hlavní předpoklady pro snížení úrazovosti při sáňkování.

Tyto zásady v daleko podrobnějším rozboru tlumočíme příslušné komisi ministerstva zdravotnictví. Znovu a znovu je však připomínáme všem našim členům. Mějte tyto zásady stále na paměti a informujte o nich i na všech kompetentních místech, kde mají co dělat s péčí a starostlivostí o zdraví, zábavu a hodnotné sportovní vyžití naší mládeže.

Každý náš člen musí být v čele současného boje za vyšší bezpečnost a sportovní hodnotu sáňkování. Ji

Nejbližší úkoly

- Předložit zásadní připomínky ke stanovám bobového a sáňkařského sportu.
- Sledovat přípravu reprezentantů v přechodném období.
- Sledovat letní úpravu bobových a sáňkařských drah — kolaudace.
- Organizačně připravit zahájení výcvikového roku 1959/60 a poslední etapy příprav na II. celostátní spartakiádu tak, aby již v září probíhala pravidelná činnost našich oddílů a tělovýchovných jednot.
- Připravit na září členské schůze oddílů, na nichž budou projednány výše vytyčené úkoly, jakož i závěry VIII. pléna ÚV ČSTV k otázkám sportů.
- Průběžně zajišťovat ve spolupráci s orgány NF účast členů na brigádnicím výpomoc při konečných zemědělských pracích a při výstavbě bytů.
- Pečlivě projednat přípravu na Měsíc československo-sovětského přátelství a oslav 42. výročí Velké říjnové revoluce.
- Provést kontrolu placení členských příspěvků za I. pololetí 1959 a zajistit vyrovnání případných nedostatků.
- Objednat ve Sportovních prodejnách speciální závodní saně »SÚLOV« (570 Kčs) a polozávodní sportovní saně »Sport« za 160 Kčs. Doporučit a pomoci při zajišťování těchto typů saní i školám, pionýrským domům rekreačním střediskům tělovýchovných jednot neb závodů a všem dosud nezainteresovaným sportovcům.
- V zájmu ještě většího rozvoje sportovního sáňkařství a pro získání co největšího počtu cvičenců do řad ČSTV upravit náborové a propagační nástěnky ve školách, TJ, výkladních skříních apod.
- Začněte již teď s vyplňováním nových jízdnic průkazů bobů.

OHŇOVÉ POSELSTVÍ 4. X. 1959

ponese do všech míst naší vlasti výzvu k zahájení konečných příprav na II. CS.

Jízda byl rozdíl mezi USA a Itálií pouze 2 setiny vteřiny!! (USA — 1:17,90, Itálie — 1:17,88.) To znamená, že při rychlosti 80 km/hod. byl italský bob v cíli pouze 32 cm (!!!) před americkým. Nejlepšího času dosáhl vítězný bob USA ve třetí jízdě — 1:17,42 min., což jest nový traťový rekord. Posádka bobu USA předvedla skvělou spolupráci. Měla také nejrychlejší starty díky brzdáři Butlerovi.

Ridič amerického bobu, 43letý fyzik dr. Tyler, předvedl skutečně mistrovské ovládní bobu. Velmi klidnou a jistou jízdou, bezvadným stylem projíždění zatáček si zajistil vítězství, ačkoli odborníci nedávali jeho starému bobu vlastní konstrukce příliš nadějí proti 12 nejmodernějším Podarům. Tylerův bob měl sanice 1,05 m dlouhé a docloval značných rychlostí na rovinách.

Američané získali naposled mistrovství světa čtyřek v roce 1953 v Ga-Pa s řidičem Johnsonem. Z desavádních 34 mistrovství zvítězili letos celkem po sedmé. Tylerovi se tak podařilo vzít Podarům nimbus jejich neporazitelnosti. Zardini musil o druhé místo těžce bojovat s německým bobem, řízeným Schellem. Německá mladá a velmi lehká posádka má před sebou pravděpodobně velmi slibnou budoucnost. Obhájece mistrovského titulu 45letý Roesch (NSR) měl defekt na jedné sanici svého bobu. Ani velmi odvážnou jízdou se mu nepodařilo umístit se na jednom z předních míst. Švýcaři byli i zde odsouzeni hrát druhé housle. Španělský bob, dřívější majetek automobilového závodníka de Portago, jenž se zabil v závodě Mille Miglia, nedovedl jeho bývalý spolujezdec Sartorius přivést lépe do cíle než na předposledním místě.

Velmi dobře zajeli tentokrát Angličané. Jejich bob, samozřejmě Podar, řízený Taylorem, měl aerodynamický kryt přední části z letadla de Havilland. Montl se musil spokojit se šestým místem.

1. USA I (Tyler, Sheffield, Vooris, Butler)	5:10,82
2. Itálie II (Zardini, Righini, Della Torre, Bonagura)	5:11,17
3. NSR II (Schelle, Geiger, Sterif, Goebel)	5:11,95
4. Anglie I (Taylor, Nash, Davidson, Dixon)	5:12,59
5. Švýcarsko II (Angst, Streuli, Kottmann, Diener)	5:12,70
6. Itálie II (Monti, Nordio, Siorpaes, Alvera)	5:13,35
7. NSR I (Roesch), 8. USA II (Benham), 9. Švýcarsko I (Zoller), 10. Rakousko (Franz), 11. Kanada (Gordon), 12. Španělsko (Sartorius), 13. Anglie (Suffolk).	

Skeleton

Tutéž neděli, jako mistrovství světa čtyřsedadlových bobů, se jel ve Sv. Mořici největší závod sezóny na skeletonu — Grand National Cresta Run, založený již v roce 1885. Zúčastnili se jej závodníci Anglie, Švýcarska, Itálie, Jugoslávie, Řecka a Turecka. Několikanásobný mistr světa Nino Bibbia havaroval a zlomil si dvě žebra. Přenechal tak vítězství svému největšímu soupeři Angličanu Mitchellovi.

1. Mitchell (Anglie), 2. Fischbacher (Švýcarsko), 3. Ecches (Anglie), 4. Shipton (Anglie), 5. Taskent (Turecko), 6. Vatimbella (Řecko),

MILOŠ SKOŘEPA

Z V. MEZINÁRODNÍHO KONGRESU výuky lyžování v Zakopaném

V úvodním článku o V. mezinárodním kongresu v minulém čísle našeho časopisu jsme slíbili, že budeme postupně uveřejňovat další zajímavosti a poznatky v podrobnějších státech.

Nejprve však musíme alespoň v krátkosti informovat naši veřejnost o vzniku kongresu a o stručné jejich historii. Toto téma bylo vlastně také obsahem prvé, úvodní přednášky Stan. Ziobrznýského o »Rekreačním lyžování a myšlenka mezinárodního kongresu pro výuku«.

Názory na příčiny vzniku myšlenky mezinárodního kongresu se budou jistě různit. Zdá se však nepochybným, že tato myšlenka, i když nejprve sledovaná několika průkopníky, je nutným vyústěním vývoje rozmachu lyžařského sportu, jehož neobyčejná a vzrůstající obliba ve všech zemích, kde jsou alespoň částečně podmínky pro jeho provozování, je zcela očividná. Je přirozené, že hospodářské podmínky, geografické a klimatické položení země, spolu s růstem životní a kulturní úrovně, vedle jiných činitelů, přímo ovlivňují rozšíření »bílého sportu« a je příznačné, že právě v zemích lidově demokratických států se stává masovým sportem. Tak například u nás, ačkoliv nemáme zcela ideální podmínky (zima trvá tak asi 4 měsíce, nehledě k tomu, že jen v některých oblastech), je lyžování nejmásovějším sportem. Když jsme pak srovnávali, i když zatím jen přibližně, Československo s ostatními státy, pak při porovnání počtu obyvatel k počtu lyžujících (rozumí se sportovně či rekreačně) a k počtu cvičitelů ve vzájemném poměru, pak zjistíme, že jsme jedním z předních lyžařských států. Pokud jde o cvičitele jsme úplně velmocí. Máme totiž 73 instruktorů, 1724 cvičitelů a 859 pomocných cvičitelů. My jsme ovšem zemí ryze amatérskou. Ve Francii, kde působí vlastně výhradně profesionálové, mají asi 900 proficvičitelů. Stejný počet má v proficvičitelích Rakousko, které je rovněž zemí, kde převážně vyučují profesionálové. Jenom město a kraj Praha mají téměř tolik cvičitelů co celé Polsko! (obojí amatéři!). Jsou to zajímavá porovnání a budeme se jimi ještě zabývat později, až získáme přesná a podrobná čísla ze všech zemí.

Skutečností zůstává, že současně s rozvojem lyžování se začaly rozvíjet i problémy metodické. Otázky výuky lyžování mají v mnoha zemích bohatou tradici a rostly společně s vyvíjející se výzbrojí a technikou, zejména závodní, která neustále novými a novými zkušenostmi ovlivňuje a obohacuje v základním pojetí pohyb i techniku nezávodní.

Ziobrznýšská říká, že není dnes snadné, i když jde o dobu poměrně nedávnou, zjistit přesně všechny pohyby, které vedly k vytvoření myšlenky těsné (mezinárodní) spolupráce ve formě kongresu. Domnívá se, že jednou z takových příčin byla okolnost, že problémy metodiky se rozrostly do

takové míry, že již nebyly »doma« zcela řešitelné. Iniciativu připisuje v tomto směru rakouským odborníkům v čele s dr. Viktorem Kollarem. Rakušané sami (viz Leibesübungen und Leiberziehung, N. 5) přikládají podnět k uspořádání prvního mezinárodního kongresu v Zürsu 1951 vedoucímu Alpské výzkumné stanice v Obergurgl dr. inž. W. Burgerovi.

Domnívám se, že myšlenka bližší spolupráce souvisí rovněž s vývojem »národních« škol, které cítily nutnost konfrontovat své zkušenosti s jinými zeměmi, neboť problematika lyžařského sportu, tak jako jiných, postupně narůstala. Vědecký přístup k tělovýchově vůbec přineslo pojetí tělesné výchovy ve státech socialistických, což ovlivnilo i vývoj v druhých zemích, takže ani tam nepodceňují dnes vědeckou práci v oblasti sportu, i když není pojímána na tak široké základně. Určitou úlohu pak jistě hrála snaha po »exportu« a využití úspěchů na poli závodním té které země, neboť ty státy, které pokládají výuku lyžování za profesi, mají značný zájem na udržení své »metodiky« a na podpoře turistického cizineckého ruchu.

Tím se ovšem dnes střetávají na kongresu zájmy zemí, kde lyžování je provozováno amatérsky, se zájmy států, u nichž v prvé řadě jsou zájmy profesionální výuky. Pro nás myšlenka výměny zkušeností a bližší spolupráce odpovídá naší snaze o zvýšení masové úrovně výkonnosti a vybudování základů československé školy lyžování. Prospíváme tak současně zrychlení vlastního vývoje, neboť izolace obvykle s sebou přináší jeho zpomalení.

První kongres tedy byl uskutečněn 1951 v Zürsu (Rakousko) a zúčastnilo se ho 45 cizozemských zástupců, delegovaných z 8 zemí, za spolupráce 70 rakouských odborníků. Jako pořádatel seznámili Rakušané ostatní země s domácí úrovní lyžařského sportu. Na tomto kongresu bylo dohodnuto pořádání dalších vždy po dvou letech.

Uspořádání druhého kongresu vzalo na sebe Švýcarsko. Za vedení Chr. Rubiho, dr. Adolfa Odermatta, Hugo Brandenbergera a za pomoci lyžařských organizací proběhl II. mezinárodní kongres ve Švýcarsku v Davosu v roce 1953, a to za účasti 147 delegátů. Zastoupena byla Amerika, NSR, Francie, Jugoslávie, Itálie, Norsko, Rakousko, Švédsko, Švýcarsko a Turecko. Na tomto kongresu již převládaly otázky technicko-metodické a také se účastníci zabývali výzbrojí, horskou záchrannou službou a lyžařskými úrazy. Zde zase Švýcarsko ukázalo úroveň svého lyžařství, avšak ukázalo se také zúčastnil již zástupci skandinávských zemí, které vzbudily velkou pozornost. Na tomto kongresu první došlo k porovnání mezi rotační technikou a novou nerotační, která byla nazvána »hra nohou«, a také k prvním ohnivým diskusím, neboť tato nová technika nebyla ještě ve větším, masovém měřítku vyzkoušena.

Třetí kongres se odehrával v roce 1955 ve Val d'Isere ve Francii a byl organizačně velmi dobře zajištěn francouzskými odborníky v čele s dr. Pierre Guillotem. Tentokrát využili domácího prostředí Francouzi, aby seznámili se svými učebními metodami a technikou jízdy. V čele předvádějících stáli experti závodní techniky, jako Emil Allais, James Couttet a Henri Oreiller, kteří tak měli dokumentovat sílu francouzského lyžařství. Přesto silný dojem zanechalo vystoupení rakouského družstva, které předvedlo úkazy jejich učebního postupu, do kterého zařadili také »krátké smyky«, což dalo podnět k četným diskusím a komentářům.

Nová technika, kterou předvedli, spočívala na analýze jízdy mezinárodních es, jako Stein Erickson, Spless, Pravda, Molterer a jiní, která byla pak přizpůsobena potřebám a požadavkům základního výcviku. Byla zpracována rakouskými odborníky v čele s prof. Stefanem Kruckenhauserem a, dá se říci, že do této doby evolučně přejímané poznatky byly konfrontovány s »revolučním« vývojem.

Na tomto kongresu bylo dohodnuto, že příští kongres, jehož uspořádání bylo svěřeno skandinávským zemím, se bude zabývat vytvořením mezinárodní pracovní komise pro výuku a statutem nové organizace kongresu. Již na této skutečnosti, že kongres bude na severu, bylo patrné, že dosavadní téměř výlučné zaměření na alpské pojetí lyžování ustupuje a že dochází k postupnému vyrovnávání s pojetím zemí severovýchodních, to je se zaměřením na pohyb v rovném terénu.

IV. mezinárodní kongres ve Storlien ve Švédsku 1957 se těšil účasti 130 delegátů z 15 národů, neboť tehdy již bylo první zastoupeno Československo a Polsko. Podrobnou zprávu o něm přineslo 4. číslo Lyžařství, roč. 1957 z podání delegáta ČSR prof. Jiřího Kopala. Vývoj od IV. do V. mezinárodního kongresu stojí zejména s přihlédnutím k našim podmínkám za zvláštní úvahou, takže se jím nebudu zabývat. Je jenom nutné pro úplnost opakovat, že na V. kongresu byl vypracován právní

Dlouholeté potíže s běžecským vázáním jsou každému, kdo je používá, jistě známé. Nejdříve nezdařený pokus o vlastní výrobu, později se nenašel výrobce. Když konečně byly zásluhou dobrovolného trenéra a známého závodníka soudruha Jenky získány pro výrobu Družstevní závody v Dražicích nad Jizerou, zdálo se již, že i nyní bude všechna snaha marná, poněvadž přes četné intervence i ze strany ÚV ČSTV nebylo možné získat potřebný speciální plech.

Na XI. konferenci trenérů v Klánovicích ve dnech 22.—24. 5. 1959 seznámili jsme přítomné se situací a vyzvali je, aby ve svém okolí pátrali po plechu.

A nyní pozor!

Hned v pondělí 25. 5. sdělila naše starosti soudružka Lelková předsedovi krajské lyžařské sekce v Hradci Králové soudruhu Hlouškovi, zaměstnanému v Závodech Vítězného února, odkud ve středu 27. 5. šla nabídka na 400 kg plechu, tj. na 4000 párů vázání, Družstevním závodům Dražice a za dva dny na to putoval již plech. Situace je zachráněna, vázání bude dostatek.

Soudružce Lelkové, především však soudruhovi Hlouškovi a jeho spolupracovníkům, patří dík za jejich svědomitost a snahu opravdu pomoci československému lyžařství.

statut kongresu, který také členské státy přijaly a schválily.

Pořadatelem V., prozatím posledního kongresu se pak stalo Polsko. Jestliže zhodnotíme zkušenosti s dosavadními pěti kongresy, vidíme, že mezi jednotlivými obdobími na poli vlastní mezinárodní spolupráce nebylo provedeno téměř nic. Pouze na samotných kongresech docházelo k cenným a plodným výměnám zkušeností. To ovšem nestačí, a bylo to oprávněně členskými státy kritizováno. Zejména poslední kongres byl po programové stránce do té míry přetížen, že mnohdy musely být přednášky zkracovány i do značné míry a také v důsledku toho nemohlo být věnováno dostatek času diskusím, čímž ztrácel celý kongres na praktické hodnotě. Také značná různorodost přednášek byla tomu na překážku, takže se jeví rozumným závěr, ke kterému V. kongres dospěl. Došlo k rozdělení na tři pracovní skupiny: 1. Organizace. 2. Metodika a technika. 3. Vědecká práce. Škoda, že toto uspořádání se neuplatnilo již letos a lze jen doufat, že při něm příště bude důsledně setrváno. Potěšitelným zjevem je značný vzrůst zájmu o masové lyžování, o sportovně turistické lyžování a vyrovnání zájmu o běh a sjezd. S tím souvisí i snaha i vypracování mezinárodní stupnice obtížnosti různých turistických tras a jejich značení, jakož i zavádění univerzální lyže k podpoře masového lyžování.

Vraťme se však k vlastní myšlence kongresu a k otázce, k čemu jsou nám vlastně dobré a zda máme zájem na jejich účasti. Odpověď nemůže znít jinak než kladně. »Technické novinky« nás nezbytně musí zajímat, i když musíme ponechat času a ověření v praxi, do jaké míry je můžeme aplikovat při základním výcviku. Na posledním kongresu se značně prosadily i zájmy amatérského lyžování do té míry, že jsou v rovnováze s profesionálními. To je jisté určitým úspěchem, neboť na profesionální bázi jsou orientovány všechny alpské země, které mají na kongresu, resp. v jeho vedení převážný vliv. Pokud se objevila již dříve úvaha o vytvoření nějaké mezinárodní učební osnovy, nezdá se pravděpodobné, že by měla nadějí na praktické uskutečnění. Právě u alpských zemí tomu silně brání prestižní i komerční motivy.

Příští kongres se má konat v Itálii, a to za tři roky. Prodloužení období, ve kterém mají být kongresy pořádané, má dva — alespoň se tak zdá — motivy. Jeden je hospodářský a druhý je ten, že poslední kongres ukázal značnou stagnaci ve vývoji technických i metodických otázek. Je proto třileté mezidobí pro nás pobídkou, abychom je tentokrát plně využili, neboť máme neobyčejně dobrou příležitost navázat na pozici, kterou jsme nejen sobě, ale i celému amatérskému pojetí lyžování ve spolupráci s ostatními lidově dmeokratickými státy vydobyli, a přispět tak k pokrokovému chápání a vývoji celého lyžařského sportu na dalších kongresech.

Dr. JIRÍ GÖTZ

Kalendář lyžařských přespolních běhů

Datum 1959	Místo	Pořadatel
27. 9.	Rožnov	TJ Rožnov
4. 10.	Pecka u St. Páky	TJ Jiskra Pecka
11. 10.	Hostivař — Memoriál Komárka	LS MV ČSTV Praha
11. 10.	Vsetín — »Žamboškou«	TJ Spartak MEZ Vsetín
11. 10.	Machov	TJ Jiskra Machov
18. 10.	Krč — Lesní běh	1. a 4. oblast Praha
18. 10.	Trutnov	TJ Lokomotiva Trutnov
25. 10.	Motol	2. a 3. oblast Praha
25. 10.	Valašské Meziříčí	TJ Valašské Meziříčí
25. 10.	Náchod	TJ Jiskra Náchod
25. 10.	Osek u Duchcova	KV ČSTV Ústí n. Lab.
1. 11.	Krč — Paučkův memoriál	TJ Spartak Koh-i-noor
8. 11.	Gottwaldov — »Kotáry«	TJ Gottwaldov
8. 11.	Jičín	TJ Jičín
15. 11.	Praha — Kinskou zahradou	Slovan Zdravotník Praha

Termíny mezinárodních závodů FIS

30. 12. 1959—6. 1. 1960	Německo-rakouské turné, skoky
6.—10. 1.	Grindelwald — Švýcarsko, ženské soutěže
9.—10. 1.	Le Brassus — Švýcarsko, klasické disciplíny
10. 1.	Lauscha — NDR, skoky
15.—17. 1.	Hahnenkamm — Rakousko, sjezdové disciplíny
20.—24. 1.	Matra — Maďarsko, klasické disciplíny
23.—24. 1.	Coupe Kurikkala — NSR, klasické disciplíny
30.—31. 1.	Klingenthal — NDR, klasické disciplíny — muži
18.—28. 2.	ZOH, Squaw Valley — USA
20.—21. 2.	Grand Prix — Francie, sjezdové disciplíny
5.—6. 3.	Nassau — NDR, ženy běh
11.—13. 3.	Harrachov, klasické disciplíny
12.—13. 3.	Lahti — Finsko, klasické disciplíny
14.—20. 3.	Zakopanė — Polsko, všechny disciplíny
16.—20. 3.	Planica — Jugoslávie, lety vzduchem
17.—20. 3.	Holmenkollen — Norsko, všechny disciplíny
21.—23. 3.	Velká cena Slovenska, sjezdové disciplíny
20.—27. 3.	Bulharsko, sjezdové disciplíny

Nejlepší sjezdaři 1958 - 1959

Jako po každé zimě tak i letos před OH byl zpracován žebříček nejlepších sjezdařů minulé sezóny. Při jeho sestavování vycházel autor z výsledků, kterých bylo dosaženo na pěti stěžejních závodech FIS (Wengen, Kitzbühel, Madonna di Campiglio, Garmisch-Partenkirchen a Chamonix). Ve svých tabulkách uvádí vždy 15 jezdců, z nichž prvního ohodnotil 25, druhého 24 body atd. U obřího slalomu použil autor výsledků ze závodů Adelboden, Arosa, Zürs, Madonna di Campiglio, Aetna, Uludag (Turecko), Zakopanė, St. Moritz, Hochsölden, Obergurgl, které jsou dostatečným podkladem k porovnání. Je samozřejmé, že všechny takovéto tabulky mají jenom relativní hodnotu a zvláště letošní sezóna donutila autora, aby přihlédl k tomu, že řada jezdců utrpěla zranění a nemohla proto startovat. Je to např. Roger Staub, Brupbacher ze Švýcar, Lanig, Wagnerberger, L. Leitner a Behr z NSR, Schranz z Rakouska a Werner z USA, který se nemohl zúčastnit celé evropské sezóny.

V zásadě však odpovídá pořadí asi tomu, co je o těchto jezdcích a jejich výkonnosti v posledních letech všeobecně známo. Po odchodu Toni Sailerera je nejspíše určitě nejlepším jezdcem aspoň z hlediska celkového hodnocení, Karl Schranz, který měl výborné výsledky ve sjezdech, neměl tak dobré umístění ani

ve slalomu, ani v obřím slalomu. Schranz, přes naděje, které v něho byly skládány, v těchto disciplínách dosud Sailerera nedosahuje a nelze jej považovat za takového nekorunovaného krále lyžařů, jakým byl Toni. My nemůžeme posuzovat toto srovnání, ale zdá se nám, že v letošním období nebyl Schranz nejšťastnějším. Ve sjezdech však zvítězil ve čtyřech ze jmenovaných pěti závodů, pouze v Kitzbühelu jej porazil Werner a Staub. Můžeme porovnat, že dosavadní převaha Rakušanů po odchodu Sailerera, Riedera a tragické smrti Toni Marka podstatně poklesla. Staub, Forrer ze Švýcar, Bonlieu, Vuarnet, Bozon, Perillat z Francie, zejména pak Bud Werner z USA jsou dnes jejich nebezpečnými konkurenty i na sjezdových tratích. Také západní Němci Lanig a Wegnerberger i jiní se začínají uplatňovat.

V ženách je situace ještě daleko nepřehlednější. Zde čerpal autor: z pěti FIS závodů (Grindelwald, Kitzbühel, Cortina, Garmisch, Chamonix). Z Rakušanky zbyla jen Hilde Hofherr mezi nejlepšími a také nový talent Erika Netzer se projevuje slibně. Hofherr má vysoký průměr v umístění, avšak na těchto závodech nevyhrála ani sjezd, ani obří slalom, či slalom. Měla umístění 6, 4, 3. Zdá se, že vůbec v ženách jsou síly velmi vyrovnané. Dobré družstvo žen má

Norsko, výborně se prosadily Američanky, i když vzhledem k svému mistrovství se zúčastnily mála evropských závodů. Západní Německo dosáhlo po odchodu starších závodnic opět dobré výsledky i s novými závodnicemi. Také Italky se udržují na předních místech, takže jak se zdá, budou ve Squaw Valley velmi zajímavé boje, zejména mezi Evropou, Amerikou a Kanadou.

Pro tabulku v obřím slalomu, na který se zřejmě Hilde Hofherr specializovala (vyhrála jich 5), slouží výsledky z Grindelwaldu, St. Moritze, Arosy, Zürsu, Zugspitze, Hochsöldenu, Obergurglu a Aetny.

Pro nás jest málo potěšující, že přes dobrou úroveň průměru nemáme ani jednoho z mužů či žen v prvních patnácti.

CELKOVÉ HODNOCENÍ 1959

Muži

1. Karl Schranz, Rakousko. 2. Roger Staub, Švýcarsko. 3. Francois Bonlieu, Francie. 4. Anderl Molterer, Rakousko. 5. Bud Werner, USA. 6. Pappi Gramshammer, Rakousko. 7. Ernst Oberaigner, Rakousko. 8. Ernst Hinterseer, Rakousko. 9. Jean Vuarnet, Francie. 10. Egon Zimmermann, Rakousko. 11. Hias Leitner, Rakousko. 12. Charles Bozon, Francie. 13. Hanspeter Lanig, NSR. 14. Ludwig Leitner, NSR. 15. Pepi Stiegler, Rakousko. 16. Hans Forrer, Švýcarsko.

Zeny

1. Penny Pitou, USA. 2. Erika Netzer, Rakousko. 3. Jerta Schier, Itálie. 4. Betsy Snite, USA. 5. Hilde Hofherr, Rakousko. 6. Daniele Telinge, Francie. 7. Therese Leduc, Francie. 8. Astrid Sandvik, Norsko. 9. Annemarie Waser, Švýcarsko. 10. Mad I. Chamot-Berthod, Švýcarsko. 11. Barbi Hanneberger, Německo. 12. Sonja Sperl, Německo. 13. Pia Riva, Itálie. 14. Anne Heggtveit, Kanada. 15. Carla Marchelli, Itálie.

Výsledky předolympijských závodů ve Squaw Walley

21. II.—2. III. 1959

Běh na 30 km

	Hodin
1. S. Jernberg, Švédsko	1:52:59,9
2. V. Hakulinen, Finsko	1:53:41,0
4. H. Brenden, Norsko	1:56:02,0
6. N. Anikin, SSSR	1:58:03,5
12. S. Šiojina, Japonsko	2:05:42,9
14. M. Miller, USA	2:10:29,7

Běh na 15 km

1. P. Kočkin, SSSR	54:10,7
2. V. Hakulinen, Finsko	54:14,2
4. H. Brusveen, Norsko	55:14,8
5. S. Jernberg, Švédsko	55:15,0
9. S. Šiojina, Japonsko	1:01:12,0
11. C. Servold, USA	1:02:25,9

Sdružený závod

	Bodů
1. D. Kočkin, SSSR	464,50
2. T. Farvell, USA	433,25
4. A. Taniguchi, Japonsko	416,94

Skok prostý (P = 80 m)

1. K. Kärkinen, Finsko	223,7
2. G. Kotlarek, USA	221,4
3. J. Charland, Kanada	218,5
5. D. Kočkin, SSSR	214,6

Slalom muži

	Vteřin
1. B. Werner, USA	133,9
4. O. Tada, Japonsko	136,4
6. O. Ronnestad, Norsko	139,1

Obří slalom

	Minut
1. Ch. Prawda, USA	2:00,6
5. V. Anderson, Kanada	2:10,8
9. O. Tada, Japonsko	2:12,4
12. T. Marth, Rakousko	2:13,1
13. M. Sonberg, Norsko	2:14,6

Sjezd muži

	Minut
1. B. Werner, USA	1:30,4
3. T. Marth, Rakousko	1:35,2
13. O. Tada, Japonsko	1:39,4
14. R. Hebron, Kanada	1:40,3

Slalom ženy

	Vteřin
1. L. Meyersová, USA	120,7
2. S. Kočuchina, SSSR	121,4

Obří slalom

	Minut
1. J. Hannahová, USA	1:39,7
6. S. Kočuchina, SSSR	1:44,4

Sjezd ženy

	2:05,2
1. L. Meyersová, USA	2:05,2
6. S. Kočuchina, SSSR	2:10,8

Ve výsledcích jsou uvedeny nejlepší závodníci a závodnice jednotlivých zúčastněných států, pokud se umístili v první polovině. Výsledky uveřejňujeme opožděně proto, že nám byly zaslány teprve v červnu po uzávěrce 6. čísla Lyžařství.

CO VÁS ZAJÍMÁ

● **Revanšistické hnutí v západním Německu** proniklo i do sportovních časopisů. V západoněmeckém »Ski« se objevují články, jako např. »Günter Krusche erzähl von verlorenen Skigebieten« a jiné další, kde poetickým líčením krásy krajiny bývalých Sudet autor vzbuzuje touhu po navrácení těchto území Německu. O sudetském území mluví jako o »hornaté části Německa«, která historicky Německu patří!

● **Zvláštní významání švýcarského lyžařského klubu Le Brassus.** Svaz švýcarských sportovních novinářů, který jednou za rok vyznamenává vynikající jednotlivce nebo spolky, se shodl rekordním počtem hlasů vyznamenat za letošní rok Skiklub Le Brassus. Skiklub Le Brassus byl založen roku 1919 a pečuje předně o klasické disciplíny. Uspořádal několikrát úspěšně švýcarská mistrovství (1934, 1937, 1952) a od roku 1953 uspořádal šestkrát významné mezinárodní závody zařazené do kalendáře FIS, kterých se v minulých letech úspěšně zú-

častnili i naši závodníci. Tento klub byl již jednou, v roce 1956, vyznamenán »Holmenkollen cupem« za zásluhy v propagaci klasických disciplín.

Všem závodníkům a závodnicím!

Upozorňujeme vás, že se přiblížil termín 15. října 1959, kdy končí lhůta k podání žádosti o udělení a obnově ní I. výkonnostní třídy. Žádost, doloženou evidenčním listem sportovce a registračním průkazem, zašlete na Lyžařskou sekci ÚV ČSTV, Praha 2, Na poříčí 12.

DO PRVNÍHO KOLA SOUTĚŽE



Soutěž pro fotoamatéry

— PRVNÍ FOTOGRAFIE Z OB-
VODNÍCH A OKRESNÍCH SPAR-
TAKIÁD!

Vitány budou i vaše snímky. Krajské výběrové poroty budou hodnotit všechny příspěvky soutěže, a to nejen záběry z vlastních nácviků a vystoupení cvičenců, ale i žánrové snímky, zachycující radostné prostředí a čilý ruch kolem spartakiádního života.

I vaše záběry budou mít úspěch!

I vaše fotografie zvětšené na formát 13x18 patří do nejbližší speciální prodejny FOTOKINO. První etapa soutěže fotoamatérů se uzavírá již 30. září t. r.

**SOUTĚŽNÍ CENY V ÚHRNNÉ
HODNOTĚ Kčs 150 000**

Pokračování ze str. 19.

B. Učební cíl:

1. Smyk s krátké naznačeným přívratem
2. Čistý smyk
3. Krátké smyky

B. Sjezdy

Úkol: Krátké a dlouhé oblouky snožným smykem

Metodický postup přes přívratnou techniku:

- a) Smyky s krátké naznačeným přívratem
 - Krátké oblouky v pluhu
 - Oblouk na vnější lyži
 - Sesouvání vpřed
 - Girlandy přívratných smyků
 - Smyk od svahu s krátké naznačeným přívratem — dlouhý oblouk
 - Smyk od svahu s krátké naznačeným přívratem — krátký oblouk
- b) Přejít k snožnému smyku odstraněním přívratu
 - Dlouhý oblouk
 - Krátký oblouk

Metodický postup přes snožnou techniku:

Sjezd šikmo vsahem, sesouvání, smyk ke svahu
Smyk se spádnicí

C. Učební cíl:

Smyky a jízda v obloucích ve sněhu s větším odporem při točení, jako základ terénní jízdy.

C. Skoky

Úkol: Nácvik doskoku
Dojezdové postavení při sjezdu
Přejíždění přechodu a zvládnutí dojezdu

Zvládnutí pružného doskoku
Úkol: Nácvik nájezdu
Úkol: Nácvik odrazu a let vzduchem
Úkol: Zvládnutí skoku s malého můstku
Dodatek: Speciální technika při vysokohorském lyžování.

Závěr: Pokud jde o diferenciaci a všestrannost, řešení přímé snožné a nepřímé přívratné cesty je odlišnost zřejmá. Cílem jest terénní jízda jako použití veškeré zvládnuté techniky.

Dr. JIRÍ GÖTZ

LYŽIARSKY MÔSTIK NA KAMZÍKU OPÄŤ SLUŽI SVOJMU POSLANIU!

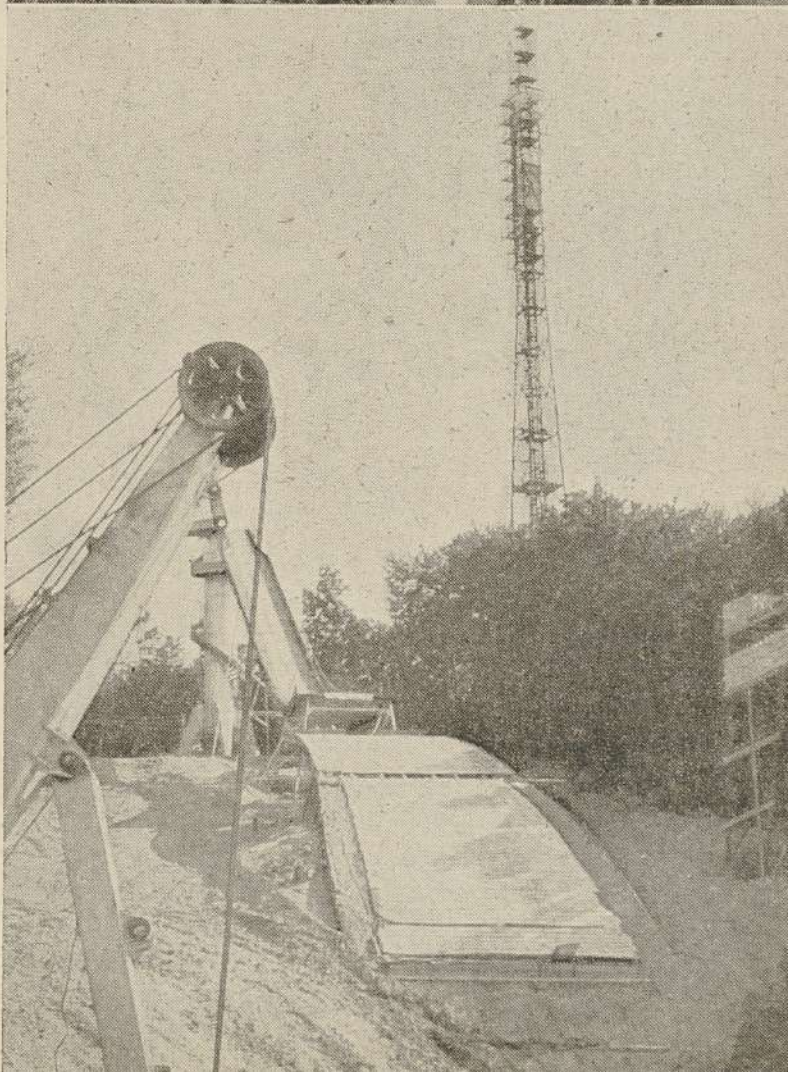
Mimochodom žiada sa konštatovať radostnú udalosť, ktorú mali bratislavskí lyžiari v druhej polovici júla tohto roku. Dlho im zostane v pamäti onen deň, keď skokani začali skákať na umelej hmote nového celokovového lyžiarskeho mostíka na Kamzíku! Určite sú kludnejší aj tí, čo takmer po tri roky sústavne riešili problémy výstavby či renovácie tohto diela, a potom aj tí, čo podali pomocnú ruku a dobudovali stánok hodný svojho mena. Na ňom sa sústreďí celý skokanský život Bratislavy, najmä jeho predmestia Koliby, odkiaľ sa zatiaľ grupuje drvivá väčšina bratislavských lyžiarov-skokanov.

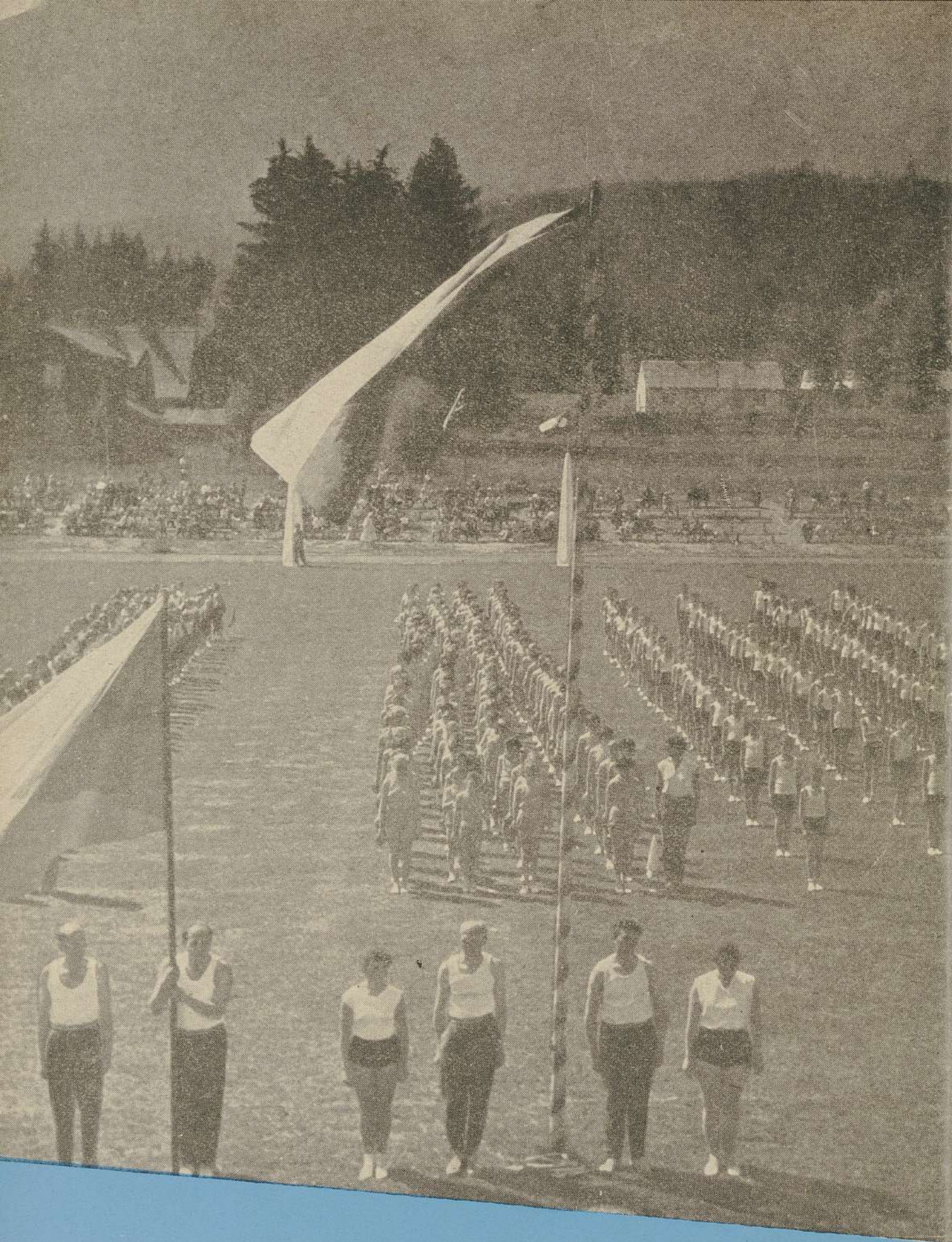
Žiaľ, že tohoročné silné dážďiská temer sústavne znemožňujú plány investora i pracovníkov bratislavských lyžiarskych oddielov. Všetci mali totiž snahu dať do prevádzky mostík verejnými lyžiarskymi pretekmi počas, resp. z príležitosti II. slovenského sjazdu ČSTV. Pre niekoľkodňové dážde predtým — terén bol nespôsobilý! Potom sa začalo skákať o dva týždne. V akejsi »dážďovej prestávke« naskákali chlapci do 200 skokov — prevažne bez pádov. To je zábezpekou, že mládeže je dostatok! Veď za tými, čo už brázdili vzduch nad mostkom, prídu ďalší! Veď príklady fahajú! Podľa slov trénera Ela Nemeszegyho je mostok ideálny najmä pre výcvik! Dovoľuje skoky od 17 do 40 m! Teda dáva skokanovi všetko to, čo potrebujú pre nácvik na zvládnutie podmienok na náročnejších mostkoch!

Nový celokovový mostík vystavali v ideálnom prostredí, a to nielen pre skokanov, ale i pre obecnosť. Veď je vzdialený maximálne 20 minút chôdze od poslednej zastávky trolejbusu 13 na Kolibe. Vystavaním sedačkového výťahu na Kamzík od Železnej Studničky sa o rok-dva prístup stane priamo hračkou!

Nepohoda však zmarila i pripravované preteky z príležitosti holdu športovcov k odchodu výpravy ČSTV na VII. svetový festival mládeže a študentstva do Viedne. Bol to opäť dážď, ktorý z okolitých svahov naniesol zemný nános na hmotu. Zakaždým sa pustili usilovné ruky do roboty, aby sprístupnili mostok skokanom. Nuž ale i tak sa za žiadnych okolností nepodarilo odstrániť spúšť tretej dážďovo-búrkovej pohromy, čo 28. júla vyliala svoju sprchu nad rozjarkovateľé svahy okolia i vlastného doskočiska mostíka! To bola prekážka, ktorá zabránila tomu, aby už v auguste na bratislavskej umelej hmote mohol divák zhliadnuť skoky členov čs. reprezentačného družstva lyžiarov-skokanov, ako aj ďalších vzácných hostí — pretekárov slávneho sovietskeho lyžiarstva.

Sme presvedčení, že v ďalšom snažení budú mať Bratislavčania viac šťastia a že pod jeseň predsa sa opäť rozoskáču na mostíku, ktorý pyšno vypína svoju elegantnú vežu nad Kamzíkom neďaleko televíznej vysielačky v Bratislave.





By J. Kubík Slyžarstvi

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45
ŘÍJEN 1959



PŘEDSEDA RADY MINISTRŮ N. S. CHRUŠČOV

na Valném shromáždění Organizace spojených

národů 18. září 1959

DO ČTYŘ LET

rozpustit všechny
ozbrojené síly
zničit všechny zbraně

Řekli...

»Není těžké se k sovětskému návrhu vyjádřit — všichni lidé s ním musí souhlasit. Nyní záleží na tom, jak se k tomuto návrhu postaví vedoucí státníci západních mocností, jakou projeví ochotu k jeho realizaci.«

J. D. BERNAL,
předseda Světové rady míru

»Plán všeobecného a úplného odzbrojení a britský plán na odzbrojení v OSN obsahují shodné prvky. Je nezbytné, abychom se zabývali oběma plány a podívali se, zda z nich můžeme něco udělat.«

SELWYN LLOYD,
britský ministr zahraničních věcí

DEKLARACE SOVĚTSKÉ VLÁDY K VŠEOBECNÉMU
A ÚPLNÉMU ODZBROJENÍ NAVRHUJE:

- **Rozpustit všechny ozbrojené síly**
- **Zničit všechny druhy vojenské výzbroje**
- **Úplně zakázat jaderné zbraně**
- **Úplně zastavit výrobu a zničit zásoby raketových zbraní**
- **Zakázat prostředky chemické a bakteriologické války**



O čem svět mluví

CHICAGO SUN AND TIMES:

Sovětský svaz dosáhl dalšího vědeckého vítězství! K tomu, aby byl Měsíc zasažen kovovou koulí o váze 858,4 libry, bylo zapotřebí velkých zkušeností a rozsáhlých znalostí. Celý svět blahopřeje Rusům k tomu, že první vybudovali most do vesmíru.

POST DISPATCH (USA):

Sovětský triumf. Úspěšným vypuštěním rakety na Měsíc získalo sovětské Rusko další převahu nad Spojenými státy v závodě o dobytí vesmíru.

NEW YORK HERALD TRIBUNE:

Chruščov je od začátku až do konce živým ztělesněním jistoty v konečné vítězství komunismu. Jeho projev byl prudký, vyzývavý a zase smílivý, vřelý a vtipný i měkký a výstižný, ale rozhodně ne výbojný ve smyslu hrozby Spojeným státům... Chruščov především mluvil jako hrdý člověk!

NEW YORK TIMES:

Doplšovatel listu Reston z Washingtonu oznámil, že první fáze návštěvy proběhla poměrně dobře. Sovětská a americká strana dospěly k dohodě v otázkách rozsáhlého jednacího pořadu.

MINISTR OBRANY USA N. McELROY:

»Klobouk dolů!«

CHICAGO TRIBUNE:

Je to velký úspěch a nelze ho snižovat. Je to další důkaz, že Rusové nás předstihli v důležitých fázích raketové techniky.

NY DAG (DÁNSKO):

Stále více sílí názor, že musí dojít k rozhodnému jednání. Chruščovova cesta do USA, jakož i Eisenhowerova cesta do Sovětského svazu nutně povede k rozvíjení úsilí o dohodu, která položí základy k pevnému míru.

FINANCIAL TIMES:

Vybudování atomového ledoborce Lenin nepochybně znamená začátek nové éry v dějinách obchodu. Tím, že udrží severní sibiřskou cestu přes Karské moře do Beringova moře o měsíc déle otevřenou, umožní vyřešit pohyb obchodního loďstva touto cestou o 50 procent.

Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

Séfredaktor dr. Ctibor Rybář,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Spaček

★

Redakce: Praha 1 - Staré Město,
Národní třída 33, telefon 228071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

GBSAH

Měsíc není již lucernou zavěšenou na klenbě nebes . . .	1
Provolání ÚV ČSTV	2
Nové zkušenosti z BPPOV . . .	4
Naším mladým	5
Využíváme vědeckých poznatků	7
Sjezdaři, zlepšujte stabilitu . .	11
Bližší se zimní olympijské hry	12
Cesta k československé škole lyžování	14
Rozhodčí — vychovatel — organizátor	16
»Vasův běh« a jeho historie . .	17
Naše lyžařská mluva	18
Význam slova a zvolání	19
Poznáváme Squaw Valley . . .	20

★

Snímek na 1. straně obálky: ještě usilovněji než před lety, z kteréžto doby je snímek Ilyj Matouše, připravují se naši závodníci na OH a další úkoly. Zadní strana obálky: Finále letošního ročníku Dukelského závodu bylo opět na Dukle a přineslo velmi pěkné výsledky ve všech kategoriích.

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-15297

MĚSÍC JIŽ NENÍ LUCERNOU zavěšenou na klenbě nebeské bány

Když jsem byl nedávno na besedě v závodech Gustava Klimenta ve Znojmě, řekl mi jeden soudruh, že se na setkání Nikity Chruščova s Dwightem Eisenhowerem dívá jako na pomník studené války. Je to výstižně řečeno. V každém případě základní kámen k pomníku, který jako jediný budou lidé vždycky rádi stavět, už byl položen. Soudruh Chruščov řekl, že led studené války nejen utrpěl trhlinu, ale začal se dokonce třístit.

Není přitom třeba obsáhle vykládat, kdo musel přijít ke křížku a jaké to politice vyzvání hrana. Politika domnělé síly, pevných otěží a kdoví jak byla ještě pokřtěna — neuspěla. Jen si uvědomuje, v jakých pozicích jsou dnes někteří z jejích nejhrošlivějších zastánců, např. jihokorejský Lysynman nebo tchajwanský pirát Čankajšek, někteří generálové západních velmocí nebo Adenauer se svou revanšistickou suitou na evropském kontinentě. A tak pozorujeme, že tuto politickou koncepci rychle opouštějí ti, kteří ještě nedávno byli jejími advokáty i organizátory. Tuto skutečnost lze pozorovat i v USA, kde po celá dlouhá léta studené války nebylo téměř slyšet výraz — mírové soužití. A dnes jej už najdete často na stránkách novin (i když ne vždy v příznivém, ale zejména v pravdivém světle) i v rozhovorech s Američany. Nezapomněli na Koreu ani Libanon. Mnozí z nich, když píšou dopisy svým otcům nebo bratrům, adresují je na nejruznější americké základny, rozseté po celém světě okolo zemi socialistického tábora.

V USA se v poslední době objevil nový výraz: Coexistence or no existence«, což volně přeloženo znamená asi tolik: Buď soužití nebo žádná existence. A v tomto smyslu se při své nedávné návštěvě v SSSR vyslovil i americký viceprezident Nixon, který řekl: »Buď se naučíme společně žít, nebo společně zemřeme.«

Tyto nové skutečnosti nacházejí stále živnější půdu i mezi lidem nejen v USA, ale v západní části světa vůbec. O tom zatím nejvýrazněji svědčí návštěva Nikity Chruščova v USA, která pořádně zahýbala ledy studené války a pomohla pootevřit dveře čerstvému prúvanu ve vztazích mezi USA a SSSR i ve vztazích mezi ostatními zeměmi světa.

List New York Times na začátku Chruščevovy návštěvy napsal, že se jeho cesta podobá návštěvě Petra Velikého v západní Evropě před 262 lety. Snad v určitém směru je takové srovnání možno učinit. V každém případě však bližší a miliónům lidí srozumitelnější je přirovnání cesty soudruha Chruščova k setkání amerických a sovětských vojáků před 15 lety na Lahí. Ano, na tyto chvíle nebudou mocí zapomenout milióny sovětských občanů ani těch Američanů, kteří poznali hrůzy válečné lítice. Jak se říká: Kdo neokusil hořkého, neví, jak sladké chutná.

Je tomu 20 let, co začala nejstrašnější válka v dějinách lidstva, která si vyžádala 56 miliónů životů. Každému soudně uvažujícímu člověku našich dnů je jasné, že nová válka by byla nepoměrně ničivější a od poslední by se m. j. odlišovala i tím, že prakticky by mohla zasáhnout kterékoliv místo světa. Lidé už nikdy nechtějí prožívat nové hrůzy. Proto také s takovými nadějami vyprovázeli Nikitu Chruščova do USA a sledovali jeho jednání s americkými představiteli. Ano, to je jediná cesta — cesta jednání a dohody — která je s to překlenout rozdíly v názorech na řešení sporných otázek a položit pevné základy k porozumění mezi velmocemi i všemi zeměmi světa. Neexistuje jiná cesta do mírové budoucnosti lidstva než mírové soužití, o kterém se nyní hovoří v celém světě. A jak řekl soudruh Chruščov, kdo tuto cestu neuznává, musí utonout.

Někteří politici a generálové s horkými hlavami se domnívají, že sílu země lze stavět na mracích po výbuších atomových bomb. Patří mezi ně např. francouzský prezident De Gaulle. Ale všichni se hluboce mylí... Anglický list Scotsman výstižně komentoval úspěch sovětské kosmické rakety na Měsíc a atomového ledoborce Lenin slovy: »Sovětský svaz předvedl, jak lze vytvořit zemi velikou. A nepotřeboval k tomu ani atomový výbuch na Sahaře, o jaký usiluje Francie.« Jiný britský list, Daily Express, který také stěží kdo bude podezírat ze sympatií k SSSR, k tomu poznamenal: »Nový sovětský kosmický koráb, cesta Nikity Chruščova do USA a nástup do sedmiletky, to vše připomíná raketomet bušící do zkožnatělé politiky opírající se ještě dnes naprosto nevhodně jen o vojenskou sílu.«

V celém světě se dnes diskutuje o tom, odkud pramení všechny tyto úspěchy SSSR. Vysvětlení jsou různá. Nechybějí ani hlasy snažící se dokazovat, že prý »Rusové mají zcela zvláštní nadání pro kosmické prostory« apod. Nelze však nevidět, a tato pravda proniká světem stále silněji, že těchto úspěchů dosáhla první socialistická země na světě, země, o které se Churchill, Masaryk i jiní politici, kteří před léty třímali otěže západního světa, vyjadřovali jako o »zemi — experimentu na hliněných nohách«. A dnes? S ironií napsal americký list New York Times: »Američan, který se bude chtít dostat na Měsíc, bude muset — jak se zdá — přestupovat v Moskvě.«

MIROSLAV TOMÁŠ



PROVOLÁNÍ

ústředního výboru Československého svazu tělesné výchovy

Vstupujeme do rozhodujícího období příprav krajských spartakiád a II. celostátní spartakiády. Jako lidé socialistické epochy se nemůžeme a nechceme spokojit tím vším velkým a radostným, čeho jsme už dosáhli. Tak hodnotíme i okresní spartakiády. Nejsou to jen čísla o počtu cvičenců, sportovců a turistů i diváků, která nás opravňují k tomu, abychom pokládali okresní spartakiády za největší událost naší tělovýchovy. ÚV ČSTV především oceňuje, že okresní spartakiády vyzněly jako manifestace všeho našeho lidu, jeho vyznání víry ve světlou budoucnost naší socialistické vlasti.

Myšlenka, která zapálila, stala se reálnou silou, urychlující vývoj naší tělovýchovy v jejím úsilí za dosažení skutečně socialistického obsahu.

Klademe si však další, vyšší a náročnější úkoly pro krajské spartakiády i pro II. celostátní spartakiádu. Vyšší a náročnější úkoly v počtu cvičenců, v úrovni cvičení, v důslednějším dodržování plánu nácviku. Jde o stálý příliv dalších členů, získání nových cvičitelů, trenérů, funkcionářů a organizátorů, o zakládání nových tělovýchovných jednot. Usilujeme o bohatší náplň sportovních soutěží a turistických akcí, které jsou nedílnou součástí spartakiád, o stupňování zájmu a nadšení všech účastníků, o to, aby všem cvičencům byla dána příležitost k veřejnému vystoupení na oblastních a krajských spartakiádách a nejlepším z nich pak na II. celostátní spartakiádě v Praze. Zlepšíme řídicí činnost našich orgánů všech stupňů a důsledně uplatňujeme, aby socialistické zásady trvale zakotvily ve všech oblastech naší tělesné výchovy.

To vše jsou odpovědné úkoly a ještě mnoho musíme vykonat. Znovu budeme stát před mnohými zdánlivě nepřekonatelnými překážkami a potížemi. Máme však dostatek možností a prostředků splnit všechny úkoly. Jenom

nadšení, vůle a obětavost našeho lidu, moudrá pomoc Komunistické strany Československa, spolupráce ozbrojených sil, škol, Svazarmu, souborů lidové umělecké tvořivosti a pomoc ROH, ČSM i dalších složek Národní fronty, JZD, národních výborů všech stupňů i ministerstev.

Víme, že bez pomoci všech těchto činitelů bychom nemohli zvládnout mimořádný úkol, jakým je II. celostátní spartakiáda.

Pořadatelem II. celostátní spartakiády je Československý svaz tělesné výchovy. Je tedy odpovědnost především na nás, na naši vlastní práci, na našich organizátorských schopnostech, na tom, jak budeme umět rozvíjet, opřít o zkušenosti z okresních spartakiád, masově politickou a výchovně propagační práci.

Proto se Ústřední výbor ČSTV obrací na všechny členy tělovýchovného hnutí, na funkcionáře, cvičitele a trenéry, kteří projeví tak výrazně své schopnosti, obětavost a pohotovost při okresních spartakiádách. Obrací se na všechny tělovýchovné jednoty, krajské výbory a jejich pomocné orgány, aby již v tomto měsíci promyšleně podle plánu politickoorganizačního zajištění krajských spartakiád zajistily radostný a uvědomělý nástup do rozhodujícího období. Také zde platí zásada, že dobrý nástup je základem konečného úspěchu!

Nastoupili jsme do období oslav 15. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. II. celostátní spartakiáda bude důstojným vyvrcholením těchto oslav. Při této příležitosti, před tvářmi celého světa, podáme jeden z nejpřesvědčivějších důkazů o správnosti cesty, po které jde a k jakým výšinám dospěl náš lid za těchto historických 15 let budování socialismu.

Obracíme se proto na veškerou naši veřejnost, na pracující z dílen, polí a kanceláří, na naši mládež, na ředitele a učitele našich škol, na naše kulturní a umělecké pracovníky, na tisk, rozhlas, televizi a film, na společenské organizace a národní výbory a vůbec na všechny, kteří mají rádi svou vlast a budoují v ní nový krásný život.

Vás všechny žádáme o aktivní pomoc, o plnou podporu všeho, z čeho klíčí a vyroste velké a slavné dílo našeho lidu — II. celostátní spartakiáda!

Závěrečné komuniké z jednání soudruha N. S. Chruščova s prezidentem Eisenhowerem

Všechny mezinárodní problémy mají být urovnány mírovými prostředky, jednáním

GETTYSBURG 27. září (ČTK) — Předseda rady ministrů SSSR N. S. Chruščov a prezident Eisenhower měli v Camp Davidu otevřenou výměnu názorů.

Některých částí těchto rozhovorů se účastnili státní tajemník Herter a sovětský ministr zahraničních věcí Gromyko, jakož i další oficiální osobnosti obou zemí.

Předseda rady ministrů SSSR a prezident USA se shodli na tom, že tyto rozhovory byly užitečné a vyjasnily stanoviska obou stran k řadě problémů. Tyto rozhovory neměly za cíl problémy řešit.

Lze doufat, že tato výměna názorů přispěje k lepšímu pochopení motivů a stanovisek obou stran, a tak přispěje k dosažení spravedlivého a trvalého míru.

Předseda rady ministrů SSSR a prezident Spojených států se dohodli, že otázka všeobecného odzbrojení je nejdůležitější otázkou, před kterou dnes stojí svět. Obě vlády vynaloží všemožné úsilí k dosažení konstruktivního řešení tohoto problému.

V průběhu rozhovorů došlo k výměně názorů o otázkách Německa, mezi nimi také o otázce mírové smlouvy s Německem, a obě strany tu vyložily svá stanoviska.

V souvislosti se specifickou otázkou Berlína bylo dosaženo dohody, že budou-li s tím souhlasit i ostatní přímo zúčastněné strany, budou obnovena jednání, na nichž by se dosáhlo řešení, které by bylo v souladu se zájmy všech zúčastněných stran a v zájmu zachování míru.

Kromě těchto otázek se vedla užitečná výměna názorů v řadě dalších

otázek, ovlivňujících vztahy mezi Sovětským svazem a Spojenými státy. Mezi projednávanými body byla i otázka obchodu mezi oběma zeměmi. V otázce rozšíření výměn osob a myšlenek bylo dosaženo podstatného pokroku v rozhovorech mezi oficiálními osobnostmi a očekává se, že k některým dohodám se dospěje v blízké budoucnosti.

Předseda rady ministrů SSSR a prezident Spojených států se shodli, že všechny otevřené mezinárodní problémy mají být urovnány nikoli použitím síly, ale mírovými prostředky, jednáním.

Konečně bylo dosaženo dohody o tom, že přesné datum, kdy prezident na jaře příštího roku přijede do Sovětského svazu, aby návštěvu oplatil, bude dohodnuto diplomatickou cestou.

NEJLEPŠÍ LYŽAŘSKÝ ODDÍL slavnostně zahájil



Na plenárním zasedání ústřední lyžařské sekce v červnu t. r. byl vyhodnocen jako nejlepší lyžařský oddíl T. J. Slávia Žižkov ÚRO. Dne 10. září t. r. zahájil nástup do nového období slavnostní schůzí.

Schůze, kterou pružně řídil organizační pracovník oddílu soudruh Stárek, celým svým průběhem byla dokladem toho, že vyhodnocení bylo provedeno správně. Byla ukázkou dobré práce a organizace vedení oddílu.

Naplněná klubovna v budově ÚRO lyžařskou omladinou, která ukázněně sledovala celou schůzi, rychlý, ale obsažený průběh schůze, zprávy členů vedení oddílu i diskusní příspěvky, to vše nasvědčovalo vzorné přípravě a nadšené obětavé spolupráci. Informace o činnosti oddílu, podané předsedou soudruhem Jiříkem, i zprá-

va trenérů, přednesená soudruhem Žákem, dokazovala bohatou činnost a správnou přípravu na další období. Slova, která adresoval předseda jednoty soudruh Tischler především mladým členům, by se měla stát základním heslem činnosti všech sportovních oddílů. Všeestrannost a celoroční činnost na podkladě PPOV, láska k jednotě a spolupráce s ostatními oddíly, nácvik skladeb na II. CS, zvyšování morálně politické vyspělosti členů a jejich uvědomělého vlastenectví, to vše dovedl v krátkém proslovu připomenout a zdůraznit. Odborná přednáška zdravotníka oddílu soudruha MUDr. Pokorného nebyla jen pouhým referátem, ale radou, jak vést správnou životosprávu a jak si zajistit rovnováhu růstu těla i ducha.

Slib závodníků, složený do rukou

vedoucích pracovníků jednoty a oddílu, znamená nejen závazek ke zvyšování sportovní zdatnosti, ale zároveň i růstu morálních vlastností a kulturní vyspělosti socialistického sportovce.

Zástupci ústřední lyžařské sekce, soudruzi Duffek a Pácl blahopřáli oddílu k vítězství v celostátní soutěži o nejlepší oddíl a jeho nejlepším pracovníkům čestné jubilejní odznaky lyžařské sekce.

Že oddíl chce se znovu ucházet o titul nejlepšího oddílu, to dokázal nejlépe tím, že v závěru schůze jednomyslně vyhlásil výzvu k soutěži s ostatními lyžařskými oddíly MV ČSTV, zaměřenou na další zlepšení a prohloubení práce, zejména práce s mládeží. Nakonec byly promítnuty pěkné filmy i vlastní ze života oddílu.

Byla to opravdu vzorná schůze. Bylo by si přát, aby bylo víc takových schůzí. Ale nejen schůzí, ale více oddílů s tak dobrou činností, jakou vykazuje Slávia Žižkov. A lyžařskému oddílu Slávie Žižkov přejeme, aby se mu jeho práce ještě lépe dařila, jak si sám na slavnostní schůzi uložil. MD



Podzimní utkání lyžařů Praha - Plzeň

Došlo k němu v Plzni mezi závodníky MV ČSTV Praha a KV ČSTV Plzeň. Poprvé změřili své síly bez lyží a prověřili svoji připravenost pro zimní období. Závodily byly uskutečněny v těchto lehkooatletických disciplínách a kolektivních hrách: 3000 m muži, 1500 m dorostenci, 800 m ženy, 100 m muži a dorostenci, 60 m ženy, skok vysoký muži, ženy a dorost, vrh koulí muži, ženy a dorost. Odpoledne patřilo kolektivním hrám, kopané a odbíjené. Soudruzi z Plzně zajistili k tomuto utkání hřiště TJ Dynamo na Petříně.

Teplo bylo ve vzduchu a horko na závodišti. Od prvních okamžiků střetnutí se urputně bojovalo. A dosažené výsledky? Pěkně. Zaznamenejme alespoň celkový výsledek dopoledních utkání: 434:358 bodům ve prospěch Pražanů.

Odpolední boje probíhaly na hřišti TJ Slavoje Plzeňské pivovary stejně bojovně, ba možno říci ještě bojovněji než dopoledne. V kopané podlehl mladé mužstvo Prahy 1:2, v odbíjené muži 2:3. Na dalším hřišti bojovaly v odbíjené ženy. Zvítězily Pražanky 3:0.

Dobrá věc se podařila. Slo přece o to, zajímavým a hravým způsobem zaktivizovat závodníky ke zvýšené činnosti a tvrdší formou zlepšit jejich fyzické a morální předpoklady. Ihned na místě bylo ujednáno hlavní utkání ve všech lyžařských disciplínách. Bude v březnu 1960 v rámci II. celostátní spartakiády na svazích krásné Šumavy v Železném Rudě.

Tato utkání budeme každoročně opakovat. Nepochybně to po všech stránkách prospěje závodníkům obou krajů.

Chtěli bychom poděkovat pořadatelům utkání za dobré zajištění závodů. Tak trochu jsme záviděli, s jakým pochopením a zájmem pracovali všichni činovníci v čele s předsedou lyžařské sekce soudruhem Volfem. Byl všude a u všeho. Poděkování zaslouží též závodníci, kteří ukázněným vystupováním

zajistili hladký průběh závodů. Také členové trenérské rady MV ČSTV soudruzi Mráz, Chovanec, Žák a Jirsa aktivně pomohli k uskutečnění dobrého díla. Dík jim za to.

Mnoho zdaru soutěžím v rámci II. celostátní spartakiády!
OLDRICH VALKOUN, předseda trenérské rady MV ČSTV



Jeden ze startů závodu k běhu na 1500 m

NOVÉ ZKUŠENOSTI Z BPPOV

Z dosavadní diskuse o novém odznaku zdatnosti jasně vyplývá, že má mnoho výhod proti dřívějším podmínkám. Je jistě správné, že byl vypracován návrh, který byl předložen k široké diskusi a jednotlivé normy byly dány k praktickému prověření od května do září letošního roku, i když má mít platnost až od 1. ledna 1960. Byl jsem jeden z těch trenérů, kteří byli pověřeni praktickým jeho průzkumem, a proto považuji za vhodné seznámit všechny lyžařské pracovníky se zkušenostmi, které jsem během průzkumu získal.

Průzkum jsem prováděl v pravidelném cvičení lyžařského oddílu Lokomotiva Liberec s mládeží od 8 do 18 let. Celkem cvičilo v měsíci květnu a červnu, kdy jsem průzkum prováděl, 72 chlapců a děvčat, z toho 33 skokanů, 14 běžců a 25 sjezdařů, pod vedením 7 trenérů a cvičitelů. Z celého počtu jsem po třech přípravných hodinách 52 cvičenců zařadil do plnění disciplín nově navrhaného odznaku zdatnosti BPPOV. Za tím účelem byla utvořena družstva podle věkových kategorií: do 12 let, 13 až 15 a 16 až 18 let bez ohledu na lyžařské disciplíny.

Po každém tréninku jsem sestavoval tabulku nejlepších výkonů jednotlivců (bez ohledu na věkovou kategorii) a rovněž i pořadí družstev podle disciplín. Do výkonu družstva byly započítány body čtyř nejlepších z každé disciplíny. Tak například po prvním plnění bylo: Pořadí družstev:

1. běžci	303 bodů
2. skokani	294 bodů
3. sjezdaři	201 bodů

Pořadí jednotlivců:

1. Bělonožníková	85 bodů — běžkyně
2. Fiala	84 bodů — skokan
3. Stárek	82 bodů — běžec

Po druhém plnění se pořadí změnilo:

Pořadí družstev:

1. skokani	577 bodů
2. běžci	566,5 bodů
3. sjezdaři	510,5 bodů

Pořadí jednotlivců:

1. Stárek	220,5 bodu — běžec
2. Fiala	167,5 bodu — skokan
3. Štolba	150,0 bodů — skokan
4. Vele	148,0 bodů — sjezdař
5. Bělonožníková	144,0 bodů — běžkyně

Jedenáct chlapců a jedno děvče v průběhu dvou měsíců, v nichž průzkum probíhal, splnili všechny disciplíny odznaku BPPOV. Z nich dva nedosáhli dostatečný počet bodů, osm získalo potřebný počet bodů na »splnil« a dva na »splnil výborně« (Fiala a Bělonožníková v kategorii 13—15 let). V průběhu soutěže bylo dosaženo některých velmi pěkných výkonů, jako například dvánáctiletý Stárek hodil kriketovým míčkem 43,70 m a získal 86,5 bodu, čtrnáctiletý Fiala plaval 25 m za 20 vt. = 106 bodů, dorostenec Gebhart (17 let) 50 m plaval za 47 vt. 96 bodů a Bělonožníková (14 let) běžela 300 metrů za 57 vt. = 75 bodů.

Značné potíže naproti tomu dělaly některým závodníkům sprinty. Tak například v kategorii 13 až 15 let v běhu na 60 m šest chlapců nezískalo ani 1 bod, a proto také zatím odznak BPPOV nesplnili. Z toho vidím, že krátkým běhům bude nutno věnovat větší pozornost. Potřebný počet bodů získal i osmiletý Jiří Ulrych a dokázal, že dolní věkovou hranici není nutno omezovat.

Veliká byla soutěživost mezi družstvy i jednotlivci a byla přijímána s velkým zájmem, proto v soutěži pokračujeme. Bude vhodné porovnání za rok, jak se kdo zlepšil. Je možné vést i tabulky nejlepších výkonů lyžařského oddílu v jednotlivých disciplínách BPPOV a PPOV, které budou sloužit spolu s některými dalšími speciálními disciplínami jako kontrolní prověrka trénovanosti.

V plnění BPPOV a PPOV podle nového způsobu je tedy celá řada kladů. Mohu všem vedoucím lyžařských oddílů doporučit, aby je do náplně svých pravidelných cvičení zařadily.

JMENOVÁNÍ DOBROVOLNÝCH TRENÉRŮ V LYŽOVÁNÍ

Ústřední lyžařská sekce ÚV ČSTV jmenovala na doporučení trenérské rady dnem 1. 8. následující dobrovolné trenéry lyžování II. třídy.

BĚH		SKOK		HANUŠ OTAKAR		HRADEC KRÁLOVÉ	
Cilich Jiří	Liberec	Chmelař František	Hradec Králové	Chmelař František	Hradec Králové	Jirsa Jiří	Hradec Králové
Drabišák Matěj	Brno	Jebavý Drahoš	Hradec Králové	Kuchyňka Josef	KV Praha	Lacina Zdeněk, inž.	Gottwaldov
Heřmanský Richard	Jihlava	Rieger Evžen	Liberec	Machura Rudolf	Ostrava	Majer Jiří, inž.	MV Praha
Jíra Zdeněk	Brno	ZÁVOD SDRUŽENÝ				Mazák Otakar	Olomouc
Jurečka Jan	KV Praha	Bezděk Josef	Olomouc	Němeček Jiří, MUDr.	MV Praha	Podsedník Pavel	Brno
Mašata Slávek	Karlovy Vary	Kadavý Jaroslav	MV Praha	Slavníček Erhard	Hradec Králové	Šváb Svatopluk	Olomouc
Matouš Ilja	Liberec	SJEZD				Vladyka Ladislav	MV Praha
Oškera Oldřich	Olomouc	SJEZD		Žalman Karel	Gottwaldov		
Podešva Ludvík	Gottwaldov	Dobíšek Josef	Olomouc	V jejich trenérské práci jim přeje-			
Stránský Oldřich	Pardubice	Erbán Karel, dr.	KV Praha	me hodně úspěchů.			
Strapina Josef	Brno	Fučík Antonín	Liberec				
Vyvážil František	Brno						

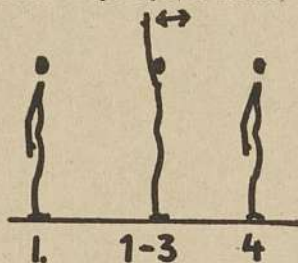
NAŠIM MLADÝM

Dr. Miroslav Prokš

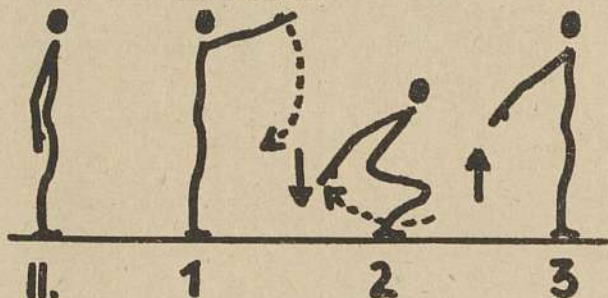
Mladí přátelé! Říjen je měsícem, kdy jsou lyžaři v plné přípravě na zimu. Sami znáte již ze zkušenosti, že se zima stále všetečně ptá, co jsme pro lyžaře a pro lyžování udělali v létě.

Předpokládám, že máte v pořádku své lyže a veškeré vybavení i lyžařské oblečení s botami a že jste již dnes bez nejmenších obav připraveni vyrazit na první sněh.

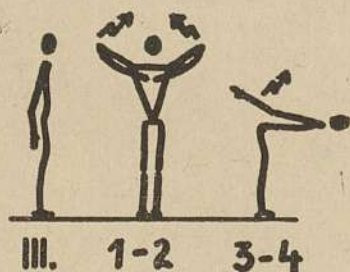
Teď uprostřed podzimu je čas, abychom na lyžování připravovali také sebe. Přes léto jsme většinou u vody na slunci trochu zlenivěli, a je proto nejvyšší čas dát zase do pořádku svou tělesnou kondici. Zima nám nic nepromine, spíš naopak, bude mít požadavky. Letos nás čekají závěrečné boje o zlaté Spartakiádní vložky, řada spartakiádních soutěží, a to není maličkost. Ptáte se, jak se máte na zimu připravit? Odpověď je jednoduchá: Cvičte a sportujte, a hlavně, cvičte pravidelně!



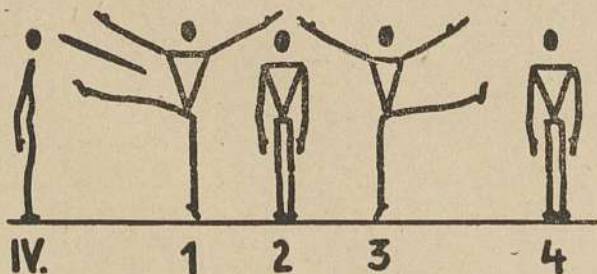
I. Stoj spatný, připažit; 1.—3. vzpažit, hmitáme ve vzpažení vpřed a vzad; 4. připažit.



II. Stoj spojný (nohy rovnoběžně vedle sebe jako na lyžích); 1. předpažit; 2.—3. bočnými oblouky dolů zapažit (pohyb pažemi jako při odpichu holemi) — stoj spatný.



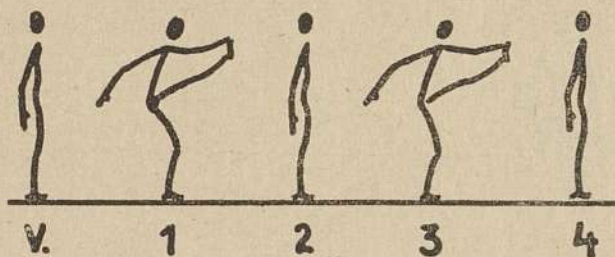
III. Stoj spatný, připažit; 1. hmit vzad ve skrčení upažmo povyš, ruce na prsa; 2. totéž; 3. prohnutý předklon, předpažením zapažit; 4. hmit vzad.



IV. Stoj spatný, připažit; 1. výpon na levé, unožit pravou povyš, vzpažit zevnitř; 2. stoj spatný, připažit; 3. výpon na pravé, unožit levou povyš, vzpažit zevnitř; 4. stoj spatný, připažit.

Chodte do cvičení lyžařského oddílu, poctivě cvičte ve škole, nacvičujte prostná na II. CS, hrajte hry, hodně chodte a běhejte a pěstujte turistiku.

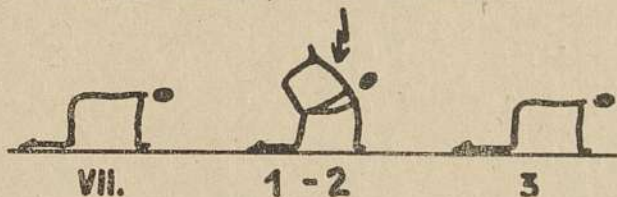
Těm, kteří se chtějí připravit zvláště důkladně nebo nemají příležitost cvičit pod odborným vedením, přinášíme několik příkladů cvičení všeobecné tělesné lyžařské přípravy. Cvičte denně a když cítíte, že celý soubor zacvičíte bez námahy, cvičte každý cvik víckrát, až jej dokážete zacvičit šestkrát. Přečtěte si nejdříve popis každého cviku a pak jej zkuste zacvičit podle obrázku. Římská číslice udává číslo cviku a zpravidla je nad ní znázorněna základní poloha nebo postoj, z něhož cvik začínáme cvičit. Arabské číslice pod obrázky udávají rytmus cvičení. Jednoduché šipky značí směr pohybu, dvojitě šipky opakovaný pohyb a lomené hmit. A teď s chutí do cvičení!



V. Stoj spatný, připažit; 1. přednožit levou, zapažit levou, předpažit pravou, pravá dlaň se dotkne levé špičky; 2. stoj spatný, připažit; 3. přednožit pravou, zapažit pravou, předpažit levou, levá dlaň se dotkne levé špičky; 4. stoj spatný, připažit.



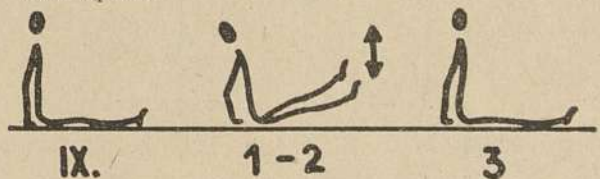
VI. Leh na zádech, připažit; 1. leh vznesmo, špičky se dotknou země za hlavou; 2.—3. leh na zádech.



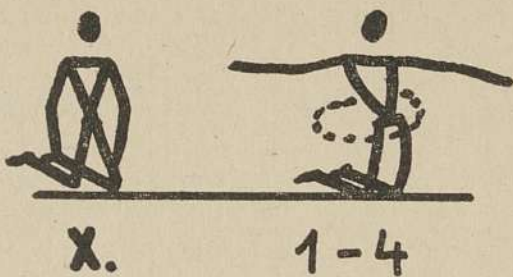
VII. Vzpor klečmo; 1. skrčit zánožmo levou, bérce vzhůru, upažit pravou, pootočít trup vpravo, pravá ruka uchopí špičku levé nohy; 2. hmit; 3. vzpor klečmo; 1.—3. totéž.



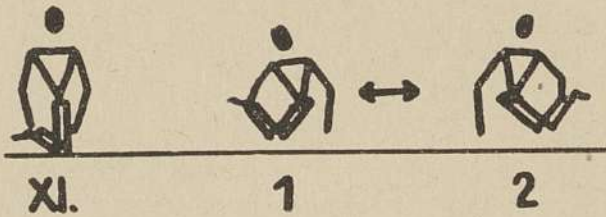
VIII. Vzpor ležmo vpravo, levá v bok; 1. úklon vlevo (pravý bok promáčknout dolů); 2. hmit; 3. úklon vpravo, levá vzpažit, levý bok promáčknout nahoru; 4. hmit; 1.—4. totéž opačně.



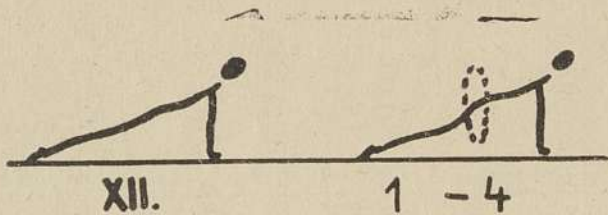
IX. Sed snožmo, připažit, ruce se opírají vedle těla o zem; 1.—2. čtyři hmity střídnož nad zemí; 3. sed snožmo.



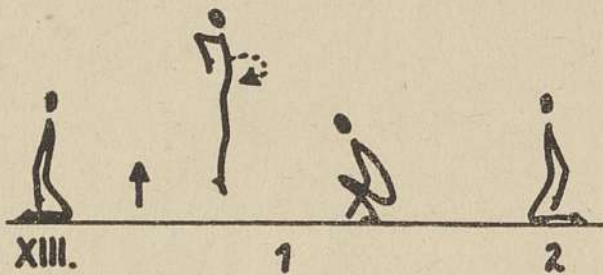
X. Klek rozkročný; 1.—4. kroužení trupu vpravo; 1.—4. totéž vlevo.



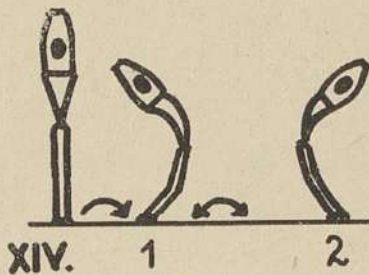
XI. Klek snožmo; 1. sed klečmo vlevo; 2. sed klečmo vpravo.



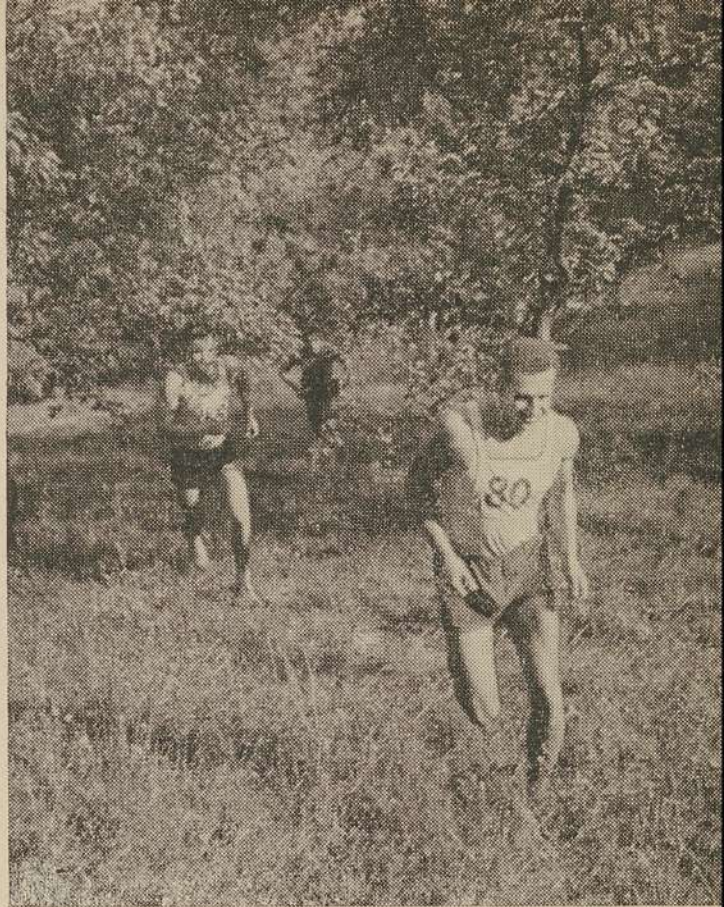
XII. Vzpor ležmo; 1.—4. kroužení boků ve vzporu ležmo.



XIII. Klek snožmo, pokrčmo; 1. výskok s půlobratem vlevo do dřepu spojného; 2. klek snožmo, pokrčmo.



XIV. Stoj spatný, vzpažit dovnitř, spojit ruce, dlaně nahoru; 1. úklon vlevo; 2. úklon vpravo.



Lyžařské přespolní běhy

Lyžařské přespolní běhy se stávají nedílnou součástí přípravy našich závodníků a závodnic a měly by být přípravou i těch, kteří se chystají strávit příjemné dny v našich krásných zasněžených horách.

Stávají se i nedílnou součástí kalendáře lyžařských soutěží. V 7. čísle Lyžařství uveřejněný kalendář ukazuje, jak se připravily jednotlivé kraje na tyto důležité přípravné soutěže a závody. Zdá se, že je jich přece jen trochu málo, ačkoliv právě přespolní běhy by měl pořádat každý oddíl. Probíhají právě v období, kdy činnost lyžařských oddílů není popoháněna poměrně krátkým zimním obdobím a závislostí na sněhových podmínkách. Měly by oživovat a aktivizovat nejen oddíly, ale i všechny lyžařské pracovníky.

Právě tyto lyžařské běhy mohou být dobrou prověrkou nejen závodníků a lyžařů nezávodníků, ale i organizační schopnosti a připravenosti oddílů, lyžařských rozhodčích, technických pracovníků a všech těch, kteří se točí na sněhu kolem lyžařiny.

Na jejich přípravu od září až do prosince je dostatek času, a přece jim není všude věnována dostatečná péče. Jsou dosud přehlíženy lyžařskými pracovníky a jejich přitažlivostí není využito pro získání větší účasti zvláště z řad mládeže.

Pro svou finanční nenáročnost, možnost dobré organizační přípravy a propagačního využití, zvláště, jsou-li tyto uspořádány v místě TJ, měly by být nástupem celého lyžařského oddílu do hlavního období, nástupem, který by měl do lyžařských oddílů přivést nejen mládež jednoty, ale všechnu místní mládež, která má zájem o hory a lyže.

Lyžařské přespolní běhy mohou být také prověrkou výkonnosti a připravenosti špičkových závodníků, i náborovými závody k získání místní mládeže pro krásný lyžařský sport, a na ně by měly navazovat náborové závody mládeže, uspořádané na prvním sněhu.

Mají-li mít tyto lyžařské závody bez sněhu svůj význam, je nutné, aby se nestávaly záležitostí jen tzv. druhé garnitury, i když právě při těchto závodech je možno ověřit si schopnosti nových pracovníků za patronace starších a zkušených.

Věnujme lyžařským přespolním běhům tu největší pozornost a péči ve všech organizačních složkách. Ověřme si na nich, jak jsme připraveni na soutěže, které nás čekají v roce II. celostátní spartakiády.

I tyto závody, i když nejsou pořádaný na sněhu, si zaslouží pozornost a péči, protože nám pomáhají v rozvoji a růstu lyžařského sportu u nás.

FRANTIŠEK TÁBORSKÝ

Využíváme vědeckých poznatků

Dr. inž. SLAVOJ SVOBODA

Běh na lyžích zaznamenává v posledních letech na všech tratích pronikavé zvyšování výkonnosti. Je celá řada příčin tohoto růstu. Nejdůležitější je stále zdokonalování techniky jízdy a zvyšování náročnosti tréninku.

Při hledání další cesty jak zdokonalit techniku jízdy, tak i zlepšit tréninkové metody, je celá řada úkolů a problémů, na které trenér již nestačí, tím méně sám závodník, protože k jejich řešení je třeba mnohdy hlubokých speciálních znalostí z různých vědních oborů.

Tuto okolnost řešili v SSSR již před mnoha lety. V celé řadě sportů a také v lyžařství upravovali tréninkové metody i techniku prováděného sportu na základě přísně vědeckých poznatků a podle široce založeného výzkumu. Výsledky se také nečekaně brzy dostavily.

U nás se započalo s ověřováním praxe běhu na lyžích podrobným výzkumem a vědeckým zdůvodněním před pěti lety. Za těchto pět let byly, kromě řady dílčích otázek, řešeny dva základní úkoly, a to technika střídavého dvouobého běhu a vztah mezi délkou kroku, frekvencí kroků a výsledným časem.

Chci zde stručně vylíčit pracovní metodu a postup, dosažené výsledky i závěry a konečně použít získaných hodnot v praxi obou sledovaných problémů.

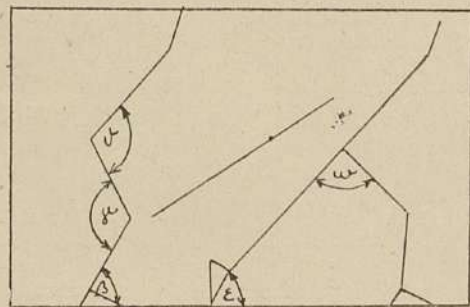
TECHNIKA STŘÍDAVÉHO DVOUDOBEHO KROKU

Výzkum rozboru pohybů střídavého dvouobého kroku a vyhodnocení ekonomické techniky, jeho provádění trvalo tři roky (1955—1957).

Především bylo nutno zajistit dostatek srovnávacího materiálu a vypracovat vhodnou metodu práce. V roce 1955 bylo k dispozici poměrně málo materiálu, tj. kinogramů, snímků a filmů, nebylo proto možné dopracovat se celkem jednoznačných závěrů. Teprve v roce 1956 po získání filmů především ze VII. zimních olympijských her v Cortině bylo dosaženo prvních výsledků. Srovnávacího materiálu nebylo ani tehdy dostatek; rozhodně ne tolik, aby získané hodnoty byly veličinami širokého průměru s malou směrodatnou odchylkou. V roce 1957 bylo provedeno další šetření, které předcházející porovnání plně potvrdilo.

Pro vyhodnocení byla použita grafická metoda. Kinogramy a snímky byly převedeny v jednoduché grafy. Jednotlivé klouby (hlezenní, kolenní a kyčelní, dále šije a špička nohy) tvoří místa vrcholů. Hlava, trup, stehno, bérce a chodidlo jsou spojnicemi vrcholů. Vzájemné postavení těchto spojnic tvoří ve vrcholech úhly. (Viz obr. 1.)

Rozborem grafů značících postupné fáze kroku předních závodníků, vyčíslením (grafostaticky) a porovnáním hodnot takto získaných, zároveň s vyčíslením a porovnáním hodnot tzv. ideálního lyžaře-běžce byly nakonec zjištěny



Obr. 1.: schematické znázornění lyžaře, vlevo základní postoj, vpravo odraz

- β ... úhel mezi podložkou a bérce
- γ ... úhel mezi bérce a stehnem
- δ ... úhel mezi stehnem a trupem
- ω ... úhel rozkročení
- ϵ ... úhel odrazu, mezi odrazovou nohou (bérce) a podložkou

pro základní fáze střídavého dvouobého kroku nejvýhodnější veličiny umožňující ekonomické jeho provedení.

(Ideální lyžař-běžec je člověk o těchto rozměrech a váhách: Výška 175 cm; z toho: hlava 20 cm, trup včetně krku 60 cm, stehno 45 cm, bérce 40 cm, pata po hlezenní kloub 10 cm, chodidlo 24 cm. Váha 70 kg; z toho: hlava 5 kg, trup včetně krku 30 kg, horní končetina 5 kg, tj. obě 10 kg, dolní končetina 12,5 kg, tj. obě 25 kg. Viz: J. Bělohádek: Člověk v čislech, nakladatelství F. Borový, Praha 1945.)

Výsledky takto získané jsou dnes již zakotveny v učebním textu z roku 1959 »Běh na lyžích«. V dalším uvádím jen stručně shrnutí doplněné některými názory sovětských výzkumníků.

VYUŽITÍ ODRAZU

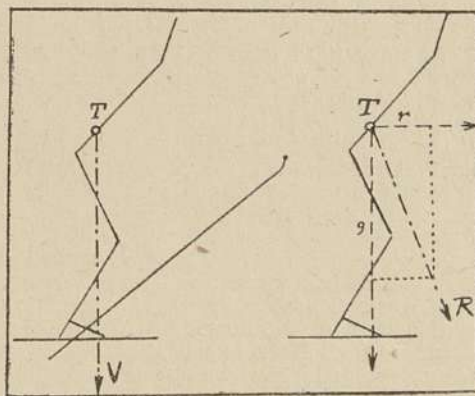
Výška postoje je závislá na vzájemné poloze jednotlivých částí těla, tj. trupu, stehen a bérce k podložce. Tato poloha musí být taková, aby byla zachována v klidu statická a v pohybu dynamická rovnováha. Odchyłka v úhlu tvořeném bérce a stehnem (γ) musí mít za následek vyrovnání v úhlu tvořeném stehnem a trupem (δ). Příliš velký úhel γ nutí k vzpřímení trupu, čímž se zkracuje krok, kdežto naopak příliš malý úhel (γ) nutí tělo do předklonu, čímž vzniká nepřiměřená námaha.

Základní postoj dává předpoklad pro provedení odrazu. Snížením postoje se zvyšuje účinek odrazu, ale zvyšuje se i vynaložená práce (námaha). Do určité meze je toto zvyšování rovnoměrné, později (při nízkých postojích) je práce (námaha) vyšší než účinek odrazu.

Chceme-li plně využít odrazu, musíme do něho zapojit celé tělo. Čím větší hmotu uvedeme do určité rychlosti, tím větší získáme kinetickou (pohybovou) energii.

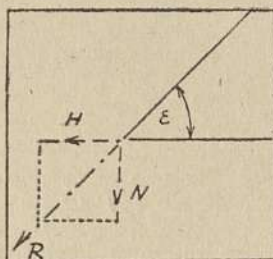
Po ukončení odrazu je skluzná noha před těžištěm (švihem provedeným současně s odrazem, pokud nebyla zatížena). Zatížením se zvyšuje tření, čímž se rychlost pohybu nohy zpomaluje, kdežto tělo se pohybuje stejnoměrně. Tím se těžiště sune vpřed a tělo se dostává do přepadu. Že i nyní je tělo v rovnováze, je dáno rychlostí (dynamická rovnováha) (viz obr. 2).

Při přepadu dochází ke snížení postoje. Snížení vzniká zmenšením úhlů hlezenního, kolenního i kyčelního. Hodnoty zmenšení úhlů v jednotlivých kloubech musí být k sobě opět ve vzájemném poměru.



Obr. 2.: vlevo: statická rovnováha; vpravo: dynamická rovnováha

- T ... těžiště
- g ... složka, kterou vyvozuje váha lyžaře
- r ... rychlost pohybu lyžaře
- R ... výslednice pohybu



Sovětští trenéři říkají tomu-
to zmenšení úhlu přisednutí.

Dá se říci, že mohutnost odrazu vzrůstá přímo s velikostí tohoto přisednutí. Není však dosud zřejmé, jakou hodnotu na celkovém výsledku participují jednotlivé klouby.

Na druhé straně, čím větší přisednutí, tím větší je námaha a od určité hodnoty narůstání námahy je rychlejší než zvětšování mohutnosti odrazu [obdobně jako u základního postoje].

Obr. 3.: rozklad síly odrazu
 Σ úhel odrazu
 V síla vyvozená vahou
 H složka vodorovná — pohybová
 N složka vertikální — vyvolující tření

VÝSLEDKY VÝZKUMŮ SOVĚTSKÝCH PRACOVNÍKŮ

Menčíkov uvádí, že čím lépe je provedeno přisednutí, tj. pokrčení odrazové nohy, tím bude silnější i samotný odraz. Dovozuje, že nejlepší běžci (např. Brenden) mají hodnotu přisednutí a dále napřimění v okamžiku odrazu největší.

Donskoj: Přenos váhy probíhá ve zlomku vteřiny (0,02—0,04 vt.). V tomto okamžiku je tělo na obou lyžích, z nichž jedna se pohybuje (švihová). Proto je střídavý dvoudobý běh řada skluzů na jedné lyži (jednoopěrná perioda) a pohybu na obou lyžích (dvouopěrná perioda), kdy jen jedna lyže se pohybuje, zatímco druhá stojí.

Travin: Švihová noha v okamžiku míjení nohy oporové zabrzdí v pohybu; tím dojde k napínání svalu kolenního kloubu (zvětšení úhlu — poznámka autora). Pohybová energie švihové nohy je předávána celému tělu. Tato síla je poměrně velká (její horizontální složka v těžišti těla se skoro rovná stejné složce síly při odrazu).

Ze všech poznatků je patrné, že předpad je rozhodujícím stádiem pro provedení odrazu a tím i celého kroku. Čím dokonaleji se běžci podaří koordinovat všechny nutné pohyby, čím lépe bude probíhat vzájemná práce nohou tak, aby nutnost pasivního postoje na obou nohou (zatížení svalů) byla co nejkratší, tím efekt odrazu bude mohutnější!

Velikost odrazu, či lépe řečeno mohutnost odrazu je přímo závislá, při jinak stejných okolnostech, na způsobu zapojení svalových skupin. Čím je dráha, po které se síla pohybuje delší, tím větší je i výsledek (viz i jinde např. lehká atletika).

Rychlost provedení odrazu závisí na trénovanosti běžce (rychlost reakce svalů) a na předcházejícím uvolnění svalů, tj. na dostatečně dlouhém a úplném odpočinkovém stadiu předcházejícím.

Menčíkov uvádí závislost mezi rychlostí provedení odrazu a mohutností tohoto odrazu. Vyčísluje hodnotu délky odrazu (0,18 vt. = 100 %). Z jeho výzkumu je také zřejmo, že naši přední závodníci mají dobu trvání odrazu delší (Matouš o 10 %, Prokeš o 25 %).

Pro dokonalý odraz je dále zapotřebí, aby lyže, z níž je prováděn v tomto okamžiku, stála. V klidu dochází ke spojení skluznice lyže (resp. mazání) s povrchem sněhu. Součinitel tření v klidu je podstatně větší než součinitel tření v pohybu, takže možnost podklouznutí se snižuje.

Spiridonov požaduje aktivní urychlené vynesení nohy vpřed, pomáhá se tak zastavení skluzu oporové nohy. Rychlým pohybem švihové nohy vzniká síla směřující vzad, která je předána odrazové noze. Odrazová noha vzhledem k prostoru se zastaví, vzhledem k těžišti se pohybuje vzad. To umožní nejlepší podmínky pro plný a mohutný odraz. Síla švihů je tím větší, čím větší je rychlost švihové nohy. Švih je předán tělu, čímž nastane rychlejší přenesení těžiště vpřed. V tomto údobí jsou obě nohy zatíženy. Taktó se zároveň odstraní brzdicí účinek lyže o sněh v okamžiku počátku skluzu. Spiridonov nazývá tento okamžik «úderem».

Další příznivou okolností pro okamžik odrazu je aktivní práce špice odrazové nohy směrem dolů (nikoliv jen směrem vodorovným). Tím vznikne další zesílení tření mezi lyží a podložkou.

PŮSOBNÍ SÍLY ODRAZU

Hodnota odrazu je dána, za jinak stejných okolností, silou odrazu, která je součinem váhy účinkující na odrazovou nohu a úhlem odrazu. Při správně přenesené váze a vzpřímené poloze trupu a odrazové nohy působí na konec odrazu celá váha těla s výjimkou nohy skluzové, což je až 83 % váhy lyžaře. Tato síla se v místě odrazu rozkládá na složku horizontální — pohybovou, působící na pohyb vpřed, a na složku vertikální — vyvolující tření. Čím je úhel odrazu Σ menší, tím je pohybová složka větší (viz obr. 3). V případě, že na konci odrazu není trup vzpřímen s odrazovou nohou do jedné přímky, není zatížení odrazové nohy tak příznivé. Čím je odchylka od přímky větší, tím i zatížení odrazové nohy a tedy síla tvořící odraz je menší. (Pokud tato odchylka je malá asi do 40°, je diference nepatrná.)

Menčíkov rovněž uvádí důležitost vypřimování těla při odrazu a udává přímo hodnoty v kg, o které se tím zvýší absolutní síla odrazu.

Donskoj při odrazu rozlišuje tři stadia: v prvním se tělo pohybuje dopředu, přičemž chodidlo je nehybné; ve druhém pokračuje pohyb těla, ale pata opěrné nohy se zvedá; ve třetím dochází k vrcholnému odrazu dopředu a nahoru ve směru roviny běrce. Vlastní odrazení dopředu začíná uprostřed druhého stadia, přičemž na konci tohoto stadia závěrečné úsilí zvětšuje rychlost skluzu nově zatížené lyže.

SKLUZ NENÍ JEN PASIVNÍ JÍZDA NA JEDNÉ (OPĚRNÉ) LYŽI

Rovnováha je dynamická a opěrná noha musí vyrovnávat výchylky rychlostní i sklonitostní. Proto opěrná noha během skluzu (především její klouby) nezaujímá neměnnou polohu. Jakmile je na opěrnou nohu přenesena váha, nastane zmenšení úhlu kolenního a částečně i kyčelního kloubu, čímž se sníží i poloha těžiště. Hned potom dochází k pohybu opačnému, tj. ke zvětšení úhlů kloubů. Tento dvojitý pohyb je reakcí na náhlé zatížení. Je to zřejmě vypérování mající za úkol jak vyrovnání vnitřního napětí ve svalech a kloubech opěrné nohy, tak i zprostředkování plynulého pohybu na jedoucí lyži. Ke konci skluzu, v období přechodu do základního postoje, dochází k novému zatížení opěrné nohy.

Donskoj po rozboru filmu Gromykova došel k názoru, že opěrná noha vykonává tyto čtyři pohyby: 1. na začátku skluzu odpérování v kolenním kloubu (10° až 30°), 2. narovnání opěrné nohy spojené se začátkem zastavení lyže, 3. pokrčení opěrné nohy při přisednutí na začátku odrazu, 4. narovnání opěrné nohy při odrazu.

ZÁVĚREM MOŽNO ŘÍCI

Technika střídavého dvoudobého kroku zůstává sice v hrubých rysech stejná, má však celou řadu nových, pro hospodárné provedení velmi důležitých detailů. Je to především zdůraznění švihové práce ve všech fázích kroku. Z toho vyplývá i poněkud vyšší základní postoj, úměrný předpad a rychle provedený, mohutný odraz. Při tomto provedení lze s nejmenším úsilím docílit při střídavém dvoudobém běhu kroků rychlých a přítom dostatečně dlouhých, to je nezbytným předpokladem pro dobrý celkový výsledek.

VZTAH MEZI DÉLKOU KROKU, FREKVENCÍ KROKŮ A VÝSLEDNÝM ČASEM

Výsledný čas je dán rychlostí pohybu. V běhu na rovině a do kopce je rychlost součinem délky kroku a frekvence [tj. počtu kroků za jednotku časovou, obvykle za 1 minutu]. Zvýšení rychlosti lze tedy docílit buď prodloužením kroku nebo zvyšováním frekvence.

Již před lety se uvažovalo, jaký je optimální poměr obou těchto složek, tj. jak dlouhý má být krok a jaká má být frekvence?

ŠIROCE ZALOŽENÝ VÝZKUM TRVAL PĚT LET

Tento výzkum, započatý nejdříve u mužů, byl postupně rozšířen i na ženy, dorostence a dorostenky. Bylo provedeno a zpracováno více než 2500 pozorování, než mohla být dána uspokojivá odpověď.

Nejdříve bylo nutno se vypořádat s otázkou tzv. »dlouhého kroku«. Po druhé světové válce (vlivem špatně

pochopeného výkladu švédského trenéra Bergforsta) stal se ideálem našich běžců co nejdelší krok. Výzkumem bylo dokázáno, že tato teorie má tyto vážné závady:

1. Jestliže je krok, ve snaze po největší délce, vyjžděn téměř až k zastavení, stává se pomalým, protože v jeho druhé části rychlost klesá až téměř k nule.

2. Rychlost jízdy při takto dlouhých krocích je mezi jednotlivými kroky nerovnoměrná.

3. Provedení co nejdelšího kroku, především tehdy, když rychlost při odrazu je malá, znamená vynaložení neúměrně velké práce (námahy), proto výkon běžce brzy klesá.

DLOUHÝ KROK NENÍ VÝHODNÝ

Další výzkum ukázal, že trvání kroku, provedeného i s maximálním úsilím, s přibývajícím délkou kroku rychle vzrůstá, čímž se krok stává neekonomickým.

Ačkoliv výzkum změny rychlosti během kroku a trvání kroku není ještě zdaleka ukončen, je patrné, že ekonomická délka kroku u mužů je v rozmezí 270–320 cm (podle jakosti sněhu, vhodnosti mazání ap.). Takto dlouhý krok při správně provedeném odrazu může trvat 0,5 až 0,65 vt.

Na základě těchto údajů bylo možno rozřešit poměr mezi vhodně dlouhým krokem a potřebnou frekvencí pro získání určitého času.

Chceme-li, aby špička závodníků mužů v běhu na 15 km docílovala časů pod 55 minut, znamená to 1 km průměrně za 3,40 min. (4,55 m/vt.). Při běhu po rovině nutno počítat s rychlostí asi o 10 % lepší, tedy 1 km za 3,20 min. (5,0 m/vt.). Aby těchto rychlostí bylo dosaženo, je zapotřebí při intervalovém tréninku uběhnout 1 km za 3,00 min. (tj. 5,5 m/vt.).

CO ZNAMENAJÍ UVEDENÉ PRŮMĚRY

Při frekvenci kroků za minutu:	90	100	110	120
je trvání 1 kroku vt.:	0,67	0,60	0,545	0,5
a potřebná délka kroku v cm:	370	333	303	280

To tedy znamená, že muži musí dokázat na rovině případně až do 4 % stoupání běžet střídavým dvoudobým krokem o frekvenci 105 až 120 kroků za minutu při délce kroku 275 až 315 cm.

Obdobně bylo postupováno u žen. Ekonomická délka

kroku u žen je asi 250 až 300 cm. Chceme-li, aby špička závodnic v běhu na 5 km docílovala časů pod 21 minut, tj. 1 km průměrně za 4,10 min. (4,5 m/vt.), musí na rovině uběhnout 1 km za 3,50 min. (4,3 m/vt.) a při intervalovém tréninku za 3,30 min. (4,8 m/vt.).

Tedy při frekvenci kroků za minutu:	90	100	110	120
je trvání kroku ve vt.:	0,67	0,6	0,545	0,5
a potřebná délka kroku v cm:	318	286	280	240

Ženy tedy musí dokázat běžet na rovině případně až do stupu 4 % frekvenci 100 až 115 kroků za minutu při délce kroku 250 až 280 cm.

JAKÉ JSOU REZERVY V JÍZDĚ NAŠICH NEJLEPŠÍCH

Rozborem běhu našich špičkových závodníků bylo zjištěno, že zatímco se průměrná délka kroku za dobrých skluzových podmínek na rovině pohybuje na hranici 300 cm (i delší) a ještě při sklonu 4–5 % a při horších skluzových podmínkách je krok delší 250 cm, frekvence na rovině je jen 90 až 95 kroků za minutu a ještě při sklonu 4–5 % je jen 100 až 105 kroků za minutu.

Podobná situace je i u špičkových závodnic.

Takto se objevila důležitá skrytá rezerva v jízdě našich předních závodníků i závodnic. Je to nízká frekvence kroků! Proto pro získání skutečně vynikajících výkonů musí naši závodníci zaměřit svůj trénink tak, aby za předpokladu nezkrácení délky kroku zvýšili frekvenci kroků v průměru asi o 10 %.

Obdobná byla i cesta sovětských závodníků, jejichž frekvence se skutečně blíží hodnotám uváděným v našem rozboru.

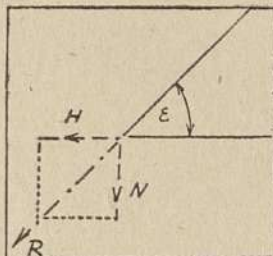
MLÁDEŽ LEHCE PŘIVYKÁ RYCHLÉ FREKVENCÍ KROKŮ

Konečnou otázkou bylo zajištění potřebné délky kroku i frekvence kroků v tréninku již u nejmladších závodníků.

Ukázalo se, že naše lyžařská běžecká mládež po řádném zvládnutí běžecké techniky lehce přivyká rychlé frekvenci, pokud je prováděna na kratším úseku. Po provedení celé řady skupin dorostenců a dorostenek, starších i mladších, nejrůznější technické vyspělosti, bylo možno sestavit pro jednotlivé kategorie hodnoty pro postupné provádění nácviku.*

POSTUPNÝ NÁCVIK RYCHLOSTI, DÉLKY KROKU A FREKVENCE NA ÚSEKU 50 m NA ROVINĚ DO 5 %

Kategorie	Na úseku 50 m		Délka kroku cm	Trvání kroku vt.	Frekvence za min.	Průměrná rychlost m/vt.	Průměrný čas na 1 km min.
	čas vt.	počet kroků					
nováčci: zvládnutí základní techniky —	20,0	40	125	0,5	120	2,50	6,40
	19,5	39	128			2,57	6,30
	19	38	132			2,63	6,20
	18,5	37	136			2,70	6,10
	18	36	140			2,78	6,00
	17,5	35	144			2,85	5,50
	17	34	148			2,92	5,40
	16,5	33	152			3,00	5,30
	16	32	156			3,10	5,20
	15,5	31	161			3,22	5,10
prodlužování kroku —	15	30	166	3,35	5,00		
	14,5	29	172	3,47	4,50		
	14	28	178	3,80	4,40		
	13,5	27	185	3,72	4,30		
	13	26	192	3,86	4,20		
	12,5	25	200	4,00	4,10		
	12	24	210	0,5	120	4,00	
	12	23	220	0,52	115	4,17	4,00
	12	22	230	0,55	110		
	12	23	220	0,5	120		
dorostenky mladší	11,5	22	230	0,52	115	4,35	3,50
	11,5	21	240	0,55	110		
	11,5	22	230	0,50	120		
	11,5	21	240	0,52	115	4,55	3,40
	11,5	20	250	0,55	110		
	11,5	21	240	0,50	120		
	11,5	20	250	0,52	115	4,77	3,30
	11,5	19	262	0,55	110		
	11,5	20	250	0,5	120		
	11,5	19	262	0,55	110		
dorostenky starší	11	21	240	0,52	115	4,55	3,40
	11	20	250	0,55	110		
	11	21	240	0,50	120		
	11	20	250	0,52	115	4,77	3,30
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
dorostenci mladší	11	21	240	0,52	115	4,55	3,40
	11	20	250	0,55	110		
	11	21	240	0,50	120		
	11	20	250	0,52	115	4,77	3,30
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
	11	19	262	0,55	110		
	11	20	250	0,5	120		
dorostenci starší	10,5	20	250	0,52	115	4,77	3,30
	10,5	19	262	0,55	110		
	10,5	20	250	0,5	120		
	10,5	19	262	0,55	110		
	10,5	20	250	0,5	120		
	10,5	19	262	0,55	110		
	10,5	20	250	0,5	120		
	10,5	19	262	0,55	110		
	10,5	20	250	0,5	120		
	10,5	19	262	0,55	110		



Sovětská trenéři říkají tomu to zmenšení úhlu přisednutí.

Dá se říci, že mohutnost odrazu vzrůstá přímo s velikostí tohoto přisednutí. Není však dosud zřejmé, jakou hodnotu na celkovém výsledku participují jednotlivé klouby.

Na druhé straně, čím větší přisednutí, tím větší je námaha a od určité hodnoty narůstání námahy je rychlejší než zvětšování mohutnosti odrazu (obdobně jako u základního postoje).

Obr. 3.: rozklad síly odrazu
 Σ úhel odrazu
 V síla vyvozená vahou
 H složka horizontální — pohybová
 N složka vertikální — vyvozující tření

VÝSLEDKY VÝZKUMŮ SOVĚTSKÝCH PRACOVNÍKŮ

Menčikov uvádí, že čím lépe je provedeno přisednutí, tj. pokrčení odrazové nohy, tím bude silnější i samotný odraz. Dovojuje, že nejlepší běžci (např. Brenden) mají hodnotu přisednutí a dále napřimění v okamžiku odrazu největší.

Donskoj: Přenos váhy probíhá ve zlomku vteřiny (0,02—0,04 vt.). V tomto okamžiku je tělo na obou lyžích, z nichž jedna se pohybuje (švihová). Proto je střídavý dvoudobý běh řada skluzů na jedné lyži (jednoopěrná perioda) a pohybu na obou lyžích (dvouopěrná perioda), kdy jen jedna lyže se pohybuje, zatímco druhá stojí.

Travin: Švihová noha v okamžiku míjení nohy oporové zabrzdí v pohybu; tím dojde k napínání svalu kolenního kloubu (zvětšení úhlu — poznámka autora). Pohybová energie švihové nohy je předávána celému tělu. Tato síla je poměrně velká (její horizontální složka v těžišti těla se skoro rovná stejné složce síly při odrazu).

Ze všech poznatků je patrné, že přepad je rozhodujícím stadiem pro provedení odrazu a tím i celého kroku. Čím dokonaleji se běžci podaří koordinovat všechny nutné pohyby, čím lépe bude probíhat vzájemná práce nohou tak, aby nutnost pasivního postoje na obou nohou (zatížení svalů) byla co nejkratší, tím efekt odrazu bude mohutnější.

Velikost odrazu, či lépe řečeno mohutnost odrazu je přímo závislá, při jinak stejných okolnostech, na způsobu zapojení svalových skupin. Čím je dráha, po které se síla pohybuje delší, tím větší je i výsledek (viz i jině např. lehká atletika).

Rychlost provedení odrazu závisí na trénovanosti běžce (rychlost reakce svalů) a na předcházejícím uvolnění svalů, tj. na dostatečně dlouhém a úplném odpočinkovém stadiu předcházejícím.

Menčikov uvádí závislost mezi rychlostí provedení odrazu a mohutností tohoto odrazu. Vyčísluje hodnotu délky odrazu (0,18 vt. = 100 %). Z jeho výzkumu je také zřejmo, že naši přední závodníci mají dobu trvání odrazu delší (Matouš o 10 %, Prokeš o 25 %).

Pro dokonalý odraz je dále zapotřebí, aby lyže, z níž je prováděn v tomto okamžiku, stála. V klidu dochází ke spojení skluznice lyže (resp. mazání) s povrchem sněhu. Součinitel tření v klidu je podstatně větší než součinitel tření v pohybu, takže možnost podklouznutí se snižuje.

Spiridonov požaduje aktivní urychlené vnesení nohy vpřed, pomáhá se tak zastavení skluzu oporové nohy. Rychlým pohybem švihové nohy vzniká síla směřující vzad, která je předána odrazové noze. Odrazová noha vzhledem k prostoru se zastaví, vzhledem k těžišti se pohybuje vzad. To umožní nejlepší podmínky pro plný a mohutný odraz. Síla švihy je tím větší, čím větší je rychlost švihové nohy. Švih je předán tělu, čímž nastane rychlejší přenesení těžiště vpřed. V tomto údobí jsou obě nohy zatíženy. Takto se zároveň odstraní brzdící účinek lyže o sněh v okamžiku počátku skluzu. Spiridonov nazývá tento okamžik »úderem«.

Další příznivou okolností pro okamžik odrazu je aktivní práce špice odrazové nohy směrem dolů (nikoliv jen směrem vodorovným). Tím vznikne další zesílení tření mezi lyží a podložkou.

PŮSOBNÍ SÍLY ODRAZU

Hodnota odrazu je dána, za jinak stejných okolností, silou odrazu, která je součinem váhy účinkující na odrazovou nohu a úhlem odrazu. Při správně přenesené váze a vzpřímené poloze trupu a odrazové nohy působí na konec odrazu celá váha těla s výjimkou nohy skluzové, což je až 83 % váhy lyžaře. Tato síla se v místě odrazu rozkládá na složku horizontální — pohybovou, působící na pohyb vpřed, a na složku vertikální — vyvozující tření. Čím je úhel odrazu Σ menší, tím je pohybová složka větší (viz obr. 3). V případě, že na konci odrazu není trup vzpřímen s odrazovou nohou do jedné přímky, není zatížení odrazové nohy tak příznivé. Čím je odchylka od přímky větší, tím i zatížení odrazové nohy a tedy síla tvořící odraz je menší. (Pokud tato odchylka je malá asi do 40, je diference nepatrná.)

Menčikov rovněž uvádí důležitost vypřimování těla při odrazu a udává přímo hodnoty v kg, o které se tím zvýší absolutní síla odrazu.

Donskoj při odrazu rozlišuje tři stadia: v prvním se tělo pohybuje dopředu, přičemž chodidlo je nehybné; ve druhém pokračuje pohyb těla, ale pata opěrné nohy se zvedá; ve třetí dochází k vrcholnému odrazu dopředu a nahoru ve směru roviny běrce. Vlastní odrážení dopředu začíná uprostřed druhého stadia, přičemž na konci tohoto stadia závěrečné úsilí zvětšuje rychlost skluzu nově zatížené lyže.

SKLUZ NENÍ JEN PASIVNÍ JÍZDA NA JEDNÉ (OPĚRNÉ) LYŽI

Rovnováha je dynamická a opěrná noha musí vyrovnávat výchylky rychlostní i sklonitostní. Proto opěrná noha během skluzu (především její klouby) nezaujímá neměnnou polohu. Jakmile je na opěrnou nohu přenesena váha, nastane zmenšení úhlu kolenního a kyčelního kloubu, čímž se sníží i poloha těžiště. Hned potom dochází k pohybu opačnému, tj. ke zvětšení úhlů kloubů. Tento dvojitý pohyb je reakcí na náhlé zatížení. Je to zřejmě vypérování mající za úkol jak vyrovnání vnitřního napětí ve svalech a kloubech opěrné nohy, tak i zprostředkování plynulého pohybu na jedoucí lyži. Ke konci skluzu, v období přechodu do základního postoje, dochází k novému zatížení opěrné nohy.

Donskoj po rozboru filmu Gromykova došel k názoru, že opěrná noha vykonává tyto čtyři pohyby: 1. na začátku skluzu odpérování v kolenním kloubu (19 až 30°), 2. narovnání opěrné nohy spojené se začátkem zastavení lyže, 3. pokrčení opěrné nohy při přisednutí na začátku odrazu, 4. narovnání opěrné nohy při odrazu.

ZÁVĚREM MOŽNO ŘÍCI

Technika střídavého dvoudobého kroku zůstává sice v hrubých rysech stejná, má však celou řadu nových, pro hospodárné provedení velmi důležitých detailů. Je to především zdůraznění švihové práce ve všech fázích kroku. Z toho vyplývá i poněkud vyšší základní postoj, úměrný přepad a rychle provedený, mohutný odraz. Při tomto provedení lze s nejnemenším úsilím docílit při střídavém dvoudobém běhu kroků rychlých a přitom dostatečně dlouhých, to je nezbytným předpokladem pro dobrý celkový výsledek.

VZTAH MEZI DÉLKOU KROKU, FREKVENCÍ KROKŮ A VÝSLEDNÝM ČASEM

Výsledný čas je dán rychlostí pohybu. V běhu na rovině a do kopce je rychlost součinem délky kroku a frekvence (tj. počtu kroků za jednotku časovou, obvykle za 1 minutu). Zvýšení rychlosti lze tedy docílit buď prodloužením kroku nebo zvyšováním frekvence.

Již před lety se uvažovalo, jaký je optimální poměr obou těchto složek, tj. jak dlouhý má být krok a jaká má být frekvence?

ŠIROCE ZALOŽENÝ VÝZKUM TRVAL PĚT LET

Tento výzkum, započatý nejdříve u mužů, byl postupně rozšířen i na ženy, dorostenky a dorostenky. Bylo provedeno a zpracováno více než 2500 pozorování, než mohla být dána uspokojivá odpověď.

Nejdříve bylo nutno se vypořádat s otázkou tzv. »dlouhého kroku«. Po druhé světové válce (vlivem špatné

pochopeného výkladu švédského trenéra Bergforsta) stal se ideálem našich běžců co nejdelší krok. Výzkumem bylo dokázáno, že tato teorie má tyto vážné závady:

1. Jestliže je krok, ve snaze po největší délce, vyjžděn téměř až k zastavení, stává se pomalým, protože v jeho druhé části rychlost klesá až téměř k nule.

2. Rychlost jízdy při takto dlouhých krocích je mezi jednotlivými kroky nerovnoměrná.

3. Provedení co nejdelšího kroku, především tehdy, když rychlost při odrazu je malá, znamená vynaložení neúměrně velké práce (námahy), proto výkon běžce brzy klesá.

DLOUHÝ KROK NENÍ VÝHODNÝ

Další výzkum ukázal, že trvání kroku, provedeného i s maximálním úsilím, s přibývajícím délkou kroku rychle vzrůstá, čímž se krok stává neekonomickým.

Ačkoliv výzkum změny rychlosti během kroku a trvání kroku není ještě zdaleka ukončen, je patrné, že ekonomická délka kroku u mužů je v rozmezí 270–320 cm (podle jakosti sněhu, vhodnosti mazání ap.). Takto dlouhý krok při správně provedeném odrazu může trvat 0,5 až 0,65 vt.

Na základě těchto údajů bylo možno rozřešit poměr mezi vhodně dlouhým krokem a potřebnou frekvencí pro získání určitého času.

Chceme-li, aby špička závodníků mužů v běhu na 15 km docílovala času pod 55 minut, znamená to 1 km průměrně za 3,40 min. (4,55 m/vt.). Při běhu po rovině nutno počítat s rychlostí asi o 10 % lepší, tedy 1 km za 3,20 min. (5,0 m/vt.). Aby těchto rychlostí bylo dosaženo, je zapotřebí při intervalovém tréninku uběhnout 1 km za 3,00 min. (tj. 5,5 m/vt.).

CO ZNAMENAJÍ UVEDENÉ PRŮMĚRY

Při frekvenci kroků za minutu:	90	100	110	120
je trvání 1 kroku vt.:	0,67	0,60	0,545	0,5
a potřebná délka kroku v cm:	370	333	303	280

To tedy znamená, že muži musí dokázat na rovině případně až do 4 % stoupání běžet střídavým dvoudobým krokem o frekvenci 105 až 120 kroků za minutu při délce kroku 275 až 315 cm.

Obdobně bylo postupováno u žen. Ekonomická délka

kroku u žen je asi 250 až 300 cm. Chceme-li, aby špička závodnic v běhu na 5 km docílovala času pod 21 minut, tj. 1 km průměrně za 4,10 min. (4,5 m/vt.), musí na rovině uběhnout 1 km za 3,50 min. (4,3 m/vt.) a při intervalovém tréninku za 3,30 min. (4,8 m/vt.).

Tedy při frekvenci kroků za minutu:	90	100	110	120
je trvání kroku ve vt.:	0,67	0,6	0,545	0,5
a potřebná délka kroku v cm:	318	286	280	240

Ženy tedy musí dokázat běžet na rovině případně až do stupu 4 % frekvenci 100 až 115 kroků za minutu při délce kroku 250 až 280 cm.

JAKÉ JSOU REZERVY V JÍZDĚ NAŠICH NEJLEPŠÍCH

Rozborem běhu našich špičkových závodníků bylo zjištěno, že zatímco se průměrná délka kroku za dobrých skluzových podmínek na rovině pohybuje na hranici 300 cm (i delší) a ještě při sklonu 4–5 % a při horších skluzových podmínkách je krok delší 250 cm, frekvence na rovině je jen 90 až 95 kroků za minutu a ještě při sklonu 4–5 % je jen 100 až 105 kroků za minutu.

Podobná situace je i u špičkových závodnic.

Takto se objevila důležitá skrytá rezerva v jízdě našich předních závodníků i závodnic. Je to nízká frekvence kroků! Proto pro získání skutečně vynikajících výkonů musí naši závodníci zaměřit svůj trénink tak, aby za předpokladu nezkrácení délky kroku zvýšili frekvenci kroků v průměru asi o 10 %.

Obdobná byla i cesta sovětských závodníků, jejichž frekvence se skutečně blíží hodnotám uváděným v našem rozboru.

MLÁDEŽ LEHCE PŘIVYKÁ RYCHLÉ FREKVENCÍ KROKŮ

Konečnou otázkou bylo zajištění potřebné délky kroku i frekvence kroků v tréninku již u nejmladších závodníků.

Ukázalo se, že naše lyžařská běžecká mládež po řádném zvládnutí běžecké techniky lehce přivyká rychlé frekvenci, pokud je prováděna na kratším úseku. Po provedení celé řady skupin dorostenců a dorostenek, starších i mladších, nejrůznější technické vyspělosti, bylo možno sestavit pro jednotlivé kategorie hodnoty pro postupné provádění nácviku.*

POSTUPNÝ NÁCVIK RYCHLOSTI, DÉLKY KROKU A FREKVENCE NA ÚSEKU 50 m NA ROVINĚ DO 5 %

Kategorie	Na úseku 50 m		Délka kroku cm	Trvání kroku vt.	Frekvence za min.	Průměrná rychlost m/vt.	Průměrný čas na 1 km min.		
	čas vt.	počet kroků							
nováčci: zvládnutí základní techniky —	20,0	40	125	0,5	120	2,50	6,40		
	19,5	39	128			2,57	6,30		
	19	38	132			2,63	6,20		
	18,5	37	136			2,70	6,10		
	18	36	140			2,78	6,00		
	17,5	35	144			2,85	5,50		
	17	34	148			2,92	5,40		
	16,5	33	152			3,00	5,30		
	16	32	156			3,10	5,20		
	15,5	31	161			3,22	5,10		
prodlužování kroku —	15	30	166	3,35	5,00				
	14,5	29	172	3,47	4,50				
	14	28	178	3,60	4,40				
	13,5	27	185	3,72	4,30				
	13	26	192	3,86	4,20				
	12,5	25	200	4,00	4,10				
	dorostenky mladší	12	24	210	0,5	120	4,00	4,00	
		dorostenky starší	12	23	220	0,52	115	4,17	4,00
			22	230	0,55	110			
			23	220	0,5	120			
dorostenci mladší		11,5	22	230	0,52	115	4,35	3,50	
		dorostenci starší	21	240	0,55	110			
			22	230	0,50	120			
			21	240	0,52	115	4,55	3,40	
		dorostenci starší	20	250	0,55	110			
			21	240	0,50	120			
20	250		0,52	115	4,77	3,30			
19	262		0,55	110					

	20	250	0,50	120		
10	19	262	0,52	115	5,00	3,20
	18	275	0,55	110		
9,5	19	262	0,50	120	5,30	3,10
	18	275	0,52	114		
9	18	275	0,5		5,60	3,00

SMĚRODATNÉ HODNOTY PRO JEDNOTLIVÉ KATEGORIE DOROSTU PŘI BĚHU NA ROVINĚ DO 5 %

Kategorie	Třída	Na úseku 50 m		Délka kroku cm	Frekvence za min. 120	Průměrná rychlost m/vt.	Čas, potřebný na 1 km min.
		čas vt.	počet kroků				
mladší dorostenky	bez VTM	18	36	140		2,80	6,00
	VTM II	16	32	156	120	3,10	5,20
	VTM I	14	28	178		3,60	4,40
starší dorostenky	špičkové záv.	12,5	25	200		4,00	4,10
	bez VTM	16	32	156		3,10	5,20
	VTM II	14	28	178	120	3,50	4,40
mladší dorostenci	VTM I	12,5	25	200		4,00	4,10
	špičkové záv.	11	22	230		4,55	3,40
	bez VTM	14	28	178		3,60	4,40
starší dorostenci	VTM II	12,5	25	200	120	4,00	4,10
	VTM I	11	22	230		4,55	3,40
	špičkové záv.	10	20	250		5,00	3,20
starší dorostenci	bez VTM	12,5	25	200		4,00	4,10
	VTM II	11	22	230	120	4,55	3,40
	VTM I	10	20	250		5,00	3,20
	špičkové záv.	9	18	275		5,60	3,00

NA UMĚLÉ HMOTĚ

Prudký rozvoj, který v posledních letech prožívají nejrozmanitější obory lidské činnosti, se nezastavil ani před sportem. Pátráme-li totiž po zdrojích udivujících výkonů ve všech sportovních disciplínách, dojdeme k závěru, že v neposlední řadě jsou to nové metody tréninku aplikované na nových tréninkových prostředcích. Mluvme konkrétně o lyžařském běhu: letní a podzimní trénink na umělé hmotě a odpovídající vzestup výkonnosti v zimní sezóně je jistě nejen přesvědčivým zřetelným vznikem a vývojem nových tréninkových metod, ale i potvrzením jejich účelnosti.



Je již osudem nových věcí, že se setkávají na jedné straně s podporou, ale na druhé straně též s nedůvěrou a podceňováním. Tak i o běžecké dráze z umělé hmoty jsme často slyšeli, že trénink na ní nemá valného významu a že povede nanejvýše k osvojení nesprávných pohybů, kterým na sněhu budeme těžko odvykat. Je to zdánlivě vážný argument, o jehož nesprávnosti jsem z počátku sama nebyla příliš přesvědčena. Chtěla bych dále uvést některé poznatky z tréninku na umělé hmotě, které ovšem nemají být vě-

deckým rozbořením vlivu tréninku na umělé dráze na závodníkovu tělesnou připravenost, ale právě jen ryze individuálními zkušenostmi.

Pražská dráha z umělé hmoty vybudovaná na podzim m. r. brigádnickou prací lyžařů pod vedením soudruha Valkouna měla výhodné umístění na plochem vltavském břehu ve středisku vodních sportů ČSAV. Dráha byla tvořena dvěma rovnoběžnými stopami o celkové délce 340 m, spojenými na obou koncích plošinami z prken. Její vlastní provedení bylo ovšem jen provizorní: na hrubá, neopracovaná prkna byla položena vroubkovaná fólie z umělé hmoty, která byla přichycena třemi podélnými lištami vytvářejícími tak stopu o dvou asi 12 cm širokých kolejkách. Povrch fólie byl zprvu ponechán v původním stavu, později se natíral různými mazadly podle fantazie »zlepšovatelů«. Též lyže jsme později mazali různými vazelinami a krémy, abychom dosáhli lepšího skluzu.

První kroky na »umělém sněhu« nebyly snadné a znamenaly snad pro někoho i určité rozčarování. Měla jsem dojem jízdy na neobyčejně tupém sněhu se skluzem stěžejší dva až tři metry, lyže při každém kroku podklouzávaly, o vedení lyží se díky poměrně širokým kolejkám nedalo vůbec mluvit. Zkrátka se však naše rozpačitá jízda rychle zlepšovala, zvláště když jsme vystihli správný úhel přepadu a dokázali se odrážet v pravý okamžik. Trénovala jsem zpočátku jen mírně, asi 12 až 15 kol během jednoho tré-

ninku, přerušovaného mimo to lehkým vyklusáváním, rozvíčováním a uvolňováním ztuhlého svalstva. Později jsem intenzitu tréninku zvýšila na průměrně 25 kol, a to dva až třikrát týdně. Jsou to již na ženu značné náročné dávky, ale jistě ne ještě konečné při stále rostoucích požadavcích na přípravu. Je však třeba dojít k tak namáhavému tréninku postupným zvyšováním počátečních malých dávek. Je možné, že se ukáže užitečnější častější trénink při menších dávkách. To nám ukáží zkušenosti, kterých je zatím málo.

Trénink na umělé hmotě je velice namáhavý. Odhaduji, že 1 km uběhnutý na umělé hmotě je ekvivalentní zhruba 3 km na sněhu za normálních sněhových podmínek. Tato namáhavost není ovšem na překážku, naopak, velmi přispívá k podstatnému posílení tělesného organismu, zvláště paží, stehenního svalstva, dýchací soustavy apod. Po přechodu na sníh měla jsem pocit lehkosti, lepší tělesné kondice i větší snadnosti a plynulosti pohybů, než tomu bylo u mne na počátku sezóny v předchozích letech.

Na závěr bych chtěla zdůraznit, že by bylo předčasné dělat dalekosáhlé závěry z jednoletých zkušeností s umělou hmotou; jistě však se mnou budou všichni souhlasit v tom, že zlepšené výkony v uplynulé sezóně novoměstských, pražských i slovenských závodníků, kteří měli umělou dráhu k dispozici, nejsou náhodné. Nezbyvá nám, než si přát, aby se »umělý sníh« objevil co nejdříve i ve všech ostatních krajích a pomohl tak československým běžcům k návratu mezi přední evropské závodníky.

Inž. VLASTA SRNKOVÁ

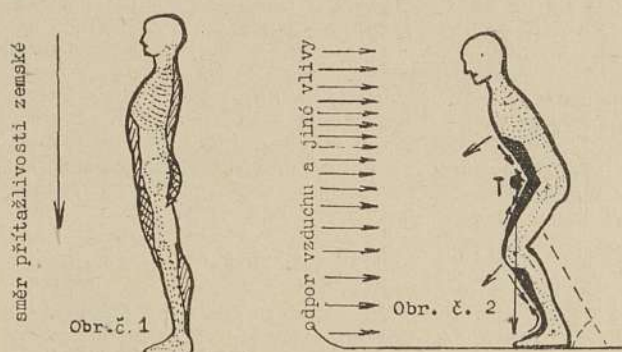
Sjezdaři, zlepšujte stabilitu

JAN VEDRAL

Jsme právě uprostřed přípravného období. V tomto období máme připravit organismus sjezdaře na zvýšenou námahu v závodním období a vybavit jej nezbytnými pohybovými návyky pro zlepšení techniky jízdy.

V našich podmínkách, kde často zápolíme s nedostatkem sněhu a jeho pozdním příchodem, vystupuje důležitost přípravného období ještě více do popředí. Dosáhnout již na suchu takového stupně trénovanosti, které by bylo možno na sněhu již jen usměrňovat, předpokládá volit takové tréninkové prostředky a napodobivá cvičení, která by se co nejvíce podobala vlastní technice jízdy na lyžích.

V dosavadní tréninkové praxi se posilování soustřeďovalo jen na dolní končetiny. Různými skoky, výskoky, dřepy s činkou i bez ní jsme docílovali převážně efektu u svalů antigravitačních, to je těch, které udržují stoj proti působení přitažlivosti zemské (obr. č. 1). Jsou to hlavně svaly na přední straně stehna, dále pak svaly lýtkové, svaly hýžďové a svaly na zadní straně páteře.



Vedle těchto svalových skupin nesmíme však opomíjet ty, které jsou nezbytné při udržování správného sjezdového postojení nebo jeho upravení, byl-li sjezdař ze správného sjezdového postojení vychýlen některými vnějšími vlivy, jako je odpor vzduchu, terénní nerovnosti, změna kvality sněhu a jiné. Jsou to většinou svalové skupiny, které nejsou při normální denní činnosti příliš zaměstnávány. Patří sem svaly břišní (přímý sval břišní, šikmý sval břišní vnitřní a vnější), svaly kyčelního kloubu (sval bedro-kyčlo-stehenní, dlouhý přitahovač, přímý sval stehenní), které nám udržují vhodný sklon trupu a postavení pánve, a svaly na přední části bérce (přední sval holenní, dlouhý natahovač palce, dlouhý natahovač prstů), které napomáhají držet správný úhel mezi holení a lyží. Při ochablosti těchto svalových skupin stačí sebemenší vychýlení sjezdaře ve směru předozadním, a záklon, který následuje, je dříve nebo později příčinou pádu (obr. č. 2).

O to větší pozornost musíme věnovat rozvoji těchto svalových skupin v přípravném období, nehledě k tomu, že výběr cviků rozvíjejících tyto svalové skupiny je na sněhu velmi omezen. Pestrý výběr cviků nám skýtá tělocvična nebo hřiště. Zařazování těchto cvičení a jejich volba pro jednotlivé hodiny a jejich jednotlivé části budou ovlivněny technickou vyspělostí a předchozí přípravou členů oddílu nebo družstva. Zásadou zůstane postup od lehčího k těžšímu.

Uvedu nyní několik cviků pro posílení jednotlivých shora uvedených svalových skupin.

Cviky pro posílení svalů břišních a svalů kyčelního kloubu

a) BEZ NÁČINÍ A NĀRADI

1. Vleže na zemi oporem o lokty zvednout nohy nad podlahu, hmatat střídavě.
2. Vleže na zemi oporem o lokty střídavě skrčovat levou a pravou bez dotyku podlahy.

3. Vleže na zádech zvednout nohy, dotknout se špičkami za hlavou a zpět.

4. Vleže na zádech přednožit kolmo vzhůru, střídavě pokládat nohy vpravo a vlevo.

b) NA NĀRADI

5. Ve svísu přednožovat povýš.
6. Skrčit přednožmo a pokládat střídavě vlevo a vpravo.

c) S NĀČINÍM

7. Házení plných míčů nebo koule obouruč vpřed.
8. Činku na ramena, otáčet trupem do maximálních poloh.
9. Podávání plného míče ve dvojicích s otáčením trupu.
10. Vleže na zemi házení plného míče obouruč.
11. Vleže na zádech uchopit míč mezi kotníky, položit za hlavu a zpět.



Cvičení pro posílení svalů na přední straně bérce

a) BEZ NĀČINÍ

1. Rychlá chůze v těžkých botách.
2. Přitahování špiček nohou.

b) S NĀČINÍM

3. Házení plného míče špičkou nohy.
4. Kopaná s plným míčem.
5. S lyžemi na nohu zmenšování a zvětšování úhlu mezi holemí a lyží.



c) BEZ NĀRADI

6. Vis o špičkách na hrzdě nebo kruzích.
7. Totéž s přitahováním trupu.

Podobných cviků je možné vymyslet celou řadu. Při vlastním cvičení musíme mít na zřeteli, že všechna cvičení jsou pouze prostředkem k zvýšení naší fyzické vyspělosti. Musí být prováděna co nejrychleji tak, jak to vyžadují podmínky našeho sportu. Bezprostředně na tato cvičení musí navazovat uplatňování získaných návyků na sněhu, protože jedině tak může námaha vynaložená v přípravném období přinést své ovoce zdokonalením techniky a lepšími výsledky v závodech.



BLÍŽÍ SE VIII. ZIMNÍ

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK

Skokani zlepšují své výkony

Sledujeme-li výkon skokana na lyžích, obdivujeme jeho odvalu. Dobře provedený a dlouhý skok nadchne i neoborníka, a proto je právě také disciplína z lyžařských závodů u diváků nejoblíbenější. Málokdo si však dovede představit, kolik pilného a namáhavého tréninku bylo vynaloženo, aby se skok trvajících jen několik málo vteřin povedl dokonale.

Seznámím vás alespoň v hrubých rysech s olympijskou přípravou našich předních skokanů Bulína, Remsy a Vašuta. Věřím, že všichni ostatní skokani budou z těchto zkušeností čerpat a uplatní některé ve vlastním tréninku.

Hlavním těžištěm jejich přípravy je individuální trénink prováděný při zaměstnání. Trénují každý den 1 až 3 hodiny. Od července až do napadnutí sněhu se každý měsíc scházíme na krátkém výcvikovém srazu na můstku s umělou hmotou, abychom prověřili trénovanost kontrolními limity i na můstku.

Náplň každodenního individuálního tréninku je u jmenovaných skokanů jen nepatrně odlišná, a proto ji můžeme popsat společně. Liší se především jen různými tréninkovými možnostmi. Je zachováván pravidelný cyklus, v němž se střídá tvrdý trénink

zaměřený především na posílení dolních končetin a břišních svalů s lehkým tréninkem zaměřeným na obratnost.

PŘIBLIŽNÁ NÁPLŇ POSILOVACÍHO TRÉNINKU

Rozcvičení 10 minut, rozběhání 5 až 10 minut (v terénu na měkkém podkladě, nejlépe v jehličnatém lese). Skoky z jedné nohy na druhou do mírného kopce asi 50 m (co nejméně skoků). Po každém pokusu vyklusat. Počet opakování zvyšovat pětkrát až desetkrát.

Skoky odrazem sounož napojované (různé kombinace) například začneme s desetiskokem, vyklusáme a opakujeme. Při každém dalším pokusu se snažíme dosáhnout lepšího výkonu. Opakujeme pětkrát. Přejdeme na jednotlivé skoky z místa na rovině. Po každém skoku uvolňovací poskoky. Opakujeme desetkrát. Přejdeme na pětiškoky napojované. Trénujeme pokud možno vždy na stejném místě, abychom mohli stále sledovat své výkony. Po každém pokusu následuje vyklusání a uvolňovací poskoky. Opakujeme pětkrát až desetkrát.

Volný klus terénem. Po 5 minutách zrychlení do maximální rychlosti na krátké úseky 30 až 60 m. Vždy přejít do mírného klusu a opakovat desetkrát (postupně zvyšovat). Vložit krátké rozcvičení na uvolnění nohou i trupu a pak přejít na posilování paží, například shyby na větví, vrhy kamenem nebo kílky.

Nakonec dřepy na jedné noze, například 5 na pravé a 5 na levé, opakovat pětkrát za sebou. Počet dřepů postupně zvyšovat až do 20 na každé noze a opakovat pětkrát. Nikdy necvičit až do úplné únavy, ale začít raději s menšími dávkami a větším počtem opakování.

Skoky do dálky je možno zaměnit za skoky do výšky odrazem sounož. Provádíme výskoky na mez nebo ze dřepu výskok na větev, která je dostatečně vysoká. Nakonec pak lehké vyklusání a vydýchání.

Náplň lehkého tréninku zaměřeného na obratnost je velmi rozmanitá a řídí se roční dobou a místními podmínkami. Tak v letních měsících to byly skoky do vody s různými gymnastickými cviky prováděnými na plovárně, odbíjená, košíková, cvičení na náradí, jízda na kole, tenis, kopaná (nezávodně) hraná bosou nohou, nebo v plátěné obuvi.

Poctivost přípravy sledujeme každý měsíc těmito kontrolními disciplínami: běh na 60 m, běh na 100 m, skok do dálky odrazem sounož, skok do výšky odrazem sounož, pětiskok sounož napojované a vrh koulí 7,25 kg. Pro říjen byly stanoveny tyto limity: 60 m za 7,9 vt., 100 m za 13 vt., výška 152 cm, délka 550 cm, výška odrazem sounož 120 cm, délka z místa odrazem sounož 280 cm, pětiskok 13 m. Koule 10 m. Všechny tyto disciplíny kontrolujeme bezprostředně za sebou jako osmiboj.

Tím, že máme v Rožnově pod Radhoštěm k dispozici dobrý můstek s umělou hmotou, můžeme prověřovat i výkonnost přímo ve skoku. S letošní dosavadní úrovní našich tří reprezentantů pro ZOH mohou být spokojeni, neboť proti minulému roku se podstatně zlepšili v délce skoků. Již v srpnu soudruh Bulín vytvořil nový rekord rožnovského můstku 61,5 m a se sníženého nájezdu o 3 m skočil v posledním kontrolním tréninku dokonce 64 m. Jak známo, měli jsme možnost porovnat naši skokanskou úroveň i s předními sovětskými skokany, kteří byli v Rožnově — Sakadze, Kočkin a Salnikov.

Na závodech dne 9. 8. 1959 bylo dosaženo velmi dobrých výkonů, a to:

1. Vašut	232,6 bodu (59,5 a 59 m)
2. Martinák	221,1 bodu (56,5 a 54 m)
3. Sakadze	214,9 bodu (56 a 54 m)
4. Jebavý	212,5 bodu (54,5 a 53,5 m)
5. Remsa	200,6 bodu (50,5 a 50,5 m)

Soudruh Bulín měl v prvním kole při skoku 61,5 m dlouhém pád a skončil na 9. místě.

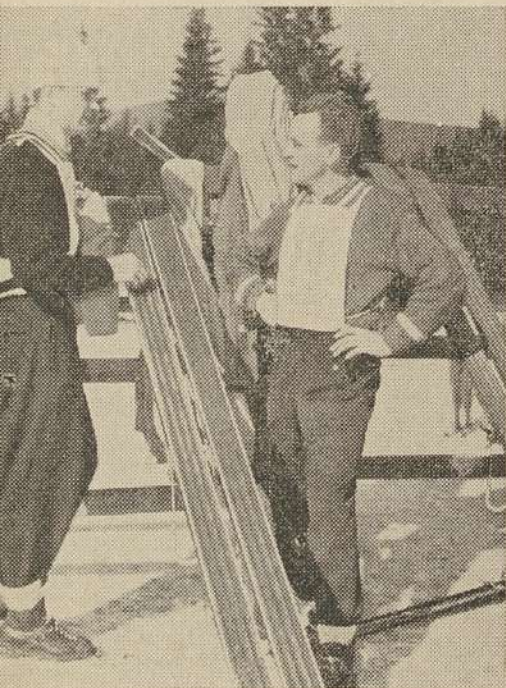
Při kontrolním tréninku za účasti sovětských skokanů dne 12. 8. 1959 bylo pořadí:

	Body	
1. Bulín	221,5	64 a 61 m
2. Remsa	206,55	55 a 54 m
3. Martinák	198,5	53 a 56 m
4. Kočkin — SSSR	197,5	52 a 53 m
5. Jebavý	194,0	51 a 50 m
6. Sakadze — SSSR	187,0	57,5 a 61 m s pádem

Vašut po pádu v prvním kole nedokončil pro lehčí zranění kotníku.

Při kontrolním srazu v září za účasti nejlepších polských skokanů dne 13. září t. r. vyhrál závod Vašut s 216 body a skoky 54 a 54,5 m před Martinákem a Mazánkem. Bulín si při tréninku (odbíjená) poranil koleno, takže nemohl startovat, a Remsa po prvním kole vedl skokem 55 m a ve druhém kole při skoku 58 m upadl. Poláci odmítli startovat v závodech, ale skákali mimo soutěž. Nejlepší z nich byl Tojner a Hriniewicky. Tajner dosáhl délek 50 a 51 m a Hriniewicky 52 a 50 m.

V dalším tréninku se zaměříme na zpracování doskoku.



OLYMPIJSKÉ HRY

Jak se připravují běžci

18. února 1960 budou ve Squaw Valley v Kalifornii zahájeny již VIII. zimní olympijské hry. V dosavadním průběhu se již naši lyžaři zúčastňovali vždy s úspěchem. Prohlížíme-li výsledky uplynulých olympiád, které se konaly prvně v roce 1924 v Chamonix, pak postupně v letech 1928 ve Sv. Mořici, 1932 v Lake Placide, 1936 v Garmisch-Partenkirchen, 1948 opět ve Sv. Mořici, 1952 v Oslo a poslední ZOH v Cortině d'Ampezzo v roce 1956, setkáváme se se jmény našich vynikajících běžců, sdruženářů a skokanů, jako bratří Němečtí, Donth František, Novák Vladimír, Bartoň Antonín, Miňalák Lukáš, Šimůnek František, Musil Cyril, Burkert Rudolf a mnozí jiní, kteří proslavili naše lyžařství jako nejlepší ve střední Evropě. V jejich stopách úspěšně pokračoval Cardal Jaroslav a Matouš Ija.

Vůbec nejúspěšnější účast našich lyžařů byla v Lake Placide, kde v celkovém bodovém hodnocení všech reprezentantů jednotlivých národů jsme se umístili na druhém místě za Norskem, zásluhou vyrovnaného výkonu všech našich reprezentantů.

V jednotlivcích dosáhl nejlepších výsledků R. Burkert, který získal v historii našeho lyžařství zatím jedinou olympijskou medaili za své třetí místo na olympiádě ve Sv. Mořici v r. 1926. Fr. Šimůnek byl pátý v závodě sdruženém na OH v Garmisch-Partenkirchen v roce 1936 a do šestého místa se ještě umístil J. Adolf v Chamonix v r. 1924 a A. Bartoň v Lake Placide v r. 1932. Jejich úspěch však doceníme teprve tehdy, zjistíme-li, že kromě závodníků skandinávských zemí a našich čtyř se do šestého místa v předválečných zimních olympijských hrách klasifikoval jen Polák Maruszak a třikrát Američané.

Příprava a účast našich závodníků znamenala vždy hlavní a stěžejní události celé sezóny nejen pro lyžařské závodníky a pracovníky, ale pro celou lyžařskou veřejnost.

Letos znovu vstupujeme do olympijské sezóny. Ve Squaw Valley znovu po čtyřech letech zaplanou olympijské ohně. Poslední olympijské hry potvrdily, že naši závodníci stále patří k evropským špičkám. Víme však, že pozdější výsledky jak našich běžců, tak sdruženářů i skokanů nám velkou radost nedělaly. Většina evropských národů věnovala mnohem větší úsilí k získání mezinárodních úspěchů, než tomu bylo v posledních několika letech u nás. Názorným příkladem toho jsou úspěchy závodníků Německé demokratické republiky. Ještě před několika málo léty naši žáci se stávají našimi učiteli.

Jak to bude vypadat letos? Pojedou naši závodníci změnit svou výkonnost s lyžaři ostatních národů, budou účastní

nejskvělejšího lyžařského boje posledních let? Odpověď na tuto otázku dostaneme až počátkem letošní zimy. Účast našich závodníků je v jejich rukou. Budou-li výsledky prvních mezinárodních závodů v lednu příštího roku zárukou zvýšené výkonnosti, budou-li naši závodníci bojovat nejen o čestné umístění, ale o vítězství, pak mají zajištěnou nejen účast, ale i čestné umístění na VIII. zimních olympijských hrách.

K tomu je již napřeno veškeré úsilí. Lyžařská sekce a ústřední trenérská rada vypracovaly na jaře plán přípravy na OH. Provedly výběr závodníků, jejichž dosavadní výkonnost a ostatní předpoklady zaručují po splnění stanovených limitů přípravy a kontrolních závodů úspěšnou reprezentaci na OH.

Olympijská příprava byla zahájena dne 6. června 1959 na slavnostním aktivu. Trenéři Jan Terežčák, Květa Lelková, Inž. M. Kumpošt a M. Bělonožník spolu se závodníky R. Čiličkem, J. Hrubým, I. Matoušem, J. Prokešem, E. Benešovou, V. Lahrem, V. Melichem, J. Bulínem, Z. Remsou a V. Vašutem a náhradníky V. Srnkovou a J. Nüsserem složili do rukou místopředsedy lyžařské sekce s. Dufka olympijský slib. Jednotlivými trenéry pak byli seznámeni s plány příprav své disciplíny, které jsou již dnes systematicky uváděny v život.

Plán přípravy běžců je rozdělen na tři etapy

Každá etapa má své specifické úkoly, konkrétně stanovené, jejichž plnění je v každé následující etapě náročnější. Důsledné plnění dílčích tréninkových úkolů podmiňuje zvládnutí tréninku v následující etapě.

První etapa, která skončila v polovině září zahájením prvního soustředění dne 20. 9. ve Vysokých Tatrách ve St. Smokovci, měla docílit potřebnou všestrannou fyzickou připravenost vysoké úrovně, tvořící základ pro další náročný trénink, rozvíjení speciálních pohybových vlastností lyžaře-běžce a sílové vytrvalosti, trénink na umělé běžecké dráze a na sněhu.

Důležitým a novým prvkem olympijské přípravy je dosažení vrcholu fyzické připravenosti dříve, než tomu bylo v minulých letech, aniž by byly sníženy nároky. To proto, aby speciální příprava mohla být delší a intenzivnější.

Pravidelné měsíční tréninky, při kterých byly měřeny limity kontrolních disciplín, pomáhaly trenérům Terežčákovi a Lelkové usměrňovat trénink jednotlivých závodníků a byly cenným vodítkem pro sestavování dalších plánů. Ve stručnosti uvádíme jen několik výsledků: Prokeš se zlepšil např. v běhu na 100 m z 13,4 vt. v červnu na 13,2 vt. v červenci a při srpnovém měření do-

sáhl již rovných třinácti vteřin. Matouš ve skoku vysokém měl tyto výkony — 136, 138 a 143 cm. Vytvalost byla měřena závodem na 2krát 3 km, ve kterých se projevila u všech stále stoupající připravenost pěknými výkony: Hrubý 9:24,0, po přestávce devíti minut 9:51,0, Prokeš 9:24,8 a 10:14,0, Matouš 10:08,0 a 10:23,0, Čiliík 10:04,0 a 10:24,0.

Výsledky z těchto kontrolních měření nám ukazují sice na prudce, ale péče jen stoupající úroveň trénovanosti. Celkově z průběhu první etapy lze soudit, že závodníci přistupují k přípravě svědomitě. U mužů je kladem přípravy systematickosti, u žen poněkud narušily započaté tréninky různé okolnosti [Patočková byla na léčení, Benešová rod. důvody]. U všech však můžeme pozorovat zintenzivnění přípravy proti loňskému roku.

Druhá etapa přípravy — kolektivní trénink na umělé hmotě

Na první etapu přípravy, kdy trénink jednotlivých závodníků probíhal individuálně v jejich domácím prostředí, následuje druhá etapa přípravy, jejíž těžiště spočívá převážně v kolektivním tréninku na soustředěních. Její náplní je přechod k tréninku se speciálními cvičeními k rozvoji rychlostní vytrvalosti a síly ve vytrvalosti, koordinace pohybu a zlepšení rovnováhy. Plně bude využito běžecké dráhy z umělé hmoty, usnadňující přechod k intenzivnímu tréninku na sněhu. Soudruh Terežčák vytyčil olympionikům tento náročný úkol: ve druhé etapě najezdí 580 km na umělé hmotě a 120 km na prvním sněhu.

Třetí etapa — na sněhu

Třetí etapa, začínající ve druhé polovině listopadu, je charakterizována dlouhodobým soustředěním na sněhu. Hlavními tréninkovými metodami bude trénink střídavý a opakovaný. Úkolem je absolvovat do 31. ledna 1960 celkem 1400 km, kontrolním limitem pro muže je dosažení při běhu na 5 km průměrnou rychlost 3:20,0 min. na jeden kilometr (předpokládá se za optimálních snáhových podmínek, úprava stopy apod.).

Není úkolem a také rozsah mého článku nedovoluje obšírněji rozebírat náplň úkolů přípravy na příští ZOH. Hodnotíme-li dosavadní průběh letní přípravy, která sama o sobě nemůže dávat zcela objektivní podklady k závěrům, můžeme být s dosavadním stavem spokojeni. Byly, jsou a jistě se ještě vyskytnou potíže menšího i většího rázu, avšak vůle a vřadění členů družstev jsou takové, že jim můžeme věřit, že udělají pro úspěšnou reprezentaci vše, co bude v jejich silách.

Bylo by však chybou se domnívat, že olympiádou vrchol a končí naše snažení. Letošní zima bude odlišná od dřívějších nejen tím, že se uskuteční ZOH. Chceme, aby se stala odrazíštěm a vzpruhou k cestě za novými úspěchy našeho lyžařství. Již dnes se můžeme zaměřit k využití všech možností a předpokladů k vytvoření lepší a radostnější situace našeho závodního lyžařství. Již dnes pokládáme základy našich úspěchů na příštím mistrovství světa 1962 v Zakopaném a v Chamonix a na IX. zimních olympijských hrách v roce 1964 v Innsbrucku.

FELIX CHOVANEC



Jakým směrem půjde vývoj techniky lyžování v ČSR

V diskusích o naší nové učební osnově se hovořilo mnoho o přijímání cizích zkušeností a o tom, že bychom měli hledat v lyžování vlastní cesty. Domnívám se, že nadešla vhodná doba, abychom vyzvali naši veřejnost ke spolupráci na vybudování naší vlastní, československé školy lyžování. V metodice máme bohatou tradici. Naše historická lyžařská literatura obsahuje řadu děl, na které je možné navázat. Mezi našimi lyžařskými pracovníky a cvičiteli je mnoho těch, kteří mají dobré a cenné zkušenosti, jimiž by mohli přispět. Rada z nich uveřejňuje své názory v odborných časopisech nebo dokonce již vydali vlastní publikace, jako Koudelka, dr. Čepelák, M. Jirsa, docent dr. Jelínek, docent dr. Čtvrtečka. Vytvořením čs. učební osnovy nezávodního lyžařského výcviku byly rámcově položeny základy k vybudování čs. školy lyžování. Uplynula již dostatečná doba, abychom mohli říci, zda se osvědčila či nikoliv a kde je nutné provést úpravy. Domnívám se, že by bylo vhodné, aby v Lyžař-

stvi byly uveřejněny všechny zásadní práce, které by přispěly k vytvoření naší vlastní školy.

Předpokladem každé práce by muselo jít o tematiku buď v dosavadní světové literatuře nezpracovanou, anebo o problém zpracovaný novým způsobem tak, abychom mohli naši školu založit na práci nebo pojetí, které je původní, i když se bude zabývat zpracováním techniky, jejíž vývoj je mezinárodní a není výhradou žádné jednotlivé země. Nemusí jít tedy o celou novou techniku, kterou těžko můžeme vypracovat, ale může jít o nové pojetí metodické, nové pohybové vysvětlení a podobně.

Jsem přesvědčen, že se najde porozumění a ochota k spolupráci u všech, kteří to myslí s naší lyžařskou tělovýchovou dobře, bez jakéhokoliv sobeckého zaměření tak, aby vedlo nejen k zlepšení odborných znalostí, ale i k výchově člověka, a že přispějí svým podílem ke kolektivní práci, která by prospěla pokroku a vývoji celého našeho lyžařství.

Dr. JIŘÍ GÖTZ

Cesta k československé škole lyžování

Zijeme v době, kdy si nemůžeme stěžovat, že by se v lyžařském sportu a jeho vývoji nedělo nic, co by nás mohlo zajímat. Právě naopak. V celém světě došlo po ukončení války k prudké reakci na dřívější omezení, která se projevila ve zvětšeném zájmu o sportovní dění i v zimních sportech, zejména pak o lyžování. Na závodním poli se ve sjezdové technice stali opět suverénními mistry po úspěších na Zimních olympijských hrách v Cortině 1956 a na mistrovství světa v roce 1958 v Badgasteinu Rakušané, v běžeckých disciplínách dosáhli vynikajících úspěchů reprezentanti Sovětského svazu.

Jest samozřejmé, že úspěchy na závodním kolbišti měly vždy svou odezvu i ve všech lyžařských školách, zejména pokud jde o vliv sjezdových disciplín, neboť převážně základní výcvik byl doposud chápán tak, že spočívá především na výcviku sjíždění. Takto je základní výcvik chápán zejména v alpských státech, kde jsou podmínky pro sjíždění ideální a kde vzhledem k určité přitažlivosti sjezdových disciplín pro veřejnost, zvláště pro mládež, jest nesmírně lákavé, když lyžařské školy mohou svým zájemcům nabídnout podle nejnovějších úspěchů »wedeln«, »superwedeln«, Mambo à la Sailer či podobně.

Skutečností však zůstává, že ve sjezdových disciplínách došlo k zásadním revolučním změnám ve vývoji, který značí zahájení nového chápání techniky sjíždění a že se s aplikací tohoto vývoje vyrovnali zejména Rakušané, přihlížíme-li k jejich podmínkám, znamenitým způsobem. Také Francouzi nechtěli zůstat pozadu a hleděli spojit svoji tzv. »moderní techniku« se svou historickou rotační školou. Do jaké míry zde hraje úlohu snaha po navázání na tradice minulosti, nelze přesně posoudit, ale je to nepochopitelné, že Francouzi chtějí stát na vlastních nohou. I u nich nutno ocenit, že při tom přispěli celým bohatstvím poznatků, takže přinesli mnoho dobrého pro další práci na prohloubení znalosti lyžařské techniky. Jest jasné, že změny v základním výcviku u dvou těchto lyžařských velmocí značnou měrou ovlivnily základní výcvik i všech

ostatních států, pokud se tyto chtěly vyrovnat se současným světovým vývojem sjíždění. Jsou mezi nimi skandinávské státy, Spojené státy, Itálie, Německá spolková republika a všechny země lidových demokracií, kde se lyžuje.

Jiná situace v základním výcviku je ovšem ve skandinávské oblasti než v alpských zemích a naprosto pak jiná ve státech lidové demokracie, kde pojetí a obsah tělesné výchovy má jiné určení než ve státech západních. To ovšem znamená, že se tyto státy izolovaly od světového vývoje, naopak vývoj lyžařské techniky byl všemi zeměmi, které mají podmínky pro lyžařský sport, pečlivě sledován. Dnes víme, že vývoj sjezdových disciplín, zejména v pojetí základního výcviku zpracovaného v rakouském učebním plánu, měl odezvu v Polsku, NDR, u nás a Bulharsku.

Pokud jde o Sovětský svaz, má v lyžování poněkud odlišné specifické podmínky, odpovídající geografickému a klimatickému položení jeho země. Je nám známo, že se v Sovětském svazu zabývají zejména závodní technikou, a to nejen běžeckou, ale i moderní sjezdovou, jak ukazují pojednání v odborných časopisech např. o rakouské škole.

Vyjma Sovětský svaz, který jest jaksi zvláštností svého druhu, jsou to jedině skandinávské státy, které nezůstávají jen na základně sjíždění, ale rozšiřují výcvik s ohledem na turistické lyžování. Cviky jejich, jak říkájí »základní školy — Grundschulen«, tvoří také základ školy speciální, tj. běžecké, sjezdácké a skokanské.

I u těchto škol severovýchodních, norské či švédské, obsahuje výcvik chůzi, obraty, výstupy a sjezdy. Cviky předcházející sjezdům jsou ty, které jsou pro pohyb lyžaře v terénu nezbytné tak, aby se mohl dostat z místa na místo. Jsou seřazeny od nejjednoduššího pohybu, od kroků a obrátů, k výstupům a pak nanečestě ke sjezdům. Odpovídá to logickému seřazení: nejprve se učíme zvykat lyžím na místě a na rovině, pak chůzi, obracet se, stoupat a sjíždět.

Jelich speciální školy jsou pak vlastně metodické postupy pro jednotlivé disci-

plíny. Jinak však není patrna nějaká vnitřní souvislost a podmíněnost tohoto seřazení, zejména pokud jde o pohybové návyky a jejich skloubení.

U všech zemí včetně skandinávských států (jedině s výjimkou Francie a Švýcarska) se projevily vlivy techniky zpracované v rakouském učebním plánu, neboť nejen po stránce technické, ale i metodické se všude základní výcvik o toto povolání více či méně opírá.

To platí přirozeně i pro nás, jak jest patrné z textů k naší učební osnově. Podobně tomu tak je i v NDR, Polsku, Bulharsku a SSSR.

Převzetím nerotační techniky vyrovnali jsme se s vývojem, který se projevil na celém světě.

Protože však je třeba na základech, které nám umožnilo převzetí této nerotační techniky budovat dále, jest na místě a na čase pokusit se nejen o vlastní zpřesnění výkladu současné moderní techniky lyžování, ale přistoupit i k novému pojetí a obsahu techniky a metodiky jako celku. Je vhodná doba abychom se zabývali vytvořením vlastní školy lyžování. Nevýhodou každé lyžařské školy, míním tím teoretické zpracování lyžařské techniky, je skutečnost, že v tom okamžiku, kdy jest dopsána, přestává mít v některých ohledech platnost, neboť vývoj neustále postupuje a osud každé takové školy či techniky je podmíněný charakterem neustále probíhajících změn. Mohou být menšího významu a většího počtu anebo jen jednotlivé, ale takového významu, že ovlivňují celé pojetí výuky a přinášejí zásadní změnu. Je nutné si uvědomit, že trvá někdy řadu let, než se podaří podchytit a ověřit správnost vývoje, zvláště s ohledem na skutečnost, že zejména z hlediska biomechaniky zůstává v lyžařské technice mnoho problémů těžko postižitelných, které je třeba vyjasnit. Je samozřejmé, že málokterí autoři se smířují se skutečností, že jest třeba neustále každý závěr znovu ověřovat a porovnávat s vývojem a čím více autoři (či jeho přívrženci) lpí na tom, abychom nemuseli měnit hlavní zásady svého zpracování, tím již začínají obvyk-

le zaostávat za pokrokem, který jest nezadržitelný.

Proto jest nutné si uvědomit, když slycháme hlasy o neustálých změnách v lyžařské technice a metodice, že nemůžeme stavět pevně na řadu let nic než cíle a zaměření celého našeho nezávodního lyžování. Pokud jde o naši učební osnovu i když bylo snahou všech autorů dát jí trvalejší platnost, myslím, že jest nutné a správné, abychom ji hned od jejího vypracování důkladně ověřovali v praxi a nebránili se žádné změně, která by byla ku prospěchu a k zlepšení. Osnova sama jest postavena natolik pružně, že dovoluje jako zásobník celkem volnou volbu metodického uspořádání. Na ní samé snad nebude třeba tak brzkých úprav, přesto že podléhá stálému vývoji a zdokonalování. Změny však jest třeba aplikovat jak v základním výcviku, tak ve výcviku pokročilých tak, aby nedocházelo k desorientaci, zejména v široké lyžařské veřejnosti.

Jest však naprosto nezbytné, abychom zlepšili a přepracovali náplň textů k osnově a zejména je oprostili od závislosti v části sjíždění na zahraničních vzorech, pokud to jen bude možné.

Jest ovšem pochopitelné, že žádná lyžařská technika nepřináší všechno nové, ale jenom některé základní principy, pokud jde vůbec o změny zásadní. A zjistíme i tehdy, že mnoho těchto zásad bylo již jednou uplatňováno, a že tudíž jest možné vnést nové světlo jen obvykle v těsné souvislosti se zásadami, na které bylo již v minulosti poukazováno (viz čl. Janovský, Novák — Lyžařství »O nové raketové technice«). Velmi často se stává, že některé takové poznatky upadnou v zapomenutí, až jsou opět objeveny.

Jestliže se tedy budeme snažit o vypracování nového obsahu a pojetí techniky a metodiky lyžařského výcviku, jest třeba hned na počátku vymezit hranice možností, ve kterých se tato práce může pohybovat. V první řadě má jít o komplexní pojetí problematiky základního výcviku a výcviku pro pokročilé tak, aby odpovídal duchu a pojetí, jakož i zaměření k cílům celé socialistické tělesné výchovy všeobecné, na úseku lyžování speciálně. To znamená, že lyžařský nezávodní výcvik musí odpovídat potřebám masového provozování lyžařského sportu, umožnit zejména snadný pohyb lyžaře v jakémkoliv terénu, poskytovat záruku, že ho může touto technikou zvládnout. Vedle toho musí být použitelný za všech podmínek pro kohokoliv. Dále nám má dávat základnu pro závodní činnost, neboť vycházíme ze zásady, že po stránce vytváření pohybových návyků musí nezávodní a závodní výcvik na sebe navazovat. V tom smyslu by měl nezávodní výcvik vytvářet stejné předpoklady pro přechod k závodní činnosti v klasických i ve sjezdových disciplínách. Pokud jde o toto zaměření stály jistě před tímto problémem i státy severské a jak jest patrné, řešily ho bez vzájemné souvislosti jednotlivými metodickými řadami pro sjezd, běh a skok.

Je jisté, že skok jest tvrdým offškem a je pravděpodobné, že bude nesnadné, jak úměrně zajistit předpoklady pro osvojení základů disciplíny skoku ve výcviku pro pokročilé, nemluví ani o výcviku základním. Pohybová souvislost a podmíněnost v zásadních otázkách mezi základním a závodním výcvikem (jakož i vzájemné ovlivňování obou navzájem) nebyla u nás dříve uznávána a trvalo dosti dlouho, než se podařilo tento názor probjovat. Ještě dnes někteří hovoří o nesprávném přenesení pohybu závodní techniky do základního výcviku. Právě naopak jest třeba vyhledat všechny účelné pohyby v závodní technice, určit

jejich základní formu a tu přenést do základního výcviku. Souvislost spočívá ve stejném účelu a účinku pokud jsou v terénní a závodní jízdě tytéž (například odšlápnutí slouží k rychlé změně směru bez ztráty rychlosti) a v rozvoji pohybových návyků.

V poslední době se uplatňují v rozboru lyžařského výcviku zejména zdůvodnění mechanická. Tuto skutečnost můžeme jen uvítat, neboť si tak můžeme osvětlit mnohé problémy. Protože však jízda na lyžích oplývá celým bohatstvím pohybů, je třeba brát v úvahu vedle množství mechanických faktorů také spolupůsobení lidského organismu. Zde však narazíme na řadu neznámých a těžko zkoumatelných veličin. Avšak i v tomto ohledu věda dosáhla značných pokroků. Pro nás je rozhodující, jak zvážit přínos sil mechanických proti funkci lidského organismu. Domnívám se, že zde bylo do poslední doby chybováno podceňováním problémů fyziologických a resp. kinesiologických a že naše budoucí zaměření musí rozhodujícím způsobem dát přednost posouzení lyžařského výcviku z hlediska biomechaniky a zejména kinesiologie. Proto naše úsilí musí být, pokud jde o otázky techniky a metodiky lyžování, zaměřeno k široce položenému výzkumu a ověřování teoretických předpokladů.

Dosáhnouti naplnění, která by dávala lyžařskému výcviku nový obsah a pojetí, je nesmírně těžký úkol. K tomu účelu zaměřený výzkum v příštích letech musí být proveden a soustředěn na dílčí, stěžejní úkoly, co nejvíce pak zúžené na podstatu problému.

V první řadě bude nutné se soustředit na ryzi základní výcvik. Musíme počítat se skutečností, že v masovém lyžaření tvoří rozhodnou část pracující z velkých měst a průmyslových středisek, kteří nemají možnosti zpravidla jet na delší dobu než jeden týden. Zájezdy školní mládeže jsou desetidenní. Většina lyžařů tedy má pouze omezenou možnost, jde o dobu strávenou praktickým výcvikem na sněhu. Musíme proto přesvědčit všechny zájemce o lyžařský sport, že cestu k snadnějšímu zvládnutí lyžařské techniky najdou jen ve vhodné přípravě a to je celoroční sportovní činnost. A dát této celoroční činnosti vhodnou formu a náplň bude souviseť se stanovením zásad lyžařského výcviku.

Dosavadní lyžařské školy nemají zpracovány ani nevytvářejí souvislosti pohybových návyků mezi jednotlivými lyžařskými cviky či mezi sjížděním a běháním (případně skákáním), ani s těmi návyky, které člověk vůbec má či získává z případně jiné sportovní činnosti. Vy-

hledávání této souvislosti při utváření a rozvíjení pohybových návyků na základě učení I. P. Pavlova může přinést stanovení nových zásad po stránce pohybové a ještě účinnější sladění lyžařského výcviku s našimi podmínkami.

Máme-li tedy jít vlastní cestou, bude třeba, abychom si určili některé zásadní úkoly do budoucna. Lyžařský výcvik československé školy lyžování by měl být vypracován na podkladě zjištění:

1. Vzájemných vztahů pohybových návyků u všech lyžařských cviků v souvislosti se všemi disciplínami (běh, sjezd, skok).

II. Souvislosti těchto pohybových návyků se všemi ostatními pohybovými návyky, které člověk má anebo je případně získal z jiné sportovní činnosti.

Pro komplexní zpracování zásad lyžařského výcviku považují proto tedy za nutné:

1. Analyzovat všechny cviky současné lyžařské techniky do fází a dílčích prvků.
2. Stanovit vedoucí pohyby (hlavní pohyby), jimiž přímo měníme postavění lyží, tam, kde je toho třeba, vytknout pohyby přípravné, které zajišťují předpoklady pro provedení vedoucích pohybů, a pak pohyby vyrovnávací, jimiž udržujeme rovnováhu.
3. Vytknout shodné pohybové fáze a prvky různých lyžařských cviků.
4. Určit shodné pohybové soubory v lyžování a v jiných sportech — pro volbu náhradního a doplňkových sportů (vodní lyže).
5. Vypracovat metodiku speciálních napodobivých cvičení nejen pro posílení vhodných svalových skupin a pevnosti kloubů při určitém zatížení, ale také s přihlédnutím k pohybu na lyžích z hledisek psychologických. Pestrosti cviků musí být zabráněno fixací podmíněných reflexů za typických podmínek »suchého nácviku«. Speciální napodobivá cvičení nesmějí u cvičících vytvořit žádné takové pohybové návyky, které by musely být v jiném prostředí (sněž, svah) opět přebudovány.

Uvedl jsem v hlavních rysech zásady, které by nás mohly přivést na vlastní cestu, abychom mohli dojít k vytvoření našeho vlastního způsobu výuky a usnadnit rozšíření lyžařského sportu v masovém měřítku.

Bude záležet jenom na nás, na cvičitelích a trenérech, a na dobré vzájemné spolupráci, kdy budeme mít československou školu lyžování.

Dr. JIŘÍ GÖTZ

Důležité rozhodnutia o ženských súťažiach

Pochopiteľne, že aj ženské lyžiarstvo má svoje závažné problémy. O tých najhlavnejších dovoľte niekoľko informácií, ktoré sme vybrali z materiálov na zasadnutí komisie.

Komisia vyslovila svoj súhlas so znížením počtu pretekárov v skupinách z 15 na 12. Ako kvalifikačné preteky pre zaraďovanie do skupín určila Kandahar, Holmenkolen, Aare, Hurriman Cup, jedny preteky v USA, Zakopané a Velikú cenu Savojska. Ako si domyslite, ide o zjazdové disciplíny. Pre jazdkyne z alpských krajín je povinná účasť v 2 pretekoch.

Obslaha bola diskusia v ženskej komisii, pokiaľ išlo o realizovanie čs. návrhu na zaradenie behu na 5 km do programu MS a OH. Jednomyseľne príslušným zdôvodnením bol tento návrh prijatý. Komisia sa zaoberala aj zjazdovým pretekom a zásadne sa postavila za doterajší charakter tejto disciplíny. Po-

kiaľ ide o slalom, dospela k názoru, že má byť miernejší, ako bol v Cortine, ale zase nie tak ľahký, ako bol v Bad Gasteine.

Pokiaľ ide o organizovanie pretekov, na ktorých je povinná účasť žien, majú byť organizované v intervaloch aspoň 2 týždňov a pokiaľ je to možné mimo mužských tratí. Na tieto preteky doporučuje komisia, aby ako vedúce alebo trénerky išli ženy.

Ženská komisia chce organizovať tréningový tábor pre ženy v roku 1961 v Grindenwalde. Jeho prípravou bola poverená predsedníčka ženskej komisie E. Rothová.

Vydavateľská komisia hodnotila svoju krátku činnosť kladne a v tomto zmysle bola hodnotená aj priamo na kongrese. Vzhľadom na finančné možnosti a značné náklady obľúbený bulletin FIS zatiaľ bude môcť vychádzať 3-krát, najviac 4-krát ročne.

-Mr-

Rozhodčí vychovatel a organizátor



... aneb karikaturista
na skokanském můstku

Práci lyžařského rozhodčího můžeme hodnotit několika vzájemně těsně souvisícími kritérii.

Tím, že se lyžařský pracovník podrobí školení a s úspěchem vykoná zkoušku rozhodčího, bere na sebe v první řadě povinnost rozhodování při lyžařských soutěžích. To znamená, že zná pravidla lyžařských závodů, umí je vyložit a jednotlivé jejich články aplikuje správně v praxi podle dosažené kvalifikace, neboť s vyšší třídou rozhodčího rostou i nároky na jeho znalosti. Tak působí na závodech ve funkcích, pro něž pravidla předepisují kvalifikační rozhodčího.

Je mnoho funkcí při lyžařských závodech, kde je třeba rozhodčích, a všechny jsou stejně důležité a stejně závažné, na každém z těchto stanovišť je možno při nesprávném a chybném rozhodnutí závodníka poškodit a tak zmařit jeho dlouhou a namáhavou přípravu. Proto je třeba každé ze svěřených stanovišť poctivě sřežít a spravedlivě na něm rozhodovat k prospěchu vzorného a hladkého průběhu celé soutěže. To je tedy jedna ze základních povinností rozhodčího.

Během výkonu své funkce se rozhodčí setkává s otázkou organizace. Na každém ze svých stanovišť má rozhodčí možnost uplatnit v plné míře své organizačnické schopnosti. Čím je lepším organizátorem, tím více se uplatní ve vyšších funkcích. Tak například jako startér či jeho pomocník organizuje klidný a hladký průběh startu v nejrůznějších a nejnervóznějších prostředích závodu, stejně jako rozhodčí působící v kterékoliv funkci v cíli. Ve vyšší formě pak organizuje rozhodčí celý závod nebo průběh celé soutěže.

Úspěch rozhodčího-organizátora je podmíněn jeho činností výchovnou, s níž těsně souvisí práce rozhodčího. Výchova závodníků, podpořená zejména osobním příkladem rozhodčího, je jeho základní povinností. Za vzor může sloužit druhým jenom ten z dobrovolných pracovníků, který dovede obětavě a někdy se značným sebezapřením plnit své povinnosti, na jejichž úspěšném provedení závisí často úspěch celku. Musí být vzorem zejména tím, jejichž chování a vystupování je ovlivňováno často značně nerozvázným a ještě více sebevědomým mládím. Mládím, které je krásné, radostné a zdravé, ale kterému ještě často chybí mnohé, co je třeba ke správnému nazírání na otázky života a vše co s ním souvisí. Proto je nutná výchovná činnost rozhodčích a s nimi i všech ostatních pracovníků, aby svým chováním a působením přispívali k morálnímu i ideovému růstu závodníků, z nichž zejména mládež a dorost jsou nejširším polem působnosti v tomto směru. Zvláště ve správném chápání a výkladu jak politických, tak hospodářských otázek dneška má rozhodčí možnost působit na mladé příslušníky naší společnosti.

A touto svou činností dostává se rozhodčí do sféry působení trenéra, jehož pomocníkem by se každý rozhodčí měl stát. Ale zde nejen na poli výchovy charakteru a povahových vlastností trenérových svěřenců, ale také po stránce technické. Vždyť kdo lépe než právě rozhodčí má vyložit jednotlivá ustanovení lyžařských pravidel a na praktických příkladech s nimi závodníky seznámit? Zejména při skoku na lyžích měla by být spolupráce rozhodčího s trenérem nejtěsnější. To znamená, že musí mít představu o tom, jak má vypadat dobrý skok, resp. vidí, jakých chyb se závodník dopouští. Nu a zde je tedy na místě, aby všechno to rozhodčí v součinnosti s trenérem závodníkovi vysvětlil a poradil. Jde o to, najít správný způsob a chuť v tomto směru spolupracovat jak ze strany rozhodčích, tak i trenérů.

Taková činnost rozhodčích je velmi důležitá pro získání co největší důvěry závodníků. Zejména u sjezdových soutěží je spolupráce velmi důležitá. Zde musí být rozhodčím zcela jasné, jak má vypadat dobře upravená kterákoliv ze sjezdových tratí, neboť nároky na jejich úpravu v posledních letech rapidně stouply, stejně jako stoupla technika sjíždění a zejména rychlost. Rozhodčí si často neví rady, zvláště při slalomu, kde velkým množstvím oblouků se trať nejvíce poškozuje, tvoří se vlny, koryta atd. A zde jsou hlavní třecí plochy mezi rozhodčími a závodníky při sjezdových závodech. Komise rozhodčích jak ústřední, tak i krajské mají velkou možnost, ba povinnost vést a učit naše rozhodčí správně upravovat sjezdové tratě.

Ovšem má-li se s tímto úkolem rozhodčí řádně vypořádat, pak je třeba, aby jezdil dobře na lyžích. Vždyť ono to vlastně ani jinak nejde, má-li například rozhodovat na vrcholových soutěžích na Chopku, Chlebu nebo ve Vysokých Tatrách.

A tak se setkáváme s další povinností rozhodčího — s prací technika. Je ovšem přirozené, že tato práce je závislá na fyzické zdatnosti každého rozhodčího a tím více i méně na jeho věku. Je však třeba, aby stejně jako se rozhodčí připravuje na rozhodování při závodech studováním a opakováním pravidel, utužoval svou tělesnou zdatnost a využíval každé volné chvíli, jichž však je bohužel při práci rozhodčích vzhledem ke krátkému zimnímu období velmi málo, k zdokonalování jízdy na lyžích.

Bude-li každý z nás — lyžařských rozhodčích — pracovat na úseku organizačním, vychovatelském, trenérském i jako technik, pak se o rozhodčích přestane hovořit jako o »bafuňáčích« v tom hanlivém slova smyslu, přestanou být na závodech nutným zlem, ale budou vítanými spolupracovníky závodníků a trenérů, nejen k prospěchu našeho milého lyžařského sportu, ale k prospěchu celé československé tělesné výchovy.

IVO MATOUŠEK

„VASŮV BĚH“ A JEHO 400 LET STARÁ HISTORIE

»Vasův běh« je jeden z nejpobulárnějších a nejvýznamnějších lyžařských závodů Švédska a svým rozsahem a bohatou tradicí je dnes proslulý na celém světě. »Vasův běh« si však nezasluhuje pozornost jen pro svoji délku tratě a udivující počet startujících, ale rovněž pro svoji podivuhodnou historii.

Historie »Vasova běhu« sahá až do středověku. 8. listopad 1520 je zapsán v dějinách Švédska jako den »krvavé řeže«. Dánský král Kristián II., který panoval dříve dánsko-švédské unii současně i ve Švédsku, vyvraždil toho dne před stockholmskou katedrálou 600 Švédů. Mezi zavražděnými byl i otec Gustava Vasy. O dalších osudech Gustava Vasy se můžeme dočíst na stránkách »Historie Švédska«: »Byla to poslední neděle před vánočními svátky roku 1520. Obyvatelé Rattviku jako obvykle postávali před kostelem. Mladý cizí muž se postavil před shromáždění a vykládal jim o tom, jak Kristián II. dal vyvraždit nejlepší syny Švédska, jak vládně nespravedlivě a despoticky. Mládenec ten byl Gustav Vasa, který uprchl z Dánska, kde byl vězněn jako rukojmí. Po velkých trampotách se dostal až do kraje Dalecarlie a svolává nyní všechny lid do zbraně proti Kristianovi II. a k vysvobození země.

Z Rattviku se odebral Gustav Vasa do vesnice Mora, kde rovněž přemlouval místní lid, ale ti, přestože mu projevovali mnoho sympatií, do boje se pustit nechtěli. Zklamán se rozhodl Vasa opustit svou zemi a ukrýt se v Norsku.

Krátce po odchodu Gustava Vasy z Mora přišly do vesnice nové zvěsti o dalších ukrutnostech dánského krále. Vesničané změnili svůj názor a vyslali za Vasou dva nejrychlejší běžce, aby ho o tom uvědomili a přivedli zpět. Běžci dostihli G. Vasu takřka až u samých norských hranic ve vsi Sälen. Gustav Vasa po svém návratu v čele lidového vojska osvobodil Švédsko od cizích uchvatitelů a stal se švédským králem. [Volně přeloženo podle St. Ziemba — Sladami dvou desek, Krakow 1955.]

Návrat Gustava Vasy a pozdější politické události byly základem osvobození a samostatnosti Švédska.

Ještě dnes prý stojí v provincii Dalecarlia ve vesnici Rattvik u jezera Silian kostelík, u kterého burcoval Gustav Vasa švédský lid k boji a v Utmeland, nedaleko vesnice Mora, stojí prý dodnes malý domek, ve kterém se ukrýl Vasa před agenty dánského krále před svým odchodem ze Švédska.

Každoročně koncem února nebo začátkem března koná se na téže trati ze Sälen do vesnice Mora závod v běhu na lyžích o Vasův pohár, zvaný »Vasaloppets«, na památku a k uctění dramatického běhu dvou lyžařů z vesnice Mora — Engelbrekta

a Larse z Kättilbo. Prvně se usku-tečnil v roce 1922 v rámci čtyřstého výročí oněch památných událostí.

Každým rokem se tento závod stává oblíbenějším a stále stoupá počet startujících. Tak například v letošním roce bylo na startu více než 800 běžců.

Nejen závodníci, ale každý švédský lyžař touží alespoň jednou se zúčastnit »Vasova běhu«. Z toho důvodu startuje kategorie turistů, kteří, i když přijedou do cíle až večer, přece jen jsou hrdí na svůj výkon.

Dnešní trať »Vasova běhu« je přesně 85 km dlouhá a vede jednou z nejkrásnějších krajin Švédska. Dalecarlie je kraj hustých lesů, četných jezer a řek, s věncem modrých hor na horizontu, kde se dodnes zachovaly staré lidové obyčeje, písně a národní kroje. Tím vším se stal kraj Dalecarlie rájem švédských turistů nejen v zimě, ale i v létě.

Na trati »Vasova běhu«, který má start v Sälen v nadmořské výšce 350 metrů a cíl ve vesnici Mora v nadmořské výšce 170 m, je rozmístěna řada občerstvovacích stanic, kde závodníci mají možnost nejen se občerstvit, ale mohou i přemazat, případně obdržet i jinou další pomoc.

Start »Vasova běhu« je vždy dostaveníčkem nejlepších švédských běžců. Vesnice Mora se stala slavnou nejen díky tomu, že je dějištěm »Vasova běhu«. Nejslavnější lyžař Švédska a snad i celého světa, Nils Karlsson, zvaný Mora Nise nebo také »švédský král lyží«, se narodil v této vesnici. Nils Karlsson se stal svými devíti vítězstvími jedním z hrdinů »Vasova běhu«.

Dalšími hrdiny se stali např. P. E. Hedlund a S. Utterström, kteří v roce 1926 po úporném boji dojeli do cíle společně ve stejném čase. O vítězi tehdy rozhodl los, a to ve prospěch Hedlunda. S tím však nebyl spokojen ani Hedlund, ani Utterström, rozpůlili zlatou a stříbrnou medaili a navzájem se s nimi podělili.

»Vasův běh« stojící dnes v popředí sportovních událostí Švédska, byl zpočátku čistě jen národní záležitostí. Teprve v poslední době se ho zúčastňují také závodníci jiných zemí, zejména Finska a Norska.

Výsledky »Vasova běhu« nám názorně ukazují, jak rychle za několik málo let stoupla lyžařská výkonnost. V prvním ročníku v roce 1922 dosáhl vítěz tohoto závodu času 7:32,49 hod. Dnešní rekord na této trati, vytvořený v roce 1952 Nils Karlssonem časem 5:01,55, je takřka o dvě a půl hodiny lepší.

Podívejte se na výsledky jednotlivých ročníků:

1922	E. Alm, Norsjö	7:32,49
1923	O. Lindberg, Norsjö	6:32,41
1924	J. Lingren, Umea	6:55,26
1925	S. Utterström, Boden	6:03,55

1926	P. E. Hedlund, Malung	5:38,51
1927	K. Petterson, Luella	6:19,32
1928	P. E. Hedlund, Särna	5:33,23
1929	J. A. Persson, Arjeplog	6:38,22
1930	V. Lundström, Arvidsjaur	6:56,30
1931	A. Ström, Mora	6:37,47
1932	se nekonal	
1933	A. Häggblad, Umea	5:57,09
1934	se nekonal	
1935	A. Häggblad, Umea	6:08,55
1936	S. Hanson, Lima	6:31,55
1937	A. Häggblad, Umea	6:05,56
1938	E. Nilsson, Oestersund	5:48,28
1939	A. Lif, Orsa	5:35,59
1940	A. Häggblad, Umea	6:23,57
1941	M. Brännström, Norsjö	6:51,12
1942	O. Wiklund, Bergvik	5:31,50
1943	N. Karlsson, Mora	5:47,10
1944	G. Andersson, Umea	5:18,43
1945	N. Karlsson, Mora	6:27,59
1946	N. Karlsson, Mora	6:08,42
1947	N. Karlsson, Mora	5:59,35
1948	N. Karlsson, Mora	5:35,13
1949	N. Karlsson, Mora	5:44,09
1950	N. Karlsson, Mora	5:27,20
1951	S. Mattson, Skarpnäck	5:09,45
1952	N. Karlsson, Mora	5:01,55
1953	N. Karlsson, Mora	6:08,25
1954	P. Kuvaja, Finsko	6:22,51
1955	S. Jernberg, Lima	5:27,28
1956	S. Jonsson, Rossön	5:23,36
1957	G. Larsson, Oxberg	6:23,40
1958	G. Larsson, Oxberg	5:31,50

Literatura: St. Ziemba — Sladami dvou desek, Krakow 1955. Rudolf Kühnrich — Der Vasa Lauf — ein Stück Ski-Geschichte, v čas. Skispor und Turistik č. 4/1959. Luis Trenker — Meine Berge.

FELIX CHOVANEC

• Norsko má své lyžařské problémy. Norský lyžařský svaz, který po léta spal na prastarých vavřínech, si konečně uvědomil, že je asi »něco shnilého ve státě norském« a rozhodl se k nápravě. Zjistil totiž, že formy práce norského svazu se téměř nezměnily od doby založení závodního lyžařství. Tehdy byly vynikající, dnes nestačí. Navíc chybějí funkcionáři, peníze a dokonce i za vynikajícím Brendenem je málo dalších závodníků. Přípravu na OH ve Squaw Valley začal minulou zimu sháněním peněz. Vedle jiných podpor získal od nové organizace »Příznivců sportu« 130 000 norských korun. Je to celková částka na soustředění, trenéry, cesty do zahraničí, refundace mezd nebo náhrady za úslou mzdu apod. Předně svaz podporuje naděje, jako Brendena, Brusveena, Jensena a jiné. Přípravu a podmínky značně podpořilo ministerstvo války.

Naše lyžařská mluva

Když se dostaneme do rozmluvy o naší milé lyžařině, hovoříme nadšeně, se zájmem, zaníceně. Navzájem si netujeme, vyprávíme a vzpomínáme nebo už zase toužíme a debatujeme o problémech techniky. Ubyčejně si dobře rozumíme. Ale nezavěšený posluchač by asi všemu dobře nerozuměl. Jaké by měl asi představy, když by např. slyšel povídat, jak ti gumihundi váleli óre-óre.

Jako každý specializovaný obor tak i lyžařství má svou terminologii. Kromě terminologie oficiální, spisovné, má každý obor svůj vlastní okruh nespisovných, hantýrkově zabarvených slov, jimiž se jeho příslušníci mezi sebou lehce dorozumívají. Jde tu o dorozumívání převážně ústní, nikoli písemné. Kolik je různých oborů nebo povolání, tolik je také slangů. Slang se vyznačuje převážně svérázným slovníkem. Stále si vytváří nová a nová slova, jimiž jednak nahrazuje slova běžná a otřelá, jednak spontánně tvoří nová slova pro pojmenování věcí a pojmů, které úzce souvisí s jeho oborem. Toto vytváření nových pojmenování pro pojmy vlastní určitému oboru může ovlivnit i spisovný jazyk, a proto se úzce dotýká odborného názvosloví. Vždyť ne jeden výraz vzniklý hovorem na pracovišti se stal nakonec výrazem spisovným. A tak je tomu i ve sportovním názvosloví.

Lyžařské názvosloví se vcelku dobře vyvíjelo. Některé sporty buď pasívně přijímaly cizí názvy, nebo se o své spisovné názvosloví nestaraly. Lyžaři se starali poměrně dobře. Ale

přes tento dobrý základ našeho názvosloví cítíme, že naše odborné názvosloví zaostává. Praxe to tak necítí, protože si hodně v těchto nedostacích pomáhá hovorovými názvy a slangem. Ale při spisovném vyjadřování dochází k mnoha nedorozuměním a je to příčinou mnoha sporů. Péči o dobré názvosloví nelze proto podceňovat. Chtěli bychom co nejdříve dosáhnout normalizace našeho názvosloví, abychom se mohli přesně a dobře domluvit při všech odborných diskusích, abychom mohli lépe vyučovat, abychom v teorii a výzkumu měli v názvosloví přesný nástroj. V neposlední míře by to měla být také úcta k mateřskému jazyku.

S řešením normalizace lyžařského názvosloví bylo již začato. V názvoslovné komisi vědecké rady ÚV ČSTV prošla oponentským řízením obsáhlá práce o lyžařském názvosloví. Bude v krátkém čase dána do široké diskuse, aby po připomínkách všech specialistů mohlo být ještě v roce 1980 přistoupeno k normalizaci názvosloví. Protože tato diskusní publikace o lyžařském názvosloví vyjde v knižnici tělovýchovného názvosloví vědecké rady ČSTV až začátkem roku 1980, chceme již teď v našem časopise některé problémy diskutovat. A je jich mnoho. Nejdříve vybereme něco, abyste tomu přišli na chuť, abyste se dostali do ráže. Však to často budou věci do pranice.

V podstatě jde o tři druhy názvů: termíny soustavného názvosloví, slangové výrazy a zcela nesprávná vyjádření. Pro ty zájemce, kteří by se chtěli seznámit se zásadami terminologie, jak se termíny mají či nemají tvořit atd., doporučuji dvě stručné publikace: Karel Sochor: Příručka o českém odborném názvosloví, nakladatelství Čs. akademie věd 1955 (6,30 Kčs), Václav Fiala: Tělovýchovné názvosloví, 1. svazek Knižnice tělovýchovného názvosloví ČSTV, STN 1958 (bylo vydáno pro potřebu ČSTV, možno získat v sekretariátu Vědecké rady).

Běžci a skokani mají poměrně méně názvoslovných problémů než sjezdáři. Jedním z náležitých úkolů je stanovit termín pro novou věc, která je v popředí zájmu nejen všech sjezdářů, ale i mnoha jiných lyžařů. Je to název pro wedeln. Předpokládám sice, že dnes již širší veřejnost ví,



co to je, takže to nebudu zdlouhavě popisovat, ale pro jistotu uvedu alespoň hrubou definici: rytmický sjezd mělkou vlnovkou střídavým vychylováním patek lyží, střídavými odklony a harmonicky sladěnou prací holemí. Wedeln je německé slovo a znamená vrtění ohonem (např. psa) a podobné pohyby. Francouzi to nazývají godille, což znamená kormidlovací veslo, které je umístěno na zádi člunu a jehož opakované vychylování na obě strany dává lodi pohyb a kterým lze současně loď řídit. Domnívám se, že by nebylo vhodné tvořit náš termín pro tento sjezd ve vlnovce překladem těchto cizích výrazů, např. sjezd vrtěním. Bylo by to asi v první řadě legrační, určitě by to nebylo přesně vystihující a mělo by to spíše charakter slangový. Domnívám se, že by bylo daleko vhodnější vytvořit termín sjezd vlněním. Tento název vyjadřuje některé charakteristické znaky, jako je rytmičnost, vlnovkový obraz stopy, vlnitý pohyb těla apod. Bylo by ovšem možné také hledat termín, který by byl jednoslovný, ale není třeba se bát termínů víceslovných, jestliže jsou daleko názornější a vhodnější.

Tak zatím máte k přemýšlení jeden termín a doufáme, že se co nejdříve přihlásíte se svými připomínkami, a to nejenom k tomuto jedinému příkladu, ale ke všem problémům, které v našem názvosloví vidíte.

Dr. JIŘÍ JELÍNEK,
zasloužilý cvičitel



VÝZNAM SLOVA A ZVOLÁNÍ PRO VÝCVIK LYŽAŘE

Volat nebo nevolat, napadne tě často, když jedeš kolem místa, kde cvičí několik lyžařských družstev. Proč, inu proto, že pokřik některých cvičitelů je slyšet velmi, velmi daleko. Snad to mnohdy pomůže v mlze při hledání chaty, ale je otázka, jak to pomáhá těm, které cvičitel vede. Jen proto vznikl tento článek, kterým se snažím vysvětlit cvičitelům i trenérům, jak a kdy je opravdu účelné zvoláním upozornit lyžaře na jeho chyby, nebo opravit jeho jízdu.

Slovo je opravdu jedním z neúčinnějších prostředků, kterým je možno působit na cvičence přes druhou signální soustavu. Velmi důležitá je jeho pomoc při nácvičce nových cviků, hlavně v prvních výcvikových fázích. Ujasníme si proto nejdříve význam vysvětlování předváděných pohybů:

Samotná ukázka cviků bez slovního výkladu je jen málo účinná. Vlastně působí jen přes první signální soustavu. Rovněž slovní výklad bez ukázky nemůže mít žádoucího účinku. Je proto jistě nejlepší, spojit ukázku s výkladem. Může přitom dojít k těmto okolnostem:

1. Výklad předchází ukázku.
2. Výklad doprovází ukázku.
3. Výklad je teprve po ukázce.

Zkušenost ukázala, jak důležité je předběžné vysvětlení. Žák se doví, co mu bude předvedeno, vyvoláme u něho určitý zájem o cvik a potřebné zaměření pozornosti. Vysvětlíme jen hlavní zásady pohybu a při ukázce, která bezprostředně následuje, pak sám jasně postřehne ve většině případů, co je potřeba. Tato metoda se dá nejlépe použít u jednoduchých cviků. Vysvětlovat až po ukázce nemá žádoucího účinku. Provedení pohybů vnímáme nepřesně, nevíme vlastně, na co se soustředit. Tím vzniknou při vnímání různé pohybové představy, které často i chybně představují předvedený pohyb. Ukázku před vysvětlením provádíme jen tehdy, když ji chceme dosáhnout většího zájmu o cvik.

Nejsprávnějším postupem je doprovázet vlastní ukázku vysvětlením. Jde to i v lyžování poměrně snadno u těch cviků, které se dají provádět v pomalé jízdě nebo zastavením v jízdě a zdůrazněním určité fáze pohybu, nebo použitím demonstrátora. Cvičitel má pak možnost zdůraznit pohyby důležité a potřebné pro provedení cviku. Vysvětlování při ukázce upoutá cvičence pozornost, musí být krátké a výstižné a musí se shodovat s předváděným prvkem. Daleko těžší to bude u prvků, které se provádějí ve větší rychlosti nebo u kterých je sled pohybů za sebou velmi rychlý. Zde si musíme uvědomit, že cvičenec musí mít v každém případě jasnou zrakovou představu. K tomu je nutno, aby zrakové vnímání bylo naprosto přesné a jasné. Závisí to nejen na soustředění pozornosti, ale i na chápání podstaty pohybu a na předběžné znalosti o něm. Velmi často právě u lyžování bývá toto zrakové vnímání ztíženo právě rychlostí pohybu. Důsledkem toho, mimo nepřesné vnímání, je ten, že předvedený cvik se zdá daleko složitějším a těžším, než ve skutečnosti je. Cvičenec totiž nestačí postřehnout všechny zvláštnosti předváděného pohybu, i když jej na to upozorníme při výkladu.

Abychom zrakový vjem byl jasný a abychom si ulehčili práci na sněhu, používáme

vedle ukázek na sněhu ještě ukázek ve formě filmů, smyček a kinogramů. Není zcela správné předvádět je ve večerních teoretických výkladech, ale daleko účinnější je používat těchto pomůcek bezprostředně před výcvikem.

Cvičitel před výcvikem ukáže družstvu na kinogramech nebo na smyčkách vysvětlí a zdůvodní fáze jednotlivých cviků, které se budou bezprostředně nácvičovat. Dosáhneme toho, že si lyžař vytvoří o pohybu správnou představu, vzbudíme jeho zájem a ušetříme dlouhé vysvětlování na sněhu. Venku už jen stručně zopakujeme hlavní zásady a cvik několikrát předvedeme.

Tam, kde nemáme v družstvu nikoho, kdo by cvik ukázal a cvičitel nutně potřebuje při jízdě upozornit na určité fáze cviku, nemůže proto sám předvádět, spojíme pro vysvětlování dvě družstva, a tím získáme cvičitele pro předvádění. Postavení cvičitele při výkladu je vždy takové, aby cvičenci měli nejlepší podmínky k pozorování a dobře slyšeli.

VLIV ZVOLÁNÍ NA JEDOUČÍHO LYŽAŘE

Teď vysvětlím, jak působí zvolání na jedoucího lyžaře. Při cvičení dělají žáci spoustu chyb. Cvičitel ve snaze je opravit, snaží se voláním na chybu je upozornit, nebo volá to, co by měli jedoucí dělat, aby jízda (cvik) byla správná. V dalším chci toto volání uvést na pravou míru. Ověřování a zjišťování tohoto problému bylo provedeno v kurzech posluchačů vysoké školy báňské.

Po shrnutí poznatků jsem zjistil: Ve většině případů prohlásili pokročilí lyžaři, že slyší provolané heslo nebo přípomínky cvičitele, pokud vzdálenost byla přiměřená síle hlasu, případně, pokud rychlost lyžaře nebyla příliš velká. Dále jsem sledoval, zda na zvolání reagovali a zda reagovali správně. Pokud postřehli smysl zvolání, snažili se je uposlechnout. Rozhodně reagovali velmi špatně na delší větu nebo několik hesel opravujících několik chyb (kolena, ruce, předsunutí apod.). Zde sice neodpovídali záporně, ale spíš tak, že si neuvědomují, co mají vlastně dělat nebo co dělat nejdříve. Výsledkem bylo menší opravování chyb. Rovněž při velkém soustředění na provádění cviků nebo při větší rychlosti unikali cvičencům často smysl zvolání, případně reakce na zvolání se neobjevila taková jako u pomalejší jízdy.

Horší výsledky byly u družstva začátečníků. Zvolání sice slyšeli, ale opravení chyby bylo řídké. U nich totiž převládajícími podněty jsou pocity držení rovnováhy, jistoty v širší stopě, strachu a jen zřídka se uplatní slovní signál cvičitele. Vyježdění se to samozřejmě zlepšuje.

Nejlépeších výsledků bylo dosaženo určitým hesel — jednotlivých slov pro opravování chyb zvoláním. Jejich význam byl každému jasný a před jízdou byl znovu připomenut. Prakticky bylo voláno jen jedno slovo — heslo, např. ruce, stopa, kolena, nohy apod. Posluchači si toho byli dobře vědomi, soustředili se a správně potom reagovali. I když se jim nepodařilo označenou chybu ihned opravit, byla jasně vidět snaha po opravení. Zlepšení bylo prakticky u všech, ale opět o něco lepší u pokročilejších lyžařů.

Nyní je jasné, že opravovat lze v jedné jízdě jen jednu chybu. Poněvadž při jízdě

dách (cvičeních) dochází současně k několika chybám zároveň, vybere cvičitel nejdříve tu, kterou pokládal za největší, nebo za důležitou pro cvik. Postupně přejde na opravy i menších chyb. Ke konci kursu, když už frekventanti byli na toto zvolání zvyklí, bylo použito i jiných zvolání, bez upozornění před jízdou, hlavně v individuálním výcviku, rovněž s dobrým výsledkem. Na jedoucího bylo opět voláno jen jedno heslo (slovo).

V článku neuvádím vzdálenost, ze kterých bylo voláno, ty se měnily a budou vždy různé a cvičitel si je musí sám odhadnout.

Shrňme-li všechny okolnosti, které mají vliv na účinnost zvolání, dostaneme tento přehled:

Cvičitel:

- Připraví potřebné podmínky
- Jasně a stručně vysvětlí cvik
- Vybere vhodný terén
- Své stanoviště zvolí co nejlépe
- Sílu hlasu přizpůsobí podle potřeby
- Zvolí správný učební postup a zvolání
- Snaží se upozornit vždy na důležité chyby

Cvičenec:

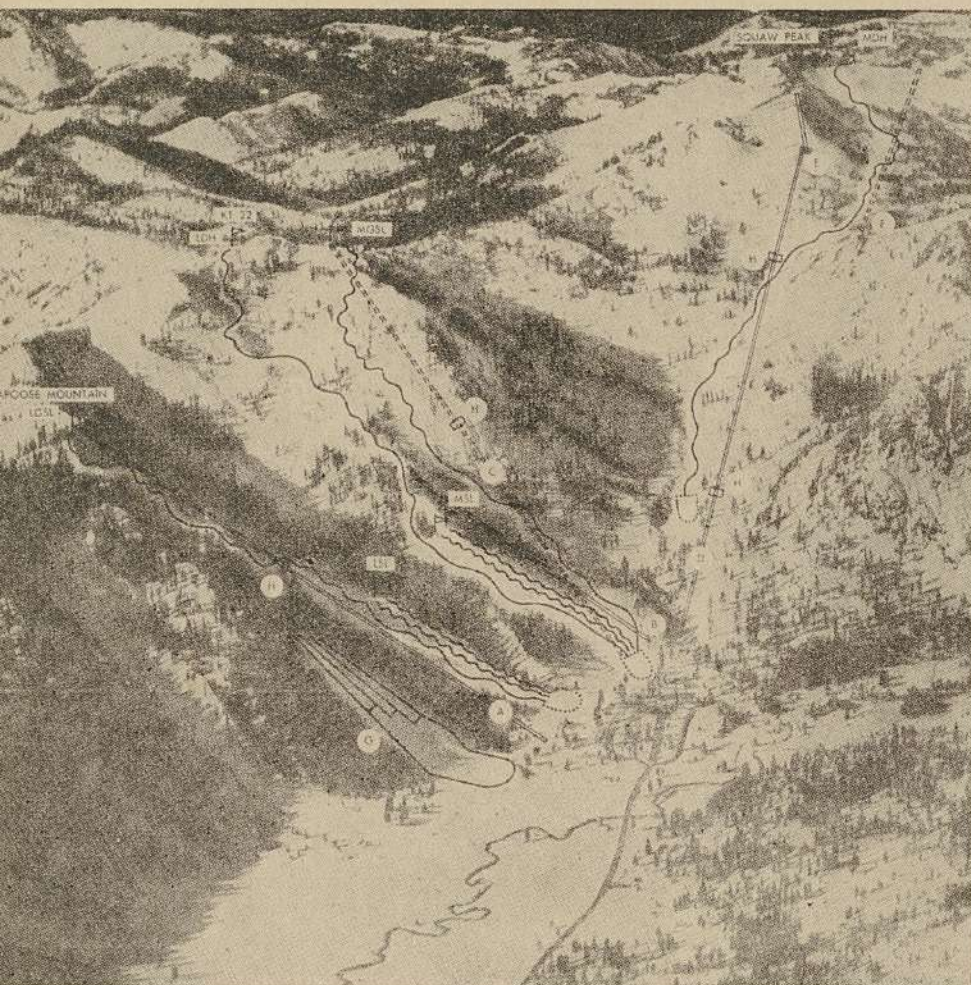
- Soustředí se na výklad a ukázku
- Je mu jasno, co má provádět
- Snaží se o zvládnutí cviku
- Snaží se uposlechnout zvolaných hesel

Terén a počasí, případně sníh nám práci buď ulehčí nebo ztíží.

Závěrem je možno říci, že zvolání má pro jedoucího lyžaře značný význam. Při správném použití výcvik nejen ulehčí, ale do jisté míry i urychlí. Je ovšem potřeba volit správnou formu, která cvičiteli práci usnadní a která nevede k bezúčelnému volání a křiku po stránkách.

GENĚK MENŠÍK





Pohled na Squaw Valley a na vytýčené sjezdové olympijské tratě:

LDH — sjezd žen (délka tratě 1828 m, výškový rozdíl 553 m).

MDH — sjezd mužů (délka tratě 3095 metrů, výškový rozdíl 758 m).

MGS — obří slalom mužů (délka tratě 1800 m, výškový rozdíl 553 m).

LGS — obří slalom žen (délka tratě 1300 m, výškový rozdíl 382 m).

LSL — slalom žen (délka tratě 450 m, výškový rozdíl 150 m).

MSL — slalom mužů (délka tratě 600 metrů, výškový rozdíl 240 m).

Vítr byl ve Squaw Valley zaznamenán během 14 dnů pouze čtyřikrát (v ranních hodinách), přičemž jeho rychlost byla zhruba 1,5 m/sec.

Pozorování funkčního stavu sportovců ukázala, že příjezd do Squaw Valley byl doprovázen patrnějšími změnami organismu. Většina sportovců pocítovala pokles tělesné kondice během prvních dnů pobytu, u některých se zhoršila reakce na funkční zkoušku srdečně cévního systému a bylo zaznamenáno zvýšení hemoglobinu v krvi. Aklimatizace probíhala poměrně huře než v podmínkách domácích hor; rychlost aklimatizace závisela na stupni trénovanosti každého jednotlivce.

Dalším činitelem, se kterým je nutno počítat, je porušení stereotypu denní periodičnosti funkcí v lidském organismu, způsobené téměř dvanáctihodinovou odchylkou místního času proti moskevskému. Touto časovou odchylkou trpěl zvláště spánek, ovšem i ten se po 3–4 dnech upravil.

V další části svého článku se profesor Jakovlev dotýká otázky výživy. Konstatuje, že strava předkládaná závodníkům byla rozmanitá, lehce stravitelná, průměrný váhový poměr bílkovin, tuků a uhlohydrátů činil 1:7, 75:3,6, průměrný kalorický obsah byl 4298 kalorií denně. Sovětská závodníci zvyšovali kalorickou hodnotu jídla přidávky z vlastních zásob na 5119 kalorií denně.

Ubytovací poměry byly letos ve Squaw Valley ještě dosti skromné, zvláště nebyla vyřešena otázka sušení obuvi a prádla. Závodníci spali po čtyřech osobách v jednom pokoji, teplé sprchy měli k dispozici v dostatečném množství.

Závěrem vyzdvihuje N. N. Jakovlev jednak rychlé a přesné sestavování výsledků soutěží a jejich okamžité vytištění a zveřejnění ihned po závodech a jednak dobré vybavení sjezdových tratí spolehlivě pracujícími výtahy. Vztah organizátorů soutěží a představitelů olympijského výboru USA k cizím výpravám byl přátelský a pozorný.

(Volně přeloženo podle sovětského článku Uslovja vystuplenija lyžníků v Squaw Valley, uveřejněného v časopise Teorija i praktika fyzičeskoy kultury, čís. 4/1959.)

Inž. VLASTA SRNKOVÁ

POZNÁVÁME SQUAW VALLEY

Letošních předolympijských závodů ve Squaw Valley se kromě jiných zúčastnila též početná výprava sovětských závodníků. Její vedoucí využil čtrnáctidenního pobytu v příštím dějišti VIII. zimních olympijských her k pečlivému studiu místních podmínek, které jistě budou alespoň zčásti ovlivňovat výsledky neamerických lyžařů v jejich sportovním zápole. Podrobným vyhodnocením a porovnáním těchto podmínek s průměrnými sovětskými podmínkami se zabývá studie N. N. Jakovleva, uveřejněná ve 4. čísle časopisu Teorija i praktika fyzičeskoy kultury, ročník 1959. Z článku tohoto autora jsme vybrali některá data, o nichž předpokládáme, že budou zajímat i naše čtenáře.

Squaw Valley leží na 39° 17' severní šířky a 120° 14' západní délky, jeho nadmořská výška je 1889 až 1894 m, přičemž sjezdové a slalomové tratě mají start ve výšce od 2044 do 2707 m nad mořem.

Blízkost Tichého oceánu a značná nadmořská výška mají vliv na klima tohoto území. Průměrná únorová teplota v 6 hodin ráno je -6,8° C, ve 12 hodin +3,5° C. Kritická doba přechodu zápor-

ných hodnot teploty ke kladným, ovlivňující podstatně jakost sněhu, je mezi devátou a desátou hodinou ráno. Slunce svítlo v průměru 8,5 hod. denně, průměrná teplota na slunci činila +6,1° C v 10 hodin dopoledne, +9,8° C ve 12 hodin a +11° C v 15 hodin. V některých dnech dosáhla teplota na slunci i přes +20° C, takže ve slunečných dnech činil rozdíl teplot na místech vystavených slunci mezi šestou a dvanáctou hodinou v průměru 15,9° C.

Tento velký rozdíl teplot značně ovlivňuje charakter sněhové pokrývky. Sníh se během závodu mění — místy je zrnitý firn, místy tající sníh nebo led, takže velmi záleží na správném výběru vosků. Běžecské tratě ve Squaw Valley jsou dosti těžké, vyznačují se strmými výstupy, krátkými sjezdy s častým střídáním směru jízdy, majícími charakter slalomových tratí, přičemž jsou na mnoha místech zledovatělé.

Vlhkost vzduchu je ve Squaw Valley značně vysoká — průměrná absolutní vlhkost činí asi 6,1, relativní přes 96 %, což je způsobeno blízkostí Tichého oceánu. Tak vysoká vlhkost má nepříznivý vliv na běžce, neboť zvyšuje pocití a znesnadňuje odpařování potu.

Růst výkonnosti závodního lyžování

Kvalifikační a registrační komise LS ÚV ČSTV předkládá našim čtenářům tabulky zpoždění lyžařských závodníků a jejich bodové zhoršení proti vítězi ve všech disciplínách mistrovství ČSR. Za rok 1959 nám tedy přibyla další hodnota do časové řady od roku 1952.

Výsledky závodů jsou sestaveny jednak do statistické tabulky za rok 1959, v níž je počet závodů dokončivších závodníků rozdělen po 5procentním zpoždění času nebo 5procentním zhoršení bodů proti vítězi, a to od 5 až do 50 procent. K vyššímu zhoršení takřka nedochází a je proto měření přes 50 procent zanedbatelné.

Pouze u sjezdových disciplín vyskytuje se malý počet ve skupině 50procentního zhoršení. Nikoliv však vyššího. Plyne to z povahy jednotlivých sjezdových disciplín, jejichž časová délka je velmi krátká a každé sebemenší zdržení roste vyšším podílem než podobná u ostatních disciplín s dlouhou časovou dobou nebo velkým počtem bodů dosažených vítězem.

Druhá tabulka nám ukazuje průměrné zhoršení dosud všech závodníků v každé disciplíně i v jednotlivých letech. Máme zde přehled porovnáním jednotlivých let a z něho můžeme usuzovat na vývoj výkonnosti závodníků.

Je samozřejmé, že toto statistické vyjádření nemůže zachytit všechny vlivy půbočí na relativní výkonnost proti vítězi, ale přece vjadřuje poměry plynoucí z platnosti stejných podmínek pro všechny. Statistika zachycuje vliv délky tratě, která je pro všechny stejná, stejně tak jako vliv její technické kvality nebo kvality sněhu. V jednom roce je tedy toto zkoumání spravedlivější než ve srovnání několika let. Ovšem s přihlédnutím, že se zkoumá jen závody na mistrovství republiky, jejichž tratě jsou stavěny každý rok na stejných zásadách, nemohou být zásahy ostatních vlivů nějak rozhodující.

Třetí tabulka podává průměrné zhoršení za všechna pozorovaná léta a její hodnoty jsou takými jejich vyrovnaným průměrem. Srovnáním hodnot této tabulky s hodnotami tabulky předchozí jsou rozdíly ve výkonnosti patrné na první pohled.

Diagram ve své horní křivce ukazuje trend výkonnosti v procentech proti vítězi a naopak dolní křivka ukazuje procentní časové zpoždění nebo bodové zhoršení. Je proveden spojitým systémem pro časovou osu ročních intervalů a desetiprocentní stupnicí kvalitativní.

Z uvedených podkladů sloužících především lyžařské sekci a nejvíce trenérské radě k dalším rozborům může si udělat čtenář sám představu o vývoji závodního lyžařství, s nímž je úzce spjata lyžařství nezávodní jako národní sport.

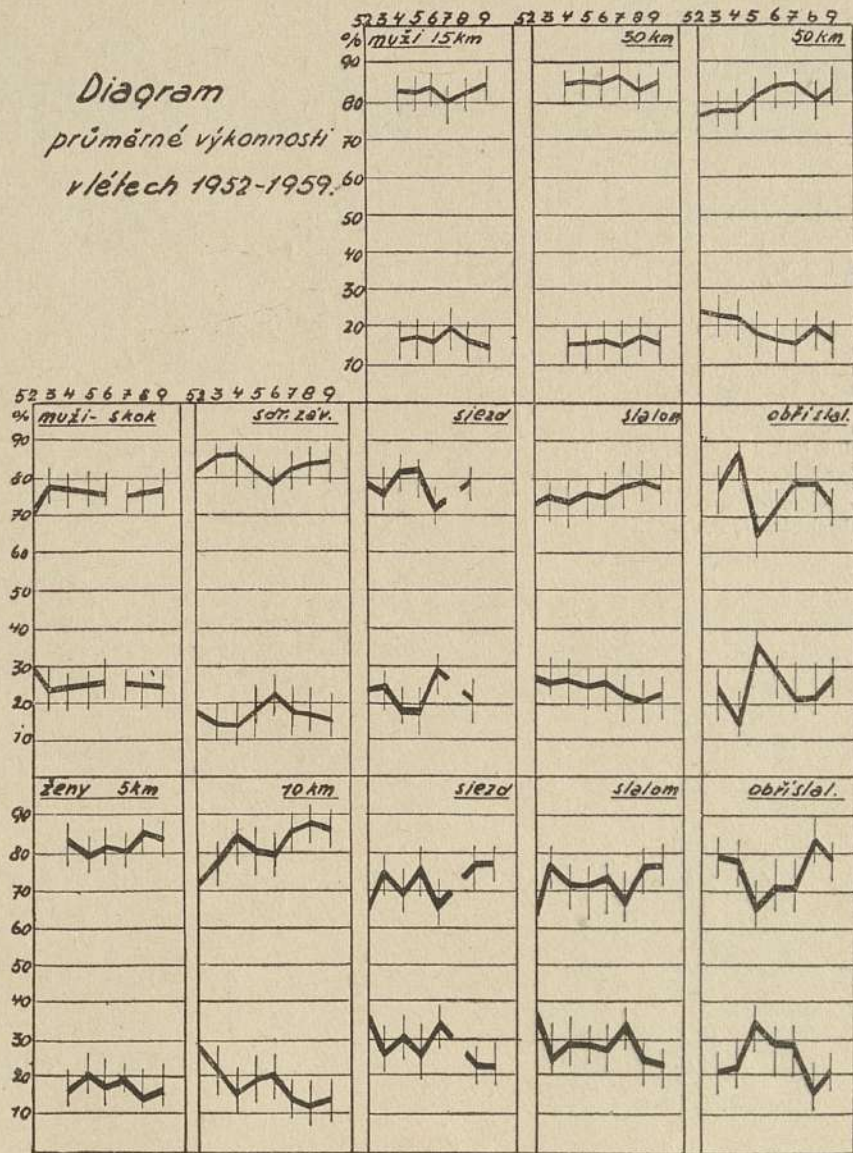
Již pouhý pohled na diagram prozrazuje, že křivka průměrné výkonnosti téměř ve všech disciplínách stoupá a někde, jako u běžeckých disciplín, skoků a slalomu, se zcela zákonitě vyvíjí vzešupně. Kolísání ve sdruženém závodě, sjezdu a obřím slalomu je průvodním zjevem u všech podobných disciplín, plných těch ostatních nepostizitelných objektivních příčin.

Závěrem lze říci, že výkonnost závodníků z hlediště mistrovství ČSR se vyvíjí dobře. Srovnání počtu závodníků v jednotlivých letech podporuje rovněž tento závěr, neboť se ledná o počet startujících, který neustále roste.

J. R.

Diagram

průměrné výkonnosti
v letech 1952-1959.



OSVĚŽUJÍ • ODSTRAŇUJÍ ÚNAVU
ZVYŠUJÍ VÝKON

glucoran

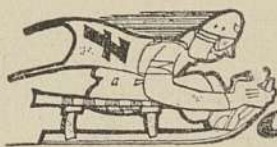
tablety

PRO SPORTOVCE VYRÁBÍ

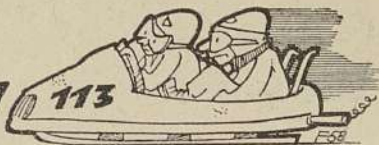


LÉČIVA

NÁRODNÍ PODNIK, PRAHA



Saně a boby



Speciální závodní saně „Súlov“

Naše nové speciální závodní saně »Súlov« mají nejpokrokovější konstrukci, kterou vynikají nad jiné, i zahraniční výrobky. Svým provedením splňují všechny požadavky nejnáročnějších sportovců. Rozměry i vahou naprosto vyhovují mezinárodním a čs. pravidlům bobového a sánkařského sportu. Mají výtečné jízdní vlastnosti, které již byly vyzkoušeny při závodu o Pohár Jizerských hor (Slovácko VŠ).



Jsou nízké, a proto velmi stabilní. Poddajné uložení čepů v gumových siensblocích umožňuje snadné řízení beze ztráty rychlosti. Jsou naprosto ovladatelné na ledových i sněhových úsecích dráhy. Bezpečně dovolují maximální rychlosti, zajišťují naprosto bezpečnost jízdy i na nerovném terénu.

Mírně dozadu skloněná sedačka, pozvolné náběhové oblouky a tvarování podélnic dovolují pohodlné sezení také dvojicím na svaahu i přes překážky. Kovovým zpevněním čepů sanic, příčnic (oplínků) i nožiček stávají se takřka nerozbitelné. Mají gumou izolované a odpružené kování sanic. Je u nich uplatněna nejnovější geometrie skluznic, které jsou zhotoveny ze speciální kluzné oceli.

Ve srovnání se saněmi »Pílz« jsou materiálově i provedením plně na výši. Mají též speciální úpravu podélnic s bezpečnostním opletením z umělé hmoty. Vynikají vybavením i vnější úpravou. Popruhové vodítko je tak upraveno, že ho lze užít jak pro vlek, tak pro řízení saní. Ústřední sekce bobů a saní ČSTV je doporučuje všem svým závodníkům. Státní maloobchodní cena byla stanovena 540

JMENOVÁNÍ MISTRŮ SPORTU

Soudruh Václav Hejný, pilot a několikanásobný mistr ČSR v jízdě na bobech, a Horst Urban, trojnásobný mistr republiky v jízdě na saních, byli jmenováni mistry sportu.

VYHLAŠUJEME SOUTĚŽ ODDÍLŮ!

Který oddíl bude mít nejvíce odběratelů našeho odborného měsíčníku »Lyžařství-sánkařství a bobový sport« v poměru k počtu členů? Oddíly, kde počet předplatitelů bude převyšovat polovinu členstva (minimálně deset odběratelů), dostanou prémii »Sportovní ročenku 1958«! Soutěž uzavíráme k 31. prosinci 1959.

NEJBLIŽŠÍ ÚKOLY

Provést členské schůze oddílů, které projednají nástup do výcvikového roku 1959—1960, do poslední etapy příprav na II. celostátní spartakiádu a závěry VIII. pléna ÚV ČSTV k otázkám sportů.



Rozvíňte širokou popularizaci nového odznaku zdatnosti ve výcviku i výchově a sledujte jeho plnění.



V oddílech ustanovte organizátory ČSM. Zajistěte pravidelné lékařské prohlídky a pomáhejte při zajišťování ochranného očkování proti tetanu!



Nezapomeňte uskutečnit školení trenérů a rozhodčích III. třídy a teoretická školení v oddíle.

Z historie bobového sportu

Prvními »vynálezci« rychlé jízdy na »bobech« byli mladí Britové, kteří si během svého pobytu ve Švýcarsku svázali dvojce saně dohromady a vytvořili tak první — jak jej nazvali — bobsteigh. To se stalo koncem 19. století, aniž kdo tenkrát tušil, že z toho vzejde nový druh vzrušujícího zimního sportu.

V roce 1888 byl sestrojen ve švýcarské Mathysově kovárně první bob dnešní podoby. Brzy nato začal stavět Feirabend v Engelbergu ve Švýcarsku své známé ocelové boby. V devadesátých letech minulého století byl také založen první bobový klub, a to ve Sv. Mořici.

Dosud však chyběla řádná dráha pro boby, protože při svých prvních jízdách na silnici ze Sv. Mořice docilovaná hodinová rychlost 40 km nemohla odvážně sportovce přitahovat dlouho. Avšak až teprve v roce 1903 v zimě byl zahájen provoz na první bobové dráze ve Sv. Mořici. Další dráhy vyrůstaly jako houby po dešti ve Švýcarsku v Engelbergu a v Pontresině, v Německu, kam se ze švý-

carska nejdříve rozšířil bobový sport, Schreiberhau (upravená obecní cesta v roce 1905), Oberhof, Hahnenklee, Garmisch-Partenkirchen, Winterberg, Krummhübel, Schierke, Triberg, Erledrichsroda, Ilmenau, Flinsberg, Schmiedeberg. Většina těchto dráh leží dnes v Německé demokratické republice. V Itálii je bobová dráha v Cortině d'Ampezzo, ve Francii v Chamontix, l'Alpe d'Huez, v Rakousku na Semmeringu a v Igls, v Norsku ve Frognerseteren u Oslo a v USA v Lake Placid.

U nás máme několik bobových dráh, a to v Aši, Mar. Lázních a Tatranské Lomnici. V roce 1924 byla jízda na bobech přijata jako disciplína ZOH. V roce 1923 byla založena mezinárodní federace bobistů. Jejimi členy (podle stavu z roku 1953) byla Anglie, Argentina, Belgie, Československo, Dánsko, Francie, Itálie, Norsko, Rakousko, USA, Švédsko, Švýcarsko a západní Německo.

Z německé brožurky volně přeložil:
INŽ. M. LANDA

korun. Technické údaje: Váha max. 19,5 kilogramu, rozchod 48 cm, délka 137 cm, kategorie — dvousedadlové.

Žádejte je ve všech Sportovních prodejnách.

Vedle těchto speciálně závodních saní vyrábí závod Súlov též lehčí provedení

tohoto typu jako speciální položavodní. Tyto mají všechny konstrukční vymoženosti jako závodní. Vzhledově a dřevem jsou téměř stejné. Mají jen slabší kování a některá výrobní zjednodušení v lacinějším provedení nebo úpravě. Doporučujeme je hlavně školní mládeži, rekreačním střediskům, TJ apod.

Jak mažeme závodní saně

Podobně jako lyžaři mažou lyže, používáme ke zrychlení jízdy saní, zvláště při závodech, vosků, které nanášíme na skluznici. Správně namažat a docílit toho, aby vosk na kovové skluznici vydržel co nejdéle, není lehké a vyžaduje to určitých znalostí a praxe.

Problém mazání saní spočívá ve třech základních otázkách:

1. Co mazat?
2. Jak připravit skluznici saní před mazáním?
3. Kdy a jakým způsobem namažat?

K první otázce je možno stručně říci, že mažeme lyžařskými sjezdovými vosky domácí i cizí výroby a jednak vosky, které si zkušební závodníci připravují sami. Z vosků domácí výroby jsou k dostání především parafinové vosky R 1, R 2 a R 3, dále všechny druhy SKIVO.

Ze zahraničních vosků můžeme použít švédský (norský) Swix a švýcarský Toko-Champion. Při výběru vosků se řídíme u většiny vosků teplotou vzduchu, v některých případech teplotou sněhu, a to vždy s přihlédnutím k druhu sněhu.

Jako základní podkladové vosky použijeme (pokud si je můžeme opatřit) Swix základ oranžový, Hoffer-Blitz, Bilgeri, Skiwa-Sun a rakouský U 4. Základní vosk váže lépe sjezdové vosky ke skluznici. Jeho použití není nutné v tom případě, má-li tuto tmelivou vlastnost samotný sjezdový vosk.

Vosky pro jízdu, např. Swix, používáme takto:

Do -30°C : Swix červený a stříbrný v poměru 2:1 až 3:1 podle zásady, čím mokřejší sníh tím více červeného Swixu. Toto složení je vhodné pro firm a čerstvý vlhký sníh.

Od -40° do -70°C : Swix modrý a stříbrný v poměru 1:1. Je vhodný pro čerstvý sníh, na dráhu nafoukaný sníh, střídavý sníh vlhký a prachový.

Od -80°C a nižší: Swix zelený, který používáme pro prachový a přemrzlý sníh.

Mažeme-li Toko-Champion, použijeme:

Nad 0°C : Toko 6 (modrý).

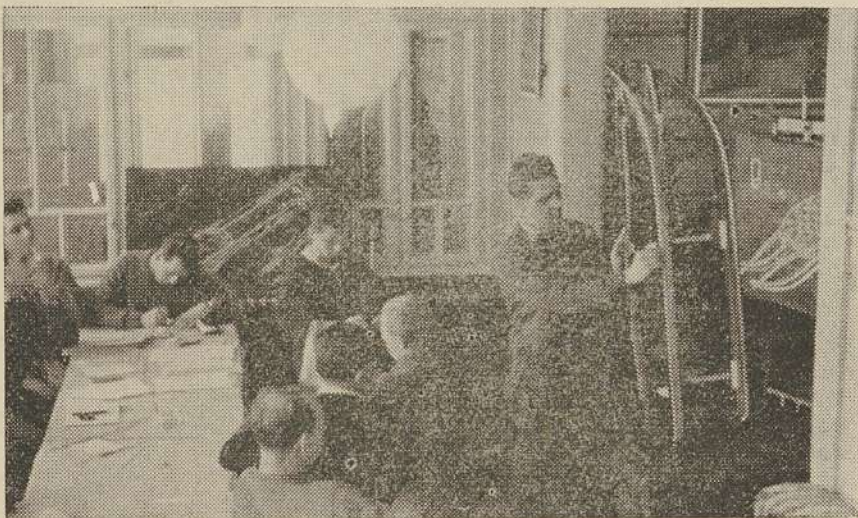
Od 0°C do -20°C : Toko 7 (červený).

Od -20° do -60°C : Toko 8 (oranžový).

Od -70°C a nižší: Toko 9 (zelený).

Československé vosky R 1 — 3 a SKIVO jsou běžně k dostání a mažeme je podle údajů uvedených na krabičce. Při použití R-vosků a Swixů se řídíme teplotou vzduchu, použijeme-li Toko a SKIVO vosky, měříme teplotu sněhu. Pro sníh do -40°C přidáme s výhodou do uvedených vosků čistý bílý parafin. Mažeme vždy na takový sníh, který je na nejpomalejším úseku sáňkařské dráhy.

Pro vosky doma připravené používáme zkušeností karnaubských vosků,



Japan-wachse, stearínu, parafínu, práškového grafitu, včelího vosku, parkeťového vosku aj. V tomto případě je třeba si poznamenat množství (poměr), v jakém jsou uvedené vosky míchány, a vyzkoušet je za různých sněhových podmínek a označit.

K druhé otázce: před mazáním saní je zapotřebí odstranit se skluznice jemným pilníkem, karborundovým brouskem, smirkovým, příp. skelným papírem příčné rýhy, které zvláště na vnitřní straně skluznice působí jako podstatný brzdící moment. Dále je nutné zbavit skluznici starého vosku a před nanesením nového vosku důkladně vysušit. Jelikož mažeme na každou jízdu, je třeba zbavovat skluznice vlhkosti během závodu několikrát, a to zvláště při oblevě a padajícím vlhkém sněhu. K vysušení a očištění skluznic od starého vosku, kovových pilin a jiných nečistot použijeme čistého suchého hadříku, etheru nebo lihu. Někdy je vhodné, zvláště novou skluznici uměle zdrsnit smirkem, abychom docílili lepšího přilnutí vosku k podkladu, pokud skluznice ještě nemá jemné podélné rýhy, vzniklé přirozenou cestou — ježděním.

A nyní kdy a jakým způsobem mazat? Není třeba mazat saně pro závod na čistě ledové dráze, protože v tomto případě jede dobře prakticky každá ocel. Jedeme-li však na sněhové dráze, na dráze se střídavými sněhovými poměry nebo dokonce za sněžením, musíme nutně mazat.

Je-li úplný mokrý sníh, např. při jarním tání, nemažou mnozí závodníci skluznici voskem, ale natrou je pro rychlejší rozjezd pětrolejem, naftou nebo jinou mastnou tekutinou.

Pokud se týče způsobu mazání saní, mažeme buď za studena nebo za tepla. V prvním případě se vosky nanášou na skluznici a rozetřou korkem nebo koženou rukavicí. Při mazání za tepla ohřejeme skluznici benzinovou lampou, naneseme vosk a rozehřejeme speciální kovovou žehličkou. Závodníci, kteří nemají potřebné nářadí pro tento způsob mazání, mohou nanést teploty vosk štětce od patky skluznice ke špičce saní asi 10 cm dlouhými tahy

tak, aby každé další táhnutí štětce střechovitě překrývalo předcházející. Schodovitým nanesením vosku na skluznici docílíme ovzdušnění skluznice od sněhového podkladu sáňkařské dráhy a tím zrychlíme skluz saní. Pro tento způsob mazání doporučuji použít malého vaříče na suchý lih a kovové mističky s držadlem, ve které rozehríváme a mícháme vosky v potřebném poměru. K »pinzlování« použijeme plochého štětce a sjezdový vosk nanášíme na za studena rozetřený podkladový vosk o vysoké přilnavosti. Bez základního vosku by se nám sjezdový vosk se skluznice sloupal. Také pro »pinzlování« je vhodné skluznice saní mírně zahřát. Stačí postavit saně na nějakou dobu na slunce nebo alespoň silně tít kovové skluznice bezprostředně před nanesením vosku koženou rukavicí.

Při teplejším počasí a čerstvě napařeném sněhu mažeme silnější vrstvu vosku, při zmrzlém sněhu pouze tenký film. Po namazání nastavíme hned závodní saně sanicemi do sněhu, protože na ohřáté kování by nám namrzl sníh. Namazané skluznice necháme nejdříve vymrznout a vosk vyleštíme novinovým papírem.

Několikaleté zkušenosti a zvláště mistrovství světa v Davosu v roce 1957 mě přesvědčily o tom, že moderní technika jízdy na saních nutně vyžaduje mazání.

Doufám, že tato stručná informace poslouží závodníkům-sáňkařům, kteří dosud nemazali, a alespoň částečně i novým trenérům našeho sportu. Byl bych rád, kdyby i ostatní zkušební závodníci, kteří se zabývají již douhá léta výzkumem mazání závodních saní, jako např. Josef Heller, Petr Škráblek, Horst Urban a ostatní, řekli k tomuto tématu své slovo. Prosim čtenáře, aby můj stručný článek považovali za úvodní příspěvek do diskuse o mazání saní, která je naprosto nutná k tomu, abychom si v tomto období nezadržitelného rozvoje sáňkařského sportu v Československu vzájemně vyměnili své zkušenosti. Čekáme na vaše příspěvky!

Inž. BRONISLAV HANÁK

Aký bude ďalší vývoj zjazdových disciplín, najmä zjazdu vo svetle rokovania na kongrese FIS v Štokholme

Charakter zjazdového preteku zostáva

- Znižovanie rýchlostí
- Povinné nosenie ochranných prilb
- Sprísnený tréning pri zjazde
- Sprísnené podmienky na schvaľovanie zjazdových tratí
- Experti ZS komisie FIS na vrcholné svetové zjazdové preteky s plnými mocami

Niet pochybností o tom, že celý lyžiarsky svet, ale najmä tí, čo sa viacej zaujímajú o zjazdové disciplíny, s nedočkavosťou očakávali rokovania kongresu FIS, ktorý prebiehal v júni t. r. v Štokholme. Očakávalo sa najmä to, aké stanovisko zaujme k štyrom prípadom smrti pretekárov-zjazdárov. U nás sú známe hlavne dva. Kanadan Semmelink a Rakúšan Toni Mark. Treba totiž povedať, že tieto prípady boli predmetom veľmi ostrej kritiky novinárov a odborníkov najmä v alpských krajinách voči usporiadateľom, svázom, ako aj napokon voči FIS. Ako je známe, FIS bola nútená vydať predbežné vyhlásenie, že celá otázka ďalšieho rozvoja zjazdových disciplín bude podrobne prediskutovaná na kongrese FIS v Štokholme. A naozaj technická komisia FIS pre zjazd a slalom v detailných, vážnych, ale aj tvrdých diskusiách rokovala o ďalšej budúcnosti najmä zjazdového preteku.

Dovoľte, aby som aspoň v hrubých rysoch informoval našich pretekárov, staviteľov zjazdových tratí a organizátorov zjazdových pretekov o niektorých zásadných a hlavných záveroch z rokovania komisie, ktoré budú zakotvené v nových pravidlách. FIS ich vydá ešte do zimy. Možno ich rozdeliť do jednotlivých statí, čo aj kvôli prehľadnosti nižšie uvádzam.

1. ZMENA PODMIENOK PRE SCHVAĽOVANIE ZJAZDOVÝCH TRATÍ:

- trať nesmie obsahovať tvrdé vlny, ktoré zapríčiňujú dlhé skoky pretekára
- na odklonených zákrutách nesmie trať nútiť pretekára jazdiť vonkajším okrajom spodku trate
- v miestach, kde sa dosahujú veľké rýchlosti, musí byť trať širšia ako 20 m (kde to bude účelné — v lese — nemusí byť ani tak široká, aby sa neotvorila účinkom slnka)
- na vonkajších okrajoch zákrut musia byť dostatočné výbehové priestory až 50 m
- cieľový priestor musí byť dostatočne dlhý a široký
- nestavať umelé skoky.

2. ZNÍŽOVANIE RÝCHLOSTI STAVBOU KONTROLNÝCH BRÁNOK:

- v zákrutách stavať bránky tak, aby pretekár musel jazdiť vnútornou trasou
- stavať trať mimo prekážok
- pri križení trate musia sa bránky stavať na hornú časť trate
- na všetkých nebezpečných úsekoch s veľkými rýchlosťami musia sa po-

staviť kontrolné bránky na zmiernenie rýchlostí.

3. SCHVAĽOVANIE TRATE ZA ZMENE-NÝCH SNEHOVÝCH PODMIENOK:

- usporiadateľ pri usporiadaní pretekov nemôže sa spoliehať len na to, že trať FIS schválila, ale musí brať pri konaní preteku do úvahy dostatok snehu, totálnu zľadovatelosť, odmák, hustú hmlu, víchricu, prechod z oslnených častí do tieňa; keď tieto podmienky nie sú vyhovujúce, nemá váhať s odložením alebo anulovaním preteku.

4. OFICIÁLNY TRÉNING:

- musí byť označený presný čas oficiálneho tréningu
- pre oficiálny tréning musí byť trať k dispozícii najmenej 3 dni; v prípade, že nie je možný tréning v prvý deň, je možné redukovat na dva; ak nebude trať k tréningu v prvý deň z 2 dní, nesmie sa pretek konať alebo musí byť presunutý tak, aby pre tréning boli k dispozícii najmenej dva dni na bezchybnú trať
- pri všetkých tréningových jazdách musí pretekár nosiť tréningové číslo, inak bude diskvalifikovaný — tréningové čísla budú vydávané podľa kvalifikačných tabuliek FIS
- pretekár v tréningu musí mať možnosť prejsť trať v plnej jazde bez zastávky — takýto tréning bude zvlášť vyhlásený a bude riadený činovníkmi k tomu určenými; štartové intervaly aspoň 1 min., prítomnosť bude daná pochopiteľne možnosťou pretekárom prechádzať trať po úsekoch.

5. MENOVANIE EXPERTOV FIS:

- zjazdové preteky, ktoré budú uvedené v kalendári FIS, budú rozdelené na I — medzinárodné preteky, na ktoré bude FIS menovať experta, a N — medzinárodné preteky, ktoré budú kontrolované národným svázom
- expert FIS je členom súťažného výboru, ale s právom zakázať konanie pretekov, ak je zvláštne nebezpečie — má právo veta i proti inému rozhodnutiu súťažného výboru alebo usporiadateľa
- ak člen komisie ZS FIS je prítomný na N-pretekoch, funguje automaticky ako expert FIS s právomocami ako u I-pretekov.

6. SCHVAĽOVANIE ZJAZDOVÝCH TRATÍ:

- na tratiach, ktoré neschválil FIS, nesmú sa konať medzinárodné preteky
- všetky doterajšie zjazdové trate musia sa schváliť znova podľa nových podmienok
- na tratiach schválených podľa starých podmienok možno do zimy

1962 konať preteky len za podmienky postavenia väčšieho počtu kontrolných bránok i za cenu, že by čiastočne stratila charakter doterajšej zjazdovej trate

- po roku 1962 sa na tratiach, ktoré nebudú novo schválené, nemôžu konať zjazdové preteky a tieto trate budú uzavreté
- trate doteraz neschválené musia byť schválené aspoň podľa doterajších podmienok do začiatku zimy.

7. RÔZNE:

- pri zjazdových pretekoch a tréningu sa budú musieť povinne nosiť ochranné prilby
- pri zjazdových pretekoch sa zakazuje používanie tryskových lyží
- bol stanovený trest pre usporiadateľa, ktorý nepripraví zjazdový pretek ako regulárny, že mu bude zakázané usporiadať na dva roky medzinárodné preteky.

To sú niektoré hlavné opatrenia, ktoré schválila technická komisia FIS pre zaistenie väčšej bezpečnosti zjazdového preteku. V zásade však komisia rozhodla, že doterajší charakter zjazdového preteku má byť ponechaný a je možné využívať bezpečné dlhé úseky na dosahovanie maximálnych rýchlostí.

Okrem týchto problémov komisia prerokovala prípravu a vypočítala podrobné informácie o zjazdových tratiach vo Squaw Valley od prítomných expertov, ďalej prerokovala niektoré zmeny pravidiel, posúdila možnosti usporiadania zjazdovej časti MS v jednotlivých miestach, ktoré sa uchádzali o usporiadania zjazdovej časti MS v jednotlivých miestach, ktoré sa uchádzali o usporiadanie v roku 1962, a vyslovila súhlas. Ako je známe, kongres sa vyslovil väčšinou hlasov pre Chamonix. Okrem toho sa prerokoval celý rad ďalších námetov a celý rad napriek dlhému a vyčerpávajúcemu rokovaniu musel byť odsunutý.

Celé rokovanie viedlo sa nadmieru vážne a viackrát sa zúčastnili zasadnutia predseda FIS Hodler a gen. tajomník Kaech, viaceré veci sa posudzovali tiež po právnej stránke. Sám predseda FIS p. Hodler nazval komisiu resp. zjazd ako »dieťa, ktoré robí FIS najviacej starosti«.

Pôjde teraz o to, aby predsedníctvo LS ÚV ČSTV so svojimi komisiami a odborníkmi a LS SÚV ČSTV uviedli tieto nové názory a predpisy do našich podmienok tak, aby sa bezpečnosť zjazdového preteku zvyšovala, ale nelikvidoval sa zjazd ako pretek odvahy, sily a mužnosti, ako sa snáď niekde o to začalo hovoriť.

Bude iste potrebné na stránkach nášho »Lyžařství« o týchto veciach hovoriť, usmerniť a napokon informovať aj o ďalších záveroch z rokovania v Štokholme, čo urobíme v ďalších číslach.

J. MRÁZ,
delegát za ČSR na kongrese FIS

PRO SJEZDAŘE

LUBOŠ ZAPLETAL



Napodobivá cvičení můžeme provádět bez nářadí nebo s použitím nářadí a náčiní. Velmi dobrým pomocníkem nám bude tentokrát pérový můstek. Procvičujeme pružnost nohou i správné postavení pro jízdu v obloucích. Přitom získáme pocit velmi podobný jízdě na sněhu, poněvadž terénní nerovnosti a měkkost nasazení smyku jsou dostatečně nahrazeny pérovým můstkem. Uvádím některé účinné cviky na tomto nářadí:

1. Základní sjezdové postavení zvýšené a snížené — odrážení a tlume-

ni protipůsobení nohou jako při projíždění přes terénní nerovnosti.

2. Mírné nadlehčování a vytlačování pat do nového směru na jednom pérovém můstku. Dbáme na správné postavení trupu, »měkkost« v kolenu a rytmické provádění. Nepřehánět odrazy, neskákat vysoko. Cvičíme nejdříve bez holí, potom teprve s jejich použitím. Obr. č. 1—4.

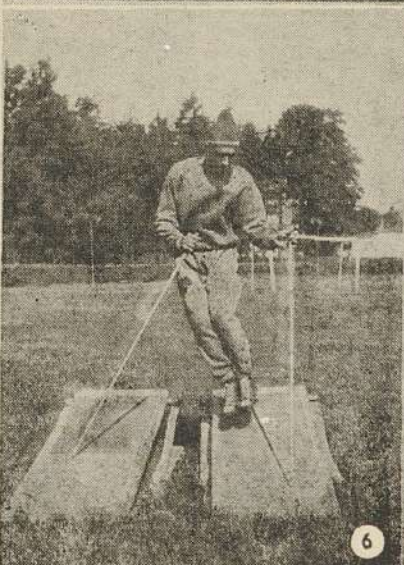
3. Totéž procvičujeme na dvou pérových můstcích, kde po odraze vysuneme chodidla ještě více bočně a vyrovnáváme větším odklonem trupu. Velmi důležitá je lehkost a nenásilnost provádění. Odraz nesmí být velký, jen potřebný k provedení přeskoku. Provádíme opakovaně, rytmicky, nejdříve bez holí, později s holemi. Obr. č. 5—8.

Velmi dobrým napodobivým cvičením pro získání postřehu a pohybového návyku je »slalom na suchu«. Tento slalom nastavíme na svahu, protože brzděním b. ěhu na patách vytváříme návyk záklonu. Proto vyhlédneme plochý terén a napícháme 20—30brankový slalom. Poněvadž »na suchu« nedocílíme skluzu a nám se jedná o správnou akci a postavení trupu, zůžeme branky na 1 m, na



maximální vzdálenost jednoho odšlapu jedné od druhé. Dbáme na to, abychom při zdolávání slalomu odšlapovali mezi brankami a do branky skočili do nového směru ve správném postavení trupu. Tím získáme návyk na provádění odšlapů. Obr. č. 9 až 10.

Abyste tyto napodobivé cviky účinné, musí být prováděny soustavně a systematicky. Potom budou mít svůj výsledek, který se projeví při první jízdě na sněhu a vytvoří předpoklady pro dobrou formu.



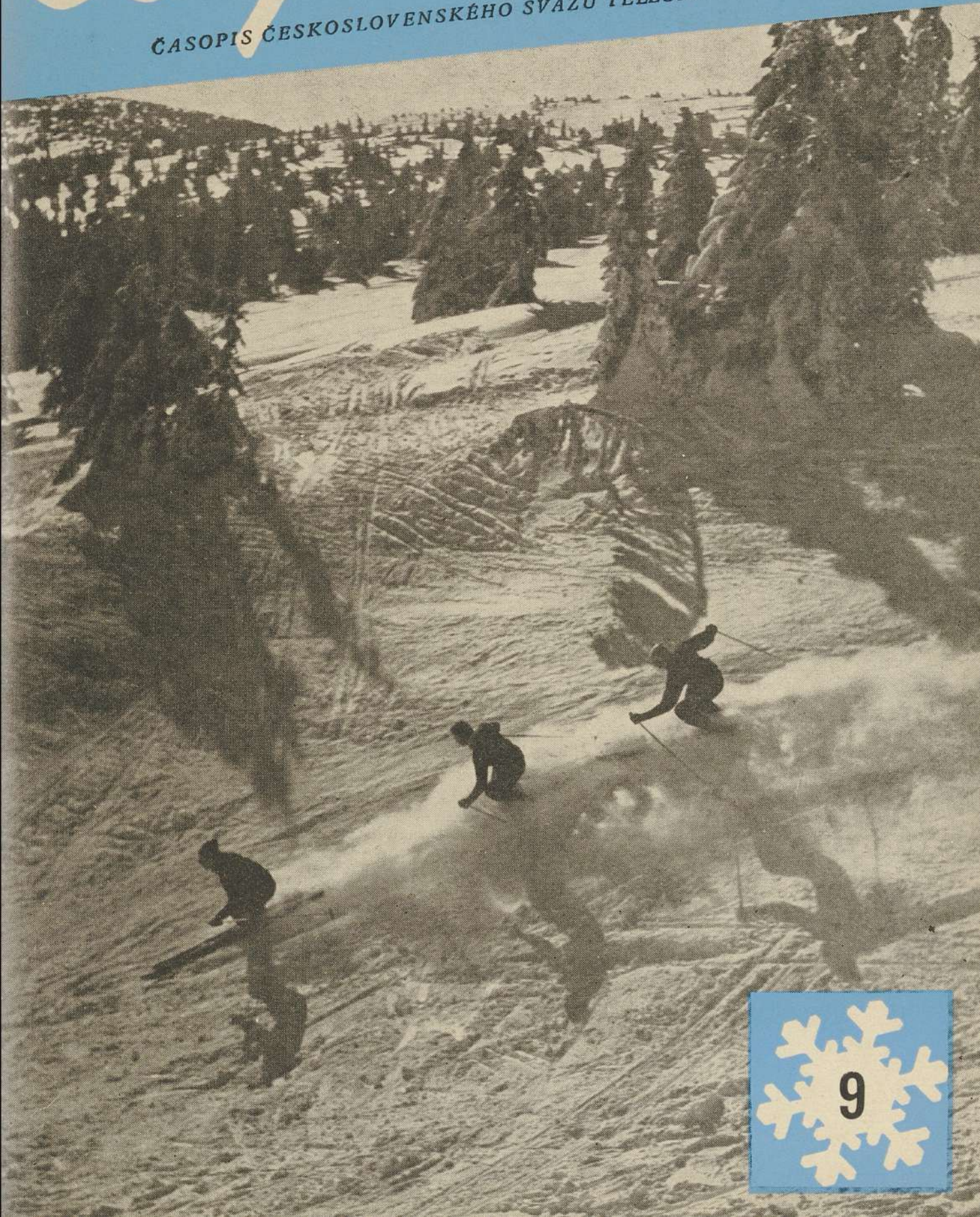


Slyžarstvi

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKEHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45

LISTOPAD 1959





ZASNĚŽENÉ VRCHOLKY HOR ČEKAJÍ OPĚT NA LYŽAŘE, ABY JE PŘEKVAPILY SVOJÍ KOUZELNOU KRÁSOU ZIMNÍ POHÁDKY A OBOHATILY O NEZAPOMENUTELNÉ ZÁŽITKY.

Snímek Vilém Heckel

Lyžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze.

★

Séfredaktor dr. Ctibor Rybár,
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Spaček

★

Redakce: Praha I - Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071

★

Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

OBSAH

42 let, která změnila svět	1
Lyžařské sůfaže zimnej části II. CS	2
Trenérům sjezdových di- sciplín	4
Posilovací cvičení v tré- ninku běžce	5
Základní lyžování	6
Mělo by se, mohlo by se	7
Mládež si ráda hraje	8—9
Vrátana neznámá	10
O nové metodické komisi	11
Naši přátelé	12—13
Pravidla nebo pokyny?	14
Rozdělení oblouku do fází	16—17
Co jsme viděli v Zakopa- ném	18
Saně a boby	19—21
Běžecská komise FIS	22
O sněhu a lyžích v zahra- ničí	23—24

★

Snímek na 1. straně obálky: Sjíždět zasněžené pláň našich krásných hor patří k nezapomenutelným zážitkům. (Foto Vilém Heckel.)

★

Vychází měsíčně kromě července a srpna

★

Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-21566

42 LET, KTERÁ ZMĚNILA SVĚT...

Když byli naši sportovci na letních olympijských hrách v Melbourne, viděli tuto scénu: Několik tisíc zdivočelých maďarských reakcionářů, kteří sem byli narychlo dovezeni, začali po přerušeném utkání SSSR—Maďarsko ve vodním pólu ohrožovat sovětské reprezentanty, odcházející k autobusu. Jeden ze zsilných pořadatelů se protlačil k sovětským sportovcům, aby je varoval před další skupinou maďarských kontrarevolucionářů, potulujících se v blízkosti jejich autobusu.

A v té chvíli se jeden ze sovětských sportovců obrátil k pořadateli a řekl mu: »Nic se nestane. Děkujeme vám. Neobávejte se...« A tehdy jeden z francouzských novinářů, který tuto příhodu pozoroval, řekl, že nechápe, kde se v sovětských sportovcích bere ta síla — nejen na sportovišti, ale i mimo ně, například právě tam — proti zdivočelým maďarským reakcionářům.

KDE SE BERE TA SÍLA?

Myslím, že nad těmito slovy se v posledních letech ve světové sportovní veřejnosti diskutuje velmi obsáhle. Nescházejí samozřejmě ani takové diskutéri, kteří se snaží dokazovat, že prý všechny sovětské úspěchy — a nejen na sportovním poli — jsou dílem náhody, jakési souhry podivuhodných okolností. Na Západě se to těmito »oborníky« jen hemží a jedna jejich teze je »originálnější« druhé. Nedávno americký specialista G. Petersberg prý přišel věci na kloub, když prohlásil, že sovětské sportovci jsou od drsného podnebí své země lépe vybaveni pro sport než ostatní jiní. Tento člověk patrně nikdy ještě neviděl mapu Sovětského svazu, na které by snadno zjistil, že je to tak obrovská země, která má nejen oblasti věčného sněhu a ledu, ale i olivové háje, aleje citronovníků i obrovská čajová pole.

Síla sovětských sportovců pramení odjinud, vážení pánové. Jsou to reprezentanti první socialistické země světa. Nejsou sportovci s klapkami na očích, kteří by znali jen lyže, míč, oštěp nebo pádlo. Vychovala je jejich socialistická vlast.

Rada z nich je vynikajícími vyznamenanými pracovníky, autory vědeckých publikací, věhlasnými techniky, na slovo vzatými odborníky, z nichž mnozí se podílejí i na posledních úspěších vědy a techniky, které tak ohromily svět.

Ten svět, který před 42 lety vypadal docela jinak. Snad znáte onen známý Rjepinův obraz ubožáků, otrhanců, vlekoucích loď. Tak žili lidé... Říjnová revoluce jim dokořán otevřela dveře k novému životu. Z carského Ruska se za 42 let stala socialistická velmoc, k níž milióny lidí ve všech světadílech vzhlížejí s vírou a nadějí, že jejich tužby budou naplněny skutečností. Není nijak náhodné, že např. Arabové nazývají SSSR — zemí míru a bratrství, nebo že stamilióny lidí světa se v těchto dnech rozhodně postavily za sovětský návrh na všeobecné a úplné odzbrojení. SSSR jim ukazuje cestu k budoucnosti, ve které se budou bourat odpalovací rampy a stavět stadióny a kosmická nádraží.

Ano, v mnoha jazycích světa zní překlad slova Sovětský svaz — mír, bratrství, skutečná svoboda člověka. Není náhodné, že právě sovětský člověk dokázal to, co bylo pro celé generace nejmělejšími sny. A to ještě neřekl poslední slovo. Svě úspěchy bude zmnohonásobovat. Není pochyb o tom, že nebude dlouho trvat a přežene USA i na těch úsecích lidské činnosti, kde je zatím na druhém místě. Jeden z nejlepších amerických znalců »sovětských poměrů« pan G. Wennan prohlásil: »Otevřeně doznávám, že v rozmach sovětského hospodářství překonal vše, co jsem považoval za možné.« Má pravdu, pan Wennan, pravdu, kterou byl nucen doznat i kterýsi list, který napsal, že když se ekonomové USA probírají číslu sovětské sedmiletky nejen že jim vstávají vlasy hrůzou na hlavě, ale připomíná jim i les kaktusů, kterým se musí prodírat.

A obdobně se rozvíjí i sovětská fyskultura, která už získala jasné prvenství nejen svou masovostí, ale i vynikajícími výkony, které odtud vyvěrají. Zalistujeme ve vzpomínkách, abychom viděli, jak se sovětské sportovci rychle učili a jak své mistrovství zdokonalují k nejvyšším metám. Příklad hokejistů je dostatečně známý, stejně tak i cyklistů na největším amatérském silničním závodu světa — v Závodě míru. Ale i sovětské atleti už v mnohých disciplínách dosáhli světového prvenství, stejně tak jako vodáci, vzpěrači, zápasníci, košíkáři, odbíjenkáři, o šachistech už vůbec nemluvě. Mezi nejlepší na světě patří i sovětské lyžaři-běžci, což dokázali už svým prvenstvím na olympijských hrách v Cortině a na posledním MS.

Na Západě nyní — ti rozumnější — nejednou píší, že všechna odvětví činnosti sovětských lidí se rozvíjejí naprosto plánovitě a přesně tak jako »luník« dosáhl svého cíle na Měsíci. Je to celkem výstižné srovnání... A to je třeba si představit, že propočty dráhy a rychlosti sovětské kosmické rakety, která přistála na Měsíci musely být tak přesné, že odchylka pouze v rychlosti o 1 m za vteřinu, by znamenala, že raketa by minula Měsíc zhruba asi o 250 km a stejně

Pokračování na str. 2



Lyžiarske súťaže zimnej časti II. CS

Pred piatimi rokmi len Vysoké Tatry mali tú česť, že pripravili lyžiarske súťaže I. celoštátnej spartakiády. Zároveň s nimi boli i súťaže bobistické a sánkárské. V blížiacom sa hlavnom pretekovom období bude tomu ináč. Tentoraz kolektívy nadšených lyžiarskych pracovníkov v Banskej Bystrici, Žiline, Liptovskom Mikuláši, Ružomberku, Tatranskej Lomnici, Novom Meste v Krušných horách a v Harrachove, pripravujúč dielčie časti týchto súťaží, sú už v plnej činnosti. Okrem toho i pracovníci v Kremnici a v Krompachoch popýšia sa možnosťou pohostiť vybraných mladých slovenských pretekárov na majstrovstvách Slovenska, ktoré rovnako ako majstrovstvá ČSR tvoria súčasť lyžiarskej časti II. celoštátnej spartakiády 1960.

Symbolicky sa uskutoční v praxi

väčšina disciplín lyžiarskych súťaží v slovenských horách. Veď tadiaľto prichádzala sloboda do našej vlasti pred 15 rokmi. My lyžiari sme hrdí na to, že práve vo veľa prípadoch najťažšie úseky zdolávali hrdinskí príslušníci víťaznej Sovietskej armády a v jej zväzku hlavne vojaci I. čs. armádneho sboru v SSSR — na lyžoch! Veď akože by to bolo bývalo ináč možné? Závejiská snehu bránili rýchlemu postupu a najmä pri bojoch o Liptovský Mikuláš bolo často počuť o dôslednom plnení bojových úloh lyžiarskymi automatčikmi. Sú to naozaj hrdé a krásne spomienky. Spomienky na tých, čo v sebažertve položili svoje životy na oltár vlasti vtedy, keď sa rodila sloboda. No sú to spomienky, ktoré zaväzujú i dnes. Zaväzujú lyžiarskych pracovníkov nielen dôstojne tomuto veľkému jubileu

prípraviť hrdé podujatia — ale hlavne pritiahnúť do náborových i výberových lyžiarskych súťaží čo najviac mládeže. Ukázať jej krásnu históriu i tradíciu lyžiarskeho športu. Udržať mládež v horúcom zápale trvalého záujmu o sústavnú činnosť a organizovať ju v rámci lyžiarskych oddielov telovýchovných jednot ČSTV.

Ako krásne znejú slová agilných krompašských lyžiarov o tom, čo všetko bolo treba vykonať cez Vianoce 1944 pre účinnú pomoc hrdinským partizánom medzi Gelnicou a Krompachmi. Tam na Plešách stála vtedy malíčka chatka. V nej sa stretávali s bojujúcimi hrdinami. Chatku neskôr fašisti spálili. Po víťazstve a 15 rokoch tvorivej práce vystavili v rámci TJ Pokrok za pomoci miestnych závodov také chaty, že sú ozaj dôstojnými udržiavateľmi lyžiarskej tradície, najmä na terénoch i dráhach takých kvalít.

Dozaista sa nájde veľa takýchto príkladov snaživého budovania lyžiarskych zariadení a v nich i výchovy mladých lyžiarskych nádejí, ktorí sú ozaj majstrami »svojho fachu« a pri tom oduševnenými vlastencami.

Pri práci v takýchto dobrých kolektívach rastú ľudia i pre veľké dieťa. Preto s radosťou možno konštatovať, že kým pred niekoľkými rokmi bolo ťažko zoskupiť kolektív pre zabezpečenie usporiadania jedného väčšieho podujatia — tentoraz pracuje sedem kolektívov v rôznych oblastiach! V niektorých prípadoch budú musieť zabezpečovať i viaceré preteky odrazu. Iste je preto potrebné vrcholné vypätie — ale chuť do práce

DOKONČENÍ ÚVODNÍKU

tak by tomu bolo, kdyby raketa byla o několik vteřin vypuštěna dříve nebo později. Lidé ve světě nesmekají jen před touto přesností, ale obdivují především člověka, který toto dokázal a chtěl jít jeho cestou. Když byla nedávno v New Yorku sovětská hospodářská výstava, nejednou před branami stály tisíce Američanů, lačných spatřit úspěchy sovětských lidí. A tak už ani příliš nepřekvapí zpráva, že v USA je dnes čtyřikrát větší počet zájemců o studium ruštiny než před dvěma roky. A myslím, že je hodně rozumného ve vyjádření amerického fyzika Telera, který je nazýván »otcem americké vodíkové pumy«: »Na konci tohoto století budou svět formovat sovětské a nikoli naše ideje.«

Jaké jsou to ideje?

Ideje socialismu a komunismu, ideje míru a spolupráce mezi národy a lidmi. Ideje, které poprvé zasadila do života lidí Říjnová revoluce. Dnes — ve dnech jejího 42. výročí — zasiláme našim sovětským bratrům vřelé soudružské pozdravy s upřímným přáním, aby dokázali ještě více pro naše společné dílo — výstavbu socialismu a komunismu, pro klid domovů kdekoli na světě. Budeme se učit z jejich zkušeností a jejich cestou půjdeme! Je to cesta Říjnové revoluce a vede k vítězství člověka.

MIROSLAV LAUTERBACH

SPARTAKIÁDNÍ VLOČKY

Součástí oslav 15. výročí osvobození naší vlasti sovětskou armádou je v roce 1960 II. celostátní spartakiáda, která je i oslavou budovatelských úspěchů druhé naší pětiletky a vyjádřením pevného odhodlání k úspěšnému dovršení výstavby socialismu v naší vlasti.

I lyžaři se připojili k těmto oslavám a v rámci II. celostátní spartakiády budou pořádány lyžařské spartakiádní soutěže, které přivedou k lyžařskému sportu řadu dalších našich občanů — zvláště mládeže.

A nečekali jsme až na spartakiádní rok. Již v zimě 1957/1958 jsme připravili náborové soutěže pro lyžařskou mládež od 9 do 15 let — soutěž o Spartakiádní vložku — při níž získávají účastníci postupně červené, modré a nejlépe z nich — zlaté Spartakiádní vložky.

Vyhlášení soutěže o »Spartakiádní vložku« bylo nadšeně přijato nejen lyžařskou mládeží, ale mládeží vůbec a přivedlo tak do našich řad další zájemce.

Jaký je prozatímni výsledek?
I když ještě v některých krajích není všechno, jak bychom si přáli, můžeme být s dosavadními výsledky spokojeni.

Soutěže o Spartakiádní vložku se zúčastnilo v roce 1959/1959 již 105 156 mladých závodníků (v českých a moravských krajích) a z nich celá jedna pětina, tj. 20 678 splnilo předepsané limity. Na jaře letošního roku bylo již 745 nositelů zlatých Spartakiádních vložek.

Méně potěšitelný je přírůstek 2822 nových mladých členů do lyžařských oddílů, což činí pouze 2,7 % z celokového počtu účastníků náborové soutěže, i když je nutno poznamenat, že řada účastníků byla již před vyhlášením této soutěže členy lyžařských oddílů.

Nebude jistě na škodu této soutěži, když již nyní zveřejníme výsledky jednotlivých krajů, a to alespoň v nejvýraznějších ukazatelích:

— Podle počtu oddílů, které uspořádaly v jednotlivých kra-

jích tyto významné náborové závody, jsou v čele kraje Brno a Hradec Králové (se 109 oddílů) a následují kraj Karlovy Vary (se 26 oddílů), Ústí n. L. (22 oddílů), MV Praha (18 oddílů).

— Nejvíce závodů uspořádal kraj Hradec Králové (264), Brno (213), Karlovy Vary (199), Ústí n. L. (151) a Praha KV (118).

— Nejvyšší počet účastníků vykazuje kraj Liberec (27 038), Hradec Králové (15 234), Ústí n. L. (10 251), Jihlava (10 002), Karlovy Vary (8824).

— Podle počtu splněných limitů, tj. podle výkonnosti, prozatím vede kraj Hradec Králové s 5458 splněnými limity a následuje Liberec (3384), Karlovy Vary (2384), Ústí n. L. (2326) a Jihlava (1596).

— Největší počet nositelů zlatých Spartakiádních vložek má kraj Ostrava (265), Liberec (157), Hradec Králové (103), Ústí n. L. (93), Plzeň (50).

Zlatých Spartakiádních vložek v českých a moravských zemích na sklonku minulé zimy získalo 745 mladých lyžařů.

— Největší počet nových členů do oddílů z řad účastníků této soutěže nejmladších přivedly kraje Ústí n. L. (793), Brno (550), Hradec Králové (491), Karlovy Vary (382), Ostrava (275). Výstřehou právě v tomto ukazateli jsou kraje České Budějovice, Liberec, Olomouc, Pardubice, Praha MV, které nezískaly z řad soutěžících žádné nové členy, nebo je dosud nevedou v evidenci a ústřední lyžařské sekci je nehlásily.

A vždyť právě tato čísla mají nám ukázat, jak plní tato soutěž svůj hlavní účel — přivést k provádění lyžařského sportu co nejvíce mladých.

Spartakiádní soutěže mají zvýšit aktivitu nejen všech oddílů, okresů a krajů, ale i všech sportovců a lyžařských pracovníků. Nesmíme ani v nastávajícím období polevit v naší práci a všechny kraje mají možnost dohonit ty, které jsme uvedli, ale nejen to, mají možnost je i předhonit. FR. TABORSKÝ

a dobrá vůle všechno zvládá. Očekává se proto mnoho překvapení od iniciativy členů organizačních výborů jednotlivých podujatí.

Samozřejmě, že v této souvislosti hodno spomenout i skutečnost potřeby zabezpečení základních organizačních prvků pro společně velké díla. Tímto prvkem jsou právě aktivní pracovníci v lyžařských oddílech. Teraz — v období bilančování činnosti lyžařů za uplynulé období — je na všech pracovníkch, aby čo nejlepší a v čo největšom počte lyžařských oddielov pripravili výročné členské schôdzky. Na nich treba postaviť reálne, pritom ale mobilizačné plány činnosti pre blížiaci sa rok. V ňom treba veľkú pozornosť venovať nielen špičkovému pretekaniu, ale tiež aj masovej základni. Veď je potrebné zabezpečiť čo najväčšiu účasť mladých pretekárov v náborových súťažiach. Tu svoju veľkú úlohu splnia najmä preteky »O cenu Pionierskych novín«, ako aj ďalšie preteky. Podľa účasti a dobrej prípravy na týchto pretekoch bude možné potom úspešne — iste nie neúspešne — bilančovať počty nositeľov Spartakiádných vložek. Samozrejme, že nesmie byť v žiadnom prípade toto snaženie cieľom. Ono musí byť prostriedkom pre zabezpečovanie sústavného rastu nášho lyžiarstva. Veď len tak sa ujasní a výsledkami podloží zabezpečenie náročných úloh plynúcich z rezolúcie II. slovenského sjazdu ČSTV.

To sú tie veľké ciele, ktoré sleduje lyžiarstvo v jubilejnom 15. roku nášho oslobodenia. To je a iste aj bude jeho prínos pre zdarný priebeh a úspešné zakončenie lyžařských súťaží zimnej časti II. celoštátnej spartakiády 1960.

KDO ZVÍTĚZÍ?

Lyžařský oddíl Slávia Žižkov ÚRO se obrací na všechny lyžařské oddíly s výzvou k soutěži o získání co největšího počtu mladých lyžařů. Uveřejňujeme propozice soutěže a přejeme všem, kteří se jí zúčastní, mnoho zdaru v náboru našich nejmladších do lyžařských oddílů.

Motto: »Náborem mládeže za zvýšení úrovně čs. lyžařství«.

1. Získat aspoň 20 mladých lyžařů ve věku 11—14 let pro systematický celoroční výcvik.

Bodování: za získání 20 lyžařů 20 bodů, za každého dalšího 2 body, nesplnění udaného počtu 0 bod. Potvrzuje: OV ČSTV.

2. Uspořádat alespoň jeden závod pro mládež, a to pro neorganizované mladé lyžaře ve věku 11—14 let.

Bodování: za uspořádaný každý závod 10 bodů.

Potvrzuje: OV ČSTV.

3. Zúčastnit se co největšího počtu lyžařských závodů v kategorii žactva a dorostu.

Bodování: a) umístění na prvních deseti místech v závodech veřejných až krajských přeborů 10—1 bod (za 1. místo 10 bodů, za každé další místo o bod méně). — b) Umístění v závodech celostátního významu 20—2 body.

Potvrzuje: Nutno doložit buď oficiální listinou »Výsledků« ze závodu nebo jejich opisem potvrzeným OV ČSTV.

4. Největší počet cvičenců v kategorii mládeže z řad příslušníků lyžařských oddílů na krajských spartakiádách.

Bodování: za každého cvičence 1 bod. Potvrzuje: OV ČSTV.

5. Spartakiádní vložka.

Získání co největšího počtu spartakiádních vložek v zimním období 1959 až 1960.

Bodování: za každého účastníka závěrečného kola žactva a dorostu 2 body, za jednu zlatou vložku 10 bodů. Potvrzuje: OV ČSTV.

6. Zaměřit závodní výcvik mládeže tak, aby co největší počet se probojoval do závěrečného kola zimní spartakiádní soutěže v kategorii žactva a dorostu.

Bodování: za každého účastníka závěrečného kola žactva a dorostu 2 body (u žactva krajské přebory, u dorostu celostátní přebory).

Potvrzuje: nutno doložit oficiální startovní listinou nebo jejím opisem, potvrzeným OV ČSTV.

7. Uzavření tělovýchovného patronátu na jedné škole osmiletce nebo dvanáctiletce.

Bodování: 10 bodů. Potvrzuje: ředitelství školy.

8. Soutěž je přístupná všem lyžařským oddílům v ČSR. Přihlášky přijímá pořádající jednotka do konce tohoto roku.

9. Vyhodnocení soutěže bude provedeno pouze u těch oddílů, které budou splňovat všechny podmínky soutěže, zvláštní komisí složenou ze zástupců LS ÚV ČSTV, redakce »Práce« a vyzývajícího oddílu.

10. Výsledky nutno zaslat na LS ÚV ČSTV do 30. června 1960, kdy bude provedeno vyhodnocení soutěže.

TRENÉRŮM SJEZDOVÝCH DISCIPLÍN

V posledních letech stále zdůrazňujeme význam celoroční přípravy sjezdařů, ale nepodařilo se nám odstranit ani u předních závodníků určitou tréninkovou ochablost v případných měsících. Příčiny těchto tréninkových prázdnin jsou různé a nechci je dnešním článkem řešit. Je však třeba uvědomit si tuto skutečnost a tím více zkvalitnit nynější trénink.

Trenéři oblastních sjezdařských družstev zhodnotili dosavadní jejich přípravu a stanovili zásady pro další trénink. Jelikož našim prvořadým úkolem je zvýšit technickou vyspělost největšího počtu závodníků, obracím se tímto článkem na dobrovolné trenéry a vysvětluji zhruba zásady, kterými se chceme řídit.

I. Je nutno vytvořit třeba i malé kolektivy závodníků, neboť kolektivní trénink a jeho tréninkové formy jsou pro sjezdaře mnohem účinnější než trénink individuální.

II. Závodníky vedte k tomu, aby trénovali převážně v terénu a na hřišti.

III. Trénujte na hřišti třikrát týdně a v neděli organizujte čtvrtý trénink ve formě turistiky nebo brigády.

IV. I při kolektivním tréninku se zaměřujte u jednotlivců na odstranění jejich nejvýraznějších nedostatků (malá dravost, špatná obratnost, slabé ruce atd.).

Stále však sledujte celkový rozvoj obratnosti, pohotovosti, mrštnosti, odvahy, rychlosti, síly a vytrvalosti u všech svých svěřenců.

V. Podstatnou náplň podzimního tréninku má být lehká atletika, akrobatika, cvičení na nářadí, hry a speciální cvičení.

LEHKÁ ATLETIKA

Na atletické disciplíny se musíme dívat očima sjezdaře jako na prostředek k získání některých pohybových vlastností. K jejich provádění nepotřebujeme ani speciální dráhu ani trenéry. Snažíme se zlepšit výkony v některých atletických disciplínách, které jsme zároveň určili jako kontrolní pro měření fyzické zdatnosti. Při měření těchto disciplín je třeba, abychom je provedli v jednom dni v následujícím sledu:

ŽENY:

1. 60 m — start ze stoje, vhodné pro kontrolu rychlosti.
2. Skok vysoký — částečné měřítko obratnosti a síly odrazu.
3. 200 m — start ze stoje — zatížení, které zhruba odpovídá čtyřicetibrankovému slalomu.
4. Vrh 4kg koulí — měření síly a obratnosti.
5. Skok daleký — částečné měřítko obratnosti, rychlosti, síly odrazu.
6. Pět rychle navazovaných skoků odrazem souňož — měřítko síly nohou.
7. 600 m — zatížení, které zhruba odpovídá kratšímu sjezdu.
8. Akrobatika — viz kapitola akrobatika.

MUŽI:

1. 100 m. 2. koule (doroost 6 kg, junioři a muži 7,25 kg). 3. 200 m. 4. dálka. 5. výška. 6. pět skoků souňož. 7. 1000 m. 8. akrobatika.

AKROBATIKA

Cvičení akrobatiky je pěstováním všestranné pohybové dovednosti. Systema-

tický odstraňuje nešikovnost pohybů, s kterou se jistě u některých závodníků setkáte. Učte závodníky správně běhat, skákat, házet, chytat míč atd. Hleďte vhodně akrobatické cviky na zemi, na nářadí, při skocích do vody, při cvičení na laně, na trampolíně, na pružné desce, můstku atd. Naučte závodníky pružně padat, udělat kotoul letmo, přemet, salto s dopomocí.

Kontrolní cviky z akrobatiky vyzkoušejte po skončení atletických disciplín a provedení jednotlivých cviků hodnotte známkou výborně, dobře, neumí.

Ženy:

1. Přemet stranou napravo.
2. Přemet stranou nalevo.
3. Kotoul napřed s výskokem přípatmo.
4. Kotoul nazad ze sedu.

Muži:

1. Kotoul letmo přes 1 m vysokou kozu, bednu.
2. Přemet.
3. Přemet nazad prohnutě.

CVIČENÍ NA NÁŘADÍ

Cvičení na nářadí by nemělo u sjezdařů v podzimní přípravě chybět. Pro cvičení na nářadí jsme zatím neurčili žádné kontrolní cviky. Nářadí využijete hlavně jako překážky a učte závodníky tyto překážky rychle a obratně překonávat. Zábavnou formou je přiveďte snadno k vydatnému cvičení obratnosti, rychlosti a síly. Zařazujte hodně přeskoků s péroým můstkem i bez můstku, často šplhejte a cvičte ve svisu.

HRY

Hry zařazujte pokud možno ke konci tréninku. Jejich zábavný charakter přinutí závodníka k činnosti i tenkrát, když mnohý závodník myslí, že už nemá síl. Pohybové hry jsou také velmi dobré pro ty, kteří v době nežádoucích tréninkových prázdnin přibrali na váze.

SPECIÁLNÍ CVIČENÍ

Speciální cvičení sjezdařů zůstávají i nadále problémem. Je nutné, aby všichni trenéři i závodníci uvažovali o dobrých speciálních cvičeních a s těmito nás seznamovali. Uvedu několik nejčastěji používaných speciálních cvičení.

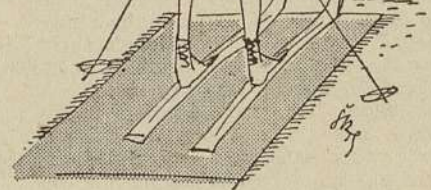
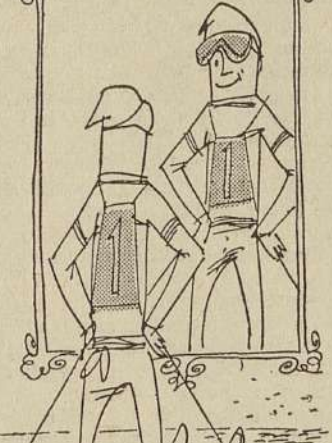
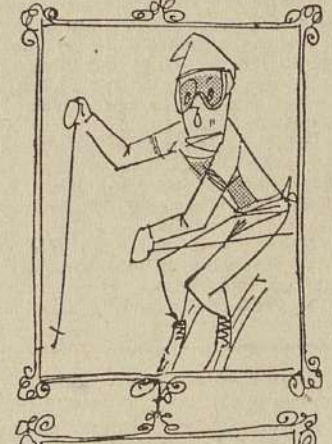
Pro sjezdaře považujeme za nejvýhodnější všechny překážkové běhy s umělými nebo přírodními překážkami. V cvičebním prostoru si zaříďte překážkové dráhy.

- Slalomy na suchu.
- Rychlý běh mezi stromy.
- Běh na prudkých stráních.
- Běh a chůze po vrstevnici prudkých svahů (cvičení kotníků).
- Balancování na laně, dřevěné kouli, sudu, kmenu, kladině.
- Skoky na pružném prkně, trampolíně. Uvolňovací cviky na žebřinách.
- Jízda na motocyklu (terén i rychlost).
- Jízda na vodních lyžích.

VI. Na schůzce oblastních trenérů se rovněž jednalo o tom, že bude vhodné doporučit sjezdařům, aby závodili v letních měsících v nějakém jiném sportu.

VII. Nedílnou součástí tréninku je lékařská kontrola. Doporučujeme závodníkům a trenérům, aby podle možností prováděli za pomoci lékaře i Letunovu zkoušku trénovanosti.

DUŠAN CHARVÁT



»SPECIÁLNÍ NAPODOBIVÁ CVIČENÍ SJEZDAŘŮ«

Kresba: MUDr. Karel Škarvan

Posilovací cvičení v tréninku běžce

Posilovací cvičení jsou pro lyžaře-běžce jednou z nejdůležitějších součástí v tréninku vůbec. Jedním z nejlepších je tvrdá tělesná práce. K tomuto druhu »tréninku« nemají však všichni sportovci stejné možnosti. Proto zařazujeme do pravidelných tréninkových jednotek aktivní posilovací pohyby zaměřené přímo na podobné pohyby, které se vyskytují při samém sportovním výkonu. V tomto případě dbáme, aby posilovací cvičení nebyla jen posilovacími pro svaly, ale i pro vůli. Stavíme se k této části tréninku nanejvýš zásadně s předem přesným určením dávek, které musíme splnit.

Vzhledem k tomu, že posilovací cvičení jsou z tréninkových dávek nejnamáhavější, je třeba velice dobrého uvážení, aby nebyla na úkor ostatních tréninkových dávek, ale aby na ně fyziologicky navazovala.

ZAŘAZENÍ DO CELOROČNÍHO PLÁNU

Na mnoha případech se ukázalo, že je třeba provádět posilovací cvičení celý rok, ale s ohledem na intenzitu dávek. Nejvíce posilovacích cvičení provádíme v době od června do září. V říjnu provádíme tato cvičení společně s cvičeními napodobivými. V době prvního rozježdění opět ubývá cvičení napodobivých a přibývá cvičení posilovacích do doby tří až čtyř týdnů před závody. Toto cvičení už není zdaleka tak intenzivní jako v září nebo v říjnu, kdy je nutné cvičit alespoň pětkrát týdně. V době závodní pak stačí provádět posilovací cvičení v podobě aktivního odpočinku v hodinách všeobecné přípravy, kdy podporujeme i rozvoj rychlosti a obratnosti. Po závodním období, v době od dubna do června, posilovací cviky neprovádíme. Toto je období her a sportovního osvěžení.

ZAŘAZENÍ POSILOVACÍCH CVIČENÍ DO JEDNOTLIVÝCH TRÉNINKŮ

Vzhledem k tomu, že k posilovacím cvičením není třeba zvláštní techniky, zařazujeme je ke konci tréninku, kdy vhodně podporují i rozvoj volných vlastností. Abychom však tímto cvičením síly nezískali příliš tvrdé pohyby, zařazujeme před nimi lehký běh nebo plavání na uvolnění. Při pomalých cvicích pro dolní končetiny zařadíme nakonec alespoň pět minut svižného běhu s mírného kopce, při kterém dosáhneme rychlého pohybu bez námahy. Po dlouhých vytrvalostních bězích posilovací cvičení nezařazujeme ihned, ale vkládáme je do tréninkového dne jako další fázi tréninkového dne po několika hodinovém odpočinku a důkladném posilnění.

NĚKOLIK PŘÍKLADŮ POSILOVACÍCH CVIKŮ

Dolní končetiny:

Dřepy na plných chodidlech (intervalově až 10krát 50 dřepů).

Dřepy na jedné noze (po měsíčním cvičení provádět alespoň 10 dřepů na každé noze za sebou).

Poskoky na místě v postojí jako při běhu střídavém (dvacet poskoků na jedné, dvacet na druhé noze).

Skiping do mírného kopce.

Horní končetiny:

Kliky s lokty u těla.

Kliky se zvýšenou oporou dolních končetin.

Shyby na hrazdě (rovné větvi).

V lehu vzpírat činku — ze vzpažení do předpažení až připážení (činka 15—20 kg).

Spłh bez přirazů.

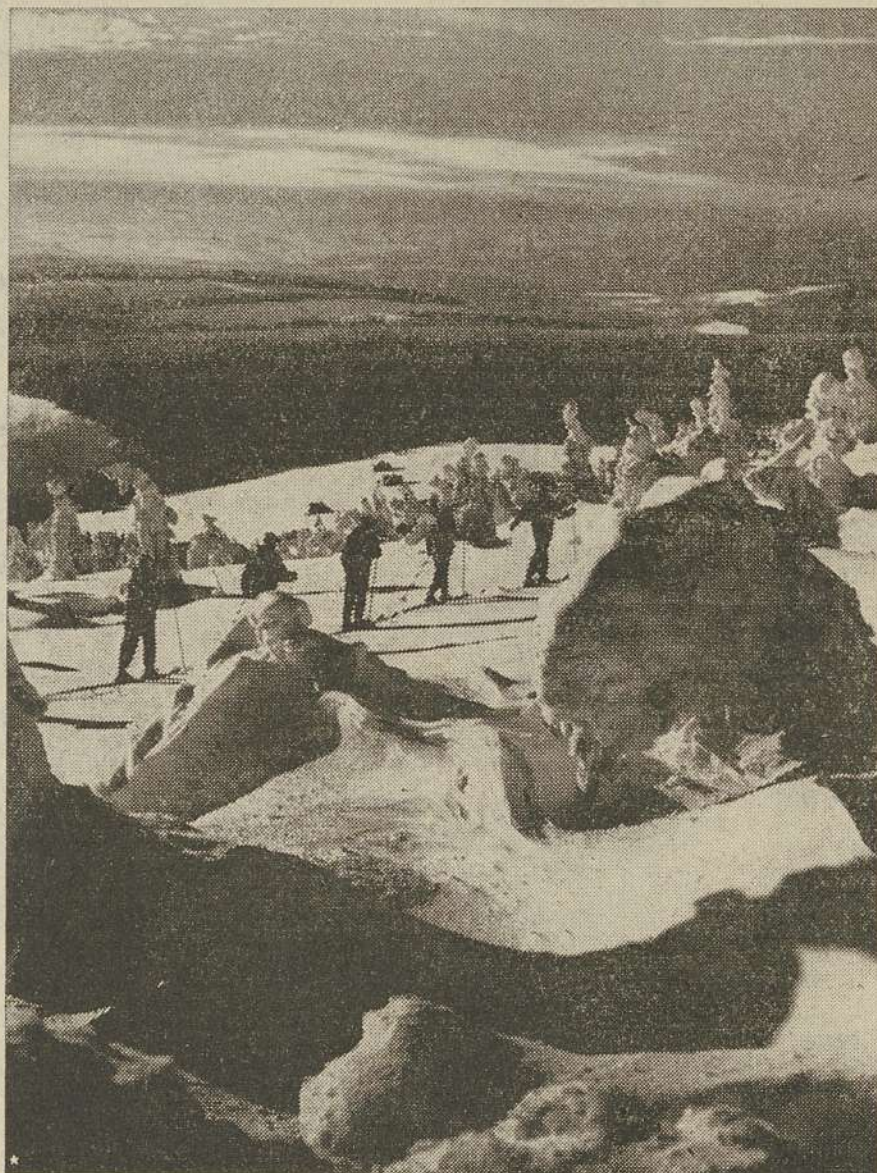
Přednosy na rychlost.

V lehu sed, leh s činkou na prsou nebo ve vzpažení.

Z těchto několika příkladů lze sestavit komplexní cvičení, ve kterých je dobré střídát vždy cvičení pro dolní končetiny s horními, mezi které vkládáme někdy cvičení pro břišní svaly.

MÍLA VEBER





Základní lyžování

Na červnovém plenárním zasedání lyžařské sekce ÚV ČSTV v Žilině byl schválen návrh předsednictva LS na reorganizaci učebně metodické práce.

Tato úprava má odstranit některé nedostatky v dosavadní činnosti, především pokud se týká činnosti lyžařských oddílů. Vzbudit zájem oddílů o výchovnou práci, zlepšit jejich činnost rozšířením masové základny, usměrněním oddílového života tak, aby výsledek odpovídal zájmům naší tělesné výchovy a plnil cíl československého lyžařství, bude hlavním úkolem nově utvořených pracovních kolektivů.

Místo dosavadní učebně metodické komise bude mít lyžařská sekce k dispozici dvě komise, jejich úkoly byly rozděleny do dvou směrů:

- A) úsek základního lyžování
- B) úsek metodický

Obě tyto složky mají přesně vymezenou svoji činnost, a to takto:

A) **Komise základního lyžování (KZL)** má v rámci své činnosti tyto hlavní úkoly:

1. péče o oddíly a styk s nimi prostřednictvím krajských komisí základního lyžování (KKZL),
2. organizace a plán školení lyžařských cvičitelů a instruktorů,
3. styk s organizacemi mládeže a ostatními složkami, majícími vztah k československému lyžování,
4. řízení a usměrňování vývoje základního lyžování v ČSR, vzhledem ke skutečným podmínkám u nás a s ohledem na vývoj ve světě.

Tím se mění dosavadní krajské

UMK na **Krajské komise základního lyžování**, do kterých se činnost Ústřední komise bude promítat a které budou přenášet úkoly do oddílů a odpovídat za rozvoj základního lyžování v příslušných krajích.

B) **Metodická komise**, jako druhá organizační součást lyžařské sekce, bude nadále pracovat výslovně na úkolech metodických a bude mít ústřední charakter jako orgán studijní pro potřeby základního i závodního lyžování. Nebude mít své organizační začlenění do krajů.

Tolik po stránce organizační. Z hlediska řešení nejbližších úkolů připravila KZL pro letošní sezónu jako úkol prvořadý zavedení soutěže o odznak »Zlaté lyže ČSR«.

Dalším úkolem, směřujícím k ozdravení činnosti v oddíle, je zajištění výchovy lyžařů na masové základně, zřízením veřejných lyžařských škol v krajích v těch případech, kde jsou k tomu objektivní podmínky.

Tyto akce mají být jednak prostředkem k oživení činnosti v jednotkách, jednak mají rozšířit masovou základnu a připravit lyžaře pro přirozené využití lyžování k pohybu v terénu.

Co se týká dalších úkolů bude nutno zrevidovat pracovní náplň cvičitelů a instruktorů se zaměřením na pohyb v terénu, a to nejenom důsledným odklonem od cvičných luk, ale i organizací masových přesunů v terénu.

Rovněž výzkumu a vývoji lyžařské výzbroje, která by odpovídala požadavkům moderního lyžování a která by obstála zároveň i v poměrech terénních, je nutno věnovat zvýšenou péči.

Rovněž soustavné informování veřejnosti a lyžařských pracovníků prostřednictvím tisku, zejména odborného měsíčníku »Lyžařství«, bude v popředí péče Komise základního lyžování. Spolupráce při organizaci lyžařského dorostu a žactva tvořením patronátu nad školami, pionýrskými organizacemi, ČSM apod. bude samozřejmou náplní a součástí života každého lyžařského oddílu. KZL uzavře jako v letech minulých dohody s ROH a zimní rekreací Svazem, Turistou a jinými. Vhodnými přednáškami a instruktážemi zajistí spolupráci všech složek. Zvláštní péči bude nutno věnovat aktivní spolupráci s odborem turistiky a Horskou službou.

Technická úroveň cvičitelských kádřů bude zajištěna pořádáním doškolovacích kursů a seminářů pro instruktory, ovšem s náplní, která bude odpovídat zájmům, jež KZL bude důsledně sledovat. Zkušenosti, jakož i další pracovní směrnice budou vyměňovány a předávány na pravidelných srazech krajských pracovníků.

Na úseku základního lyžování, jakož i na úseku metodickém byli pověřeni jejich vedením osvědčení dlouholetí pracovníci lyžování. Předsedou KZL je soudruh Laco Holubek, člen ústřední sekce, a pracovník krajské sekce ČSTV v Žilině. Úsek MK byl svěřen dlouholetému pracovníkovi na úseku lyžování dr. Jaroslavu Čtvrteč-

kovi. Oba tyto pracovníci opírají se ve svých komisích o řadu zkušených odborníků se speciálními úkoly svých komisí. Tak v Komisi základního lyžování pracuje na úseku školení a styku s MK soudruh Igor Houdek, pro styk se složkami soudruh Jaroslav Cimrhakl, spoluprací se sekci turistiky byl pověřen soudruh Miroslav Valdhans. Výchovně propagační práci

a styk s tiskem vede soudruh Milan Špaček a Vilém Nečas, organizační práce obstarávají soudruzi Šnobl Jaroslav a Josef Burda.

Společným přáním a úkolem všech těchto pracovníků je především pomocí lyžařským oddílům jednot, za vydatné účasti krajských KZL. Těchto několik pracovníků ústředního orgánu nemohlo by zajistit úspěšné

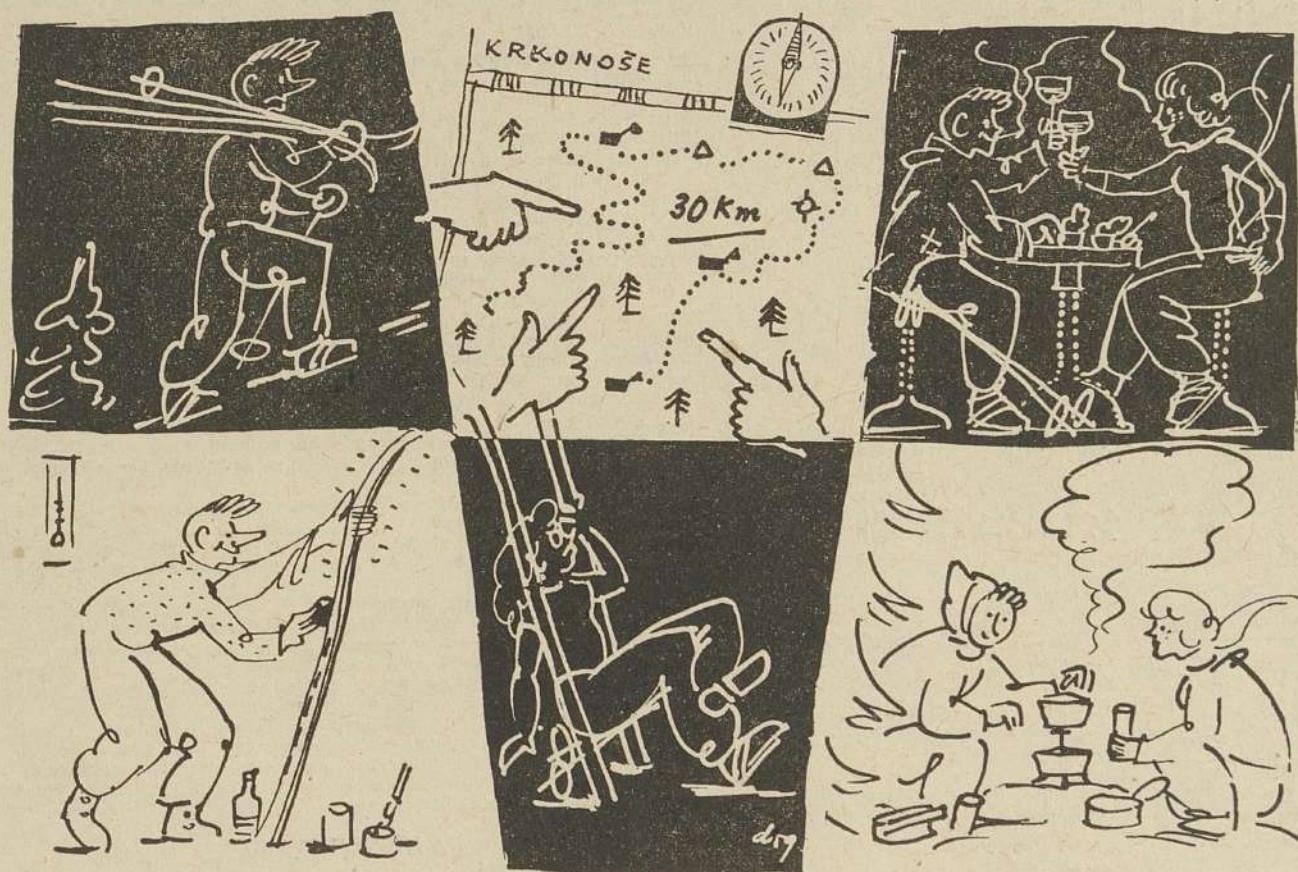
plnění tak značných úkolů, kdyby neměli mít plně podpory v dobré práci a pochopení krajských pracovníků. Minulost nám ukázala, že celá řada krajů má pracovníky takových kvalit, že lze předpokládat při jejich spolupráci dobré zvládnutí všech úkolů.

**KOMISE ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ
ÚSTŘEDNÍ SEKCE**

MĚLO BY SE, MOHLO BY SE

Teoretické znalosti, poučení i rady a často dobře promyšlený plán zklamou, když za nimi nenásleduje pevné rozhodnutí a vůle vytyčené úkoly splnit. Teprve úspěšný výsledek boje s vlastní shovívavostí a někdy i pohodlností se nám bohatě odmění v pocitu síly (vlastní i společné) a zaslouženého uspokojení.

TO V BÍLÉM ANO! TO V ČERNÉM NE! TO V BÍLÉM ANO! TO V ČERNÉM NE!



TO V BÍLÉM ANO! TO V ČERNÉM NE! TO V BÍLÉM ANO! TO V ČERNÉM NE!

Proto, milý lyžaři!

1. Maž poctivě skluznice svých lyžařských ořů!
2. Rozjeď se po pláních a lesních cestách!
3. Neváhej poobědvat pod modrou oblohou!

Abys nemusel snášet potupné úsměšky ostatních a nebrodil se sněhem pěšky.

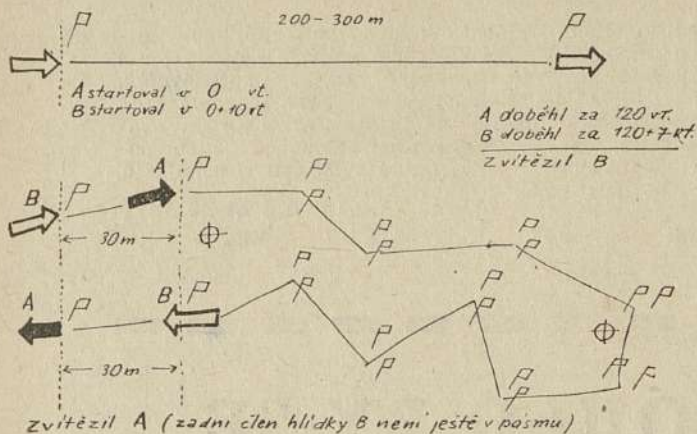
A neboj se, že se tvoje tvář méně pokryje horským bronzem než milovníkům chatového záhmenku.

A nevyhledávej jen šlehačkové závětrří s oblaky nikotového kouře.

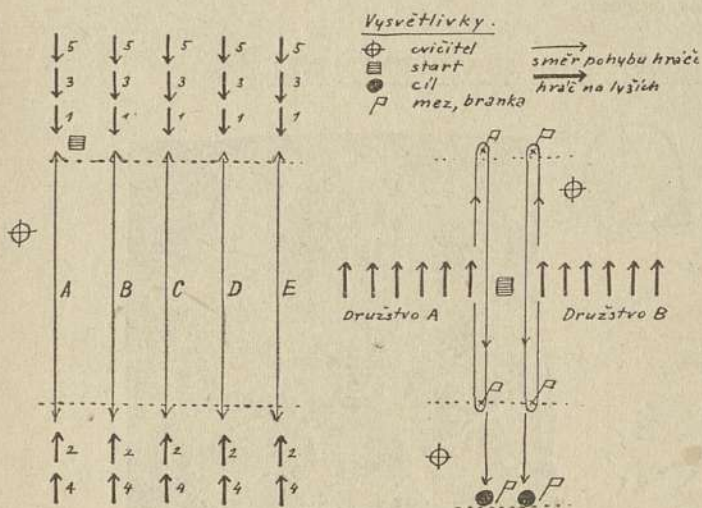
Hory patří odvážným! Hory patří správným chlapům! Nic polovičatě, protože věchýtek rozmazánka sfoukne první fukě!

Lyžařství 7

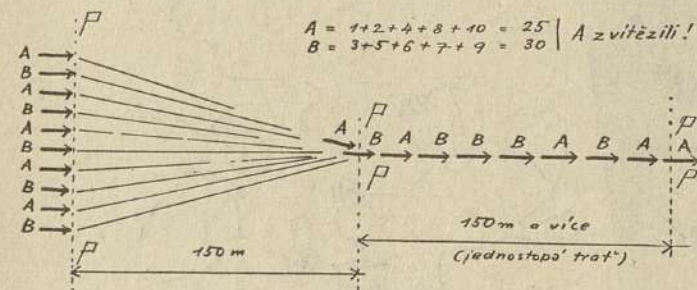
MLÁDEŽ SI



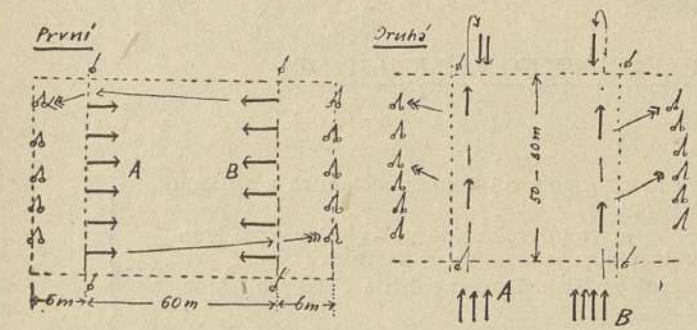
Obr. 1.



Obr. 2.



Obr. 3.



Obr. 4.

Je pravda, že už samo prostředí bílých plání a nafoukaných dučen prašanu dodává našemu výcviku atmosféru plnou radostných emocí — ale je také pravda, že soustavný a také podle jejich jen na strohé zdolávání jednotlivých technicko-výcvikových cílů lecky, a to zejména děti a mládež, plně nezaujme, ba odrazuje.

Proto s mládeží častěji než u dospělých užíváme soutěživých a hravých forem už při nácviku a do programu zařazujeme terénní hry. Náplň a požadavky stupňujeme podle výcvikové vyspělosti a tělesné zdatnosti členů družstva nebo skupiny a také podle jejich terénních a herních zkušeností. Při nácviku se nám zejména jedná o zlepšování kvality provedení. Výkonnost stupňujeme, když už jsme příslušný cvik se cvičenci dobře zvládli a kdy se už nemusíme obávat, že rychlost provedení bude mít nepříznivý vliv na uplatnění chybných a silou prováděných pohybů.

Dnes uvádíme několik námětů pro drobné soutěže a hry.

NA ROVINĚ NEBO V LEHCE ZVLNĚNÉM TERÉNU

Různé obraty ve dvojicích, v družstvu. Na místě, před pohybem i po pohybu.

Projet určený úsek stopy: a) s co nejmenším počtem skluzů, b) totéž bez holí, c) co nejrychleji, d) totéž, ale určitým běžeckým způsobem apod.

O nejstýlověji projete kolečko. Bodujeme jedince, tříčlennou hlídku, družstvo. Třebas jen 1, 2, 3 body. Kolektivy zpravidla podle bodového součtu jednotlivých členů.

O nejrychleji projete stopu (přímou, lomenou, v kolečku). Zase hodnotíme jednotlivce nebo celé hlídky.

Totéž jako závod hlídky, ale s rozšířením úkolu (např. připnutí a odepnutí lyží, hlášení hlídky před startem a v cíli, transport záložního páru lyží apod.).

Stíhačí jízda ve dvojici nebo soutěž dvojic, trojic. Na rovné, lomené stopě nebo na terénním kolečku. Porovnáváme přitom rozdíl časů nebo vzdáleností při startu a v cíli. (Viz obrázek 1.)

Běžecký slalom nebo stíhačí jízda mezi širokými bránami v hodně lomené stopě. Stíhání s náskokem nebo od startovní čáry, vyvoláváním dvojic, hlídek. S holemi, bez holí. Se zátěží.

Vstříčné štafety v přímých stopách. Jako štafeta může být čapka, hůl, batoh — nebo dotek ramene, jak to nařizují pravidla lyžování. Předání štafety vstříčně proti stojícímu členu družstva nebo za stejnosměrného pohybu. (Viz obrázek 2.)

Červení a bílí. Hraje se v souběžných stopách, vzdálených od sebe asi metr. Krajiní meze jsou označeny zabodnutými holemi. Volba strany podle určení cvičitele nebo podle losu hrozené hole. Je-li bodec směrem k cvičiteli, honí červení, a naopak.

Hromadný přeběh stejnosměrný nebo vstříčný. Použijeme těchže stop jako ve hře předcházející. Každý se pohybuje ve své stopě, aby nedošlo k úrazu.

Start štafet. Nácvik vějířového startu, vyúsťujícího do jednostopé tratě. Bodování a seskupení viz na obrázku 3.

Různé honičky. Honí se ve vymezeném prostoru holím i řídkce porostlém. Hráči jsou bez holí. Zásah koulí, smotanou šálou nebo dotykem ruky.

Střelecké bojůvky (viz obrázek 4 a 5). První: po přeběhu mají hráči zasáhnout koulí některý z terčů, počítá se počet povalených holí, nesmí se překročit vymezené pásmo, vše splnit v časovém limitu předem určeném cvičitelem, změnit strany. Druhá: zásah latí, nezastaví-li se střelec při přeběhu, běží se tam i zpět a pak se mění strany, časový limit se ztěžuje. Platí opět jen povalené dvojhůlčí. Třetí: Nálety. Družstvo A má po jedné velké kouli (bombě), kterou má během přeletu vymezené trati zasáhnout některý z cílů. Družstvo B má volný počet koulí a ostřeluje bombardéry při letu tam i zpět. Počítá se počet zasažených cílů i počet sestřelených letadel. Změna stran.

NA MÍRNÉM SVAHU

Přímý sjezd po spádnici nebo šikmo svahem:

Kdo nejlépe mazal, a proto nejdále dojede. Zakončení v rovině. Kdo sebere více z položených věcí (čapky, rukavice, hole, větvičky).

Kdo projede bez dotyku mezi stromky, mezi holemi, pod stříškou z holí apod.

Kdo při sjezdu zabodne hůl v určeném místě na sněhu a nevybočí ze stopy.

Kdo za jízdy zasáhne koulí určený cíl. Cílem je strom, lyže, členové druhého družstva, sněhulák apod.

Sjezd ve dvojicích a v trojicích. Boduje se souhra, postoj.

Sjezd navazovaných šikmých sjezdů, oddělených obraty v ohraničeném prostoru. Obrat přednožením ke svahu a později od svahu. Průjezd různě širokými brankami a překážkami s připojenými úkoly mezi nimi. Např. rovně se postavít, otočit se trupem v určitou stranu, nadskočit, vyfuknout své jméno apod.

Průjezd širokými bránami nebo mezi přirozenými překážkami s využitím odšlapování, obrátů, oblouků, případně i smyků.

RÁDA HRAJE

NA SVAHU SE STŘEDNÍM SKLONEM

Soutěže uvedené v předcházející skupině na mírném svahu, přičemž je možno i dále ztěžovat podmínky. Např. svoz zátěže, jako: batohu, brankových tyčí, lyží, polen, kanadských saní aj. Vkládat sesouvání, různé druhy smyků, odšlápnutí, terénní skok apod.

Průjezd střeleckou uličkou s uhýbáním se zásahu sněžnou koulí. Pro tyto soutěže je možno volit řadu různých forem. Hodnotit provedení, hodnotit výkon jedinců, hlídky, družstva. Součtová štafeta bodovací i časová. Postupná štafeta s optickým startem člena, který projel cílem. Postupná štafeta, předávaná dotykem po výstupu apod.

TERÉNNÍ HRY

Podmínky pro jejich správný a účelný výběr a provádění jsme popsali ve 2. čísle letošního ročníku Lyžařství. Dnes si všimneme (jak jsme předem slibili) jen jedné z nejoblíbenějších her, nazývané obyčejně »Honba na lišku«, přičemž se budeme snažit ukázat na podmínky a předpoklady pro provedení rozličných variant podle určitého věkového stupně nebo lyžařské vyspělosti účastníků.

Základním motivem této hry je zpravidla stíhání jednoho nebo více značkářů (uprchlíků, lišek), kteří s určeným časovým náskokem postupují terénem ne příliš přehledným a zanechávají po sobě označenou stopu. Ostatní hráči (stopaři, lovci) se snaží uprchlíky dostihnout a případně i zajmout.

Značení stopy je odlišeno podle zkušeností hráčů, podle podmínek terénních i sněhových. Stopy v neporušeném sněhu jsou nejjavnější. Je ovšem nutno počítat s tím, že někdy může stopu přetřít »cizinec« a že nastane nedorozumění. Proto přidáváme ke stopě takzvanou vlastnickou značku, zpravidla po pravé straně stopy. (Viz obrázek 6.) Tuto funkci může převzít i barevné značení z útržků krepového papíru, které buďto pohazujeme po stopě, nebo jimi označíme stopu, jak je pravidlem u běžecké tratě. Po tratě je možno uplatnit i běžný způsob směrových značek s odkazy a s konečnou značkou označení skryš (doupěte). Někdy se hraje celá hra (nebo aspoň její část) podle situačního náčrtu a doplní se kontrolními body.

Vedení stopy může mít také mnoho variant. Všichni po jedné a téže stopě, zřetelné a bez záudů s označením doupětem v menším okruhu hledání. Stopa se člení, rozdvouje a opět spojuje. Konec je společná léč a společná honba za oběma liškami (viz obrázek 7). Stopa má záudů různého druhu, jako matení stopy, klíčky, překážky, přepady apod. Závěr hry a stopovačky se může vyřešit udáním prostoru, v kterém se liška nachází a má být stíhána, může se vymezit vzdáleností v metrech nebo terénní situací, případně časovou mírou nebo jen udáním hlavního směru. Při volbě trasy cesty i pro stanovení místa střetnutí je třeba dbát těch okolností, které by mohly snížit bezpečnost hry. Vyhybat se stržím a nebezpečným srázům, honičku umístit do volnějšího prostoru.

Postupuje-li po stopě více skupin, ruší značení stopy až skupina poslední. Je-li značeno současně více stop, je třeba, aby se souseďní značení zbytečně neporušovalo.

Způsob zajímaví: Odhalit skryš pozorováním. Lišku odstřelit sněhovými koulemi. Lišku z doupěte vyplášt a v honičce (hráči bez holí) odejmout její trofej, tj. šálu nebo čapku. Najít a vyplášt lišku i liščata; zmocnit se jejich (dříve ukrytých) lyží a holí. Lišku obstopit kolem doupěte a v honičce (zase hráči bez holí) vyřadit lišku a liščata dotykem, případně získat jejich trofeje. Poměr mezi družstvy, která se honičky v závěru zúčastnila, se určí podle klíče cennosti kořisti, např. liška 5, lišče 3, ohon ze šál 2 a 1, čapky 3 a 2 body.

Je třeba určit časový limit konce hry, případně výrazný signál, který znamená okamžité přerušení nebo ukončení hry. Hraje-li se hra jako střetná bojůvka, dává se výhoda stíhaným, např. liška se může vyloučit třemi zásahy, stíhači stačí jedna rána, aby byl ze hry vyřazen.

Vedoucí hry určí a podrobně vysvětlí pravidla. Zejména zdůrazní (případně i prakticky nacvičí) způsob zajímaví, signál k přerušení hry, a rozkaz pro závěrečný sráz všech účastníků. Musí dobře plánovat hru co do místa a času, aby návrat domů byl ještě za světla a po důkladné kontrole přítomnosti všech účastníků hry.

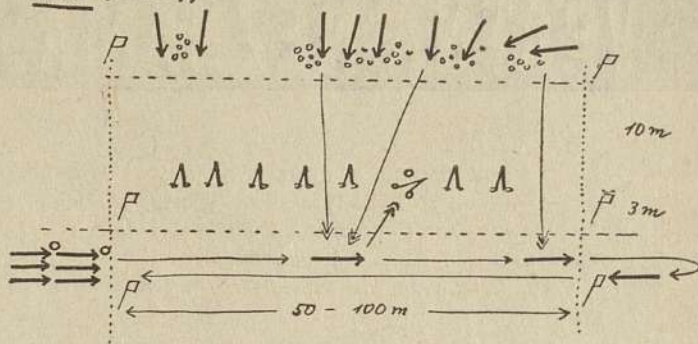
PŘÍKLADY ÚPRAV HRY

I. Pro slabší jezdce ve větší skupině. Stopu značit až od smluvného místa orientačně výrazného. Nejlépe v novém sněhu a s čitelnou vlastnickou značkou, opakovanou aspoň po každých 100 metrech cesty. Konec stopy označit liška značkou a skryje se v okruhu asi 50 metrů. Liška se nehoní, jen se hledá — a to do určitého časového limitu, např. 5 minut. Signál konce hry jsou tři dlouhé hvězdy trojláskou. Sráz po tomto signálu u poslední značky.

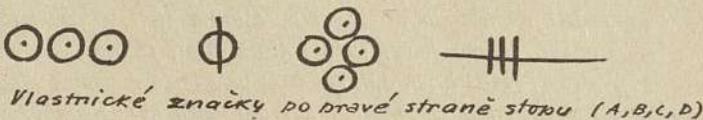
II. Liška vyjede o půl hodiny dříve a zanechává stopu (barvu) označenou červenými papírky. Družstva jí sledují v časovém odstupu 10 minut. Teprve třetí družstvo po projetí tratě zruší značkování. Papírky sebere. Vítězné družstvo je určeno podle času, ve kterém projelo celou trať.

III. Pro průměrné jezdce. Dvě cesty pro červenou a modře zna-

Tréti (Nálety)



Obr. 5.



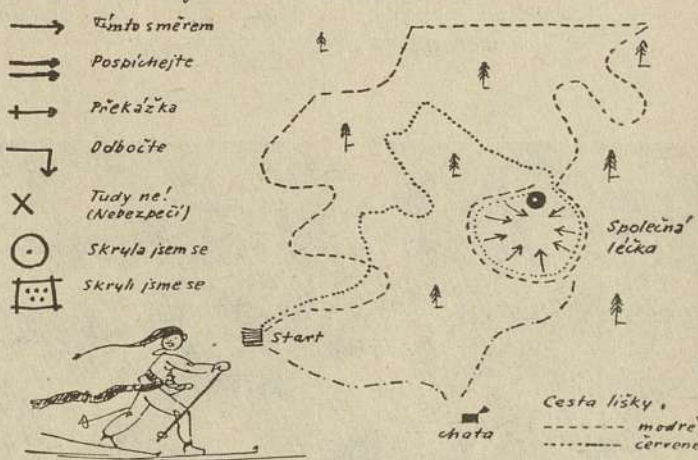
Vlastnické značky po pravé straně stopy (A, B, C, D)

Obr. 6.

Směrové značky:

- Vísto směrem
- Pospíchejte
- Překážka
- Odbočte
- X Tady ne! (Nebezpečí)
- Skryla jsem se
- Skryli jsme se

Situační náčrt:



Obr. 7.

čnou lišku. Stopaři mají vyrovnat náskok půl hodiny. Červená stopa je pro děvčata, modrá, náročnější, pro chlapce. Až se zase družstva lovců sejdou, dohodnou se potichu, jak liška a lišku společně uloví. Zatáhnou léč a do 10 minut pochytaří jistě nejen úskočné lišky, ale posbírají i jejich lyže a hole. Nejúspěšnější bude ta skupina, která bude mít více kořisti (lišák 10, liška 8, lyže 3, hůl 1, šála 5 bodů).

IV. Větší skupina různě vyspělých lyžařů. Jsou tři cesty a každou vede jiná liška, která se své skupině před začátkem hry představí. Začátek stopování mimo chatu na určeném místě. Tam se vydají podrobné pokyny pro provedení hry. Starty jednotlivých skupin jsou odstupňovány podle obtížnosti trasy cesty. Stopy se budou navzájem křížovat. Lišku je třeba velmi rychle sledovat, protože na její stíhání od poslední značky (doupěte) bude jen 15 minut. Přijedou-li honci později, vyhrála by liška. Časy kontrolují na místě honičky rozhodčí. Cestou využívá liška všech příležitostí ke klamání stopařů, křížovatky stop musí však odpovědně označit vlastnickou značkou. Je dovoleno zajmout i cizí lišku. Konec hry a odchod do chaty je společný.

I když hrajeme terénní hry obyčejně jen ve známých místech kolem chaty nebo střediska, vyhybáme se hrám, které vyžadují oddělený pohyb jedince v nepřehledném terénu. Zásada tří lyžařů pohromadě má být stále uplatňována a požadována. Během několika minut může se situace změnit natolik (mlha, vítr, sněhová vánice), že je nutno z bezpečnostních důvodů hru ukončit. Každý z hráčů má mít proto při sobě píšťalku, aby mohl smluvený signál opakovat a zajistit tak shromáždění hráčů.

Zkušený cvičitel si zapisuje hry do zápisníčku a získá tak postupně slušnou sbírku her a zkušeností vzhledem k určitým místům i terénům. Nedá mu potom už tolik práce celou hru si vymyslet a organizačně do detailů připravit, hra se podaří, byly-li zkušenosti z předchozích provedení správně uplatněny.

VLADIMÍR DOHNAL

VRÁTNA NEZNÁMÁ...

Závodní lyžování ať už běžecké či sjezdové je jistě podstatnou složkou lyžařského sportu, ale jeho jádrem a hlavním smyslem zůstává pohyb na lyžích v terénu, byť uskutečňovaný a podmíněný různými důvody a hledisky. Daleko vpředu tu stojí zážitky duševní a stránka zdravotní.

A jsou to ta dvě lyžařská prkénka, jež nám umožňují poznat a vstoupit do světa, který by jinak byl z velké části nepřístupný, do světa, kterým nejsou jen známá místa, známé hory, známé tratě. Jsou to kraje dolin a strání, svahů a plání, které nám jsou ještě neznámé nikoliv pro svou nepřístupnost, ale proto, že o nich nevíme.

Objevovat v pravém slova smyslu už je nemusíme, ale ukázat na ně, popísem je zpřístupnit a lyžaře do nich zavést bude úkolem, který jsme dlužni především řadám nezávodních lyžařů.



Jarní pohoda ve Vrátné dolině, ve známém středisku lyžování a tradičním místě řady nejpřednějších sjezdových závodů. Slunce svítí a sníh je dobrý. Výtah vyváží sjezdaře, kteří se za několik minut znovu stavějí do fronty k sedačkám, aby vyjeli nahoru a opakovali sjezd.

Mistrovská i turistická sjezdová trať je plně obsazena zdatnými i méně ostřílenými, pro něž je tento terén hlavní náplní jejich lyžařského konání ve Vrátné. Ještě tak v okolí Chlebu, Kriváně a Grúně či v některé muldě vidíme příslušníky lyžařského národa, jinak skutečně už jen jednotlivce, kteří patrně vědí, že Vrátna nejsou jen známé sjezdové trasy světové úrovně.

Na takovou jinou trať, nejkrásnější fatranský sjezd vůbec, jsme se vypravili toho jarního dne. Bez velkých příprav, jen tak s něčím na zub v kapse jsme vyjeli výtahem a rychle dosáhli hřebenové výšky. Ještě s lyžemi na ramenou jsme vyšli na severní svah pod vrchol Velkého Kriváně, odkud začala ona nádherná jízda.

Před námi hřeben Malé Fatry, po pravé ruce planinky a zaoblené, mírné i prudké svahy — terén naší nastávající jízdy. Už na lyžích jedeme mírným svahem na Pekelník (1605 m), nechávající po pravé ruce Kravarské i jeho krásný sjezd přes salaš do závěru Staré doliny. Nás ale vedla cesta dále. Sníh byl nahoře ještě tvrdý, měl však několikacentimetrovou vrstvu jinovatky, jež umožňovala rychlou a bezpečnou jízdu. To už jsme byli na prudkých svazích, na volných pláních svažujících se k sedlu pod Dlhým vrchem.

Kousek lesa, průjezd úzkou cestou a jsme u opuštěné salaše, kde se bača co nevidět zase usadí. Ideální lyžařský terén, nádherný sjezd zpestřovaný ojediněle stojícími stromy či keři nebo navzájem se míjejícími lyžaři. Kus ještě pod námi Malá Bránice, kde měla končit naše jízda. To ale musíme sníh už vyhledávat, ba i přes trávu přejít, chceme-li přijet až dolů k potoku.

Radost a úsměvy, veselé povídání o jízdě, ale hlavně o překrásné cestě. Jak io, že lyžaři sem nepřicházejí? Kolik návštěvníků Vrátné a Malé Fatry zde bylo? Jsou sjezdovky tak silným magnetem, že nikoho ze svých tras nepustí?

Ani závěr cesty nebyl všední. Pravda, až k chalupám bylo nutno jít pěšky, a potom ještě vzhůru k závěru Velké Bránice a na Príslopské sedlo, ale tam jsme znovu připjali lyže a po skvělých loukách sjeli až ke svahu chaty pod Sokolím.

Sníh, počasí i družnost napomohly této cestě, krásný osobní prožitek jí podtrhl. A stručný, skoro jen topografický záznam jízdy či popis cesty by jistě bylo možno doplnit opisem krás výhledů, zázraku jarní přírody a probouzejícího se života. Ale není osobní poznání daleko více vzrušující? Nebude touha vlastního prožitku popudem k tomu, abychom se sem určitě, zcela určitě vypravili? Skoro bychom řekli, že nezná Vrátnou, kdo nezná tento sjezd. Takovou má sílu, tak je krásný.

Vypravte se proto sem, až přijedete do Vrátné, byt byste ke všemu měli jen několik málo dnů. Záznam a odkaz těchto rádků jistě nemusí být k tomu ještě rozhodujícím. Skutečnost však, že nám o tom říká náš časopis, nestojí jen za uváženou, ale za zkušnou!

VILÉM NEČESAL

Severní svahy hlavního fatranského hřebene mezi Velkým a Malým Kriváněm

Podle usnesení pléna lyžařské sekce byla reorganizována práce na poli učebně metodické a v péči o oddíly. Tim se změnila i celková struktura řízení práce na těchto úsecích. Byla vytvořena komise základního lyžování, která má na starosti řízení práce lyžařských oddílů, a komise metodická mající na starosti učebně výchovnou práci. Metodická komise je pouze jediná a funguje při ústřední lyžařské sekci, komise základního lyžování funguje na ústředí a na krajských lyžařských sekcích (bývalé učebně metodické komise). V těchto krajských komisích základního lyžování doporučujeme, aby byl ustaven učebně metodický pracovník, pokud možno instruktor lyžařských cvičitelů, který se má zabývat správným přenášením směrů a způsobů učebně výchovné práce na kraje a okresy.

Práce metodické komise je značně rozsáhlá. Má se zabývat nejen nezávodním, ale i závodním lyžováním pokud se týká učebně výchovné práce, stejně i vlastní techniky jízdy, tréninku atd. Má-li tato práce být správně prováděna a plnit své politické a výchovné poslání, musí se opírat o vědecký základ dobře organizované lékařské kontroly.

Lyžařství je jedním ze sportů, který v poslední době prodělává v měřítku celostátním zásadní změny z hlediska techniky a metodiky a nových forem sportovního tréninku. Veliké úkoly tělesné výchovy vyžadují odstranění staré, přežitě prostředky, metody a formy tělovýchovné a sportovní práce. Je třeba uplatňovat v našem lyžařství osvědčený systém socialistické tělesné výchovy spočívající na vědeckých základech. Aby tohoto bylo dosaženo, a vzhledem k tomu, že rozsah a počet úkolů je velmi značný, byla práce MK rozdělena na tři úseky, a to úsek pro výchovně metodickou práci, úsek vědeckovýzkumné práce a úsek názorných pomůcek.

Tyto úseky práce mají na starosti subkomise, kde jsou úkoly samostatně zpracovávány. Uvedeme některé z hlavních úkolů na jednotlivých úsecích práce.

Hlavní směr práce subkomise pro výchovně metodickou práci je vyjádřen v jejím názvu.

Jedním z hlavních a velmi důležitých úkolů bude spolupráce na přípravě jednotných osnov povinné i dobrovolné tělesné výchovy všech stupňů, zařazení a metodické rozpracování části týkající se lyžování. V letošním a příštím roce mají být konkrétně zpracovány osnovy povinné i dobrovolné tělesné výchovy pro mládež od 6—18 let. Úkolem celé metodické komise bude, aby na lyžování byla věnována taková část v osnovách, jakou si svým významem zaslouží.

Neméně důležitým úkolem, který s prvním úzce souvisí, bude úprava čs. učebních osnov nezávodního výcviku a učebních textů na základě zkušeností, diskuse, vyjádření krajů, vys. škol se zřetelem k cílům lyžařství v ČSR.

Na úseku školení bude MK úzce spolupracovat jak s ÚS ČSTV, tak s KML

výzkumných prací v lyžařství, výsledky pravidelně zveřejňovat v časopise Lyžařství, ev. v jiných vědeckých časopisech. Při té příležitosti plánuje zřízení archivu lyž. sekce ČSTV.

3. Dalším hlavním úkolem bude vlastní vědeckovýzkumná práce členů MK a zapojení i ostatních pracovníků v lyžařství, hlavně členů kateder tělesné výchovy na vysokých školách, do společného výzkumného úkolu, který by vyřešil některý ze zásadních problémů čs. lyžařství.

4. Dále bude úzce spolupracovat se subkomisí pro výchovně metodickou práci a školení při tvoření jednotných osnov lyžování, při úpravě učebních textů a zúčastní se prací na Encyklopedii tělesné výchovy.

5. Bude zveřejňovat výsledky práce nejen v časopise Lyžařství, ale i hlavně ve vědeckých tělovýchovných časopisech.

Před subkomisí pro názorné pomůcky stojí úkoly, jejichž splnění přispěje k zlepšení

lyžařské výuky všeobecně i k zlepšení studijní a výzkumné práce.

Především plánujeme zhotovení filmových smyček, diafilmů a diapozitivů pro jednotlivé závodní disciplíny a pro základní lyžování. Dále počítáme s natočením krátkých filmů 16 mm z významných závodů, jako je »Velká cena Slovenska«, mezinárodní závody v Harrachově, mistrovství ČSR i z různých závodů při zájezdech do zahraničí.

Připravuje se natočení 2. dílu 35mm filmu »Lyžařská abeceda«.

Za účelem propagace lyžařského sportu plánujeme vydání plakátů a skládaček, uskutečnění relací v rozhlasu a televizi.

Jak je vidět, náplň práce je bohatá a rozsáhlá. Víme, že nás čekají mnohé těžkosti se splněním úkolů, které považujeme za prospěšné pro rozvoj lyžování. Věříme, že se nám podaří zvládnout tyto úkoly ve spolupráci se všemi, kteří mají zájem o popularizaci a zvýšení úrovně lyžování v nejširším měřítku.

O NOVÉ METODICKÉ KOMISI

(na úseku cvičitelském) i TR (na úseku trenérském) při přípravě i při vlastním školení a doškolování instruktorů LC a trenérů II. tř., a svými návštěvami v krajích bude pomáhat KZL a TR při zvyšování úrovně LC a trenérů III. tř.

Propagační a publicistická činnost je rovněž v náplni práce této subkomise. V plánu je kromě jiného vydání skript »O plánování a dávkování tréninku běhu«, vydání učebnice základů lyžařského výcviku a v r. 1961 vydání skript »Historie lyžařství«.

Subkomise pro vědeckovýzkumnou činnost má jako hlavní úkol řídit a usměrňovat práci celé komise z hlediska vědeckovýzkumné práce a aplikovat teoretické poznatky do praxe a naopak.

Z úkolů, které si subkomise vytkla pro nejbližší dobu, uvádíme:

1. Vytvoření jednotného lyžařského názvosloví, které v poslední době prodělalo již tolik změn a jež je předpokladem k veškeré učebně metodické a zejména publikační činnosti. Tento úkol je naplánován do konce roku 1960.

2. Zavedení evidence všech vědecko-

POJIŠTĚNÍ ÚČASTNÍKŮ II. CELOSTÁTNÍ SPARTAKIÁDY

Tělovýchovné jednoty zaměřují intenzivně svou činnost v tomto období na zdárné splnění všech příprav na II. celostátní spartakiádu.

Mezi ty hospodářské organizace našeho společenského života, které napomáhají zdatu spartakiády i tentokrát — tak jak tomu bylo i při I. celostátní spartakiádě —, přistupuje také Státní pojišťovna, která v zájmu hmotného zabezpečení účastníků spartakiád pro případ nepředvídaných majetkových škod případně úrazů vypracovala nově a zdokonalené podmínky pro

SDRUŽENÉ POJIŠTĚNÍ ÚČASTNÍKŮ SPARTAKIÁD.

Toto pojištění může uzavřít každý účastník spartakiády, který se ve své tělovýchovné jednotě nebo jiné organizaci, zúčastněné na zajišťování spartakiád, k pojištění přihlásí a zaplatí jediné pojistné podle rozsahu pojistného zabezpečení. Za jediné pojistné Kčs 10,— je v pojištění zahrnuto: pojištění proti následkům zákonné odpovědnosti, pojištění proti škodám z krádeže vloupáním a z krádeže prosté, pojištění proti škodám živelním, pojištění úrazové

včetně pojištění při nácvičku na spartakiády. Připouští se však také sjednání sruženého pojištění účastníků spartakiád v užším rozsahu.

Sružené pojištění účastníků spartakiád vztahuje se na činnost související s účastí pojištěného na spartakiádách; za takovou činnost se považuje nejen vlastní cvičení, ale i jiná účast, cesta z bydliště do místa spartakiád a nazpět, účast na různých podnicích plánovaných jako součást okresních a krajských spartakiád a II. celostátní spartakiády, bydlení ve společných ubytovacích zařízeních atd.

V závěru ještě podotýkáme, že členům ČSTV zůstávají v plném rozsahu zachovány nároky z hromadné úrazové pojistné smlouvy sjednané s ÚV ČSTV, takže sružené pojištění účastníků spartakiád zabezpečuje pro případ nepředvídaných majetkových škod a případně úrazů nárok na výplatu škodních náhrad nad rámec této celostátní smlouvy.

Podrobné informace vám podají Inspektoráty Státní pojišťovny. Jsou v každém okresním městě, v Praze ve všech obvodech.



LYŽAŘI

Hore, chlapci, sněží,
na sáh sněhu leží,
čert se žení.
Houká, výská,
heká,
vraty tříská,
za humny se vzteká.
Boží dopuštění.
Všecko ze dveří
se hrne,
na síň běží.
Lyže, hole,
rukavice, ranec.
Bude tanec.

NAŠI PŘÁTELE



Značka směru
na Kravarské

JAROSLAV TEJNSKÝ

Němé značky a přece hovořící. Zrodily se vlastně proto, aby mluvily. A to řeči, která už přivedla mnohého lyžaře na správný směr, která potěšila při únavě, ve fujáku. Řeči málo obsažnou, ale mluvící to podstatné: »Směr k chatě«, »Směr hřebek«, »Směr sjezdovka« apod. Za pěkného dne, který poskytuje přehled v terénu, zůstanou možná nepovšimnuty. Nastanou-li však chvíle, že se zasněžená země zdvihá větrem, že tvář bodají tisíce jehel, že se zalýváme zvířeným sněžným prachem, že nás víchr ohýbá k zemi a strhává ze směru, potom ožijí tyto symboly typických míst a směrů a vedou vyčerpaného, zápasícího člověka správnou cestou.

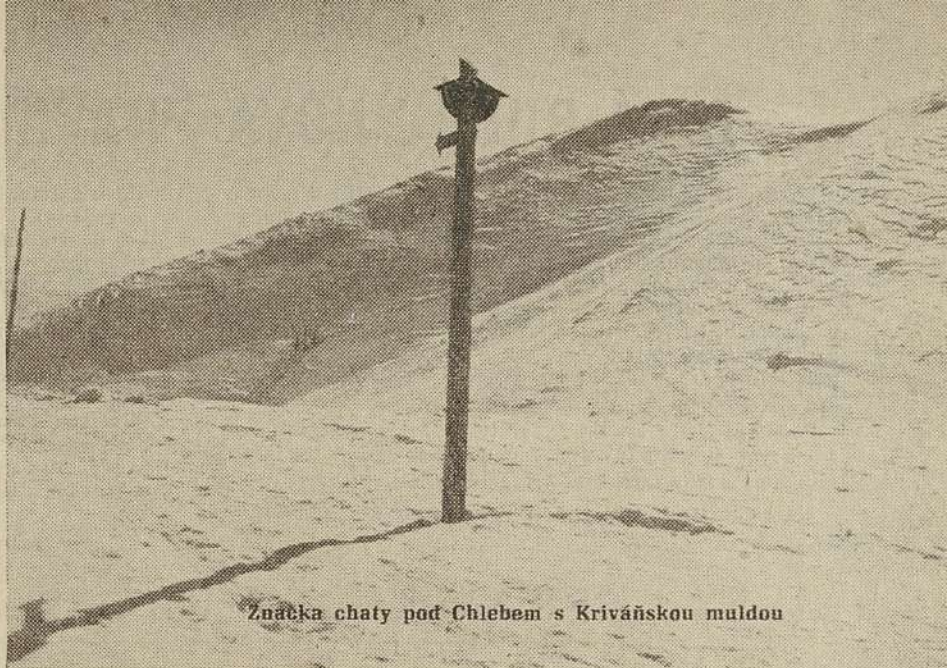
Lyžařské cesty se často uchylují od směru letních turistických cest. Letní značky jsou zapadané, letní orientační tabulky jsou obalené ledem a námrazou. I tak, kdyby se daly očistit a přečíst, odkazují nás jen na letní barevné značky. A tak vznikly symboly pro zimní orientaci. Už dříve jimi byly označeny tyčované cesty v Kr-

konoších. Vznikly tehdy i schematické mapky zimních cest s legendou znaků. Hustá síť chat, charakter horstva a často se křižující zimní tyčované cesty si toho vyžádaly. Po roce 1945 vyrostly i v exponovaných místech Jeseníků. Na začátku činnosti celostátní organizace Horské služby bylo překročeno i k systematickému vytyčování cest na Slovensku v Malé Fatře a v Nizkých Tatrách. Ukázalo se, že i přes naprosto odlišný charakter horstva je nutné zabezpečit určité směry tyčemi. Ve slovenských horách nejsou jen pro zimní potřeby, neboť tam, kde jdou ve směru letních cest, jež jsou často špatně viditelné v travnatém terénu, jsou platným orientačním pomocníkem i v létě.

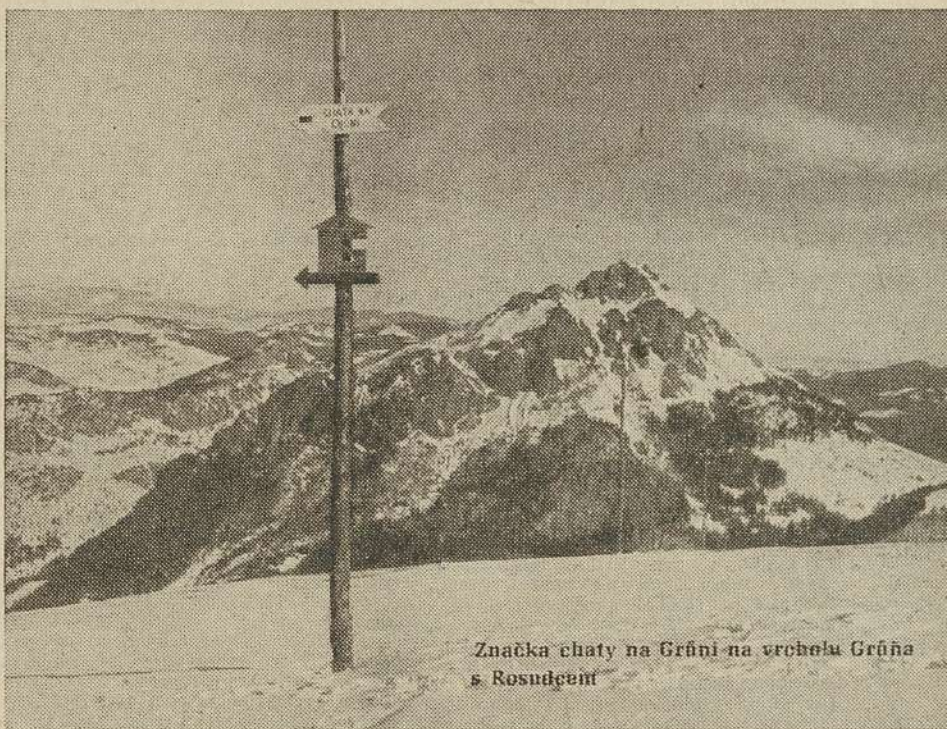
S němými značkami jsme začali v Malé Fatře na Slovensku, díky Horské službě, která klade největší důraz na prevenci. Do terénu jsme je dávali na vánoce 1954. Nebylo jich tehdy mnoho. Stačily nám tak právě na ta nejdůležitější místa. Ale první němé značky na Slovensku byly připraveny, aby rozmlouvaly navzdory větrům a mlhám a pomáhaly členům Horské služby v boji za bezpečnost na horách.

Jaké jsme tehdy vymysleli formy znaků, je vidět z fotografie legendy na jedné z orientačních map v Malé Fatře. Veřejnost se s nimi může seznámit na informační tabuli HS v Terchové, na výťahu ve Vrátné a na orientačních mapách.

Snad si někdo pomyslí, že možnost jejich použití na slovenských horách je omezená. Nejsem přítelem umělých zásahů do dokonalého prostředí hor. Naštěstí ve slovenských horách není třeba plotů z tyčí, jako na lyžařských cestách v Krkonoších. Ale rozumně a přitom dobře vytyčená cesta a na vhodném místě připevněná němá značka je pomocníkem nám všem. Nastanou chvíle, kdy zaváhá v terénu i ten, který ho prošel ve dne i v noci a za každého počasí. Tím více je třeba podávat pomocnou ruku těm, kteří přicházejí do neznámého horstva jen jednou za čas. A tak »rozmlouvající« němé značky pomáhají přiblížit hory lidem, kteří se v nich budou cítit opět o něco bezpečněji.



Značka chaty pod Chlebem s Kriváňskou muldou



Značka chaty na Grúni na vrchole Grúňa s Rosudčent



Hřebenová značka na Šallovském sedle. V pozadí Chleb, Hromové.

JAKÁ BUDOU NOVÁ PRAVIDLA LYŽOVÁNÍ

Ve třetím čísle Lyžařství jsme vás seznámili s přípravnými pracemi na nových pravidlech lyžování. Současně jsme vyzvali celou lyžařskou veřejnost, aby nám pomohla svými připomínkami. Komisi rozhodčích ÚLS příspěvky skutečně docházejí a jsou někdy závažného rázu. Množství dosavadních připomínek nesvědčí ale o potřebném zájmu rozhodčích, trenérů, techniků a závodníků. Chceme udělat pravidla dobrá, bez nedostatků a chceme také, aby se na jejich přípravě podílelo co nejvíce pracovníků, abychom svorně splnili úkol.

Počínaje tímto číslem Lyžařství budeme pravidelně seznamovat čtenáře s některými došlými závažnými připomínkami a také otiskovat připomínky k diskusi.

Na seminářích a aktivech rozhodčích i v komisi roz-

hodčích bylo zatím doporučeno a rozhodnuto, aby pravidla byla vydána:

a) v normalizovaném formátu nových pravidel ostatních sportů, tj. cca 12×18 cm s obalem z umělé hmoty PVC,

b) v jednom svazku, tj. všeobecnou část, klasické a sjezdové disciplíny pohromadě, aby rozhodčí měli vždy celá pravidla po ruce,

c) jen ve stručném, jasném znění. V těch případech, kde by to snad bylo obzvlášť nutné, bude k pravidlu připojen jen kratší, vysvětlující text, jakési prováděcí nařízení, drobnějším tiskem.

Stanovená lhůta pro podání připomínek končí 30. dubna 1960. Přičítejte se všichni k tomu, aby nová pravidla byla skutečně našim dokonalým pomocníkem při závodech.

Jiří ČEJKA

PRAVIDLA NEBO POKYNY?

Přistupujeme-li k diskusi o lyžařských pravidlech, která má vést k zachycení všech změn, k nimž dochází neustálým vývojem lyžařství, musíme si ujasnit všeobecné zásady, ze kterých by se mělo vycházet při jejich novém zpracování.

V rozhovorech o lyžařských pravidlech se setkáváme totiž s dvojnásobným zásadním názorem, a to:

1. pravidla mají být obdobná jako mezinárodní pravidla a stručná (setkáváme se dokonce s názorem, že mají být pouhým překladem mezinárodních pravidel),

2. pravidla mají obsahovat nejen pravidla lyžařských závodů, která nutno dodržovat, ale i podrobné pokyny a vysvětlivky jak k vlastním pravidlům závodů, tak i k jejich organizačnímu zajišťování.

Uvádím zde svůj vlastní názor na lyžařská pravidla, resp. na pravidla lyžařských závodů i soutěží a hlavní zásady, ke kterým by mělo být přihlédnuto při jejich zpracování.

Mezinárodní pravidla mají plnou platnost pro všechny lyžařské závody s mezinárodní účastí a jsou samozřejmě platná a závazná pro všechny mezinárodní závody uspořádané na našem území. Organizační složka, která je zajišťuje, musí se jimi řídit. Proto se domnívám, že není nutné v této etapě připrav našich nových pravidel zabývat se příliš změnami mezinárodních pravidel, a to jak jejich ustanoveními, tak jejich formou, zvláště proto, že víme, jak těžce se prosazují jakékoliv jejich změny, neboť konzervativismus FIS je zřejmý při všech jednáních této mezinárodní organizace.

Je ovšem samozřejmé, že na druhé straně je nutno při zpracování našich pravidel plně respektovat všechna ustanovení mezinárodních pravidel, týkajících se vlastních lyžařských závodů, aby byly stejné podmínky závodníků jak v domácích závodech a soutěžích, tak i v mezinárodních závodech. To se však týká podle mého názoru pouze vlastních pravidel závodů a jejich průběhu a regulérnosti, ale méně již jejich organizačního zajišťování, které je rovněž spojeno do mezinárodních pravidel, předpisů a organizačních podmínek a celou organizací závodů. Domnívám se, že tyto organizační pokyny mají platnost jen pro vrcholné mezinárodní závody a že zpracování našich pravidel musíme přizpůsobit našim podmínkám. Vždyť u nás mají lyžařské závody a soutěže již zcela jiný význam a charakter než v kapitalistických zemích. Lyžařské závody a soutěže

u nás nejsou účelem a cílem, ale prostředkem přivést k lyžařskému sportu masy lidí, zvláště mládeže, a vychovávat zdravé, tělesně i morálně silné lidi, oddané naší vlasti.

Domnívám se proto, že tento rozdíl by měl být vyjádřen i v našich pravidlech lyžování. Vždyť nemůžeme a jistě také nechceme, aby mezinárodní pravidla se vztahovala na všechny naše závody, počínaje přeborem jednoty.

Pokusil jsem se vysvětlit alespoň ve stručnosti svůj názor na mezinárodní pravidla a jejich vztah k našim pravidlům i hlavní myšlenku a zásadu, kterou je podle mého zapotřebí uplatnit při zpracování pravidel — vycházet z mezinárodních pravidel a při dodržování zásad a podmínek vlastních lyžařských závodů, přizpůsobit jejich organizační zajišťování a účel závodů našim podmínkám. A přikláním se k názoru, že vydaná pravidla by měla být stručná a jasná, nepřipouštějící dvojí výklad. Stejně tak stručná a jasná by měla být ustanovení o organizačním zajišťování závodů. Podrobný výklad a směrnice pro organizování soutěží a závodů, návod k jejich provádění apod. by neměly být součástí pravidel, ale zvláštním předmětem při školení lyžařských funkcionářů (rozhodčích i technických pracovníků). Důvodem pro tento názor je domněnka, že pravidla by byla příliš obsáhlou brožurou a ztratila by svůj charakter. A je sporné, zda by byly i zpracované pokyny a návody dostatečně vyčerpávající.

Je řada námětů a názorů na formu a uspořádání pravidel a poněvať i to je rovněž určitým základem a předpokladem pro další zpracování jednotlivých ustanovení v podrobnostech. Pokusím se vysvětlit i svůj názor na zásadní uspořádání pravidel, který vychází z určitého logického postupu, jak jsou závody připravovány a prováděny.

Domnívám se, že vcelku uspořádání dosavadních pravidel je vhodné a že by mělo být ponecháno uspořádání podle jednotlivých disciplín s úvodní všeobecnou částí, přičemž však považují za účelné uvnitř těchto částí provést některé změny, a to tak, aby jednotlivé ustanovení na sebe logicky navazovala.

I. V ÚVODNÍ VŠEOBECNÉ ČÁSTI

považují za vhodné uvést i význam a účel lyžařského sportu, význam a účel lyžařských závodů a soutěží a konečný

jejich cíl (neobýt jen nějakým úvodem, ale zpracovat přímo v pravidlech).

V dalším by měla být uvedena ustanovení týkající se lyžařských závodů a soutěží, jak jsou uvedena v dosavadních pravidlech, ale asi v tomto uspořádání:

a) Zásady lyžařských závodů a soutěží: Platnost pravidel a jejich uspořádání.

Lyžařské závody a soutěže.

Druhy lyžařských závodů (s charakteristikou jednotlivých závodů).

Věkové kategorie.

Výkonnostní třídy.

Disciplinární přestupky.

b) Organizace závodů a soutěží:

Organizační výbor.

Kalendář a hlášení závodů, soutěží a utkání.

Povolení závodů.

Rozpis závodů.

Zajištění závodů kvalifikovanými rozhodčími.

Závěrečná zpráva o závodu.

Zrušení výsledků závodů.

Ceny pro lyžařské závody.

c) Ustanovení pro závodníky:

Podmínky účasti v závodech.

Přihlášky závodníků.

Určení startovního pořadí závodníků a náhradníků (zde uvážit, zda tato část by neměla být uvedena až u jednotlivých disciplín).

V každém případě doporučuji zachovávat logický sled od všeobecných ustanovení přes přípravu závodů k vlastnímu provedení závodů a oddělení pravidel lyžařských závodů od organizačního zajišťování, což navrhuji i v dalších částech, v nichž jsou rozváděny jednotlivé disciplíny.

II. ZÁVODY V BĚHU NA LYŽÍCH

Běh na lyžích.

Běh vytrvalostní.

Štafetový běh.

Závody zvláštní (běh hlídek, SZBZ, překážkový závod atd.).

III. ZÁVODY VE SKOKU NA LYŽÍCH

IV. SDRUŽENÝ ZÁVOD

Skok a běh na lyžích.

V. SJEZDOVÉ ZÁVODY

Sjezd.

Slalom.

Obří slalom.

Sjezdové víceboje.

RŮST VÝKONNOSTI ZÁVODNÍHO LYŽOVÁNÍ

Uveřejňujeme tabulku zpoždění nebo bodového zhoršení závodníků na mistrovství ČSR v roce 1959, která nemohla být pro závalu ve výrobě uveřejněna již v 8. čísle Lyžařství na straně 21. Prosíme naše čtenáře, aby nám nemilou závalu prominuli.

Tabulka zpoždění nebo bodového zhoršení závodníků na mistrovství ČSR v r. 1959

%	M u ž i							Ž e n y					
	15 km	30 km	50 km	skok	sdrůž. závod	sjezd	slalom	obří slalom	5 km	10 km	sjezd	slalom	obří slalom
5	12	12	6	4	4	—	5	6	2	4	—	5	4
10	32	9	6	3	3	—	9	9	2	5	—	1	3
15	22	13	5	6	2	—	11	9	6	3	—	1	2
20	23	7	8	4	3	—	4	10	8	3	—	1	1
25	14	14	4	7	1	—	5	7	2	1	—	1	1
30	2	—	2	7	—	—	1	8	—	1	—	3	1
35	1	—	2	2	—	—	1	9	—	—	—	3	—
40	—	—	—	2	—	—	3	4	—	—	—	—	1
45	—	—	—	1	—	—	1	8	—	—	—	—	1
50	1	—	—	1	1	—	7	7	—	—	—	2	2
	107	55	33	37	14	—	47	67	20	17	—	17	16
Průměrná zpoždění nebo bodové zhoršení v letech 1952—1959													
52	—	—	23,5	30,—	17,9	23,—	26,5	—	—	28,8	35,4	37,6	—
53	—	—	22,4	22,5	14,4	24,6	25,—	23,1	—	23,7	25,2	23,9	20,2
54	17,2	15,2	22,1	23,6	14,1	18,—	26,—	13,9	16,8	15,8	30,9	28,8	22,2
55	17,9	15,3	18,7	24,2	18,7	17,6	24,5	35,7	20,1	19,3	24,8	28,7	35,—
56	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
57	20,—	14,9	15,4	—	17,5	—	22,2	21,7	19,4	13,1	—	33,6	29,6
58	16,9	17,3	20,—	23,5	16,6	20,5	20,3	21,6	14,2	11,8	23,—	23,5	16,1
59	15,09	15,18	16,8	22,9	15,3	—	22,6	26,6	16,5	13,5	—	23,3	21,2
Průměr z průměrného zpoždění či zhoršení za všechny roky													
52—59	17,2	15,7	20,—	24,4	17,1	—	24,—	24,4	17,6	18,3	—	28,3	21,7

Uspořádání jednotlivých disciplín podle zásad v úvodu uvedených si předstávají tak, že v první části jsou podmínky a vlastní pravidla lyžařských závodů (disciplín), hlediska závodníků (práva a povinnosti, a to v soulase s mezinárodními pravidly a v další části jejich organizační zajišťování.

BĚH NA LYŽÍCH

A. Charakteristika závodu

Přihlášky.

Lékařská prohlídka.

Trénink na běžecké trati.

Startovní pořadí (losování, startovní interval).

Značení lyží.

Start (nástup závodníků ke startu, startovní listina, startovní povel, opožděný příchod, nesprávný a opožděný start).

Průběh závodů.

Ukončení závodu.

Počítání časů.

Vyloučení ze závodu.

Tato část by měla být stručná a jasná a platná jako pravidla pro závodníky.

Povinnosti činovníků a popis správného provedení jednotlivých úkonů při závodu samém by byl uveden v další části.

B. Organizační zajištění závodu

Běžecká trať (příprava), měření a značení tratě, místo startu a cíle, občerstvení, občerstvací stanice pod.

Závodní komise.

Soutěžní výbor.

Činovníci závodů a jejich úkoly.

Uvádím úmyslně u jednotlivých stáří označení z dosavadních pravidel a bylo by jistě možné a někdy i účelné některá z nich případně spojit, rozdělit apod.

Přednesl jsem zde několik podnětů a námětů a chtěl bych pobídnout všechny lyžařské rozhodčí — a nejen rozhodčí, ale i všechny ostatní lyžařské pracovníky i závodníky a trenéry, aby svými připomínkami pomohli při zpracování nových pravidel lyžařských závodů a součástí. Budeme podle nich přece zajišťovat správný a přesný průběh závodů a součástí, budou nám pomáhat i ve výchově.

F. TÁBORSKÝ

Z ÚSTŘEDNÍ SEKCE

Školení lyžařských hlasatelů bude uspořádáno v Brně ve dnech 27.—29. listopadu 1959. Ústřední sekce sleduje tímto školením zlepšení úrovně propagace lyžování na všech závodech.

★

Školení instruktorů lyžařských cvičitelů. Letos v březnu se pro špatné sněhové podmínky nekonal doškolovací seminář instruktorů lyžařských cvičitelů a školení nových instruktorů lyžařských cvičitelů. Obě školení byla přeložena na termíny: doškolovací seminář od 3.—6. prosince a školení nových instruktorů na dny od 7.—13. prosince 1959. Doškolovací semináře se zúčastní všichni

již jmenovaní instruktoři cvičitelů, kteří nebyli dosud přezkoušeni. Nového školení se mohou zúčastnit jen technicky zdatní a pedagogicky vyspělí lyžařští cvičitelé, u nichž je záruka, že budou platnými pomocníky pro zlepšení práce v oddílech.

★

Doškolování dobrovolných trenérů proběhne na mimořádném doškolovacím semináři dobrovolných trenérů II. a I. třídy ve dnech 13.—20. prosince 1959. Doškolování se mohou zúčastnit všichni trenéři, jmenovaní v letech 1951 až 1957.

★

Na dny 26. XII. 1959 až 2. I. 1960 je připravován výcvikový tábor vybraných dorostenců v tělovýchovném středisku v Harrachově. Zúčastní se ho dorostenci a dorostenky, kteří se dobře umístili na dorosteneckých přeborech ČSR a vybraní nadějní mladí závodníci a závodnice, které vyšlou oddíly na vlastní náklad.

★

V roce 1960 proběhne IX. ročník školy dobrovolných trenérů II. třídy. Ve dnech 8.—17. ledna se uskuteční jeho první část v Harrachově a ve dnech 6.—10. června druhá část v Třeboni. Do školy mohou být přijati trenéři III. třídy a jen ve výjimečných případech, zvlášť zdůvodněných, osvědčení lyžařští vychovatelé, kteří nebyli trenéry dosud jmenováni. Při výběru trenérů podle disciplín je nutné dodržovat »Plán školení a rozmístění lyžařských trenérů do roku 1962«.

★

Krajská lyžařská sekce v Ústí n. L. upozorňuje všechny zájemce o záchytky na lyžařské vleký Ø 16 mm, aby se informovali o možnosti jejich získání u soudruha Leoše Schöffera, Chemička Ústí n. L.

Pražský obchod drobným spotřebním zbožím — středisko služeb — vám nabízí

OPRAVY SPORTOVNÍCH POTŘEB

Expresní opravná a sběrna veškerých oprav lyží, míčů, výplety tenisových a badmintonových raket, montáž bruslí

Praha 2, Mikulandská 7, tel. 22-12-30

Speciální opravná zlámaných lyží, saní, sportovních lodí a pádel

Praha 15-Podolí, Na Dolinách 3, tel. 93-00-03

Speciální opravná kožených míčů zn. Mađar, lyží, stanů, výplety raket

Praha 2, Ječná 22, tel. 23-35-31

Speciální opravná jízdnic kol

Praha 11, Kalinina 19, tel. 23-58-01

SBĚR OPRAV SPORTOVNÍCH POTŘEB PROVÁDĚJÍ VŠECHNY PRODEJNY
SPORTOVNÍCH POTŘEB PODS

Co jsme viděli v Zakopaném

Na V. mezinárodním kongresu pro vyučování jízdě na lyžích jsme měli možnost sledovat ukázky techniky jízdy v praxi a při rozhovorech se členy delegací a demonstrátory či cvičiteli nebo i z některých přednášek si bližší ujasnit problematiku jejich pojetí techniky a metodiky, jak je veden výcvik v jejich zemích, jsou-li odchylky a v čem jsou tyto odchylky, pro koho je oficiální technika stanovena a kdo je jí vázán, a další otázky, kterých je vždy mnoho. Můžeme si proto udělat celkový obrázek o tom, jak daleko jsou dnes v jiných státech s technikou jízdy a jejím výkladem i metodikou výcviku nejširších mas lyžařů, jaké mají perspektivy a jak jsme daleko u nás v Československu.

V celku lze konstatovat, že od posledního kongresu ve Storlien nastalo téměř všeobecné přiklonění se k technice rakouské školy, z čehož je nutno vyjmout francouzskou oficiální techniku a Švýcarsko. Ostatní státy převzaly buď bez výhrad techniku rakouské školy i metodiku, nebo si jí upravily a uzpůsobily či rozřídily podle svých vlastních podmínek.

Jelikož se nejzajímavějšími přednáškami V. kongresu budeme zabývat na jiném místě, podáváme v tomto příspěvku pouze stručný nástin stavu techniky a metodiky v jednotlivých státech.

Rozdělíme si jednotlivé státy do skupin, a to **alpské země** (Rakousko, Itálie, Francie, západní Německo, Švýcarsko), **severské země** (Norsko, Finsko, Švédsko), **státy lidových demokracií** (NDR, Polsko, Bulharsko, Rumunsko, CSR), Jugoslávie a Amerika.

ALPSKÉ ZEMĚ

V oficiální technice rakouské školy není v jejím základě nic nového. Principy techniky jsou jasně formulovány, lze spatřovat pouze některé nové poznatky metodické, hlavně ve výuce a postupu výuky ke krátkým smykům, které jsou vrcholem rakouské školy sjíždění. Rovněž některá zdůvodnění známých principů jsou výstižná a byla přednesena v přednášce prof. Krukenhausera, která se týkala sjezdu šikmo svahem a sesouvání, jež jsou základem alpského lyžování.

V Itálii byla jednoduše před dvěma roky přepracována ze základu celá výuka, která nyní staví na základech rakouské školy. Technika jízdy i metodika výuky je závazná jak pro školy, tak i pro veřejnost, tj. jak pro profesionální, tak i ostatní cvičitele. V zásadě mají výuku rozdělenou na 4. stupně, a to (vycházejme-li z uspořádání výuky podle rakouského učebního plánu):

1. všechny základní cviky až po pluh bez změn směru,
2. až po přivrátný oblouk,
3. až po přivrátný smyk, bruslení a odšlapování,
4. až po snožné smyky.

V technice jízdy není rozdílu proti výsledným cvikům podle rakouské školy. Italové však na rozdíl od Rakůšanů u všech cviků, při kterých se užívá odlehčení lyží, zásadně používají odlehčení lyží při zpomalení nebo ukončení pohybu těla zdola nahoru, bez rozdílu, zda se jedná o cviky ke svahu, sesouvání či oblouky od svahu. Spatřují v tom zjednodušení výuky pokud se týká odlehčování lyží u všech cviků, i když přiznávají určitě nevýhody tohoto u smyku ke svahu či sesouvání. Při ukázkách škol alpských zemí sklízel italský demonstrátor perfektně předvádějící některé cviky

v nejmenší možné rychlosti bohatý polesk.

Francouzská oficiální technika je stanovena v Mementu 1959, které je oficiálním výrazem a technickou a metodickou příručkou francouzských cvičitelů. V zásadě je tato technika stanovena na původní rotační francouzské škole Allais-Gignoux, pouze přidává k usnadnění hlavně nasazení některých cviků pohyb těla zdola nahoru dolů pro odlehčení. Postup výuky je přes přivrát. Rozdělení celé osnovy je na původních 7 stupňů výuky.

Při ukázkách alpských škol byl jasně patrný rozdíl mezi jednoduchostí, měkkostí a přirozeností pohybů a postoje demonstrátorů předvádějících cviky podle rakouské školy a ukázkou francouzského demonstrátora, kde celý základní způsob provádění se dnes jeví jako násilný a jaksi vyumělkovaný, postoj nepřirozeně skrčený a napjatý, a některé cviky, jako krátké smyky touto technikou jsou téměř neproveditelné, což obzvláště vynikalo při srovnání s dokonalou ukázkou krátkých smyků rakouského demonstrátora Franze Furtnera.

Skupinu závodníků okolo Jouberta a Vuarneta považuje oficiální francouzská delegace za soukromou frakci, která se snaží spojit moderní pojetí jízdy nohama s francouzskou rotační školou. Je otázkou, do jaké míry tato skupina ovlivní náplň příštího oficiálního Mementa.

V západním Německu převzali do důsledků rakouskou techniku i metodiku. Jejich demonstrátoři jsou výborní jezdci, ať předváděli lyžičky na normálních sjezdových lyžích či na užších Loipeski. Všechny lyžařské svazy NSR vypracovaly společně směrnici pro výcvik (Leitfaden für Skiunterricht), která je závazná pro všechny svazy. Podle vyjádření vedoucího delegace na schůzce cvičitelů-amatérů nemají žádné nejasnosti a nedorozumění ani v technice ani mezi profesionály a amatéry.

Ve Švýcarsku je situace zřejmě komplikovanější. Již samotný suverénní projev vedoucího švýcarské delegace Christiana Rubiho dával tušit, že Švýcarům jde především o turistický ruch, technika a metodika je až na posledním místě. Jelikož žádný švýcarský demonstrátor u ukázkách nepředváděl, můžeme usuzovat pouze podle ukázek z jejich filmu, který na kongresu předváděl. Nějaká jednota v předvádění je těžko postizitelná. V zásadě se jedná o rotační techniku s celkově nízkým postojem. Ukázky krátkých smyků byly sice ve filmu prováděny v krásném sněhu a prostředí, avšak technicky slabě, nejasně, jakoby předvádění »velkého a namáhavého zmatku«. Velmi dobře charakterizoval stav techniky ve Švýcarsku Ch. Rubi, když pravil, že »v technice nejsou puristé, že je jim lhostejno, jak kdo jezdí, hlavně že jezdí«, čímž měl na mysli — do Švýcarska.

SEVERSKÉ ZEMĚ

Daleko jasnější a nám bližší co do konfigurace terénu a s tím souvisejícími problémy je Norsko, Finsko a Švédsko. Tyto tři státy vždy vystupují v jakési jednotné frontě, která kromě vzájemného pochopení a spolupráce má právě základ ve stejných podmínkách geografických. Zásady jejich techniky staví na poznatcích rakouských pokud se týká sjíždění; běhání a skákání je záležitostí čistě domácí, severskou.

Velmi poučná byla odpověď jednoho z jejich delegátů na hledání a zavádění univerzální Loipeski v NSR, kdy prohlásil, že řešení tohoto problému univerzální lyže je v dnešní době vyspělá specializace ne pokrokem, ale krokem zpět. Podle jejich názoru neexistuje univerzální lyže ani obuv, neboť nejlépe se běhá na běžecském vybavení a sjíždí na sjezdovém vybavení. Ve vysokých horách (Åre atd.) jsou více užívány sjezdové lyže, v rovinatých krajích běžecské. Nenastala u nich tedy v technice žádná změna od posledního kongresu.

LIDOVÉ DEMOKRACIE

V NDR je technika a metodika jízdy na lyžích řešena z hlediska středně vysokých hor se zaměřením na turistické zvládnutí terénu na lyžích. Vlastní technika sjíždění staví na rakouském základě, je ve svém rozdělení uzpůsobena pro výuku přivrátnou či snožnou cestou. Je zajímavé a pro německou důkladnost příslovečné, jak důkladně mají propracovanou biomechaniku jízdy na lyžích, hlavně skoku. Je to umožněno bohatě přístroji i odborným personálem vybavenou laboratoří pro biomechaniku při OHZK (vysoká škola TV) v Lipsku. Z tohoto oboru byla proslavena velmi zajímavá přednáška vedoucího laboratoře dr. inž. Hochmuthem, s jejímž obsahem jsme vás již seznámili. Vzhledem k tomu, že na problémech výuky pracují mladí a pro věc nadšení lidé, lze očekávat, a nakonec ve skocích na lyžích se to již projevilo, že pokrok v jízdě na lyžích půjde v NDR rychle kupředu.

V Polsku je situace poněkud komplikovaná. Přesto, že jízda předních instruktorů, jak jsme měli možnost vidět, je celkem správná, i když chybí vybroušenost stylu, lze spatřit mnohé dosud tápání, což by ještě nebylo tak zlé, ale tápou i v příručce a ve výkladu. Chybí jim jasně oddělení základních principů rotační a nerotační techniky, které, dokud není zcela jasné a zřejmé, komplikuje výuku, která je centralizovaná a bazíruje na zkušenostech alpských zemí (Francie, Rakousko). Přesto, že jsou mezi předními polskými cvičiteli takoví, kterým se jedná jak o čistotu výkladu, tak i o čistotu techniky vlastní, nepodařilo se jim tuto čistotu prosadit. Lze se domnívat, že jakési kompromis »od všeho kousek« má zachovat některým polským cvičitelům-diplomatům otevřené dveře ke všem lyžařským vlivům všech alpských států. Škoda, že tato situace plete mnohým hlavu a neosvětluje jednoznačně vlastní techniku těm, kteří nemají jiné možnosti poznání.

Na Balkáně, tj. v Rumunsku a Bulharsku, sáhli všeobecně k poznatkům rakouským a propagují techniku rakouské školy. Přestože tyto státy nejsou lyžařsky silné vzhledem ke klimatickým podmínkám a nemá tudíž změna v technice takový význam a důsledek jako třeba u nás, rozhodli se pro oproštění se od rotační techniky a pro zavádění moderní techniky, a to ještě v její čisté a nekomplikované formě.

Lze se nadít, jako jsme již poznali v jiných sportech, že tyto státy záhy řeknou své slovo i do lyžařského sportu, neboť dovedou velmi dobře využívat všech možných a dostupných zkušeností ve svůj prospěch a růst.

Ze států lidových demokracií zbývá poslední stát, tj. Československo. O změnách, které za poslední dva roky od kongresu ve Storlien do dnešní doby u nás nastaly, není třeba se zmiňovat, neboť jsou všeobecně známy. Lze jen konstatovat, že jsme dosáhli světového stupně vývoje techniky a že se s námi musí na mezinárodním fóru počítat. Chybělo velmi málo k tomu, aby se CSR nestala pro

Dokončení na str. 24



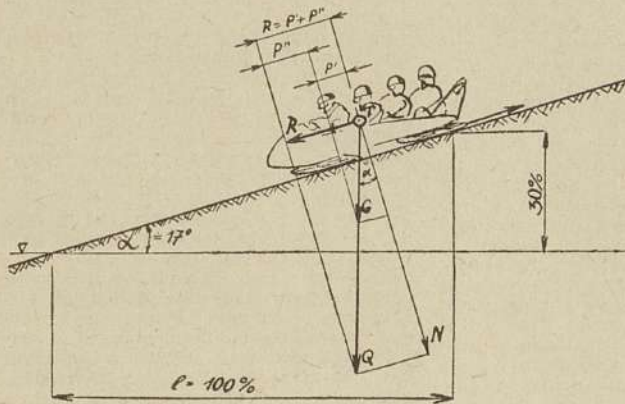
Saně a boby



SPORTOVNÍ HODNOTA A BEZPEČNOST

Pro zlepšování techniky jízdy, stavby drah, konstrukce bobů, pro pochopení fyziologických účinků odstředivých zrychlení apod. potřebujeme znát alespoň základy mechaniky jízdy na saních a bobech. Poněvadž jsme ještě neměli možnost zabývat se jimi na stránkách našeho časopisu a nemáme je publikovány ani jinak, v krátkosti je zde vysvětlím.

Jízdní podmínky jsou pro saně a boby téměř shodné. Liší se jen vahou vozidla a z ní odvozených zákonů. Saně i boby se pohybují na svalu samotíží, a to s tím větším zrychlením, čím je pohybující se hmota větší. Proti pohybu působí jen velmi malé tření skluznic o povrch dráhy. Při protivětru a při rychlosti nad 70 km v hodině přistupuje zde též odpor vzduchu. Graficky si znázorníme působnost zrychlení a na obrázku je vysvětlíme.



T — těžiště bobu, G — váha samotného bobu, G — váha posádky, $G+Q$ — váha bobu v jízdě, P' — síla působící dopředu, vyvozená vahou bobu, P'' — síla působící dopředu, vyvozená vahou posádky, R — výsledná síla působící dopředu v jízdě, $R = P' - P''$, R je větší, čím je větší sklon dráhy.

Sklon dráhy bývá udáván ve stupních, pro naši potřebu je však výhodnější v %. V uváděném případě má úsek dráhy 30% spád a celková váha bobu a posádky je 630 kg, je hnací síla dopředu 30%, tj. 189 kg. To znamená, jaký spád v %, takové % váhy je velikost dopředu působící složky hnací síly — vahové.

V zatáčce pak vlivem změny směru začne působit navíc ještě odstředivá síla, která na neupravených přírodních drahách má tendenci saně nebo bob s posádkou zvrhnout. Při dnes běžně dosahovaných rychlostech 80–100 km/hod. je tato síla značně velká, zvláště u bobů. Proto se budují umělé dráhy s klopenými stěnami zatáček. Tyto klopené stěny zatáček usnadňují možnost projíždět zatáčkou beze ztráty rychlosti a využít do krajnosti maximální rychlost vozidla, která je tu omezena pouze vahou jedoucího vozidla, spádem dráhy, jízdními odpory (vzduchu, třením), v neposlední řadě ještě technikou jízdy a schopnostmi posádky. Dosud jsou tedy dosahované maximální rychlosti dány technickou úrovní bobů a stavem dráhy, na kterých je také závislá i bezpečnost jízdy. Vyjetí z umělé dráhy je takřka nemožné. Až dodnes jsme s těmito poznatky vystačovali. Prostě boby i zatáčky se po konstrukční a stavební stránce upravily (nadimenzovaly).

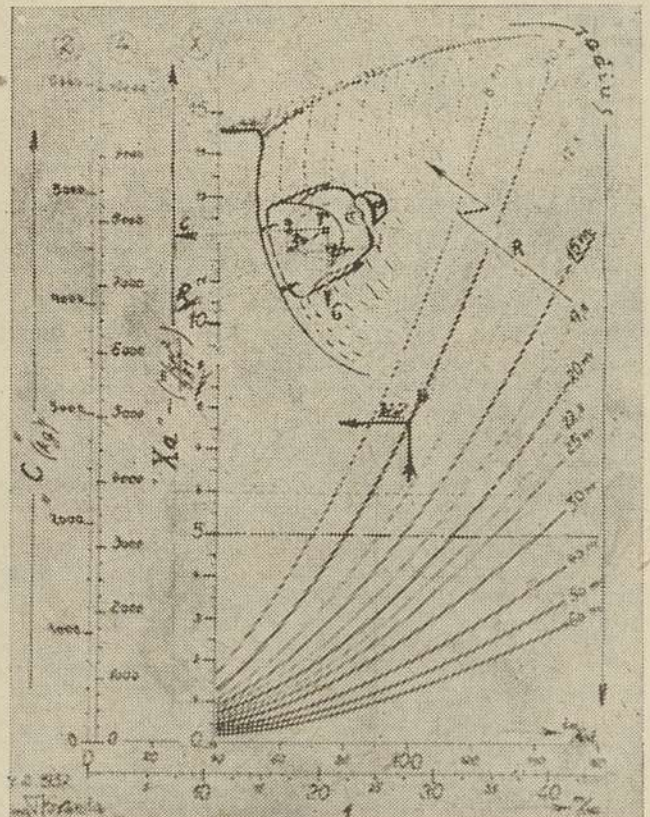
Snad jen trochu více názorů vyvolalo určení minimálního poměru zatáček u bobových drah. U saní dosud ani tento problém nevyvstal. Na mezinárodním kongresu naší federace FIBT v Cortině roku 1956 delegáti navrhovali různé minimální

poloměry. Například Francie 12 m, Švýcaři 14 m, Italové 15 m atp., zkrátka bez nějakého vědeckého odůvodnění. Pravděpodobně prostě tak, jaké mají minimální poloměry doma na svých drahách, aby nemuseli předělávat zatáčky. Feierabend například bral zase ohled na délku a konstrukci svých bobů. Náš delegát, soudruh inž. Miňovský, přinesl tento problém k řešení. Při propočtech odstředivých sil a hlavně zrychlení pro tyto navrhované poloměry došli jsme k nečekaným číslům. Sestavili jsme proto přehledné tabulky a grafy, z nichž vpravdě na vědeckém základě lze pro určité průjezdní rychlosti stanovit odpovídající minimální poloměry zatáček s ohledem na bezpečnost.

Nepříznivé fyziologické účinky zrychlení působícího na posádku mohou mít pouze určitou maximální hodnotu. Ta je maximálně pětinašobek zemské přitažlivosti! U letců 5,95 g. Například při poloměru zatáčky 12,5 m a uvažované průjezdní rychlosti 90 km/hod., je násobek zrychlení zemského ve stupnici X právě roven pěti. Tomu odpovídá pro čtyřsedadlový bob ve stupnici 4 odstředivá síla 2300 kg, na kterou musí být bob i opěrná klopená stěna zatáčky patřičně dimenzována. U dvouosadlového bobu podle stupnice 2 je odstředivá síla 2000 kg, ale zrychlení stejné 5 g.

Uvedený diagram průjezdních hodnot pro saně a boby v klopených zatáčkách bude nám tedy sloužit k určování a výpočtu sil a zrychlení v zatáčkách. Názorně dokazuje, že při uvažovaných rychlostech kolem 100 km/hod. musí být minimální poloměr ne menší než 18 m, což také nakonec FIBT stanovila.

Inž. KOVANDA



OPATRNOŠTI NIKDY NEZBÝVÁ

Bobový a sáňkařský sport, který ve své závodní formě poskytuje nadšeným příznivcům tolik šťastných chvil, radosti a osvěžení, má i svou stinnou stránku jako vůbec každé lidské konání.

Během jízdy dosahuje závodník mnohdy značně velkých rychlostí v nerovném a tvrdém terénu. Rychlost klade na něho zvýšené požadavky co do tělesné zdatnosti, připravenosti, postřehu, obratnosti a v neposlední řadě i odvahy, která však nesmí zabíhat do hazardnosti. Na jedné straně nám tak vyrůstají zdraví a všestranně odolní lidé, na druhé straně se však setkáváme i s úrazy, které ohrožují zdravotní stav sportovců. Těmito úrazy se chceme dnes zabývat, protože se připravujeme na nastávající zimní sezónu a máme jistě všichni zájem na tom, aby naše sporty byly kladným přínosem lidské společnosti. Vzniklé chyby nechť jsou nám poučením a výstrahou, aby boj proti úrazovosti byl i na našem úseku úspěšný.

Statistika úrazů všech sportů ukazuje, že se zde podílíme celkem malým procentem, i když přihlížíme k poměrnému počtu závodníků.

V roce 1958 bylo na ÚV ČSTV zaregistrováno a tím i odškodněno Státní pojišťovnou celkem 16 úrazů, z toho bobů 11, sáňe 5.

BOBY

Z bobových závodů nejhorší bilanci mělo mistrovství ČSR konané v Dubí, odkud je hlášeno 7 úrazů, krajské přebory měly 4 úrazy. Je jistě zajímavé, že tréninkové jízdy nezaznamenaly žádný úraz. Z postižených bylo 7 řidičů, 2 brzdáři a 2 jezdci. Ze zdravotního hlediska šlo o 3 úrazy těžké, 4 středně těžké a 4 lehké. Bohužel nelze vyčíslit, kolik jich vyžadovalo nemocničního ošetření.

Nehody byly zaviněny především špatnou technikou jízdy, nezvládnutím rychlosti a zvrhnutím bobu. Na druhé místě nesou vinu na haváriích špatně klopené zatačky a špatná úprava dráhy za cílem. Jeden úraz byl zaviněn prasknutím přední osy bobu a selháním řízení. Z podobných příčin havarovaly bobů,

při nichž nedošlo vždy k úrazům. Tak například během čtyř dnů konání III. mistrovství v Dubí došlo k dvaceti čtyřem haváriím, z nichž čtyři zavinila dráha. Změklé a nedostatečně vysoké mantinely následkem špatných povětrnostních podmínek je dost těžko kritizovat. Ovšem skrytý kámen nebo pařez v dojezdové rovině za cílem byly hrubou chybou, která zbytečně zavinila pády. Čtyři havárie byly způsobeny poruchou vlastního bobu při jízdě a celé dvě třetiny nehod připadají buď na špatnou techniku jízdy, ať už to bylo chybně najetí zatačky, smyk v zatačce nebo vyjetí do mantinelu na rovině, nebo vinou nedokonalosti konstrukce bobu.

Byli bychom rádi, kdyby bylo možno zpracovat hlášení o haváriích ze všech pořádaných závodů, neboť větší čísla dávají přesnější výsledky. Dosud se musíme spokojit s kusými zprávami. Pomohly by nám pořádací jednoty, kdyby posílaly výsledky a rozborů havárií ústřední sekci.

Rovněž dva hlášené bobové úrazy v r. 1959 jsou definovány jako vyhození ze zatačky a smyk na rovině s nárazem na mantinel.

Z těchto malých čísel je vidět, že největší bolestí bobistů je malá příležitost k závodům a hlavně malá možnost tréninku. Nepřízeň počasí v posledních letech zkracuje zimní sezónu. Dráha se nevybuduje sama, ale obětavostí a nadšením závodníků, kteří si místo trénování nejprve musí postavit trať, dále ji udržují a na trénink už nezbyvá čas. Nemohou tak dosáhnout výsledků, které by je opravňovaly k zahraničním startům, kde by získali cenné zkušenosti a sebevědomí. A tak vzniká začarovaný kruh, který nejen nepřispívá k rozvoji mužného bobového sportu, ale je prvořadou příčinou úrazovosti.

Dále je nutné s větší odpovědností provádět letní i zimní úpravu dráhy, prověřovat poměry a klopení zataček, odstranit stromy stojící v blízkosti sjezdu a nezapomínat na dojezdový úsek za cílem.

Technické kontroly bobů musí zaručit, že stroj při jízdě se nejen »nerozsype«,

ale neztratí ani závaží nebo neutrhne některou součástku, která by zavinila havárii. Rovněž je nutné rozhodnout, jaké umístění řidiče je bezpečnější, neboť není náhodou, že další osádka se na úrazech podílí necelou třetinou.

SÁŇĚ

V roce 1958 bylo hlášeno pět úrazů, z nich dva u mužů a tři u žen. V r. 1959 bylo jedenáct úrazů, osm u mužů a tři u žen. Stejným procentem se na nich podílejí krajské přebory, propagační a tréninkové jízdy. Čtyři úrazy byly těžké (zlomeniny), tři středně těžké a devět lehkých.

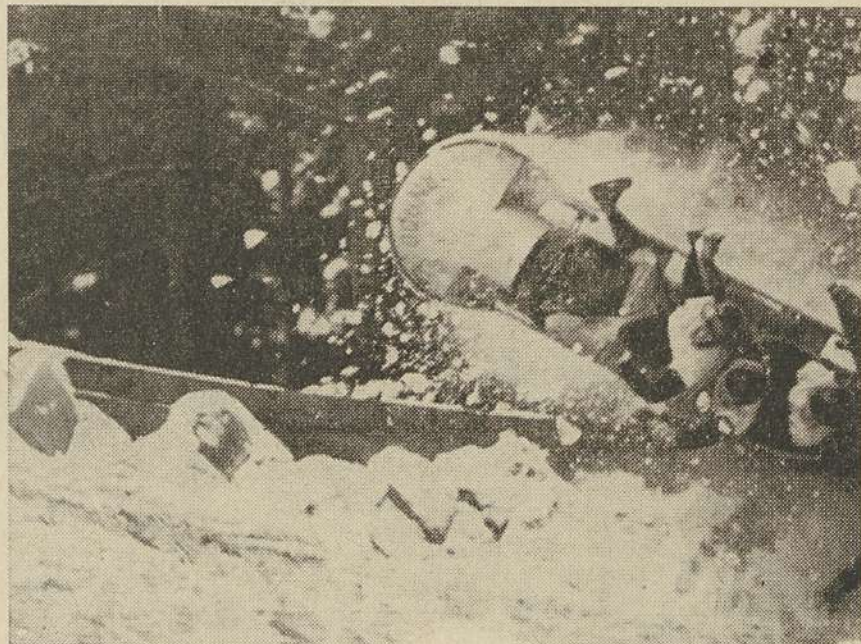
Opět zde figuruje nedbalost v úpravě dojezdu, která zavinila za cílem pět úrazů tím, že byly pod slabým povrchem sněhu vyčnívající pařezy a kořeny stromů. U sáňkařů je i malá překážka tím závažnější, že závodník po projetí cílem brzdí nohama a v rychlosti stačí nepatrný náraz k podvrtnutí nebo i zlomení. Skutečně také všech pět úrazů postihlo kotník nebo kost nohy. Zde by snad kromě úpravy pomohlo i sypaní pílnů za cílem.

Další čtyři úrazy vznikly příliš ledovou nebo jinak závadnou dráhou. Podrobnosti o mechanismu havárie nelze zjistit. Tři další postižení přiznali, že jejich úraz byl zaviněn přílišnou rychlostí a zbývajících pět závodníků utrpělo zranění při nedobrovolném opuštění dráhy během jízdy a nárazem na překážku, která byla v těsné blízkosti tratě. O těchto dvou posledních kategoriích by bylo možno diskutovat, kolik procent z nich připadá na závodní nezkušenost. I kdybychom je všechny zařadili pod špatnou techniku jízdy, pak stále ještě zevní příčiny úrazovosti mají většinu. Je nesporné, že sáňkaři mají mnohem větší příležitost k trénování než bobisté, a proto lze právem předpokládat, že k závodům přistupují lépe připraveni a s většími zkušenostmi.

Domnívám se, že úrazovost sáňkařských závodníků je zaviněna mnohem větším dílem nedostatečnou prověřkou dráhy. Dobré závodní sáňe jsou lehčí i snad citlivější a jemnější než bobů. Reagují na nerovnost podkladu mnohem jako splašený kůň, a proto je třeba poohlédnout se v letní úpravě po bezprostředním okolí dráhy. Ještě je čas porazit některý strom, vykopat od loňska zapomenutý pařez a odvalit kámen. Odstranění těchto zevních příčin úrazovosti je v našich silách a stojí za to je provést co nejdříve.

Tato poměrně malá čísla úrazovosti za rok 1958—1959 by byla celkem potěšující, kdyby plně odpovídala skutečnosti. Nechceme přeceňovat nebezpečnost našich sportů, ale úrazů bylo mnohem víc, jenže nebyly hlášeny.

Jistě je všem členům ČSTV známo, že se na ně vztahuje smlouva č. 5011 o hromadném úrazovém pojištění členů ČSTV, kteří utrpěli jakýkoliv úraz při provádění tělesné výchovy nebo i při jiné dobrovolné práci v ČSTV. Tato smlouva je zvýhodněna od 1. ledna 1959 a všechny podrobnosti jsou obsaženy v Úrazovém řádu ČSTV, vydaném letos v létě. Úrazový řád je všude k dostání a mají jej jistě všechny jednoty a oddíly. Kromě toho vyšel stručný výtah z úrazového řá-



K havárii bobu Tornádo došlo nezvládnutím rychlosti na tatranské dráze

du na úhledném plakátku pro vyvěšení v tělocvičnách. Nemáte-li tyto tiskopisy, žádejte je u vyšších složek a vyvěste!

Pro přehlednost připomínám zde způsob hlášení úrazu: složky ČSTV (pověřit zdravotníka oddílu!) si vydávají u svého okresního inspektorátu Státní pojišťovny do zásoby formuláře »Oznámení úrazu« a »Záznam o úrazu«. V případě úrazu tyto dva formuláře vydají zraněnému, který je vyplní, předloží lékaři, kterým je léčen, k vypsání příslušné části a pak odevzdá svému oddílu, který po řádném potvrzení odešle oba tiskopisy neprodleně zpět okresnímu inspektorátu Státní pojišťovny k vyřízení a proplacení. Každý úraz v tělesné výchově se má hlásit, i když je neodškodnitelný. Je založena dokumentace a v případě pozdějších následků nárok může být požadován dodatečně.

Proto: v nastávajícím hlavním období co nejméně úrazů, a když už k nějakému dojde, nezapomeňte jej ve vlastním zájmu hlásit.

MUDr. ALEXANDER SVĚT

Bude v Českých Budějovicích letní sáňkařská dráha?

Myšlenka sportovního a závodního sáňkařství se v jižních Čechách teprve rozvíjí. Realizuje ji od ledna 1958 ustanovená komise saní a bobů při krajském výboru Československého svazu tělesné výchovy a od 1. ledna 1958 okresní sekce saní při okresním výboru ČSTV přímo v okrese.

Snahou je přeměnit sáňkování jako zábavu v dobrovolně prováděný, avšak v tělovýchovných jednotách organizovaný sport. Pochopili to již zejména mladí členové sáňkařského oddílu TJ Lokomotiva v Českých Budějovicích, kteří si s pomocí ostatních sami upravili dráhu na Dobré Vodě a budou moci na ní již v zimě 1959/1960 vyzkoušet své umění.

Překážkou však bývá nedostatek sněhu. Ukázalo se to v Českém Krumlově, kde nová sáňkařská dráha nebyla letos z tohoto důvodu schopná provozu. Proto přišli sáňkaři z okresní sekce saní s návrhem přispět k rozvoji sáňkařství jako masového sportu přímo v krajském městě tím, že se zde vybuduje zařízení, které dovolí jezdit bez ohledu na nepřízeň počasí.

Dobrou příležitost k tomu dává chystaná výstavba velkého sportovního střediska na Dlouhé louce. Lze tu postavit na dvou metrových podpěrách z vyfazaných lešenářských trubek dráhu z betonu či z umělé hmoty PVC, 200 nebo 300 m dlouhou, se 4 zatáčkami, na přirozeném svahu Švábova Hrádku.

Tak jako to mají v budapeštském Víždampárku (lunaparku), kde se jízdá na saních z vysoké věže těší velké oblibě. I v našem městě můžeme využít dráhy nejen ke sportovnímu výcviku sáňkařů, ale i pro zábavu návštěvníků, kteří za jízdu zaplatí a pomohou tím hmotně dalšímu rozvoji československého sáňkařství v tělovýchovných jednotách. Uskuteční-li se tato myšlenka, budou mít České Budějovice první umělou sáňkařskou dráhu v republice.

NOVÉ TYPOVÁNÍ BOBŮ

Ústřední sekce bobů a saní ČSTV vydává nové typovací průkazy bobů. Mají s platností od 1. 1. 1960 nahradit staré průkazy, vydané bývalým Státním výborem pro tělesnou výchovu a sport.

Komisionální přetypování bobů a vyplnění nových průkazů provedou krajské techničtí pracovníci podle pokynů uvedených ve »Zprávách sekce« č. 4. Pro informaci a přehlednost je tam též zveřejněn seznam všech typovaných bobů v ČSR, který, pokud toho vyžaduje staré označení čísla bobu, vyražené na jeho rámu, je dlužno respektovat!

Chceme, aby byla úprava při vyplňování tiskopisů jednotná a přehledná. To nám usnadní přejímání bobů před závody i veškerou manipulaci s typovacími průkazy. Proto se přesně řiďte uvedeným vzorem a pokyny.

N á z e v p í š t e p r o l o ž e n ě, v e l k ý m i p í s m e n y.

V á h a b o b u r o z u m í s e b e z z á t ě ž e Z G, a l e s p ř í t ě ž í Z Q (v i z p ř e d n á š k o v á o s n o v a »K o n s t r u k c e a s t a v b a b o b ů«, s t r. 10).

D ě l k a (p ř e s s a n i c e) s e r o z u m í o d š p í č k y p ř e d n í k p a t ě z a d n í s a n i c e (v i z s t r. 11, k ó t a o z n a č e n á »m a x i m á l n í d ě l k a«).

D r u h ř í z e n í o z n a č í s e n e j p r v e d ě m a s l o v y, n a p ř.: V o l a n t — l a n k o v é, v o l a n t — p á k o v é, t á h l a — l a n k o v á a p o d. K t o m u p ř í b u d e j e š t ě z n a č k a A (a u t o m o b i l n í) n e b o H (h y p o m o b i l n í n e b o l i s t ř e d o v é).

B r z d a j e o z n a č o v á n a č í s l y z n a č i c í m i š í ř k u s t o p y h ř e b e n e p ř i b r z d ě n í, t j. v z d á l e n o s t k r a j n í c h z ů b ů v m m — p o m l ě k a — h l o u b k u z ů b ů — p o m l ě k a — p o č e t z ů b ů. N á s l e d u j í c í z l o m e k u d á v á p ř e v o d b r z d o v ý c h p á k v c m.

K o m i s a ř i. Z d e s e o p a t ř í t y p o v a c í k a r t y b o b ů č í t e l n ý m i p o d p í s y d v o u k r a j s k ý c h t e c h n i c k ý c h p r a c o v n í k ů, k t e ř í p ř e t y p o v á n í p r o v á d ě l i.

C e l k o v á d ě l k a a m a x i m á l n í š í ř k a s e u v á d í v ě t n ě o c h r a n n ý c h b a č k o r i k a r o s é r l e (p ř í p a d n ě s b e d n o u). M á s l o u ž i t p r o p l á n o v á n í p r o s t o r u p ř i d o p r a v ě.

Inž. VLADIMÍR KOVANDA

Váha:	76 kg	ČSTV SEKCE BOBŮ A SANÍ.
Délka (přes sanice):	2.080 mm	TYPOVACÍ PRŮKAZ
Rozchod sanic:	670 mm	
Poloměr zaoblení:	8 mm	BOBU
Druh řízení:	volant-pákové A	č. 01 - 01
Brzda (zubů):	420 - 50 - 7	Název: "MYŠKA"
Délka sanic před:	560 mm	Rok výroby: 1952
Délka sanic zad:	700 mm	Majitel: Tělovýchovné museum
Celková délka:	2.250 mm	Bydlíště: Tyršův dům, Praha-
Maximální šířka:	760 mm	Malá strana

(Signatures and stamps are present on the form)

NAŠE ÚKOLY

- Prověřte a zaveďte pořádek v evidenci a hospodaření na všech úsecích.
- Udržujte náležité organizační, tréninkové a pracovní spojení členů v rámci oddílu a celé tělovýchovné jednoty, zejména se ZTV.
- Udržujte organizační spojení s OV a KV ČSTV, s ČSM, NV a s příslušnými odbornými komisemi a sekcemi na všech stupních.
- Účast v celonárodním i místním tělovýchovně společenském dění. (Měsíc československo-sovětského přátelství.)
- Nácvik a příprava sáňkařských soutěží II. CS a SHM.
- Nezapomeňte poskytnout odbornou pomoc NV, SNB, ČSM apod. při úpravě prostorů pro sáňkování mládeže.
- Probíhá přetypování bobů a vystavení nových průkazů.
- Zorganizujte lékařské prohlídky a očkování proti tetanu.
- Propagujte naše sporty osobně, na nástěnkách, pořádáním besed, televizí, pište do novin a Čs. rozhlasu.

BĚŽECKÁ KOMISE FIS

V rámci zasedání XXII. kongresu FIS pracovala také běžecká komise FIS. Přinášíme některé hlavní poznatky a závěry z práce této komise:

Náš návrh na doplnění § 9 o organizování mistrovství světa byl schválen. Každé místo, které se uchází o pořádání MS, musí být předem prohlédnuto technickým expertem běžecké komise FIS. Má se tím zamezit takovým nedostatkům, jaké se projevíly při přípravě ZOH ve Squaw Valley. Dále, aby bylo umožněno prohlédnout terény a tratě v době, ve které se počítá s uspořádáním MS nebo ZOH. Bez této prohlídky a posudku komise nemůže být návrh projednán na Kongresu FIS.



Dále se diskutovalo o zkušenostech z mezinárodních závodů v letošním roce ve Squaw Valley, v místech, kde se počítá s tratěmi pro ZOH. Tak jak je již známo z některých jiných zpráv, byly hlavní připomínky k úpravě tratí a k úpravě sjezdových částí běžeckých tratí, které neodpovídaly současným názorům na stavbu tratí. Bylo konstatováno, že na běžecké trati není možno stavět »slalomy«, které běžci nemohou zvládnout. Při výměně zkušeností se dospělo k tomu, že je zapotřebí, aby závodníci měli možnost nejméně desetidenní aklimatizace, aby překonali potíže s nezvyklou výškou, ve které jsou závody pořádány. Bylo schváleno rozvržení běžeckých závodů takto:

pátek	19. 2. 1960	30 km
sobota	20. 2. 1960	10 km ženy
pondělí	22. 2. 1960	15 km do závodu sruž.
úterý	23. 2. 1960	15 km
čtvrtek	25. 2. 1960	4x10 km
pátek	26. 2. 1960	3x5 km ženy
sobota	27. 2. 1960	50 km

Po vcelku složitém a bojovém jednání byla doporučena také kandidátka Polska na uspořádání mistrovství světa v roce 1960. Jak víme byla tato kandidátka kongresem schválena.

Elektrické měření času při běžeckých závodech je závazné pro olympijské hry a mistrovství světa.

S konečnou platností byl schválen švédský návrh na povinné užívání tabulí, kde je nakreslen profil tratě a kde se udává teplota z několika míst tratí 3, 2, 1, 1/2 hod. před prvním startujícím, při startu 1/2 a 1 hod. po prvním startujícím. Bylo usneseno, že je třeba, aby tato tabule byla používána ve všech závodech prvé skupiny uvedených v kalendáři FIS.

Byly diskutovány otázky a problémy související s úpravou a stavbou běžeckých tratí. Byla schválena komise ve složení Korsvold (Norsko), Brunner (Švýcarsko) a Pácl (ČSR), aby zpracovala návrhy pro úpravu pravidel.

Běžecká komise FIS se zájmem vyslechla informativní zprávu o zkušenostech z tréninku běhu na lyžích na umělých běžeckých drahách u nás v Československu. Někteří členové byli překvapeni tím, jaké možnosti mají naši závodníci a obdivovali velmi pěkné zařízení umělé běžecké dráhy v Tatranské Lomnici. (Zde patří znovu poděkovat pracovníkům z Vysokých Tater za věnování seriálu fotografií z Vys. Tater včetně fotografií o umělé běžecké dráze. Tyto fotografie jistě vykonají dobrý kus propagační práce.)

Diskuse o problémech běžeckých závodů ve velkých výškách (1600 m a výše) nebyla uzavřena a doporučeno i nadále sbírat zkušenosti tak, aby mohl být zpracován konkrétní návrh. Jedná se o starý rozpor mezi názory pracovníků skandinávských zemí, kteří doporučují, aby se v těchto výškách velké mezinárodní závody nekonaly. Naproti tomu pracovníci alpských zemí obhajují možnost pořádání mezinárodních závodů ve velkých výškách, protože jinak by byla vyřazena některá alpská střediska jako například Davos apod.

Náměty na změny v systému losování a zařazování do skupin při lyžařských běžeckých závodech byly vzaty na vědomí s tím, že je třeba tyto otázky ještě promyslet a na některé z příštích schůzí běžecké komise FIS navrhnout eventuální úpravy v pravidlech.

Pro funkční období 1959—1961 byla zvolena běžecká komise FIS v tomto složení: předseda S. Bergman (Švédsko), členové: G. Berauer (NSR), S. Bogačev (SSSR), H. Brunner (Švýcarsko), W. Broomhall (USA), G. Deschiens (Francie), K. Korsvold (Norsko), V. Pácl (ČSR), V. Strumolo (Itálie), A. Svensk (Finsko), náhradník: L. Fischer (Polsko) a stálý expert ženské komise: I. Löwdin (Švédsko).

VLADIMÍR PÁCL

Není obvyklé, že také v odborném jazyku zanikají slova (nebo nová se zase objevují), jako např. i z lyžařské terminologie pomalu už ustupuje kristiánka, donedávna jeden z nejběžnějších lyžařských pojmů, a zcela vymřel telemark, aby se objevil v docela jiné oblasti — u vodáků. Naopak zase přišla slova nová, byť původně jiného významu, než je jejich dnešní specifikace. O nich několik poznámek.

Kandahar. Slovo, jež nemělo nic společného s lyžováním — totiž název města a stejnojmenné provincie v Afghánistánu. Jako přídomek bylo dáno zaslouživšímu se anglickému generálu F. S. Robertsovi jako lordu »of Kandahar«.

Do lyžařského sportu se dostal r. 1911, když otec známého Aralda Lunn navrhl Robertsovi (který sám lyžařem nebyl) založit závod a věnovat k tomu pohár. Lunn-syn, zakladatel slalomu, použil pohár pro takové závody, které byly od roku 1912 pořádány zvlášť k tomu ustaveným Kandahar-Ski-Clubem, ale nakonec ho roku 1928 věnoval pro závod, dvoj-kombinaci sjezd-slalom, který založil společně s H. Schneidrem v St. Antonu. Lunnovu přičinění a úsilí pak možno také přičíst, že se tento lyžařský závod, známé Kandaharrennen, stal sjezdovým závodem č. 1. Je stále málo známou skutečností, že první slalom vůbec uspořádal jeden z velkých pionýrů lyžařského sportu, moravský rodák M. Zdarský, a to už 19. 3. 1905 u Lilienfeldu na trati 2 km dlouhé, s výškovým rozdílem 500 m a s 85 brankami.

Převzetí tohoto slova rovněž pro nové lyžařské vázání bylo potom už jen záležitostí podnikavosti obchodního ducha.

Slalom. Dnes je to vyhraněný, specifický pojem pro sportovní výkon prováděný »mezi brankami«, vedle oficiálního lyžařského a vodního slalomu ovšem i v řadě slalomů příležitostných či jinak náhodně nebo volně vytvářených a popřípadě i méně sportovních, ačkoliv jako slovo ze západního nářečí norského kraje Telemarken znamená pouze sjezd po rovnoměrném, tj. hladkém svahu bez brank. Slad — rovnoměrně skloněný. Lom — stopa po něm, co je taženo. Původní, dnes ovšem již také se ztrácející význam byl patrný ve slovech východního nářečí Telemarkenu: kneikelom, znamenající přes živý plot, hopplom, tj. se skoky, a vilom »divoká jízda« přes překážky.

Roku 1890 přišlo toto slovo do Osla (tehdejší Kristianie), aniž se zde jazykově nějak zvlášť uplatnilo, a odtud roku 1905 dále do střední Evropy, kde je dosud nikdo neznal. Bylo zde proto v různých představách vykládáno jako »krasojízda telemarkem a kristiánkou«, jako jízda přes překážky ap. A vlastně stejně svémocně bylo použito r. 1922 i Arnoldem Lunnem pro jím založený závod, vytyčený mezi brankami — slalom. Jazyková aplikace tohoto slova stala se také příčinou domněnky, že střeoevropský »vynález« závodu mezi brankami je norského původu.

Tak se zrodil sportovní slalom, slovo, které se v jazykovém povědomí rozšířilo i dále, znamenajíc ovšem vždy »nějaké prolétání« — podle básníkovy rčení i slalomem života.

KANDAHAR A SLALOM

O SNĚHU A LYŽÍCH V ZAHRANIČÍ

Na základě četných požadavků trenérů, cvičitelů i ostatních pracovníků lyžařských oddílů uložilo naše představenstvo redakční radě podstatně zlepšit zahraniční zpravodajství. Od dnešního čísla zřizujeme samostatnou rubriku, kde se naši čtenáři seznámí s nejzajímavějšími událostmi a mezinárodními lyžařskými problémy. Zajistili jsme si také spolupráci s našimi experty ve FIS a dále budeme spolupracovat se širokým okruhem externích pracovníků. Zprávy čerpáme především z časopisů, novin a měsíčníků: Sovětskij sport (SSSR), Na Nartach (Polsko), Skisport und Touristik (NDR), Sport a Ski et Montagne (Švýcarsko), Ski Francais (Francie), Sport invernali (Itálie), Austria Ski Sport (Rakousko) a z dalších. Máme zájem, abychom uveřejňovali nejen nové a zajímavé zprávy, ale také informovali o otázkách, které zajímají čtenáře. Budeme se proto snažit odpovídat na dotazy o zahraničních problémech v každém čísle. Žádáme proto naše čtenáře, aby nám napsali své dotazy nebo náměty pro naši rubriku.

V dnešním čísle přinášíme několik informací a dva dotazy. Jak se provádí mechanická úprava běžeckých tratí ve Squaw Valley? Co je to loipe-ski?

MECHANICKÁ ÚPRAVA TRATÍ NA ZOH

Podle zkušeností z uplynulých let se předpokládá, že ve Squaw Valley může napadnout mimořádně velké množství sněhu. Vzhledem k nedostatku místních pracovníků budou se běžecké tratě převážně upravovat mechanicky. Na obrázku č. 1 vidíme nově napadlý sníh po projetí speciálního traktoru Sno-Kat (viz obrázek č. 2). Tento traktor se speciálním závěsným nářadím (viz obrázek č. 3) dokáže za několik hodin upravit běžeckou trať i když napadne metr sněhu. Zkušenosti z mezinárodních závodů ve Squaw Valley v roce 1959 ukázaly, že úprava tratí pouze tímto traktorem není dostatečně kvalitní. Sníh byl místy příliš hrubý a sjezdy nebyly dobře upraveny. Proto detailní a kvalitní úprava při ZOH bude zlepšena úpravou závěsného nářadí a hlavně tím, že se o běžecké tratě bude ještě starat 300–400 vojáků.

LOIPE-SKI

V různých obměnách najdeme tento název v časopisech jak Německé demokratické republiky, tak Německé spolkové republiky. Doslova přeložený znamená jízda na lyžích ve stopě. Podle našeho jízda terénem. Loipe je původem severský název pro lyžařskou stopu, která vede přes lesy, pahorky a údolí. Lidové masy v severských státech tráví na »loipe«, na svých lehkých lyžích běžeckého typu, svůj volný čas, rekreují se a mají radost z pohybu ve zdravém prostředí. V posledních letech, kdy na jedné straně dochází k extrémnímu pěstování jízdy s kopce a používání k »výstupům« jen lanovek (myslíme tím lyžaře nezávodníky), objevuje se snaha lyžařských pracovníků v různých zemích po uplatnění zdravějšího pohybu na lyžích. Je propagována jízda terénem, používání lehkých lyží s běžeckým vázáním, nebo s vázáním s velkým vrchním tahem. Poměrně nejvíce se tyto snahy objevují v NDR a v NSR, kde jsou široce propagovány.

SSSR

V Sovětském svazu používají lyžaři napodobivá cvičení jako velmi důležitou složku podzimního tréninku. Vyvrcholením této přípravy bývají závody na kolečkových bruslích s použitím holí. Asfaltové cesty kolem Kirovova stadiónu se staly 11. října dějištěm závodu nejlepších leningradských běžců. 200 běžců a běžkyň startovalo v jíz-



dě na kolečkových bruslích s holemi. V jízdě na 3 km žen zvítězila v čase 10,09 min. R. Matvějevová. V jízdě na 10 kilometrů mužů zvítězil V. Jevstratov v čase 28,03 min.

V Sovětském svazu byly zavedeny nové normy odznaku GTO. Tento nový odznak je velmi populární a je cíť každého sportovce, aby co nejdříve splnil jeho limity. Učitelé Stalinoва ústředního institutu tělesné kultury byli jedni z prvních, kteří splnili nové normy. Prokázali tím příkladnou fyzickou připravenost. Jsou mezi nimi i trenéři nej přednějších sovětských závodníků a závodnic, vedoucí katedry lyžování M. A. Agranovskij, zasloužilý mistr sportu A. J. Donskoj, mistr sportu M. M. Bikov, docent K. N. Spiridonov a odborný asistent S. H. Molokin.

NDR

V Eisenachu v NDR se dohodli zástupci sportovních organizací obou německých států, NDR a NSR, na jednotné celoněmecké účasti na ZOH. Na úseku lyžařského sportu byla provedena již definitivní nominace některých závodníků z obou republik. Skokanské družstvo bylo sestaveno cel: H. Recknagel, H. Glass, W. Lesser (všichni z NDR) a Max Bolkart (NSR). Pro sružený závod se kvalifikovali Flanger a Körner (oba NDR) a Thoma (NSR). Z běžců byl prozatím nominován Kuno Werner (NDR). Nominace ostatních členů výpravy, která bude 43členná, prý nebude obtížná. Nejednotnost prozatím trvá v obsazení funkce vedoucího výpravy. Vzhledem k tomu, že do Cortiny vedl celoněmeckou výpravu zástupce NSR, bylo by správné, aby do Squaw Valley vedl výpravu představitel sportovního života NDR.

FINSKO

Finský časopis KANSAN UNTISET uveřejnil v těchto dnech interview s Rolj Hohentalem, který v minulě zimě vedl finské družstvo do Squaw Valley. Řekl, že běžec je zde nádherný a že tratě vykazují obdobný stupeň obtížnosti jako tratě v Lahti nebo Hollmenkollenu. Slabínou jsou prudké sjezdy, které se častokrát podobají spíše slalomovému svahu než běžecské trati. Největší obtíže způsobují velké rozdíly v teplotách. V noci a ráno bývá 5–10° mrazu, přes den však teplota stoupne na 10–20° nad nulou. Protože tratě vedou střídavě lesními úseky a otevřeným terénem, komplikuje se mazání. Finské družstvo prý provedlo několik zkoušek s mazáním, které přinesly dobré výsledky. Zkušenosti ukázaly, že je třeba nejméně 14 dnů na aklimatizaci. Účastníci bydleli v lehkých domech, které lze srovnat spíše s baráky, než se sportovní ubytovnou. O klidu nebylo řeči. Nebylo také sušarek.

JUGOSLÁVIE

Inž. S. Blodek dokončil plány na stavbu 160m mamutího můstku v Plánici. Plány předal lyžařskému svazu Jugoslávie.

Pokračování ze str. 18

přítští tři roky členem předsednictva kongresu.

AMERIKA

Ve Spojených státech amerických staví rovněž techniku na rakouském základě. Jejich zástupce na kongresu velmi dobře ovládá moderní techniku. Je však zřejmé, že komerční důvody a moderní novinky jako Mambo, Superwedeln atd. budou přitahujícími lákadly ve zcela jiné organizaci tělovýchovy než u nás.

Profesionální cvičitelé, slavná jména, konkurující lyžařské školy, všechny možné vymoženosti, senzacechtivost, móda, atd. to jsou faktory, které nám jsou vzdáleny.

Závěrem lze říci, že jednání V. kongresu s ukázkami jízd a přímým stykem s ostatními účastníky bylo pro nás velmi poučné. Technika je vcelku a v podstatě vyřešena, nerotační techniku přijaly dříve či později téměř všechny zúčastněné státy. Nicméně i když to bylo pro nás určité zadostiučinění a ověření správnosti nastoupené cesty pokud se

týká zásadní změny ve vlastní technice, je nutné, abychom vývoj techniky sledovali dále a snažili se o další zlepšení, hlavně na poli metodiky. Nesmíme však zapomínat, že technika sama musí umožnit bezpečně a ekonomické zvládnutí terénu při lyžařské turistice a při lyžování v terénu. Těmito problémy se zabývalo mnoho přednášejících, proto vás budeme o tomto informovat v souhrnném příspěvku v některém z příštích čísel našeho časopisu.

Inž. MIROSLAV CHLOUBA

ITÁLIE

V Cervinii byly v červenci provedeny zkoušky rychlostní jízdy na lyžích. Willy Forrer byl nejspěšnějším jezdcem, který zajel na jednom úseku více než 150 km/hod. Chronometr mu zaznamenal hodinový průměr z celé tratě 149,377 km. Roberto Gasperl (Cervinia) byl druhý a zajel 146,938 km/hod.

WALT DISNEY A ZOH

Walt Disney, známý autor kreslených filmových veseloher, prý vypracoval »bohatý« zábavný program pro ZOH. Zaměřil jej k závodníkům, bydlicím v olympijské vesnici, k návštěvníkům ZOH i k široké americké sportovní veřejnosti. Tedy — pro každého trochu. Program je jednoduchý, každý večer mezi 20.30–22 hod. bude provedeno varietní představení po každé na jiné téma. Mezi tématy patří například Noc na Hawai, Noc v Hollywoodu, Noc divokého západu, Olympijská noc apod. Při předvádění Olympijské noci bude dokonce dána příležitost závodníkům a doprovázejícím činovníkům vyzkoušet svá nadání umělců-amatérů. Jinak ovšem byly angažovány vybrané umělecké skupiny — hawajské tanečnice, kovbojové, filmové hvězdy, slavné jazzové orchestry apod.

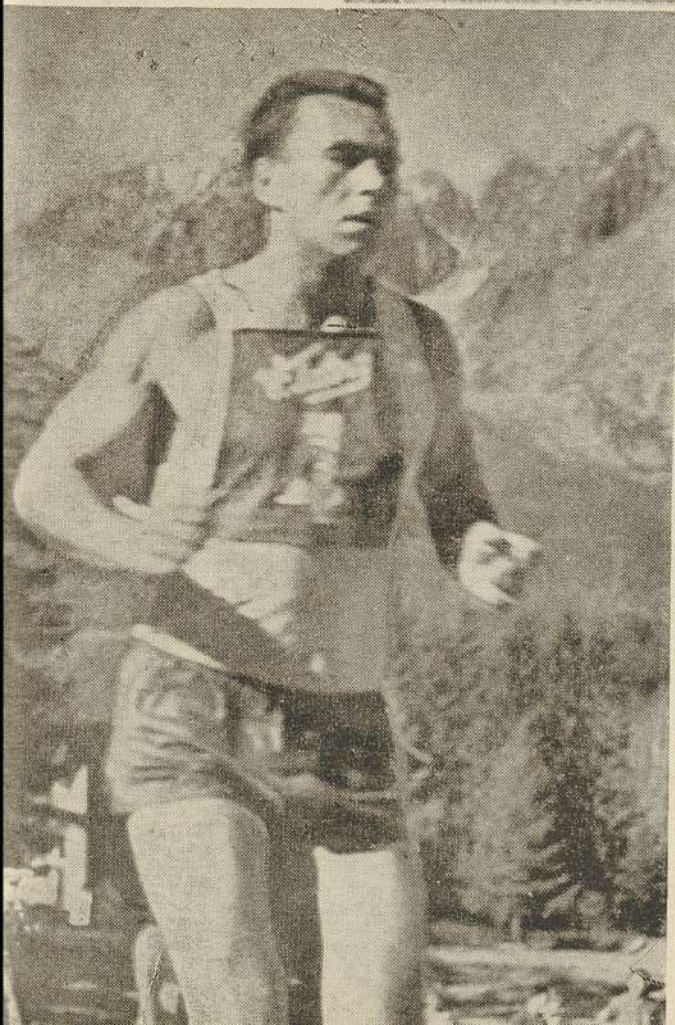
Tážeme se — co má Hawai nebo Hollywood společného s romantikou zasněžených hor, s největší slavností lyžaře-závodníka, se ZOH?

RAKOUSKO

Letošní konference Rakouského lyžařského svazu ustavila dr. Seppa Salzburgera předsedou sportovní sekce (náš předseda trenérské rady) svazu. To prakticky znamená nové vedení rakouského závodního lyžování. Podmínkou Seppa Salzburgera pro přijetí funkce bylo povolání Othmara Schneidra za trenéra státního družstva mužů. Schneider je znám jako taktický jezdec a specialista ve slalomu (olympijský vítěz 1952), s bohatou závodní zkušeností. Kromě toho je velmi dobře obeznámen s poměry ve Squaw Valley z dob své trenérské činnosti v USA. Rakušané zřejmě berou tentokrát přípravu vážně. Jsou odhodláni bránit svou sjezdařskou hegemonii proti očekávanému generálnímu útoku Francouzů a Švýcarů. Trenérem ženského družstva byl jmenován Hermann Garmon.

POČÍTAČÍ ZAŘÍZENÍ PRO ZOH

Ve S. V. bylo započato s výstavbou střediska pro zpracování výsledků jednotlivých závodů ZOH. K výpočtům bude použito počítačového stroje Ramac 305 firmy International Business Machine Corp. Olympijské výpočtové středisko bude těžištěm veškeré zpravodajské činnosti. Poprvé v historii ZOH bude možno během několika minut zpracovat a rozšířit informace o průběhu závodů. Dvě minuty po skončení každého závodu budou k dispozici prozatímní výsledky. Ve stejné době budou zhotoveny pásy pro dálnopisné přenosy zpravodajů. Počítačové středisko vyhotoví ihned po provedeném losování veškeré písemnosti pro závod, vypočte výsledky a vytiskne je. Každý závodník obdrží svazek všech výsledků ve zvláštní grafické úpravě s uvedením jeho umístění v jednotlivých závodech na titulní stránce.



Ze systematické přípravy, v potu a námaze, se tvoří kondice našich reprezentantů. My všichni jim přejeme hodně úspěchu v přípravě i v kvalifikačních bojích o účast na ZOH.

Olympijská příprava našich běžců pokračuje již na sněhu. Uveřejněné snímky nás informují o prověřkovém přespolním běhu na soustředění ve Vysokých Tatrách. Libuše Patočková, Eva Paulusová-Benešová a Josef Prokeš na trati (snímky Ján Poliak).

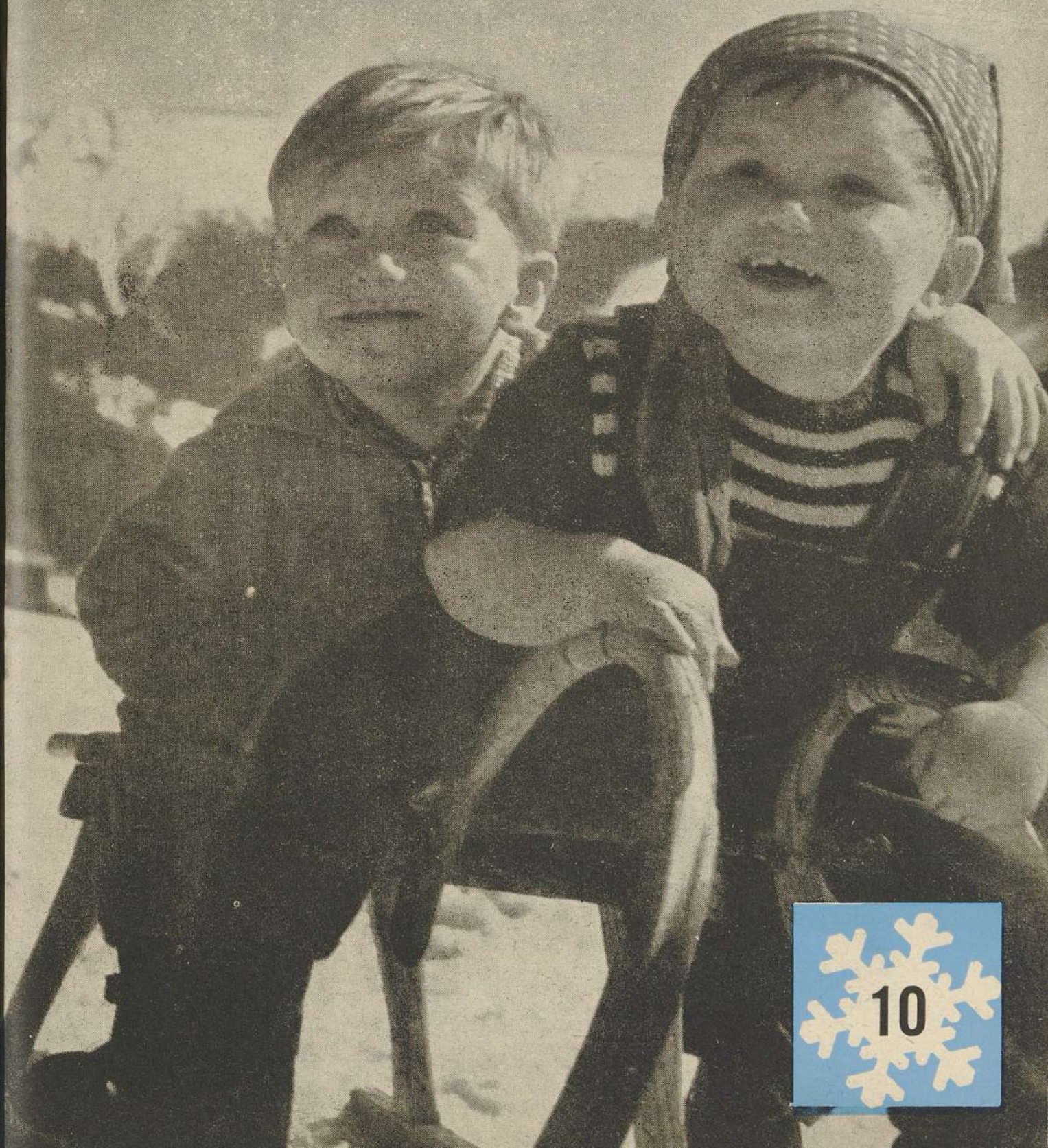


Lýžařství

ČASOPIS ČESKOSLOVENSKÉHO SVAZU TĚLESNÉ VÝCHOVY

ROČNÍK 45

PROSINEC 1959





*Tvé kouzlo přichází, když v opálovém jase
kraj němý procítá a mlhy po údolech
se třpytí průsvitné, kdy jitro dotýká se
svým zlatem nesmělým a bledým na vrcholech
jen stromů bělostných, jež pod sněhem se sklání,
jak v smírné pokoře by snily o pokání.*

ANT. TRÝB, Z BÁSNĚ »RÁNO V LEDNU«

Lýžařství

Vydává Československý svaz tělesné výchovy ve Sportovním a turistickém nakladatelství v Praze



Šéfredaktor dr. Ctibor Rybář.
Vedoucí redaktor časopisu
Milan Špaček



Redakce: Praha 1 - Staré Město,
Národní třída 33, telefon 226071



Redakční uzávěrka: K 15. dni
předchozího měsíce

OBSAH

Noví lidé na čele lyžářské sekce SÚV ČSTV	2
Na okamih v organizačních výboroch	3
Hodnotíme situaci v běhu na lyžích	4
Ke kontrolnímu měření běžců	5
Když je bída o sněh	6
Jak propagovat naše souťaže	7
Lýžaři u plných míčů	7
Vývoj závodního sjezdu	8
K prvému výročí smutného odchodu	9
Cíle základního lyžování	10
Kalendář lyžařských soutěží 1960	11-16
Jak je tomu se sjezdem mužů	17
Nové závodní lyže	18
Jednotné montování lyžařského vázání	17
Sněh a správné mazání lyží	18
Saně a boby	19-21
Směrná čísla pro mistrovské a přebornické souťaže v roce 1960	22
Blahopřejeme	22
O sněhu a lyžích v zahraničí	24

Snímek na 1. straně obálky: Oblíbeným prostředkem pro zábavu i sportování naši mládež jsou saně. Tisíce dětí sáhnou dosud bez odborného vedení, v příštím jubilejním roce se snad dočkají větší péče odborníků. Snímek na 4. straně obálky: Krásné krkonošské terény ožily opět stovkami lyžařů, kteří našli v jejich prostředí ospěšení a načerpali nové síly do další práce.

(Obě foto Vilém Heckel)



Vychází měsíčně kromě července a srpna



Tiskne Rudé právo, vydavatelství ústředního výboru KSČ. — Rozšiřuje Poštovní novinová služba. — Cena 2,50 Kčs. — Objednávky přijímá každý poštovní úřad nebo doručovatel. — Předplatné na I. pololetí 15 Kčs, na II. pololetí 10 Kčs. A-21679

KURS K PŘÍSTAVU...

Číslo 201, Edison Arantes do Nascimento, je veden jako vojín brazilské armády (možná, že od té doby, kdy jsem tuto zprávu četl, už byl povýšen). Vy ho budete znát asi pod jménem Pelé — vynikající brazilský fotbalista. A představte si, že tento mladý sportovec by měl stát někde na frontě; tváří v tvář »nepříteli« — třebaš sovětskému lyžaři Kolčinovi, nebo našemu Matoušovi. Zdá se to být až nelogické, prostě neuvěřitelné... A přece, když se vrátíte zpět, vidíte, jak často k tomu bylo blízko, až nebezpečně blízko...

S tím odcházejícím rokem se budu loučit jako s dobrým známým, jako s člověkem, který uměl pochopit nejen mne, ale milióny takových, docela obyčejných lidí, kteří tak rádi přicházejí na stadión, kteří s takovou láskou učí děti prvním krůčkům na lyžích. Budu se s ním loučit právě proto tak vřele, že to nebezpečí, o kterém jsem hovořil, zatlačil.

Byl to velký krok... U rádia jsem 18. září večer poslouchal přímý přenos projevu soudruha Chruščova v OSN. Z úst představitele první socialistické země, která už naprosto jasně prokázala svou vědeckou, technickou i vojenskou převahu nad imperialistickými dravci, vyšla slova — blížká a drahá všem lidem — návrh na všeobecné a úplné odzbrojení. Bylo to ve dnech, kdy byl na místě, odkud před 42 lety zazněla salva z děl křižníku Aurora, spuštěn na vodu prvý atomový ledoborec světa — Lenin se jmenuje. Bylo to přibližně v týchž dnech, kdy na Měsíc přilétl prvý pozdrav člověka — sovětská kosmická raketa. A jsem přesvědčen, že v těch velikých dnech i vojín Pelé, sovětský lyžař Kolčín i náš Matouš a milióny dalších ve světě se zamysleli nad tou velikou dobou, kterou žijeme a k níž se naši synové budou vždycky hrdě hlásit. Kdyby jen z toho důvodu, že tuto dobu stavěli jejich tátové. A dnes, na konci starého roku a na prahu nového, můžeme říci, že ta stavba roku 1959 je pevná jako žula. Národy a jejich vůli nelze už smést z ministerského stolu do koše. A tyto národy rozhodně žádají klid pro všechny domovy světa. V tom, myslím, je ta stěžejní velikost roku, s nímž se loučíme jako s dobrým kamarádem.

V západním Německu je promítán film »Most«. Líčí skutečnou událost z jara 1945 v západoněmeckém městečku. Sedm gymnastů bylo v den, kdy se k jejich rodišti už blížila americká vojska, navlečeno do uniforem a posláno hájit most přes řeku. Vrátil se jen jediný... Nevím, co dělá nyní. Ale jedno vím bezpečně: Že už by nikdy nechtěl prožít něco obdobného. A ve světě jistě není sám, ale takových lidí jsou milióny. Jsou připraveni odkaz tohoto roku dovést až ke konečnému vítězství míru kdekoli na světě.



Rok, se kterým se loučíme, přinesl mnoho nového a zdravého i u nás doma. Myslí nám běží barevný plastický film okresních spartakiád, té skotačivé drobotiny, prosté starosti a vždycky jasného a bezelstného pohledu. Mnoho se změnilo i v našem Čs. svazu tělesné výchovy. Zmohutněl — a to nejen svým počtem, ale i svou pevností, svým významem v naší nové společnosti. Dnes je příznivá chvíle pro to — poděkovat tisícům našich obětavých pracovníků a členů našeho svazu, kteří »obětovali« neděle, kteří prodlužovali den dlouho do noci, aby se zdařilo naše společné veliké dílo, na kterém budeme příští rok jistě s nemenší obětavostí dále pracovat. Čeká nás II. celostátní spartakiáda a olympijské hry. K oběma událostem, kromě dalších, bude upřena pozornost světové sportovní veřejnosti. A jako tolikrát dříve, budou jméno naší vlasti vyslovovat s úctou, uznáním a obdivem lidé na japonských ostrovech, obyvatelé Paříže i naši krajané v Kanadě. Nechť tedy naše společné úspěchy jsou co největší! Nechť naše vlajka stoupá na nejvyšší stožáry lidského snažení! Nechť naše úsilí i na tomto poli co nejvíce posílí mír, přátelství a spolupráci mezi sportovci i národy, které reprezentují.

Máme k tomu předpoklady. Kurs lidského vývoje směřuje z bouří ke klidnému přístavu míru. Ne, ještě však není dobojováno, ještě není možné založit ruce v klín. Bojovat je třeba! Bojovat za to, aby se naplnila životem touha tisíců mřumilovných lidí.

MIROSLAV LAUTERBACH

NOVÍ LUDIA

na čele lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV

I keď v uplynulých rokoch pri ťažkých poveternostných podmienkach (nedostatok snehu) dokázali niektorí pretekári krásne špičkové výkony a dosiahli pekné výsledky na pretekoch doma i v zahraničí — lyžiarstvo na Slovensku čo do organizačno-mobilizačnej a masovej práce znamenalo značnú stagnáciu. Toho si boli vedomí i tí lyžiarski pracovníci, ktorí sa zišli v nedeľu 1. novembra 1959 na plenárke LS SÚV ČSTV v Bratislave. Na základe získaných poznatkov vyplývajúcich z nevyhovujúcich foriem práce — prílišná ťarbavosť vyplývajúca z rozťahnutia jednotlivých komisií do mnohých miest (ako sa to kritizovalo na VIII. pléne SÚV ČSTV na jar tohto roku) — prišlo sa k reorganizácii tejto významnej lyžiarskej ustanovizne. Komisie sústredili v ústredí a do predsedníctva navrhli viacerých nových pracovníkov. Plenárka zvolila nové predsedníctvo LS SÚV ČSTV, na čele ktorého je súdruh Pavol Biednik. Nový predseda LS začína pretekove lyžovať na Martinských holiach a po viac rokov sa venoval pretekovému lyžovaniu. Neskôr pracoval vo viacerých funkciách telovýchovy. Nateraz je činný v SFVU.

Zástupcovia lyžiarskych zložiek zo Slovenska, rokujúc o najbližších hlavných úlohách, sa zhodli, že nimi musia byť najmä dôsledné plnenie úloh vyplývajúcich z rezolúcie II. slovenského sjazdu ČSTV, ako aj z II. pléna SÚV ČSTV, najmä organizačné upevnenie lyžiarskych sekcií KV a OV ČSTV, prípravy a uskutočnenie výročných členských schôdzí lyžiarskych oddielov, príprava lyžiarskych súťaží všeobecne a v tom zvlášť tých, ktoré budú v rámci zimnej časti II. CS 1960. (Sú to najmä majstrovstvá ČSR v jazde na lyžiach v klasických disciplínach v Banskej Bystrici a v Ružomberku, zjazdárske disciplíny vo Vrátnej a v Jasnej, majstrovstvá Slovenska zjazdárske v Krompachoch-Plešách, klasické disciplíny v Kremnici, medzinárodné zjazdárske preteky o Veľkú cenu Slovenska v Tatranskej Lomnici a medzinárodné preteky v skoku o Štít februárového víťazstva v Banskej Bystrici atď.), nábor nových členov so zameraním sa na mládež — náborové súťaže o Spartakiádu vločku, preteky o Cenu Pionierskych novín, lyžiarske behy ČSM o Pohár februárového víťazstva, SPBZ, lyžiarske preteky v rámci celoslovenských dní školskej telovýchovy a športu, pre-

teky o majstrov lyžiarskych oddielov, okresov, krajov atď., pomoc v náboře pre nácvik výberových skladieb na II. CS 1960 — najmä plné lopty a skladby pre dospelé členstvo pre masové vystúpenia.

Pri tejto práci sa ráta so širokým aktívom dobrovoľných pracovníkov — berúc do úvahy najmä tú skutočnosť, že najvhodnejším miestom pre nábor členstva sú telovýchovné jednoty ČSTV a v nich silné lyžiarske oddiely!

predseda LS
predseda tréner. rady
predseda kom. rozhodcov
predseda ŠTK
predseda komisie mládeže
predseda hosp.-plán. kom.
predseda vých.-prop. kom.
predseda kvalif., registr. a disciplinárnej komisie
predseda zdrav. komisie
predseda metodickej komisie
predseda org. komisie
predseda komisie zákl. lyžovania
predseda komisie pro výstavbu lyž. zariadení
zapisovateľka

Pri perspektíve lepších snehových podmienok sú v našich prekrásnych horách — ale hlavne v blízkosti obcí a sídlisk v okolí nových závodov — tie najlepšie predpoklady k tomu, aby sa lyžiarstvo pod vedením novej lyžiarskej sekcie SÚV ČSTV stalo naozaj športom masovo organizovaným vo veľkej rodine športov, ktoré združuje Československý sväz telesnej výchovy a športu.

Pri voľbách bolo zvolené predsedníctvo v tomto zložení:

Pavol Biednik
Cyril Gájer
Eudovít Čermák
inž. Igor Nábelek
Igor Benko
Pavel Livora
Eduard Chudík
dôst. Viktor Hybben
MUDr. Július Slabeycius
Miloš Zalesák
Michal Barzik
Jozef Korček
inž. Cyril Kremar
Magda Hazafiová

Jmenování rozhodčích I. třídy

Ve dnech 17.—20. září t. r. se školili v Rožnově pod Radhoštěm rozhodčí I. tř. z různých krajů republiky. Šlo převážně o soudruhy s delší praxí v nižších třídách rozhodčích. V porovnání s kursy konanými v minulých letech dosahovala jen část frekventantů obvyklé standardní úrovně rozhodčích z dřívějších kursů. U všech absolventů rožnovského kursu však je záruka, že praxí dohoní to, co jim školení dát nemohlo, respektive co jim jako rozhodčím I. tř. ještě schází. Tak vyznělo konečné hodnocení instruktorského sboru.

Rožnov sám, ač rozkošné městečko na úpatí Beskyd s můstkem z umělé hmoty, není nejvhodnějším místem pro školení lyžařských rozhodčích vyšších tříd. Čistounké ubytování v moderní budově telovýchovného střediska ani mimořádná pozornost, kterou po praktické stránce kursu věnovali soudruzi Mařák a Hovorka z Rožnova, nemohly vyvážit řadu nevýhod. Středisko nemá vhodné učebny pro večerní studium, ubytování frekventantů a instruktorů muselo být provedeno společně v jedné místnosti, takže ani na ubytovně nebylo možno se věnovat studiu. Stravování bylo na druhém konci města a přecházení z ubytovny ke stravování a obráceně bylo nutně spojeno se značnou ztrátou času pro vlastní školení. Nicméně díky pochopení jak frekventantů, tak instruktorů se podařilo v prodlouženém čase splnit do písmene celé pensum učební látky předepsané osnovou.

Na základě úspěšně složených zkoušek byli níže uvedení účastníci rožnovského školení na schůzi ÚKR konané dne 14. X. t. r. jmenováni lyžařskými rozhodčími I. tř.:

Krisman Zdeněk, Chrást u Plzně,
Ježek Oldřich, Liberec,
Moravec Karel, Praha,
Hostička Jaroslav, MUDr., Praha,
Nemasta Luděk, Náchod,
Marák Jan, Rožnov p. Radh.,
Robek Vladimír, Praha,
Margold Erik, Praha,
Brada František, Jihlava,
Kobrie Miroslav, Libštát,
Vavruška Vladimír, dr., Kolín,
Patka Stanislav, Strakonice,

Sklenář Oldřich, Nové Město,
Šenk Miroslav, Praha,
Herman Jaroslav, Brno,
Ticháček Miroslav, Kořenov,
Pospíšilová Jolana, Tatranská Poljanka,
Hovorka Ladislav, Rožnov p. Radh.
Kaněra Miroslav, dr., Ostrov n. Ohří
Stížek Alexandr, Praha,
Bartoníček Zdeněk, Vrchlabí,
Šotkovský Julius, Krompachy.

HODNĚ ÚSPĚCHŮ DO DALŠÍ PRÁCE!

NA OKAMIH

v organizačných výboroch

Veľa je tých organizačných výborov. Preto sa ponáhľame povedať vám, milí čitatelia, že ide o organizačné výbory lyžiarskych súťaží zimnej časti II. celoštátnej spartakiády 1960. Pozrime sa najmä do tých — ktoré okrem jediného — dvoch, čo pripravujú veľké podujatia v krásnych slovenských horstvách.

Spartakiádne vrenie cítiť naozaj od Šumavy k Tatram, ba ešte i ďalej. Kým kotol s masovými vystúpeniami a ďalšími podujatiami letnej časti pripravujú na pražskom Strahove — menšie nádoby plné snáh a dobrej vôle po kvalitnom zvládnutí sú rozdelené do viacerých miest. Oproti zimnej časti I. CS 1955, kedy všetky súťaže boli v Tatranskej Lomnici — dostalo sa tentoraz cti pripraviť jednotlivé preteky celkom na 7 miestach v rôznych centrách na Slovensku, kým ďalšie budú v Čechách.

Nuž pozrimeže sa do ich zákulisia.

Veľa starostí majú lyžiarski pracovníci v Banskej Bystrici. Tu budú od 23. do 28. 2. 1960 klasické preteky majstrovstiev ČSR pre dospelých a juniorov. Okrem toho tu pripravujú i známe medzinárodné preteky v skoku o »Štít februárového víťazstva«. Trasy pre behy, ako aj ich náhradné trasy, majú vyhladené. Problémom je dostavba novej nájazdovej veže na veľký mostok v Srnkovej. Ten bude kovový v hornej časti! Menší mostok, ktorý pripravujú pre skoky do združených pretekov, im robí tiež ešte veľa starostí.

Druhú časť — dorastenecké majstrovstvá ČSR (prebor dorastu) chystajú lyžiari v Ružomberku. Termín týchto pretekov je od 24. do 28. 2. 1960. Ružomberčania sú veľmi príčinní. Pokiaľ ide o behy — nemajú obáv, keďže trate sú už v najlepšom poriadku — ovšem k dnešnému dňu ešte bez snehu. Iná vec je s lyžiarskym mostkom. S jeho adaptáciou sa teraz práve boría. Po oprave bude mostik na Kalvárii dovoľovať skoky až 48 m dlhé!

Majstrovstvá Slovenska v klasických disciplínach v termíne od 12. do 14. 2. 1960 pripravuje Baník v Kremnici. Kremničania majú poruke všetko, aby priebeh týchto súťaží stopercentne zvládli. Iste sa im to podarí. Veď v meste, kde rastú takí pretekári ako majster športu Čillík a ďalší, sú i kvalitní funkcionári — a tým sa to zaiste podarí.

Zjazdárske majstrovstvá dospelých a juniorov budú opäť vo Vrátnej. Ich termín je od 3. do 6. marca 1960. Trasy a terény v Malej Fatre sú naozaj prekrásne. So stavom príprav dynamovci v Žiline však zatiaľ nejdú takým tempom ako v ostatných prí-

pravných výboroch. No i tu jesto dostatok dobrých pracovníkov.

Majstrovstvá dorastu 1960 (dorastenecký prebor 1960) budú i v budúcom roku v Jasnej. V čase od 10. do 13. 3. 1960 ich pripraví kolektív v organizačnom výbore LS OV ČSTV Liptovský Mikuláš. Títo súdruhovia — kráčajú v duchu tradícií pekných pretekov v Jasnej — i tieto vrcholové preteky pripravujú s náležitou starostlivosťou. O ich výsledku, najmä ak sa podujatie vydarí i po snehovej stránke, niet čo pochybovať! Treba podotknúť len to, že k doterajším zjazdárskym možnostiam pribudli v Jasnej pod Derešmi ďalšie trate, čo iste bude slúžiť k dobru tohto pekného centra!

Majstrovstvá Slovenska v zjazdárskych disciplínach pripravujú v lyžiarskom oddiele Pokroku v Krompachoch. Podujatie bude od 12. do 14. 2. 1960 v novom miestnom lyžiarskom stredisku Plejsy nad Krompachmi. Stredisko je novovytvárané. Má tri krásne chaty a nádherné, bezpečné, ale pritom náročné trate

TRÉNERI LYŽOVANIA SNEMOVALI V ŽILINE

Tréneri lyžovania SÚV ČSTV sa zišli v Žiline 7. a 8. novembra t. r. na svoju v poradí už tretiu celoslovenskú trénerskú konferenciu.

Kým na prvej trénerskej konferencii v r. 1954 sa hovorilo o zásadách plánovania práce pri výchove pretekárov, na druhej konferencii trénerov lyžovania v r. 1957 sa zásadne venovali technike a tohoročná konferencia bola v značnej miere o metodiky.

To sú náznakom zásady konaných trénerských konferencií LS SÚV ČSTV. Vždy odzrkadľujú situáciu i potrebu pre skvalitnenie práce na poli rozvoja lyžiarskeho športu, ktorý má na Slovensku priamo ideálne možnosti ďalšieho rastu.

Mimoriadne významné bolo toto rokovanie už aj z toho hľadiska, že hlavný referát bol zameraný na otázky masového rozvoja a športovej prípravy mládeže v lyžovaní. To je to najdôležitejšie ohnisko na ceste k ďalšiemu rozšíreniu a zvyšovaniu úrovne lyžiarstva.

Otvorenými očami pozorajúc, vidíme tisícky chlapcov a dievčat lyžovať. Lyžujú však naozaj len živelné — väčšina bez usmernenia. Lyžiarske oddiely len málokde vedľa získali lyžovaniachtivú mládež do radov svojho členstva. O serióznom vedení podchytenej mládeže možno hovoriť len v málo prípadoch. Väčšinou ide živelné. Veď tisícky lyžiarskych nadšencov absolvujú prvé kroky na lyžiarskej pretekovej dráhe v náborových pretekoch, ako sú napr. preteky o Cenu Pionierskych novín, behy ČSM o Pohár februárového víťazstva, na pretekoch celoslovenských dní školskej telesnej výchovy a športu, na náborových pretekoch lyžiarskych oddielov atď. Všetko to sú preteky, ktoré dávajú možnosť mladým pretekárom a pretekárkam získavať červené, postupne modré a napokon i zlaté Spartakiádnu vložku! Preto, aby takejto mládeže bolo viac v radoch členstva ČSTV, hovoril predseda trénerskej rady LS SÚV ČSTV súdruh C. Gájer o týchto aktuálnych problémoch. V druhej časti referátu sa zamerala na prepotrebnú športovú prípravu mládeže

a zjazdárske terény. Účastníci týchto majstrovstiev budú zaiste milo prekvapení dielom, ktoré vyrástlo v okolí »čiernych« Krompách vďaka iniciatíve lyžiarskych pracovníkov a porozumeniu závodov!

Najväčšie zjazdárske podujatie s medzinárodnou účasťou — tohoročná V. Veľká cena Slovenska — bude od 20. do 22. 3. 1960 v Tatranskej Lomnici. Tatranci sa chystajú dobre zvládnuť podujatie. Už cez leto pracovali na dôkladnej údržbe a úprave zjazdových dráh. Pri náležitosti dávke snehu niet obáv, že by sa podujatie dobre nepripravilo.

Aspoň toľko o tom, ako sa snažia súdruhovia v rôznych kútikoch Slovenska. Nuž a zaiste je tomu tak i na ostatných pretekoch, ktoré budú v Novom Meste v Krušných horách a v Harrachove.

Hor sa teda do práce za dôstojnú prípravu lyžiarskych súťaží zimnej časti II. CS 1960, ktoré sú v rámci osláv 15. výročia oslobodenia našej vlasti slávnou Sovietskou armádou!

v lyžovaní. Totiž sú, a to nie zriedkavé, zjavy, že mládež ide veľmi rada na preteky — žiaľ kondične nepripravená. A tu je potom zlo v tom, že miesto radosti z docieľených úspechov sem-tam sa objaví i následky, a to i dlhšie trvajúceho rázu. Nuž a poslanie trénerov v tomto smere je dbať na dôslednú trénovanosť a prípravu pretekárov — hlavne začiatočníkov — pred pretekami. Skúsenejší si dajú na vlastnej príprave už viac záležať.

V koreferáte predsedu komisie mládeže LS SÚV ČSTV súdruh Igor Benko hovoril o skúsenostiach z práce v športových školách mládeže a zvýraznil potrebu i poslanie lyžiarskych základní.

Prítomní so záujmom sledovali i ďalšie témy, a to skúsenosti trénera pri výcviku mládeže v jednotlivých lyžiarskych disciplínach, ďalej referát na tému »Spolupráca lekára s trénerom«, otázky metodiky tréningu vrcholových pretekárov — zvlášť z jazde a v behoch, poznatky z jarného kongresu lyžiarskej výuky FIS v Zakopanom a obsiahly referát nazvaný »Spätný pohľad na predchádzajúce trénerské konferencie v lyžovaní, ktorý predniesol dr. Ferenci.

Veľku možnosť hodnotiť toto dvojdielne snemovanie lyžiarskych trénerov zo Slovenska ako ďalší prínos pre zlepšenie práce hlavne na tom úseku, ktorý nám čím skôr pomôže splniť jedno z hesiel druhého slovenského sjazdu ČSTV — 1 + 2 — teda masovosť organizovaného lyžiarstva. Táto úloha je obzvlášť aktuálna teraz, keď máme poruke také lákavé možnosti pre neorganizovanú mládež, ako je získavanie Spartakiádnych vložiek. Teda priviesť masy lyžiarov nielen do zimných lyžiarskych súťaží — ale viesť ich i ďalej pri nácviku výbevrových prostných, najmä skladby s plnými loptami pre mohutné vystúpenie športovcov na Strahove na II. CS.

Trénerskú radu LS SÚV ČSTV zastupovali súdruhovia Miloš Dufek a Boh. Tvrzník, ktorí tiež kladne hodnotili priebeh konferencie.

HODNOTÍME SITUACI v běhu na lyžích

MASOVÝ ROZVOJ.

Běh na lyžích je nejstarší lyžařskou disciplínou. Věk jí však neubral na přitažlivosti. Na startu běžeckých závodů je stále rostoucí množství závodníků, zejména z řad mládeže. Nemůžeme však být plně spokojeni s počtem startujících žen a s počtem mužů ve vytrvalostních závodech. Příklad z Jilemnice, kde se letos konala mistrovská padesátka, nám ukázal, že počet startujících i v tak nádhavém a náročném závodě je úměrný volbě termínu, volbě a úpravě trati a nadšení pořadatelů, s jakým závod pořádají.

Slibně se v poslední době rozvíjí turistika na běžkách. Stále větší počet je těch lyžařů, kteří poznali, že kdo umí dobře běhat na lyžích, může snáze poznat krásy našich zasněžených hor; že běh na lyžích neznamená jen závodění, že s pojmem běh na lyžích nemusí být vždy spojena představa upoceného běžce.

OTÁZKA BĚŽECKÉHO VYBAVENÍ.

S masovým rozvíjením běhu na lyžích jsme však měli (doutáme, že v příštím roce ji konečně překonáme) jednu chronickou potíž — nedostatek kvalitního a přitom cenově dostupného běžeckého vybavení. Zlepšuje se situace především v běžeckém vázání (zásluhou soudruha Jenky z Ml. Bole-slavi začíná naše výroba produkovat kvalitní vázání), a zlepšuje se i jakost vosků domácí výroby. Nerozřešenou otázkou zůstává dosud výroba takových běžeckých lyží, které by svojí kvalitou dokázaly nahradit přední severské běžky značky Järvinen nebo Splitkein.

K PRÁCI TRENÉRŮ.

Již celou řadu let školíme dobrovolné trenéry v dostačujícím počtu, avšak velmi málo přibývá takových trenérů, kteří by systematicky pracovali s kolektivem závodníků v rámci lyžařského oddílu. Trenéři zatím jen velmi málo publikují a rozšiřují své dobré zkušenosti a formy práce. Úspěchy jižních a západních Čech a Slovenska na mistrovství dorostu ukazují na dobrou práci tamních trenérů.

Slibovali jsme si více od trenérů z povolání. Tito však ve své činnosti narážejí na řadu neprůzračných překážek, které sice někdy s nadšením překonávají, avšak ztrácejí tím drahocenný čas k vlastní trenérské práci. Práce trenérů z povolání je průkopnická, vyžaduje nadšení a velkého úsilí. Ovoce nese až po několika letech. Ne vždy je však plně oceněna. Postoj mnohých lyžařských i jiných pracovníků je vůči práci trenérů z povolání

negativní. Neuvědomují si, že funkce trenéra z povolání je nezbytně nutná, že je to však funkce nová, že každý začátek je těžký a projevuje se mnohdy i tápáním a omyly.

V současné době jsou tři volná místa běžeckých trenérů z povolání. Při obsazování těchto uvolněných míst očekáváme pomoc od veškeré lyžařské veřejnosti, ze skutkem i radou vytvoří takové podmínky pro práci trenérů z povolání, aby byla ve všech směrech plně úspěšná.

Působení trenéra úzce souvisí s činností oddílu. Je dosud málo lyžařských oddílů, které by měly dostatek pracovníků pro plnění všedních drobných organizačních a administrativních úkolů, nezbytných pro činnost oddílů. Máme však celou řadu krajských sekcí s velkým počtem komisí a tomu odpovídajícím počtem činovníků, který zdaleka převyšuje počet pracujících oddílů v kraji. Navrhované územní rozdělení snad zlepší dosavadní situaci i v této otázce a posílí řady činovníků pracujících přímo v oddílech.

K TRÉNINKOVÝM OTÁZKÁM.

Přes některé dílčí úspěchy nemůžeme se domnívat, že dosavadní tréninková praxe našich trenérů a závodníků je na správné cestě. Při řešení jednotlivých problémů se ukazuje, že jak trenéři, tak i závodníci mají různý přístup i různá stanoviska k realizování mnohdy i těch základních tréninkových otázek. Pokud se týká otázek teorie tréninku, pokládáme v dnešní situaci za stěžejní otázku dávkování tréninku v hlavním období. V přípravném období pak o stanovení takového profilu fyzické připravenosti, určení takových speciálních pohybových vlastností běžce a stupně jejich rozvoje, k jejichž dosažení by jedno-

značně směřovalo úsilí trenéra i závodníka.

Je to úkol těžký a náročný, jehož splnění vyžaduje soustředěného úsilí a soustavnou dlouhodobou práci kolektivu pracovníků. Základy jsme však již položili. Systém plnění limitů kontrolních disciplín, jejich rozbor s porovnáním tréninkových záznamů nám slouží jako základní směrnice při usměrňování tréninku.

K VÝCHOVNÉ PRAXI.

V minulém roce jsme byli svědky ne sice četných, ale přece jen se vyskytujících nedorozumění mezi činovníky a závodníky, ba nechyběly ani stížnosti na chování závodníků. Nechceme vystupovat v roli obhájců závodníků. Jejich politický a morální profil jistě není dokonalý a stále kládeme na první místo výchovné působení trenéra. Na druhé straně je nutné vidět a chápat příčiny, proč dochází k těm různým projevům se strany závodníků, které pak mnozí pohoršeně odsuzují.

Pro trenéra i závodníka je a musí být hlavním cílem závodní činnosti její společenský význam a úloha. Znamená to vytváření socialistického člověka, který zvyšuje svoji sportovní výkonnost k úspěšné reprezentaci svého oddílu, jednoty, kraje, ke státní reprezentaci.

Bezprostředním motivem závodní činnosti jsou však osobní, individuální pohnutky. Závodník chce dosáhnout dobrého výkonu, chce zvítězit v soutěži, dokázat, že je lepší než ti druzí. Veden snahou po zvyšování výkonnosti odpírá si závodník řadu drobných zábur a radosti, dodržuje správnou životosprávu a využívá každé volné chvíle k tréninku. Vlastní trénink, to jsou desítky a stovky hodin tvrdé, náročné a vysilující práce. Jen radost a uspokojení z pohybu, z překonaných vzdáleností, jen radost a uspokojení ze splněných tréninkových úkolů a tím zvýšené výkonnosti jsou závodníkovou odměnou.

Ovoce celoročního tréninkového úsilí sklízí závodník v závodě. Jak se má však závodník tvářit, jestliže nedbalým značením tratě zabloudí? Nebo vi-

Jak bude stanoveno družstvo sjezdařů

Sjezdová komise ÚTR spolu s oblastními trenéry stanovila zásady pro sestavení státního družstva sjezdařů pro MS 1962.

1. Návrh státního družstva připraví sjezdová komise 25. 4. 1960 a předloží jej ke schválení ÚTR.
2. Pro sestavení družstva bude směrodatný žebříček sestavený podle těchto zásad:
 - a) Žebříček bude sestaven z výsledků všech výběrových závodů.
 - b) Do žebříčku budou zařazeni závodníci, kteří se umístí alespoň na jednom výběrovém závodě do 5. místa.
 - c) Pořadí v žebříčku bude dáno součtem získaných bodů.
 - d) Bodovací systém — závodník získá za první místo — 10 bodů, druhé místo — 6 bodů, třetí místo — 4 body, čtvrté místo — 2 body, páté místo — 1 bod.
 - e) Při rovnosti bodů bude rozhodovat počet lepších umístění.
3. Výjimka je za určitých podmínek možná, musí však být schválena jednohlasně všemi členy sjezdové komise.
4. Družstvo mužů bude tvořit asi 6 závodníků, družstvo žen asi 4 závodnice. Sjezdová komise věří, že pomocí tohoto bodovacího systému vybere nejlepší sjezdaře CSR, kteří nás budou reprezentovat na MS 1962.

DUŠAN CHARVAT,
trenér sjezdařů

nou nedbalé úpravy tratě zlomí lyži a je ze závodu vyřazen? Nebo s jakými pocity přistupuje k závodům, když finanční náklady činovníků jsou hrazeny včetně refundace a on si však na závody přispívá a věnuje na závody svoji dovolenou. Jsou běžné případy, že závodník nemá možnost se dovědět, jak se umístil, protože pořadatel nerozeslal výsledky. To vše jsou okolnosti, při kterých velmi lehce může dojít »k neuváženým« projevům se strany závodníků. A ruku na srdce — je to pak vždy jen jejich vinou?

PŘÍPRAVA A VÝSLEDKY REPREZENTANTŮ

V minulé sezóně jsme zavedli nový způsob přípravy státních družstev. Vytvořením oblastních družstev a ustanovením oblastních trenérů jsme dosáhli lepší přehled o celoroční přípravě reprezentantů; kvalita práce v oblasti je závislá na kvalitě a odpovědnosti oblastního trenéra, který plně odpovídá za stav připravenosti členů svého oblastního družstva. Oblastní trenér má nejen odpovědnost, ale také pravomoc. V rámci srazů kontroluje přípravu, v rámci ranné přípravy na sněhu využívá již první sněh k tréninku na běžkách. Soudíme, že způsob přípravy reprezentantů v oblastech je v podstatě správný. S výsledky se však můžeme setkat až v příštích letech.

Hodnotíme-li celkové výsledky dosažené v uplynulé sezóně na mezinárodních závodech, nemůžeme být plně spokojeni. Nejdeme nahoru tak, jak se od nás očekává. Jen ojedinělé úspěchy a dobré výkony Matouše, Patočkové a nemnohých dalších ukazují, že bychom mohli dosáhnout více. Přes potíže a nedostatky se musíme probíjet a nenaříkat, semknout se v kolektiv obětavě pracující v prospěch celku a k dosažení větších úspěchů.

Z PŘÍPRAV DO BUDOUCNA.

Běžecká komise ústřední lyžařské sekce vypracovala již celou řadu opatření, kterými sleduje zlepšení výkonnosti u reprezentantů i další rozvoj běhu na lyžích.

Byly určeny výběrové závody, které jako v minulých letech budou sloužit k sestavení nejspěšnějších závodníků v těchto domácích závodech. Spolu s dalšími ukazateli (výkonnost v zahraničních závodech, předpoklady dalšího růstu výkonnosti atd.), budou vodítkem k sestavení reprezentačních družstev mužů a žen v běhu na lyžích (v počtu 5—8) a družstev mladých závodníků. Poměrně úzká reprezentační družstva budou mít zvýšenou možnost přípravy zejména na prvním sněhu (v listopadu) a zajištěny v rámci našich možností všechny podmínky k úspěšnému startu v zahraničí. Z družstev mladých závodníků budou vybíráni ti nejlepší k doplnění reprezentačních družstev a k případnému startu na mistrovství světa 1962.

Závěrem našeho článku chceme poděkovat všem, kteří usilovali o rozvoj běžecské disciplíny, za jejich práci.

Do dalšího roku, za další rozvoj a lepší výsledky — hodně zdaru!

FELIX CHOVANEC

Ke kontrolnímu měření běžců v přípravném období

M. PROKEŠOVÁ,

Ve snaze zkvalitnit trénink běžce v přípravném období a zlepšit i práci trenéra, stanovila běžecská komise TK určité tzv. kontrolní disciplíny. Měření bylo povinné pro členy státního družstva a pro členy olympijského družstva. Pro každou disciplínu byly dány limity a oblastní trenér je měl změřit celkem třikrát za celé přípravné období.

PŘEHLED LIMITŮ

disciplína	muži OH	st. družstvo	ženy OH	st. družstvo
60 m	—	—	9,0	9,0
100 m	12,8	13,1	—	—
800 m	—	—	2:30,0	2:45,0
3000 m	9;25,0	9;45,0	—	—
desetiskok bez rozběhu	—	—	—	—
střídnonož	26 m	24 m	19 m	17 m
výška	145 cm	140 cm	125 cm	120 cm
koule	—	—	—	—
obouruč bez limitu,	—	—	—	—
součet	—	—	—	—
pravá + levá	7 kg	7 kg	4 kg	4 kg
šplh 4 m	9,0	10,0	—	—
šplh 3 m	—	—	—	—
ze stoje na dosahnutí	—	—	8,0	9,0

Význam tohoto měření je širší. Předně se má na základě dosažených výsledků ve všech disciplínách získat obraz fyzické připravenosti závodníka. Jinými slovy pomáhá závodníkovi a trenérovi odhalit nedostatky v jednotlivých vlastnostech závodníka (v síle, rychlosti apod.) a tím tedy přímo napovědět, na co se má závodník v dalším tréninku více zaměřit. Další význam kontroly: měření, které se provádělo přibližně poprvé koncem června, podruhé začátkem září, potřetí koncem října (tedy v průběhu celého přípravného období), mělo ukázat závodníkovi i trenérovi růst rozvoje jednotlivých vlastností vzhledem k blížícímu se hlavnímu období. Měření, prováděné většinou správně ve formě závodů, kolektivně nebo dokonce někdy jako utkání (např. poslední měření Liberec—Hradec), vytváří určité závodní ovzduší, které klade nároky na rozvíjení morálně volních vlastností závodníka, jako jsou bojovnost, sebezapření, ctízádnost apod., prostě stejných vlastností, které lyžař potřebuje i k závodění na lyžích.

Co se týká výběru kontrolních disciplín, k tomu by se dalo jistě mnoho diskutovat. Běžecská komise při stanovení uvedených disciplín pro letošní rok se snažila vybrat takové, které by dávaly přehled pokud možno o všech vlastnostech závodníka, které by byly organizačně zvládnutelné ve všech oblastech a aby to byly disciplíny nejvšeobecnější, jako jsou např. běhy a skoky, které jsou snadno dostupné všem závodníkům. Vzhledem k tomu, že jsme dosud neměli žádné zkušenosti s kontrolováním přípravy závodníka, domníváme se, že výběr byl vhodný a že pro začátek celé měření svůj účel splnilo (pokud bylo provedeno několikrát). I když se průběžně ukázalo, že provedení, tedy technika zvládnutí některých disciplín ovlivňuje výkon, např. ve vrhu koule, přesto jsme získali přibližný obraz síly. Nebo bylo namítáno, že se neběhá vůbec na dráze, při měření se ukázalo, že ten, kdo umí běhat v lese, zaběhne dobře i na dráze.

Domnívám se, že většina námitek proti kontrolnímu měření vyplynula z toho, že kontrolní měření závodníci i trenéři považují výhradně za srovnávací měřítko pro jednoho závodníka se závodníkem druhým a hned z toho dělají nesprávné závěry a že naopak kontrolní měření nevyužili vůbec k porovnání růstu vytrvalosti, síly atd. u jednotlivých závodníků. Tento způsob měření byl doposud velmi málo využit, i když je velmi důležité, aby se závodník naučil ve svém tréninku opírat se o skutečně měřené údaje a ne jenom o odhady času tempa, případně i délek (což je v lyžařském tréninku běžné). Také trenér má měřením pomáhat závodníkovi a ne zastrašovat, jako tomu bylo dříve.

Postupně, až se závodníci i trenéři naučí užívat kontrolu měřením (jako např. v lehké atletice), nebude nutné vymýšlet paušální kontrolní disciplíny, které nemohou na 100 % vyhovovat všem, ale trenér bude se závodníkem provádět pravidelnou kontrolu měřením přímo v těch podmínkách, v kterých závodník celý rok trénuje.

Ovšem zatím nejsme tak daleko, a proto je nutné docenit dosavadní přínos kontrolního měření, snažit se o jeho zlepšení, aby se stalo skutečným ukazatelem stavu trénovanosti — vodítkem pro usměrňování tréninku.

KDYŽ JE BÍDA O SNÍH

aneb cvičení s holemi na suchu pro žáky

Příspěvek je určen pro trenéry těch nejmladších závodníků, kteří trénují i v hlavním období tam, kde je velmi málo sněhu.

Je mnoho lyžařských závodníků, zvláště z velkých měst v nížině, kteří trénují ve všední den i v lednu a v únoru jen na suchu a za sněhem mohou dojíždět pouze v sobotu nebo v neděli.



Obr. 1.



Obr. 2.



Obr. 3.

Uvědomují si, že v poslední etapě přípravného období a začátkem hlavního období je třeba značně zvyšovat tréninkové úsilí a náročnost závodního výcviku. Stále více a více cvičí v přírodě a také proto jsou vždy

ochotni cvičit i třeba na zaprášených loukách okraje města. Procvičují taková speciální přípravná napodobivá cvičení, která maximální intenzitou zatěžují dolní i horní končetiny a také celou soustavu krevního oběhu.

Při výcviku a tréninku nejmladších žáků je si však třeba stále uvědomovat, že intenzita tréninkového zatížení musí být úměrná věku žáků, a sledovat zvláště dávkování, časté opakování a kombinace některých obtížných prvků (zvláště posilovací



Obr. 4.



Obr. 5.

cvičení s břemeny apod.), aby se tento druh tréninku nestal pro žáky nebezpečným vytrvaleckým cvičením.



Obr. 6.

Nejpřirozenější napodobivá cvičení, zvláště pro běžce, jsou cvičení běhu a chůze s použitím lyžařských holí.



Obr. 7.



Obr. 8.

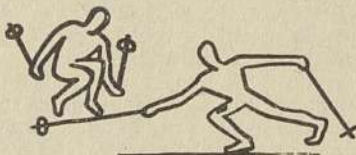


Obr. 9.



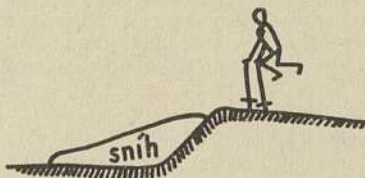
Obr. 10.

Holí při cvičení v terénu používáme i z toho přirozeného důvodu, abychom nepěstovali jen statickou sílu paží, ale i dynamickou. K vlastnímu běhu s hůlkami na suchu musíme přiznat, že i když v tomto cviku sledujeme především získání dynamických stereotypů a nervosvalové koordinace práce paží a nohou, pře-



Obr. 11.

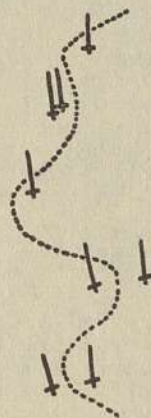
ce jen nikdy nenapodobíme úplně dokonale pravý rytmus jednotlivých lyžařských pohybů na sněhu. Vyhovuje nejvíce jen při některých druzích běhu do kopce.



Obr. 12.

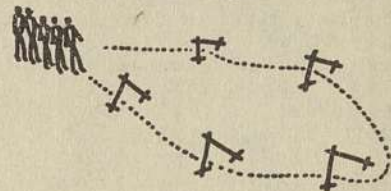
V dnešním pojednání si všimneme pouze takových prvků, které jsou zvláště vhodné při tréninku a cvičení těch nejmladších (8–12 let) a které

mají být svým obsahem velmi pestré, rozmanité až hravé. Hravý způsob tréninku je u nejmladších žáků nejvhodnější.



Obr. 13.

Připojené obrázky, seřazené do formy cvičební hodiny, vám přiblíží názorněji to, co doporučujeme.



Obr. 14.

I. Rušná část (rozcvičení a zahřátí; uvolňovací cviky):

Obr. 1. Hónička dvojic — hole spojeny provlečením do talířů.
Obr. 2. Hra na »hada«.

II. Přípravná část:

- Obr. 3. Dvě přímivá cvičení s holemi.
- Obr. 4. Překračování spojených holí v poloze vpřed dolů rovně, přešvihy a průskoky.
- Obr. 5. Váha v předklonu.
- Obr. 6. Dvojice střídavě zapažují a předpažují, navzájem si kladou odpor, typické napodobení pohybu paží při běhu.
- Obr. 7. Klus na místě ve vzduchu, ve vzporu na holích, pokřčování přednožmo povš.
- Obr. 8. Přetah holemi úchopem obouřuč na koncích.
- Obr. 9. Přetlak holemi.

III. Hlavní část:

- Obr. 10. Podřepy výkročné a opakované skoky jednoož.
- Obr. 11. Cviky ve dvojicích i v družstvu. Všechny druhy přeskoků z místa i s rozběhem.
- Obr. 12. Využití zbytků sněhu. Terénní skok čelný a příčný do závěje pod terénním stupněm.
- Obr. 13. »Slalom na suchu«. Není-li v terénu les, použijí se hole jako slalomové branky.

IV. Závěrečná část:

- Obr. 14. Závodivá hra družstev. Prolézáni branek z holí.

Tato cvičební hodina s lyžařskými hůlkami je ukázkou jednoho z provizorií, když je bída o sněh a kdy mládeži přibližujeme lyžování ale spoň speciálními napodobivými cvičeními.
G. KOUBEK

JAK PROPAGOVAT NAŠE SOUTĚŽE

Posláním výchovně propagační práce v lyžování je jeho propagování a všestranná péče o jeho další rozvoj. Výchovně propagační práce je současně účinným nástrojem a pomocníkem ideově politické výchovy jak našeho členstva, tak i sportovní veřejnosti, a proto úzce souvisí s politickou výchovou.

Nejrozmanitějších prostředků a forem výchovně propagační práce lze využít zvýšenou měrou při soutěžích. Předpokladem pro dobré výsledky naší práce na tomto úseku lyžování je klást hlavní důraz na první ze tří fází každé soutěže, a to na její přípravu. Na tomto období závisí totiž úspěch samotného průběhu soutěže.

Svědomitě vytvořený sbor odpovědných pracovníků při řádném naplánování propagačního zajištění soutěže se jistě bravě zhostí svých úkolů. Jeho pracovní náplní je jednak propagace závodu a jednak výchovná práce. Bude-li hovořit konkrétně, pak je to tisk, rozhlas, film, besedy, úprava propisic a schválení návrhu na plakáty. Dalšími úkoly jsou: vhodná výzdoba míst startu a cíle, jakož i celkové vyzdobení místa konání soutěže, spojené s umístěním informační tabule.

Nelze též podceňovat otázku hlasatelské služby, poněvadž ta je tím nejdůležitějším prostředkem k seznamování široké veřejnosti s průběhem soutěže. Víme z dosavadní praxe, že je skutečně třeba tomuto úseku věnovat zvýšenou péči, neboť se jedná o bezprostřední styk s obecní veřejností. Hlášení mikrofonem nelze provádět automaticky, nýbrž je nutné pečlivě se na ně připravit a plně soustředit.

Dalším důležitým bodem je organizační zajištění kulturních akcí, tj. estrád, výstavek, poslechů televize, návštěvy kina atd., ovšem v souladu s vlastním programem závodu.

S uspokojením můžeme konstatovat, že zahajovací projevy, které bývají většinou zbytečně dlouhé, se v posledních letech zkrátily na potřebné minimum. Přesto však není při slavnostních nástupech všechno v pořádku. Mnozí závodníci a často i reprezentanti se při nástupech chovají naprosto neukázněně, někteří ani nepovažují za nutné se nástupu zúčastnit. To vše vzbuzuje dojem, jako by si tito závodníci nevážili účasti v soutěžích a snad ani o ně nestojí. Stává se to nezdárka i při vrcholných soutěžích.

Nejrychleji provedenou prací při soutěži musí být oznámení výsledků, a to za pomoci všech oznamovacích prostředků. Bude to jistě všemi účastníky kladně hodnoceno.

Toto jsou stručné připomínky k propagační práci. Soutěže musí být v nastávající sezóně důkladně připraveny a důsledně prováděny. Vstupujeme do spartakiádního roku, který je vždy nejdůležitějším obdobím v našem sportovním dění. Vysokou aktivitu a obětavost pro zajištění spartakiády je třeba vyžadovat od všech členů lyžařských oddílů, a to proto, že v době lyžařské sezóny, jejímž vrcholem je zimní část II. CS, musíme být plně zapojeni i do nácviku na hlavní vystoupení na Strahově.

Důkazem naší dobře prováděné práce bude příkladně uspořádání lyžařských soutěží, které pro nás vrcholí manifestací — lyžařskými soutěžemi zimní části II. CS.

LYŽAŘI U PLNÝCH MÍČŮ

Lyžaři Jiskry Mšeno n. N. jsou v pilné přípravě na sněh. Trénují dvakrát týdně pod vedením soudruha Lahra, soudruha Plívy a soudruha Donáta. Průměrná účast na tréninku je vždy 50 lidí. Oddíl přijal výzvu Slávia ÚRO Praha do počtu náborových závodů a získání Spartakiádních vložek. I když se zaměřil na nastávající sezónu, nezapomněl na svoji povinnost — zapojit se do příprav II. celostátní spartakiády. Mladší dorostenci Bartoš, Havel a Dylich cvičili spartakiádní skladbu na Festivalu ve Vídni a nic jim to »neuškodilo« v jejich závodní činnosti. Vždyť Bartoš je krajský přeborník v běhu na 5 km, Havel krajským přeborníkem v DZBZ a SZBZ, kde na přeboru ČSR skončil na 2. místě. Dylich je přední mladý sdruženář kraje. Jejich příkladu následovali i další dorostenci oddílu, takže dnes nacvičuje skladbu Mládí, krásna, síla 12 mladých lyžařů mšenských Jiskry. Spartakiádní skladbu žen nacvičuje 8 lyžařek oddílu. Pozadu nezůstali ani muži-lyžaři. Za vedení cvičitele soudruha Labuse nacvičuje skladbu s plnými míči devítka lyžařů, mezi nimi pak i úspěšný náš reprezentant cortinské olympiády a letos tolika zranění pronásledovaný, mistr sportu V. Lahr.

Dobrá práce oddílu našla i ohlas u nadřízených lyžařských orgánů, které 24. ledna 1960 přidělily do Mšena n. N. na velký můstek mezinárodní závod ve skoku za účasti závodníků Polska, NDR a našich reprezentantů. To je jistě největší odměna, jakou agilní lyžařský oddíl mohl za svoji dosavadní práci dostat...!

CELOSTÁTNÍ VÝZVA

Významné výročí patnáctiletého osvobození naší vlasti hrdinnou Sovětskou armádou a naše II. CS zavazuje naše pracovníky na všech úsecích tělesné výchovy ke zvýšení činnosti, abychom celému světu výrazně dokázali nevšední výsledky naší socialistické tělovýchovy, a podněcuje všechny naše jednoty a oddíly ke vzájemnému soutěžení. Proto lyžařská sekce OV ČSTV Přerov z popudu lyžařského oddílu Spartak Přerov — Strojírny vyzývá všechny lyžařské sekce v ČSR k celostátní soutěži.

Podmínky soutěže v jednotlivých bodech, k nimž se sama zavazuje, jsou tyto:

1. V rámci okresu Přerov vycvičíme v zimní sezóně 1959—1960 v základním lyžařském výcviku mládeže 400 dětí ve věku od 9 do 14 let.
2. V rámci základního výcviku mládeže získáme nositele:
200 Spartakiádních vložek červených,
50 Spartakiádních vložek modrých,
5 Spartakiádních vložek zlatých.
3. Získáme 300 nositelů odznaku Lyžař ČSR z řad mládeže i dospělých.

Názvoslovní

Metodická komise LS ÚV ČSTV pověřila svou názvoslovnou skupinu péčí o odborné lyžařské názvoslovní v těsné spolupráci s názvoslovnou komisí vědecké rady ÚV ČSTV a využitím široké diskuse lyžařských pracovníků.

Cílem této akce je dosažení normalizace odborného lyžařského názvoslovní. Péče o názvoslovní ovšem neskončí normalizací, ale bude permanentní, aby byl zajištěn další správný vývoj názvoslovní a jeho vhodné doplňování.

K dosažení tohoto cíle je třeba volit správné metody práce i účelný organizační postup. Pro odborné lyžařské názvoslovní je třeba vytvořit systém. Z hlediska tohoto systému je třeba přehodnotit dosavadní názvoslovní a vhodně je upravit i doplnit. Takto vytvořený názvoslovný systém je třeba podrobit co nejširší diskusi. Výsledky diskuse je nutno zpracovat do konečného návrhu pro normalizaci odborného lyžařského názvoslovní.

Názvoslovná komise vědecké rady ÚV ČSTV měla od roku 1957 ve svém plánu úkol zpracovat systematicky a názvoslovní lyžařství. Tento úkol provedl doc. dr. Jiří Jelínek. Letos v květnu prošla tato práce oponentským řízením vědecké rady. Byla schválena a připravena k vydání v knižnici vědecké rady pro tělovýchovné názvoslovní, aby mohla být začátkem roku 1960 dána k diskusi jako základ pro vytvoření návrhu pro normalizaci. Diskuse by se měla zúčastnit co nejvíce lyžařských cvičitelů, trenérů, rozhodčích a ostatních pracovníků, teoretiků i praktiků z lyžařských oddílů, z lyžařských sekcí, ze škol, z armád aj.

Všechny náměty a diskusní příspěvky k lyžařskému názvoslovní zasílejte na adresu: Metodická komise lyžařské sekce ÚV ČSTV, Na poříčí 12, Praha 3.

VÝVOJ ZÁVODNÍHO SJEZDU

Hlavním znakem vývoje závodního sjezdového sportu v posledních letech je jeho neustále stupňovaná rychlost. Vše je zaměřeno k dosažení vyšších rychlostí, konstrukce lyží, technika jízdy, volba trasy sjezdové tratě atd. Mezinárodní tratě, které ještě v roce 1950 byly typickými třímínutovými tratěmi, se dnes jezdí za 2:30 min. i pod tento čas. Chce-li sjezdař obstát, musí v těchto 150 vteřinách zapomenout na vše — musí zapomenout i na svůj osud. V letošním závodním období byly téměř na všech mezinárodních sjezdových tratích zaznamenány opět nové rekordy, tentokrát bohužel spolu se dvěma smrtelnými úrazy Kanaďanů Johna Semmelinka na Kandaharu v Garmisch-Partenkirchenu a Rakušana Toni Marka na sjezdu Walberg v Rottach-Egern.

Od roku 1955 byla existence sjezdového závodu ohrožena. Pisatel článku informoval tenkrát lyžařskou veřejnost o atmosféře kolem sjezdového závodu v Lyžařství v květnu 1955 v článku »Co bude se závodem ve sjezdu?«. Situace v r. 1955 vyústila, jak známo, v požadavek Nora Einara Berglanda, tehdejšího člena sjezdové a slalomové komise FIS, na škrtnutí sjezdového závodu jako závodní disciplíny a jeho nahrazení obřím slalome. Tragickými událostmi na Kreuzecku v GA-PA a na Wallbergu v Rottach-Egern vstoupil vývoj závodního sjezdového sportu do rozhodujícího stadia. Kritické hlasy, laivinnitě se množící, byly nesený jedinou myšlenkou — který z otců povolí svému synu-dorostenici účast na sjezdovém závodě, bude-li muset počítat s tím, že mu ho jednoho dne mohou přinést mrtvého do domu. Letošní Kandahar a sjezd na Wallbergu obnažily propast zející mezi teorií a praxí. Co jsou platná pravidla a učené projevy, pronášené u zeleného stolu, když mladí, zdraví a odvážní sjezdaři si lámou kčti nebo se zabíjejí o stromy a skály. Je konec všem úvahám — není již pochyb o tom, že sjezdový sport je sportem nebezpečným. Ti, kdož vývoj sjezdového sportu řídí, se musí postarat o to, aby nebezpečí v závodě bylo redukováno na absolutní minimum.

Bouře nevole široké lyžařské veřejnosti na sklonku letošního závodního období vytvořila náladu nijak se nelíšící od nálady, která svého času vznikla v automobilismu po strašlivém neštěstí v Le Mans. Má či nemá závodní sjezdový sport další existenční oprávnění? Bylo zřejmé, že sjezdový závod může zachránit již jen FIS, a to vydáním rigorózních opatření, kterými by závod ve sjezdu dostala opět pod svou kontrolu. Proto snad dosud žádný mezinárodní lyžařský kongres nebyl očekáván s takovým napětím, jako XXII. kongres FIS, konaný počátkem června ve Stockholmu. Svědomitý předseda slalomové a sjezdové komise, Friedl Wolfgang, byl jakousi zárukou, že problémy kolem sjezdového závodu budou podrobeny důkladnému prověření. Schůze slalomové a sjezdové komise také stály od samého počátku ve znamení rozhodujících usnesení, která podstatně ovlivní sjezdový závodní sport již v závodním období 1959—1960. Se stockholmskými usneseními byla naše lyžařská veřejnost podrobně obeznámena v říjnovém čísle Lyžařství Jano Mrázem, přímým účastníkem všech schůzí sjezdové a slalomové komise. Lze právem říci, že tato usnesení uzavřela v pravém slova smyslu kritické stadium vývoje závodního sjezdového sportu — zachránila sjezdový závod.

Mezi stockholmskými usneseními a oběma tragickými úrazy na Kreuzecku a Wallbergu je příčinná souvislost. Stojí proto za námahu se oběma případy zabývat poněkud detailněji, pokusit se zjistit, kdo vlastně je onen anonymní viník, který hazarduje lidskými životy. Na otázku viny, respektive stupně viny, bylo vysloveno mnoho rozdílných názorů. Proslýchalo se, zejména v řadách rakouských sjezdařů, že úraz Toni Marka byl zaviněn toliko nešťastnou náhodou, tedy že vinen není nikdo. Proti podobnému zlehčování věci je nutno se co nejostřeji postavit. V zájmu správného usměrnění sjezdového sportu je třeba nestranného a kritického pohledu. Je třeba zvážit fakta, ověřená četnými dokumenty, protokoly a prohlášeními z řad závodníků i lyžařských funkcionářů, a vyslovit soud. Jinak plýdeme ze zimy do zimy vždy s novými oběťmi. Pokusil jsem se tyto dokumenty a prohlášení rozebrat, shrnout jejich relevantní obsah a vyvodit z nich příslušné závěry.

KANDAHAR V GARMISCH-PARTENKIRCHEN

Trať byla místy ledovou plochou;

světlo v 10 hodin dopoledne, kdy závod byl odstartován, bylo na spodním úseku tak difúzní, že jezdci neviděli a byli převážně odkázáni na instinkt;

bezpečnostní opatření byla velmi nedostatečná nebo vůbec chyběla;

O. KULHÁNEK

lední úseky tratě byly místy jen 10 m široké; jury nevznesla před závodem žádné požadavky na zvýšení bezpečnosti tratě.

Starou zkušeností, potvrzenou, bohužel velmi drze, i letošním Kandaharem, je, že organizátor musí na nebezpečných úsecích počítat vždy s možností pádu. Je sice pravda, že ke katastrofě nedochází tím, že závodník upadne, riziko pádu na sebe musí vzít závodník v každém závodě, tím více v závodě rychlostním. Ke katastrofě ovšem musí dojít vždy, nemá-li závodník kam padnout! V lesním průseku 10 metrů širokém sjezdař opravdu nemá místo na pád. Nesprávný je názor, že závodník musí vědět, jaká rizika smí podstoupit. Organizátor-praktik ví, že mladý hoch, který nastoupí ke startu do sjezdového závodu, chce podat výkon. Z toho důvodu zasazuje nejen své umění, ale také odvahu. Odvaha ho může uvést do situace, kterou nevládné. Organizátor tu nesmí nikdy připustit, aby sjezdař svou snad přílišnou odvahou doplatil na pád na stromy, na skálu nebo jakýkoliv jiný druh pevné překážky. Nelze proto souhlasit ani s předsedou OV Arlberg-Kandaharu Arnoldem Lunnem, který udal do protokolu, že Semmelink se stal obětí přemrštěně rychlé jízdy, z které nebyl s to na úseku 50 m před nešťastným pádem zabrzdit. Ale i Lunn v závěru svého prohlášení vyslovil požadavek dokonalých bezpečnostních zajištění sjezdových tratí.

Zdá se být nepochybným, že smrti Kanaďana mohlo být zabráněno, kdyby se odpovědní pracovníci byli postarali o vhodná bezpečnostní opatření na místě, kde k úrazu došlo. Kdyby členové soutěžního výboru byli pozorně a odpovědně zvážili situaci před závodem, byli by museli žádat především rozšíření bezpečnostních opatření po trati a za druhé odklad startu na pozdější hodinu. Je třeba mít na zřeteli, že led a úzké lesní průseky byly, jsou a zůstanou největšími nepřáteli sjezdařů. Morální odpovědnost za tragický skon Johna Semmelinka nesou podle mého názoru organizátor Kandaharu a soutěžní výbor závodu.

WALLBERG-RENNEN V ROTTACH-EGERN

Sjezdová trať na Wallbergu je závodníky evropské třídy obecně označována za těžkou a nebezpečnou. Necht proto promluví závodníci, účastníci závodu.

Anderl Molterer (Rakousko), vítěz závodu, mimo jiné řekl:

»Na Wallbergu bylo především málo sněhu. Organizátoři se snažili upravit trať co nejlépe, nejexponovanější úseky zpevnili sněhovým cementem. Přesto však měla trať několik nebezpečných míst, kde se závodník fitil jen centimetry kolem skal. Toni Mark upadl na místě, kde jsem neočekával zvláštní nebezpečí. Šlo o poslední kontrolní bránu před cílem s ostrou zatáčkou doleva. Tam se mu patrně zasekla lyže a vjel 90kilometrovou rychlostí do obecnstva. Srážka musela být strašná, ale kdyby jeho pád nebyl býval zachycen a ztlumen diváky, byl by vjel přímo do kamení a skály.«

N. Pajarola a Werner Schmid (oba Švýcaři) prohlásili, že trať na Wallbergu je nebezpečná již proto, že vede téměř celá lesem. V tréninku nebyla tentokrát nikdy upravena tak, aby mohla být celá souvisle projeta. Vzhledem k nepříznivým sněhovým podmínkám navrhovali mnozí závodníci, aby sjezdový závod byl nahrazen obřím slalome. To bylo OV odmítnuto s odůvodněním, že obecnstvo chce vidět závod ve sjezdu.

Slova obou Švýcarů nenechávají nikoho na pochybách o tom, kdo nese odpovědnost za tragický skon Toni Marka. Finanční zájmy byly přednější než zdraví závodníků!

Předseda sjezdové a slalomové komise FIS Friedl Wolfgang učinil správné rozhodnutí a našel pro ně pochopení u všech svých spolupracovníků v komisi. Stockholmská usnesení jsou opatřeními se závaznou platností pro organizátory všech mezinárodních sjezdových závodů kategorie I a N. Je jasné, že nové předpisy, zejména vytvoření funkce technického delegáta FIS s širokou pravomocí, povedou na leckterém mezinárodním závodě k živým diskusím. Je nepochybné, že s předpisy o bezpečnosti závodníků se šlo na nejkrajnější mez. To je správné. Neškodí, že organizátoři mezinárodních sjezdových závodů budou napříště podrobeni účinné a důležitější kontrole mezinárodního orgánu. Jde o zdraví a životy mladých sportovců! Jde o budoucnost krásného sjezdového sportu, jehož základní charakteristikou zůstává rychlost a který posílen vstupuje do nové etapy svého vývoje.

K prvému výročiu smutného odchodu

„... Aj ja Vám chcem, hory,
venovať všetky svoje
najlepšie mladé sily,
všetku lásku a celý život!
Aký osud mi chystáte?...

(Z denníka Evy Sigotskej.)

Tisíccky mladých ľudí zahoria túžbou zvládnuť výšavy i zrúzy Tatier. Mnohým sa to podarí. Jedným v lete, iným v zime. No a zdá sa, že práve zimné vnady tatranských masívov, pokryté hermelínom snehu, sú najpútavejšie. Vedľa si privábiť človeka natrvalo. Ten sa k nim vracia v každom ročnom období. Vždy majú svoje kúzlo. Niekomu sa dostane možnosti byť hosťom ozrutánskych brá a skalísk rok čo rok — iným zase dáva sa tá možnosť poskrovne...

Opäť, ako minulé roky, stretnú sa stovky výprav, kurzov a školení na snehu. Získajú vedomosti teoretické i praktické o tom, ako čo najrýchlejšie a najbezpečnejšie zvládnuť stráň zjazdárskou či bežeckou stopou. V zápale snahy naučiť sa to čo najskôr si snád' — okrem výstražných slov cvičiteľa a trénera — ani nespomenú, že do takéhoto radostného ovzdušia snahy po osvojení si takých či onakých fínt lyžiarskeho umu môže prísť naraz pohroma. Ňou je lavínový prízrak! Veru, okrem skrytého nebezpečenstva tu i tam vyčnievajúcích hrotov pňov a ostrých skalísk — je nebezpečie lavín najpovážlivejšie.

Treba mať na zreteli stále skutočnosť potreby náležitého ovládania preventívnej i aktívnej ochrany proti tomuto prízraku zimných hôr. Žiaľ, že niekedy i pri najdôslednejšej ostrahe sú obeť. Tak tomu bolo i vlni, keď 16. decembra skoro odpoľudnia prekvapila lavína, hnaná mohutným vetrom, účastníkov sústreďenia mladých slovenských zjazdárov na Lomnickom poli pod Lomnickým sedlom. Niektorý unikli, iných tento prírodný živel vo svojom bleskovom tempe nestačil strhnúť až do ustáleného lavíniska — ale... Ťažko je to i teraz vysloviť. Štyria z účastníkov našli svoj hrob v chladnom objatí snehovej suty pod Skalnatým plesom!



Skupina mladých slovenských zjazdárov na sústreďení krátko predtým, ako boli zavalení lavínou. Zľava doprava: Antal, Šlang, Káľmanová, O. Krajňák, Sigotská (+), Pažout (+), Dlhý (+), F. Kapalka (+), Sinay.

K prvému výročiu ich smutného tragického odchodu spomedzi nás žiada sa povedať pár slov. Veď nám odišli mladí ľudia v čase, keď boli na najlepšej ceste dostať sa k vrcholovým výkonom, keď ich mladé duše bleskom vstrebávali a menili v skutky slová inštruktorov, cvičiteľov, trénerov, učiteľov a profesorov.

Evička Sigotská z Bratislavy prvý rok uplatňovala svoje teoretické poznatky zo školy v zamestnaní. Ako mala rada hory, o tom svedčia riadočky z nej denníka. Bola nielen výbornou lyžiarkou, ale aj fotografistkou, maliarkou a talentovanou poetkou.

Tonko Kapalka z Kežmarku prvým rokom sa vžíval do tajov remesla v podtatranskom Svite. I tam vynikal tak ako svojho času v kežmarskej osemročene. No a tamojšej lyžiar-

skej škole veru všade robil len česť!

Ferko Pažout z Krompách bol prímus nielen v krompašskej osemročene, ale i na krásnej zjazdárskej stráni na Plejsách. Tam sa vycibril v kvalitného mladého pretekára príkladným vedením svojich rodičov.

Petrík Dlhý bol najobľúbenejším kamarátom každému z kežmarskej osemročene. V zjazdárskom umení bral veľa od svojich ujcov Ottu a Vladu Krajňákovcov, keď základy dostal od príčnliového otca.

Spomínajúc na ich povahové rysy — na to najlepšie spomedzi najlepšieho — ako na ukrutánsku daň rozbesnenej prírode, pri prvom roku, čo ich niet medzi nami — želali by sme si, aby takých mladých rovov nebolo viac! Všetci, ktorí mali možnosť ich poznať, spomínajú s nami.

EVA SIGOTSKÁ:

Kedy už...

Už babka Zima ujala sa trónu, oblečúc horám svoje rovnošaty. Ešte aj skúpe slnce vykukáva a lúčami im nové rúcho zláti. Hej, nádherné ste, hory, na jar, v lete, jesenný šat tiež nie je vám na úkor, no môjmu srdcu najviac ulahodí váš jasný, čistobiely zimný úbor. Čoskoro, len čo zhrubne snežná vrstva, vytiahneme si zaprášené lyže, a vyjdúc až na vaše biele štíty,

ovládame priestory zimnej ríše. Hej, k voľnej ríši v tisíc metrov výške, tam spínajú sa moje city, túžby, tam môj duch uvoľní sa orlom hrdým, kým dolu otrokom je stálej služby. Kedy už stanem na najvyššom štíte, — podo mnou hory, zvlnené sťamoria — a nadýchnu sa mrazivého vzduchu, ako víchor sa spustím do údolia?



CÍLE ZÁKLADNÍHO LYŽOVÁNÍ

Každý vývoj má svůj vzestup, údobí stagnace a poklesu. Je tomu tak i v lyžařství a my se dnes dostáváme do fáze, kdy je na čase začít sklízet ovoce práce z minulosti. Shledáváme, že na jedné straně se vytvořila lyžařská elita, která pozvedla úroveň špičkových výkonů a na druhé straně zjišťujeme, že převážná většina lyžujících veřejnosti zůstává podprůměrnou a bezradnou. Vytváří to situaci, která zdaleka neodpovídá úsilí, věnovanému výcviku cvičitelských kádrů. Jsme přesvědčeni, že vinu na situaci nese jen prudký převrat v technice, ale špatné pochopení úkolů našeho lyžování, především ve výchovné práci cvičitelů.

Samoučelně prováděný výcvik způsobuje krátkozraký přesun lyžařů na upravené louky a dráhy. Víme dobře, že i toho je zapotřebí, o tom by nám nejlépe mohli vypravovat závodníci, co pro jejich technickou zdatnost znamená možnost tréninku na drahách dostupných lanovkou nebo výtahem. Ovšem závodníci sledují svůj tréninkový program s cílem dosáhnout formy pro závod v pravý čas.

Je-li cílem nezávodníka jen zlepšení techniky jízdy, pak by bylo vše v pořádku. Jaká je však skutečnost? Kdo jednou poznal pohodlí výtahu a zaměřil svůj vývoj na jízdu s kopce, vidí obvykle nedostupný ideál v závodnicích. Koupí si »komíny«, oblékne tmavé »jegrovky« místo lyžařských kalhot, přetáhne přes hlavu svěrací, zato však odpor vzduchu zmenšující kazajku, případně ještě helmu a vydává se na obdiv veřejnosti, v hlubokém přesvědčení, že nejen svou jzdou, ale i vzhledem imponuje. I kdyby se jednou chtěl projít terénem, nemůže. Jeho nohy jsou spoutány a jeho výstroj by ho neuchránila při sebemenší fujavici. A když takový »astronaut« předstoupí před kurs rekreativě ROH, je disharmonie pocitů u cvičitele i žáků dokonala.

Tento vývoj a podobně zaměřený pozorujeme již delší dobu, nikoliv bez obav. Zdálo se nám, že jsme proti němu bezmocní. Proč? Současný stav není pouze

výsledkem módní preference, kořeny problému tkví mnohem hlouběji.

Příčinu tohoto nedostatku odhalujeme v prvé řadě v nedostatečné výchovné práci cvičitelů v oddílech. Zde musí být cvičitel především vychovatelem, musí učit nejen správné technice, ale musí umět vyvolat ve svých světencích touhu a lásku k přírodě, radost z překonávání obtíží, radost nad každým dobře provedeným prvkem v obtížném sněhu. Terén není jenom sluncem ozářená sněhová pláň pod bezmračným nebem. Terén je mlha, víchalice, nebezpečí. A vy cvičitelé musíte umět vaše světence vychovávat tak, aby byli bezpeční i v nečase. Musíte je vést ke skromnosti, upevňovat jejich sebevědomí a vychovávat ke statečnosti. Opuštěné horské svahy nesmějí být »votravou«, vždyť přinášíjí uspokojení nad výkonem a zůstávají pocit hluboké kolektivní závislosti a kamarádství, napomáhají vychovávat člověka morálně vyspělého, moderního, který svými vlastnostmi má být platným členem socialistické společnosti.

Nebudeme vám uvádět příklady, které ospravedlňují tuto kritiku. S tímto problémem se zabývají některé svazy i v alpských zemích, a to důsledněji, než je známo. Jízda v tobogánu je pochopitelně na Západě podporována obchodními zájmy majitelů lanovek.

Mnozí naši cvičitelé pracující v oddílech nedovedou využít pro svou práci pomocníka tak účinného, tak podmanivého, jakým je prostředím horské přírody se svými náladami a problémy. Pro každého by měla být i jednodenní túra toužebně očekávanou událostí, vždyť příprava k ní, výběr účastníků, taktika výstupu, otázka mazání, je již celovečerní náplní na chatě, a což teprve oddech za mrazivého horského jitra, kdy kolem vše ještě spí a my se stáváme svědky probouzejícího se dne. Jaké to dobrodružství pro mladého dospívajícího chlapce či děvče. Tam někde nahoře potkáte třeba sobě podobné. Nejen jich mnoho. Vždyť sami je přijímáte s větší sympatií a uctíte pozdravem, kterým hodnotíte va-

šeho druhu výš než například někoho, kdo se vedle vás postaví na louce. Sami tuto převahu vycítíte a získáte tak další přátele na vašich toulkách. Získáte nadšené vyznavače lyžařského sportu a věrné členy a pracovníky vašemu oddílu.

Jistě bychom se neradi ztotožňovali s některými směry propagujícími absolutní automatizaci pohybu na lyžích. Mezi tyto patří i takové vymoženosti, které děsí i samy propagátory jízdy s kopce za každou cenu. Tak se jistý italský žurnalista pozastavuje nad instalací malých, až 30 m dlouhých výtahů, které jsou umístěny na lehčích sjezdovkách tam, kde terénní vlna nutí sjíždějího učinit několik málo kroků do protisvahu. Lyžař, kterému hrozí několik málo kroků výstupem do protisvahu, chytne se prostě smyčky otáčivého lana a jede dál třeba do kopce. Jsme přesvědčeni, že většina těchto lyžařů není schopna pocívat ani zahanbení, ani urážku a dokonce si asi neuvědomuje, že terén ztratil celý svůj půvab a jízda na lyžích svou hodnotu. Jde obvykle o lyžaře, kteří tak nastřádanou energii dovedou vyplývat ve večerních a nočních hodinách, u barového pultu. Je ovšem pochopitelné, že druhý den je pak i smyčka výtahu vítanou.

Vraťme se do našich poměrů. Dost často přicházejí do našich největších kursů dobří lyžaři, třeba ze Šumavy nebo Českomoravské vysočiny. Naši cvičitelé však předvádějí cviky na lyžích s výlučně spodním tahem. Ve snaze vyrovnat se svým vzorům porídí si totéž vázání, které pak propagují i v domácím prostředí. Poněvadž je pohyb s takovouto výzbrojí velmi namáhavý, usdílí se na louce a vytváří typ, o kterém jsme se zmínili výše.

Neradi bychom, aby nás po této úvaze někdo podezřívá, že jsme turisté. Vzdalo by nám, že nás podezřívá. Ano, jsme třeba turisté, chceme dělat všechno, co se na lyžích dá udělat, třeba i túra. Je přece jedno a přitom nanejvýš chvályhodné, dělá-li lyžař túru anebo jede-li

Pokračování na str. 17

KALENDÁŘ LYŽAŘSKÝCH SOUTĚŽÍ 1960

I. VRCHOLNÉ SOUTĚŽE

Ústí n. L.	14. 2.	Mistrovství ČSR — Memoriál Hanče	běh 50 km	M	Krušné Hory Nové Město, Harrachov	LS Ústí n. L., B. Osek
	15.—19. 2.	Celostátní přebor vysokých škol	klas., sjezd	MŽJ		Min. školství, VŠ Ekonomie Praha
	19.—21. 2.	Finále SZBZ	branný	všechny	N. Město n. M.	Svazarm, KV Jihlava
	15.—20. 2.	Přebor ministerstva vnitra	branný	všechny	Vysoké Tatry	Ministerstvo vnitra
B. Bystrica	23.—28. 2.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	klasické	MŽJ	B. Bystrica	LS KV B. Bystrica
Žilina	25.—28. 2.	Dorostenecký přebor ČSR	klasické	D	Ružomberok	LS KV Žilina
Žilina	3.—6. 3.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	(sjezdové)	MŽJ	Vrátná	LS KV Žilina
Žilina	10.—13. 3.	Dorostenecký přebor ČSR	sjezdové	D	Jasná	LS KV Žilina
Liberec	11.—13. 3.	Mezinárodní závody	klasické	MŽJD	Harrachov	J. Harrachov
Košice	20.—22. 3.	Velká cena Slovenska	sjezdové	MŽJD	Vysoké Tatry	LS KV Košice, T. Lomnice

II. VÝBĚROVÉ ZÁVODY

BĚH

Liberec	2. 1.	Veřejný závod Memoriál J. Německého, Zlatá lyže	15 km, 5 km	MŽJ	Kořenov	S. Kořenov
Jihlava	31. 1.	Českomoravské vysočiny	50 km, 10 km	MŽ	N. Město n. M.	S. N. Město n. M.
Ústí n. L.	14. 2.	Mistrovství ČSR, Hančův memoriál	50 km	M	Nové Město, Krušné Hory	LS Ústí n. L., B. Osek
Liberec	14. 2.	Velká cena	10 km	Ž	Jilemnice	Sn Jilemnice
Plzeň	21. 2.	Pohár Železné Rudy		žactvo	Železná Ruda	LS Plzeň
B. Bystrica	23.—28. 2.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	30, 15, 10, 5 km	MŽJ	B. Bystrica	LS B. Bystrica
Liberec	11.—13. 3.	Mezinárodní závody	15, 5 km	MŽJ	Harrachov	J. Harrachov
Liberec	6.—8. 3.	Veřejné závody	klasické	Dž.	Harrachov	LS Liberec

SKOK

Liberec	17. 1.	»Šachty«	skok	MJ	Vysoké n. Jiz.	J. Vysoké
Liberec	24. 1.	Veřejný závod	skok	MJ	Mšeno	J. Mšeno
Plzeň	21. 2.	Pohár Železné Rudy	skok	žactvo	Železná Ruda	LS Plzeň
B. Bystrica	28. 2.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	skok	MJ	B. Bystrica	LS B. Bystrica
Liberec	13. 3.	Mezinárodní závody	skok	MJ	Harrachov	J. Harrachov
Liberec	20. 3.	Pohár Kongresového můstku	skok	MJ	Harrachov	J. Harrachov

SDRUŽENÝ ZÁVOD

Liberec	1.—2. 1.	Veřejný závod	skok, běh	MJ	Harrachov- Kořenov	
	23.—24. 1.	Veřejný závod	skok, běh	MJ	Rožnov p. Radh.	TJ Rožnov
Liberec	13.—14. 2.	Veřejný závod	skok, běh	MJ	Lomnice n. Pop.	Jiskra Lomnice
B. Bystrica	23.—28. 2.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	skok, běh	MJ	B. Bystrica	LS B. Bystrica
Liberec	11.—13. 3.	Mezinárodní závody	skok, běh	MJ	Harrachov	J. Harrachov

SJEZDOVÉ

Ostrava	10. 1.		obř. sl., sl.	MŽJ		
Žilina	14. 2.	Veřejný závod	sl., sl.	MŽJ	Pústevny	LS Ostrava
Žilina	28.—29. 2.	Jánošíkova valaška	sl., sl.	MŽJ	Vrátná	LS Žilina
Žilina	3.—6. 3.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	sl., obř. sl., sl.	MŽJ	Vrátná	LS Žilina
Hradec Král.	9.—10. 4.	Závod osvobození	obř. sl., sl.	MŽJ	Luční	LS Hr. Králové
Košice	17.—18. 4.	Velká noc	obř. sl., sl.	MŽJ	Tatr. Lomnica	T. Tatr. Lomnica
Ostrava	6. 3.	O stříbrný kahanec Banika	sl., sl.	žactvo	Pústevny	LS Ostrava
Hradec Král.	6.—7. 2.	Výběrový závod	sl., sl.	žactvo	Deštná	LS Hradec Králové
Plzeň	21. 2.	Pohár Železné Rudy	sl.	žactvo	Železná Ruda	LS Plzeň

VŠECHNY SOUTĚŽE A ZÁVODY

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Ostrava	20. 12.	Krajský přebor	sl.	všechny	Lysá Hora	LS Ostrava	klasif.
Gottwaldov	20. 12.	Veřejný kontr. závod	běh, sl.	MŽD	Javorníky	Sp. MEZ	
Hradec Král.	26. 12.	Pohár osvob. Krkonoš	skok	MJ	Sp. Mlýn	Sn Sp. Mlýn	
Liberec	26. 12.	Veřejný závod	obř. sl.	MŽJD	Lysá Hora	Sp. Rokytnice	
Liberec	27. 12.	Veřejný závod	sl., obř. sl.	MŽJD	Harrachov	J. Jablonec	
Olomouc	27. 12.	Veřejný závod	štafety	MŽJD	Červenohorské sedlo	Lok. Šumperk	
Liberec	31. 12.	Veřejný závod	štafety	MŽD	Harrachov	J. Harrachov	
B. Bystrica	27. 12.	Memoriál Št. Peťku	běh	všechny	Jasenie	T. Jasenie	
LEDEN 1960							
Košice	1.—2. 1.	Novoroční preteky	zj. sl.	MŽJD	Sk. Pleso	T. Tatr. Lomnica	klasif.
Liberec	1.—2. 1.	Veřejný závod v běhu a závod sdružený		MŽJ	Harrachov- Kořenov		výběr.
Č. Budějovice	2. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Zadov	S. Stachy	
Hradec Král.	3. 1.	Pohár n. p. Tesla	sl.	všechny	Herlíkovice	Sp. Vrchlabí	
Olomouc	3. 1.	Veřejný závod	běh	MJ	Švýcarská	RH Olomouc	
Bratislava	3. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Kamzík	Lok. Bratislava	
B. Bystrica	3. 1.	Veřejné závody	běh, skok	všech.	Hronec	Sp. Hronec	
	10. 1.	Veřejné závody	sl., sl.	MJD			výběr.

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Drnh závodu
Bratislava	10. 1.	Primát Považia	běh	vše	Trenčín	TTS Trenčín	klasif.
Bratislava	10. 1.	Veřejné závody	sl.	vše	Bezovec	Sl. Piešťany	
B. Bystrica	10. 1.	Velká cena Biotiky	běh, skok	vše	Slov. Lupča	S. Biotika	
Košice	10. 1.	Pohár 24 padlých hrdinů	běh	vše	Gerlachov	S. Gerlachov	
Košice	10. 1.	Veřejné závody	sl.	MŽJD	Levoča	Sl. Levoča	
K. Vary	10. 1.	Veřejné závody	skok	MDž.	Kraslice	T. Kraslice	
K. Vary	10. 1.	Krajský přebor	běh	MŽD	Abertamy	J. Abertamy	klasif.
Hradec Král.	10. 1.	Veřejný závod	běh	všechny	Náchod	OV Náchod	
Hradec Král.	10. 1.	Pohár automobilových závodů	běh	M	Vrchlabí	Sp. Vrchlabí	
Hradec Král.	10. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Vrchlabí	Sp. Vrchlabí	
Plzeň	10. 1.	15 km Šumavou	běh	MDž.	Špičák	Lok. Plzeň	klasif.
Plzeň	10. 1.	Přebory základen	běh, obř. sl.	Dž.	Žel. Ruda	KM KLS	
Plzeň	10. 1.	Veřejný závod	skok	MJDž.	Nová Huť	Sp. Dyšíná	
Liberec	9. 1.	Veřejný závod	běh	MŽ	Liberec	J. Textilana Liberec	
Liberec	10. 1.	Putovní štít Jizer. hor	běh	MŽD	H. Polubný	S. H. Polubný	
Gottwaldov	10. 1.	Veřej. náborový závod	běh, skok	ž.	Kněhyně	S. Kněhyně	
Gottwaldov	10. 1.	Memoriál Tomšů	běh	MŽD	Vel. Karlovice	T. V. Karlovice	klasif.
MV Praha	17. 1.	Čertova Pláň	běh	MŽD	Rokytnice	Sl. Zdravotník	klasif.
Liberec	16. 1.	Veřejný závod	běh	Dml.ž.	Zásady	J. Zásady	
Liberec	17. 1.	Potovní pohár jahloneckých skláren	sl.	MŽJD	Desná	TJ Desná	
Liberec	17. 1.	»Šachty«	skok	MJ	Vysoké n. Jiz.	Vysoké	výběr
Liberec	17. 1.	Krajský přebor	štafety	MŽDž.	Horní Branná	S. H. Branná	
Liberec	17. 1.	Veřejný závod	skok	Dml.ž.	Liberec	Lok. Liberec	
Č. Budějovice	17. 1.	Štašská patnáctka	běh	MŽJD	Zadov	S. Stachy	klasif.
Hradec Král.	17. 1.	Maternův memoriál	30 km	M	Sp. Mlýn	Sn Sp. Mlýn	
K. Vary	17. 1.	Krajský přebor	štafety	MŽD	Kraslice	T. Kraslice	
Brno	17. 1.	Memoriál K. Hohna	běh	vše	Tesák	OV Vyskov	
Gottwaldov	17. 1.	Veřejný závod	běh	ž.	Otrokovice	J. Otrokovice	
Jihlava	17. 1.	Patnáctka Vysočiny	běh	vše	Mor. Křižánky	S. Mor. Křižánky	klasif.
Nitra	16.—17. 1.	Banický kahanec	sjezdové	vše	Remata	B. Handlová	
B. Bystrica	16.—17. 1.	Bezroukov memoriál	běh	vše	Zvolen	Lok. Zvolen	klasif.
Prešov	16.—17. 1.	Přebor kraje	klas. sjezd	vše	Čerhov	LS Prešov	klasif.
Košice	17. 1.	Venerovského memor.	běh	vše	T. Lomnica	T. Tatr. Lomnice	
Košice	17. 1.	Cena Košic	sl.	MŽJD	Košice	Lok. Košice	
KV Bratislava	17. 1.	Veřejné závody	běh, skok	vše	Sv. Júr	S. Sv. Júr	
Nitra	17. 1.	III. roč. po chodníčkoch SNP	běh	vše	Poruba	S. Poruba	
Gottwaldov	23.—24. 1.	O pohár TJ Rožnov	sdružený	MD	Rožnov	TJ Rožnov	klasif., výběr.
Liberec	23.—24. 1.	Veřejný závod a Velká cena	skok + sdr.	MJD	Mšeno	J. Mšeno	skok, výběr.
Liberec	24. 1.	V. závod a kraj. přebor	30 + 10 km	MŽ	Jilemnice	Sn Jilemnice	klasif.
Liberec	24. 1.	Vratislavická 15 km	běh	MJ	Vratislavice	J. Vratislavice	
Liberec	24. 1.	Veřejný závod	štaf., skok		Zlatá Olešnice	S. Zl. Olešnice	
Liberec	24. 1.	Veřejný závod	běh sdruž.	MZD	Vilémov	J. Vilémov	
Gottwaldov	24. 1.	O cenu lanovky	sl.	Dž.	Mikulčín vrch	Sp. Uher. Brod	
Brno	24. 1.	Krajský přebor	sl.	MŽD	Lopeník	LS Brno	klasif.
K. Vary	24. 1.	Krajský přebor	štafety	ž.	Nejdek	LS K. Vary	
K. Vary	24. 1.	Veřejný závod, krajský přebor	skok	MD	Jáchymov	B. Jáchymov	klasif.
Olomouc	24. 1.	VI. ročník veř. závodu	běh, skok	vše	Písařov	T. Písařov	
Hradec Král.	24. 1.	Veřejný závod	skok	MD	Zvičina	S. B. Třešná, J. Dv. Králové	
Hradec Král.	24. 1.	Velká cena	sjezd	MŽJ	Šp. Mlýn	Sn Sp. Mlýn	klasif.
Hradec Král.	24. 1.	Putovní pohár černého můstku	skok	MJD	Černý Důl	S. Č. Důl	
Hradec Král.	24. 1.	Štít Chochošky	sjezd	vše	St. Paka	S. St. Paka	
Č. Budějovice	24. 1.	Veřejný závod	běh	vše	Kubova Huť	Sp. Strakonice	klasif.
Jihlava	24. 1.	Jihlavských 15 km a krajský přebor žen na 10 km		MŽD	Čeřínek	Dyn. Jihlava	klasif.
Ostrava	24. 1.	Štít vesnice	skok	MJD	Ostravice	S. Ostravice	klasif.
KV Bratislava	24. 1.	Veřejný závod	běh	vše	Baba	Lok. Pezinok	
Nitra	24. 1.	Pohár vítěz. februára	běh	vše	Pravenec	T. Pravenec	
Nitra	24. 1.	Cena Malej Megury	sl. obř.	vše	Poruba	S. Poruba	
B. Bystrica	24. 1.	Biela stuha B. Štiavnice	štafety	vše	B. Štiavnica	Sitno B. Štiavnica	
B. Bystrica	24. 1.	V. roč. ceny Podkonic	sjezd	vše	Podkonice	S. Podkonice	
B. Bystrica	24. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	D. Lehota	B. D. Lehota	
Žilina	24. 1.	Veřejný závod, XI. roč.	sl.	vše	Strmá dolina	Sp. Tesla. Lip. Hrádok	klasif.
Žilina	24. 1.	Běh okolo Štrby	30 km	M	Štrba	S. Štrba	klasif.
Žilina	24. 1.	Veřejný závod	skok	MJDž.	Turany	T. Turany	
Košice	24. 1.	Pohár Drahovských hrdinů	běh	vše	Borda	LS OV Sečovce	
Košice	24. 1.	Velká cena Vys. Tater	sl.	MŽJD	Hrebienok	Sn Smokovec	
Prešov	24. 1.	Šarišský pohár	sl.	MJ	Čerchov	LS Prešov	klasif.
Prešov	24. 1.	Memoriál Jur. Veheca	sl.	D	Čerchov	LS Prešov	
Brno	29.—31. 1.	Krajské přebory	klasické	MŽD	N. Město n. Mor.	S. N. Město	klasif.
Jihlava	30.—31. 1.	Krajské přebory, Mem. J. Německého a Zlatá lyže Českomoravské vysočiny	běhy	vše	N. Město n. Mor.	S. N. Město	klasif. a výběr. 50 km + 10 km
Olomouc	31. 1.	Krajský přebor	50 + 10 km	MŽ	N. Město n. Mor.	S. N. Město	klasif.
Gottwaldov	31. 1.	O cenu Lopeníka	sl.	MŽD	Lopeník	Sp. Uh. Hradiště	klasif.
Gottwaldov	31. 1.	Pohár Bílých Karpat	skok	MD	Filip. údolí	Lok. Veselí na Mor.	
Ostrava	31. 1.	Veřejný závod	klas.	vše	Nýdek	S. Nýdek	

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
K. Vary	31. 1.	Veřejný závod	sjezd	Dž.	B. Dar	K. Vary Žižka	
Pardubice	31. 1.	Kraj. přebor, veř. závod	štafety	vše	Č. Třebová	Č. Třebová	klasif.
MV Praha	31. 1.	O cenu zotavoven ÚRO	obř. sl.	vše	Sp. Mlýn	Sl. Žižkov ÚRO	
KV Praha	31. 1.	Senohrabská patnáctka	běh	vše	Senohraby	S. Senohraby	klasif.
Liberec	31. 1.	Krajský přebor	skok	MJD	Rokytnice	Sp. Rokytnice	klasif.
Liberec	31. 1.	Veřejný závod	skok	ž.	Zásada	J. Zásada	
Liberec	31. 1.	Veřejný závod	běh	ž.	H. Polubný	S. H. Polubný	
Č. Budějovice	31. 1.	Veř. závod, kraj. přebor 30+10 km	běh	MŽDž.	Vimperk	J. Vimperk	klasif.
Č. Budějovice	31. 1.	Veřejný závod	sl.	vše	Zadov	S. Stachy	
Č. Budějovice	31. 1.	Veřejný závod	skok	MD	Bechyně	J. Bechyně	
Hradec Král.	30.—31. 1.	Sjezdová cena Jánových Lázní	sj., sl.	MŽJD	Janské Lázně	S. J. Lázně	klasif.
Hradec Král.	31. 1.—7. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd	vše	Sp. Mlýn	LS Hradec Králové	klasif.
Plzeň	31. 1.—7. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd	vše	Špičák	LS Plzeň	klasif.
Bratislava	31. 1.	Krajský přebor	sjezdové	MŽJD	Jasná	LS MV Bratislava	klasif.
KV Bratislava	31. 1.	Veřejný závod	skok	MJD	Pezinok	Sn Pezinok	
Nitra	31. 1.	Veřejný závod pod Vtáčníkom	sj. 2boj, sl.	vše	Pod Vtáčníkom	Z. Kostolany, Kameneč	
B. Bystrica	31. 1.	Krajský přebor, Trubanova memoriál	běh	vše	Vyhne	LS B. Bystrica	klasif.
B. Bystrica	31. 1.	Krajský přebor	skok	vše	B. Bystrica	LS B. Bystrica	klasif.
Žilina	31. 1.	Veřejný závod	obř. sl.	vše	Malino Brdo	TJ Ružomberok	klasif.
Košice	31. 1.	Pohár Slovenského Rudohoria	běh	MŽJD	Mlynky	B. Mlynky	klasif.
Košice	31. 1.	Veřejný závod	skok	Dž.	Ždiar	LS Vysoké Tatry	
Košice	31. 1.	Preteky Oslobodenia Košic	skok	MJD	Košice	Lok. Košice	
Košice	31. 1.	Pohár Krompašskej vzbúry a Memoriál Frant. Pažouta	sl.	vše	Krompachy	Pokrok Krompachy	
Prešov	31. 1.	Štít mesta Prešova	sj. štafety	vše M	Plejsy Prešov	LS Prešov	
ÚNOR 1960							
MV Praha	2.—7. 2.	Př. Karlovy university	sj. + klasif.	MŽD	Harrachov	ITVS	
Olomouc	2.—4. 2.	Přebor kraje	klas. sj.	ž.	Kurs. chata	LS Olomouc	
Olomouc	3. 2.	Krajský přebor	30 km	M	Kurs. chata	LS Olomouc	klasif.
Olomouc	5.—7. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽJD	Kurs. chata	LS Olomouc	klasif.
Ostrava	5.—12. 2.	Krajský přebor	klas. sj.	vše	Pustevny	LS Ostrava	klasif.
Gottwaldov	6.—7. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽD	Rožnov	LS Gottwaldov	klasif.
Pardubice	6.—7. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd	ž.	Čenkovice	Lok. C. Třebová	
Hradec Král.	6.—7. 2.	Výběrový závod	sj., sl.	žactvo	Deštná	LS Hradec Král.	výběr., žactvo
Č. Budějovice	5.—6. 2.	Krajský přebor	klas.	ž.	Zadov	LS Č. Budějovice	
Č. Budějovice	6.—7. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽD	Zadov	LS Č. Budějovice	klasif.
Č. Budějovice	7. 2.	Cena města Pisku	skok	MD	Ražice	S. Ražice	
Liberec	6.—7. 2.	Krajský přebor	klas.	MŽJD	Liberec	Lok. Liberec	klasif.
Liberec	6.—7. 2.	Krajský přebor	klas.	Dml.ž.	Vitkovice	J. Vitkovice	
Liberec	6.—7. 2.	Krajský přebor	sj. sl.	MŽJDst.	Rokytnice	Sp. Rokytnice	klasif.
Olomouc	6.—14. 2.	IX. roč., veřejný závod	vše	MŽJD	Ovčárna	VAAZ Brno	klasif.
Brno	6.—7. 2.	Krajský přebor	vše	ž.	Hořice	Metra Blansko	
KV Praha	5.—7. 2.	Krajský přebor	klas. sjez.	ž.	Harrachov	LS KV Praha	
KV Praha	7.—14. 2.	Krajský přebor	klas. sj.	MŽJD	Harrachov	LS KV Praha	klasif.
KV Praha	8. 2.	Veřejný závod	obř. sl.	vše	Harrachov	LS KV Praha	
KV Praha	9. 2.	Veřejný závod	sl.	vše	Harrachov	LS KV Praha	
Ústí n. L.	6.—14. 2.	Krajský přebor	sjezd klas.	vše	N. Město Kr. H.	LS Ústí	klasif.
MV Praha	7.—14. 2.	Krajský přebor	klas., sj.	vše	Sp. Mlýn	LS MV Praha	klasif.
Gottwaldov	7. 2.	O pohár Bílých potoků	obř. sl.	MŽD	Val. Klobouky	Sp. Val. Klobouky	
Brno	7.—8. 2.	Krajský přebor	sj., obř. sl.	MŽD	Pustevny	LS Brno	klasif.
Jihlava	7. 2.	Krajský přebor	klas.	ž.	N. Město	LS Jihlava	
Olomouc	7. 2.	Veřejný závod	sj., běh	ž.	Jakubovice	S. Jakubovice	
Brno	7. 2.	Veřejný závod 15 km	běh	M	Ovčárna	VAAZ Brno	klasif.
Pardubice	7. 2.	Kraj. přebor, veř. závod	30+10 km	MŽ	Svratka	Sp. Svratka	klasif.
K. Vary	7. 2.	Veřejný závod	běh	Dž.	Abertamy	J. Abertamy	
K. Vary	7. 2.	Krajský přebor	běh	ž.	Pernink	S. Pernink	
K. Vary	7. 2.	Kraslická třicítka	běh	M	Kraslice	T. Kraslice	klasif.
Hradec Král.	7. 2.	Krajský přebor, Memoriál arch. Krči	30, 10 km	MŽ	Kunvald	S. Kunvald	klasif.
Hradec Král.	7. 2.	Pohár Jestřebích hor	skok	MJDst.	Svatoňovice	B. Svatoňovice	
Nitra	7. 2.	Cena Záv. W. Piecka	běh	vše	Chvojnica	J. Nováky	klasif.
Nitra	7. 2.	Krajský přebor	běh	vše	Chvojnica	J. Nováky	klasif.
Nitra	7. 2.	Veřejný závod	sjezd	vše	Krásná dolina	LS OV Bánovec	
B. Bystrica	7. 2.	Štít Februárového víťazstva	skok	MJD	Srnková	LS B. Bystrica	klas., výběr., mezinár.
B. Bystrica	7. 2.	Veřejný závod	sl.	vše	Javor	LS OV Lučenec	
B. Bystrica	7. 2.	Cena Febr. víťazstva	běh	vše	Brezno	TJ Brezno	
Žilina	7. 2.	XI. roč. Klačianskej Magury	obř. sl.	vše	Klač. Magura	Lok. Vrútky	klasif.
Žilina	7. 2.	Velká cena Manfna	běh	vše	Pov. Bystrica	Sp. Pov. Bystrica	
Žilina	7. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Turč. Teplice	B. T. Teplice	
Košice	8. 2.	Mezinárodně preteky	skok	MJD	Štr. Pleso	Sn Štr. Pleso	klasif.
Prešov	6.—7. 2.	Pohár Dukelských hrdinův	sj. 3boj	MJŽ	Čerhov		
Žilina	6.—7. 2.	Celoslovenské dni škol Lyžařské soutěže V. S.	klas. sjezd	MŽ	Jasná	Poverenictvo škol. a kult.	
Hradec Král.	11. 2.	Mezinárodní záv.	skok	MJ	Sp. Mlýn	Sn Sp. Mlýn	mezinár.
Košice	13. 2.	Noční slalom	sl.	MŽJD	Hrebienok	Sn Smokovec	
Liberec	13.—14. 2.	Krajský přebor	sj. sl.	Dž.	Harrachov	J. Jablonec	

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Liberec	13.—14. 2.	Veřejný závod	sružený	MJ	Lomnice	J. Lomnice	výběr.
Liberec	13.—14. 2.	Velká cena	běh	MŽJD	Jilemnice	Sn. Jilemnice	výběr., 10 km Ž
Liberec	13.—14. 2.	Bucharav memoriál	klas.	ž.	Jilemnice	Sn Jilemnice	
Pardubice	13.—14. 2.	Krajský přebor	běh	MŽD	Lanškroun	OV Lanškroun	klasif.
Pardubice	13.—14. 2.	Krajský přebor a veřejný závod	skok	MD	Parník	J. Č. Třebová	klasif.
Gottwaldov	13.—14. 2.	Krajský přebor	klas.	ž.	V. Karlovice	LS Gottwaldov	
Gottwaldov	14. 2.	Pohár Valašska	skok	MJD	D. Bečva	J. D. Bečva	
Gottwaldov	14. 2.	Běh Ploštinami	běh	MŽD	V. Klobouky	Sp. V. Klobouky	
Gottwaldov	14. 2.	O pohár Kohútky	slalom	MŽD	Kohútka	TJ Gottwaldov	klasif.
Ostrava	14. 2.	Veřejný závod	sruž., skok	MJD	Písek	S. Písek	
Ostrava	14. 2.	Cena Beskyd	skok	MJD	Ostravice	S. Ostravice	
Olomouc	14. 2.	Veřejný závod	sjezd	MŽJD	Červenohorské sedlo	S. Bratrušovice	
Olomouc	14. 2.	VI. roč. veř. závodu	sjezd	MŽD	Písařov	TJ Písařov	
Olomouc	14. 2.	Běh kolem Rýmařova	běh	MJ	Rýmařov	OV Rýmařov	
Brno	14. 2.	Krajský přebor	štafety	MŽD	Ověřárna	VAAZ	
Liberec	14. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Vysoké	J. Vysoké	mezinár.
Liberec	14. 2.	Pohár n. p. TOS	skok	MJD	Varnsdorf	S. Varnsdorf	
Liberec	14. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Vratislavice	J. Vratislavice	
Č. Budějovice	14. 2.	Veřejný závod	skok	MJD	Kubova Huť	Sp. Strakonice	
Hradec Král.	14. 2.	Štít Machova	skok	MJDst.	Machov	J. Machov	
Hradec Král.	14. 2.	Veřejný závod	sl.	vše	Náchod	OV Náchod	
Hradec Král.	14. 2.	Krajský přebor, Schejbalův memoriál	štafety	vše	Svatoňovice	D. Svatoňovice	
K. Vary	14. 2.	Krajský přebor	skok	MD	Jáchymov	B. Jáchymov	klasif.
Plzeň	14. 2.	Mehoriál M. Konášové, veřejný závod	10 km	ŽDŽ.	Špičák	Sp. Plzeň	klasif., 10 km Ž
Plzeň	14. 2.	Přebor Chodska, krajský přebor	30 km	M	Výhledy	J. Domažlice	klasif.
Ústí n. L.	14. 2.	Mistrovství ČSR, Memoriál Hanče	50 km	M	Nové M. Kr. Hory	LS Ústí n. L.	výběr.
Ostrava	14. 2.	Veřejný závod	sj., sl.	MŽJ	Pustevny	LS Ostrava	výběr.
MV Praha	11. 2.	Veřejný závod	skok	MJ	Šp. Mlýn	LS MV Praha	klasif.
MV Bratislava	14. 2.	Krajský přebor	klas.	vše	Kamzík	LS MV Bratislava	klasif.
B. Bystrica	12.—14. 2.	Majstrovstvá Slovenska	klas.	vše	Kremnica	B. Kremnica	klasif.
B. Bystrica	12.—14. 2.	Velká cena Kremnice	klas.	vše	Kremnica	B. Kremnica	
B. Bystrica	12.—14. 2.	Majstrovstvá Slovenska	sjezd	vše	Plejsy	Pokroč Krumpachy	klasif.
Žilina	14. 2.	Veřejný závod	běh	vše	Turč. Teplice	B. T. Teplice	
Žilina	14. 2.	Babilonského memoriál	skok	MJD	Ružomberok	TJ Ružomberok	klasif.
Žilina	14. 2.	Krajský přebor	klas.	vše	Ružomberok	TJ Ružomberok	klasif.
Košice	14. 2.	Banický kahanec	běh, skok	MJD	Dobš. lad. jesk.	B. Dobšína	
Košice	14. 2.	Pohár Februárového víťazstva	sl.	MŽD	Medzov	Baník Medzov	
Prešov	14. 2.	Pohár Februárového víťazstva	skok	MJ	Čerhov	LS Prešov	
Gottwaldov	15.—19. 2.	Celostátní přebor vysokých škol	klas. sjezd	MŽJ	Harrachov	VŠ Ekonomie, min. škol.	
Gottwaldov	19.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	MŽD	Radhošť	LS Gottwaldov	klasif.
Pardubice	20.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	MŽD	Černá Hora	LS Pardubice	klasif.
Gottwaldov	20.—21. 2.	Veřejný závod	běh, skok, sl.	ž.	V. Karlovice	T. Velké Karlovice	
Ostrava	20.—21. 2.	Pohár bratrství	skok	MJD	Nýdek	S. Nýdek	klasif.
Ostrava	20.—21. 2.	Cena hutníka	sjezd	MŽJ	Javorový	TJ Třinec	klasif.
Plzeň	20.—21. 2.	Pohár Železné Rudy	běh, skok sl.	vše	Železná Ruda	KM KLS	výběr., žactvo
Ústí n. L.	20.—21. 2.	Krajský přebor	klas. sjezd	ž.	Telnice	J. Ústí n. L.	
Liberec	20.—21. 2.	Zimní mírové slavnosti	sdr., běh, skok	MŽJDst.	Tanvald	J. Tanvald	klasif.
Č. Budějovice	20.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	ž.	Kleť	Sp. Č. Budějovice	
Č. Budějovice	21. 2.	Veřejný závod	skok	MD	Zadov	S. Zadov	
Liberec	21. 2.	Ještědský pohár, krajský přebor	obř. sl.	MŽJDst.	Ještěd	Lok. Liberec	klasif.
Liberec	21. 2.	Pohár SPB	běh	vše	Velký Šenov	J. V. Šenov	klasif.
Liberec	21. 2.	Pohár n. p. STAP	skok	MD	Vilémov	J. Vilémov	
MV Praha	21. 2.	Cena zotavoven ÚRO	běh	vše	Bobí Louky	Sl. Žižkov	klasif.
MV Praha	21. 2.	Veřejný závod	obř. sl.	Dž.	Pec	Sn Orbis	
Hradec Král.	21. 2.	Veřejný závod	skok	MJDst.	Trutnov	Lok. Trutnov	
Ostrava	21. 2.	Polomských 30 km	běh 10 km	MŽ	V. Polom	B. Doubrava	
Ostrava	21. 2.	Šrubařův memoriál, krajský přebor	štafety	MJD	Pustevny	Sp. Frenštát	
Ostrava	21. 2.	Putovní pohár n. p. Tatra	sj. sl.	MJŽD	Kopřivnice	Sp. T. Kopřivnice	
Gottwaldov	21. 2.	Tošenovského memoriál	obř. sl.	MŽD	Rozpité	J. D. Bečva	klasif.
Gottwaldov	21. 2.	Mítkův memoriál	běh	MŽD	Vsetín	Sp. Z. Vsetín	klasif.
Brno	21. 2.	Krajský přebor	sl., obř. sl.	ž.	Lopeník	LS Brno	
Vysoké Tatry	15.—20. 2.	Přebor ministerstva vnitra	branný	vše	Vysoké Tatry	Ministerstvo vnitra	
Brno	21. 2.	Velká cena Moravského krasu	klas.	vše	Hořice	Sp. Metra Blansko	
Olomouc	21. 2.	Veřejný závod	sj., běh	ž.	Štítý	S. Štítý	
K. Vary	21. 2.	Krajský přebor	sl., obř. sl.	MŽD	Jáchymov	B. Jáchymov	klasif.
Hradec Král.	21. 2.	Zvičinský slalom	sl.	MŽD	Zvičina	J. Dvůr Králové	
Hradec Král.	21. 2.	Veřejný závod	skok	MJDst.	Čistá	S. Čistá	
Hradec Král.	21. 2.	Dvouetapový závod	běh	M	Žamberk-Říčky	OV Žamberk	
Č. Budějovice	21. 2.	Veřejný závod o cenu Kletě	sj., obř. sl.	MŽD	Kleť	Sp. Č. Budějovice	
Hradec Král.	21. 2.	Veřejný závod	skok	MJDst.	Trutnov	Lok. Trutnov	
Hradec Král.	19.—21. 2.	Finále SZBZ	branný	MŽD	N. Město	Jihlava	
B. Bystrica	20.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	vše	Křižná	S. St. Hory	klasif.

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
B. Bystrica	20.—21. 2.	Cena Velkej Fatry	sjezd	MŽD	Křižná	S. St. Hory	
B. Bystrica	20.—21. 2.	Podkonická patnáctka	běh, skok	MŽJD	Podkonice	T. Podkonice	klasif.
Žilina	20.—21. 2.	Putovní cena Demänovských jaskyň	sjezd	MŽJD	Jasná	Dyn. N. Tatry	klasif.
Žilina	20.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	vše	Jasná	Dyn. N. Tatry	klasif.
	18.—21. 2.	Celoslovenské dni škol, lyž. sút. str. a odb. šk.	klas.	DŽ.		PŠK Bratislava	
Žilina	21. 2.	Veřejný závod	běh	vše	Ploštín	TJ Ploštín	
Žilina	21. 2.	Veřejný závod	skok	MJDŽ	Lubochňa	Sn Lubochňa	
Košice	21. 2.	Veřejný závod	sjezd	MŽJD	Skal. Pleso	Sn Smokovec	
B. Bystrica	23.—28. 2.	Mistrovství ČSR a juniorský přebor	klas.	MŽJ	B. Bystrica	LS B. Bystrica	výběr.
Žilina	25.—28. 2.	Dorostenecký přebor ČSR	klas.	D	Ružomberok	LS Žilina	
Olomouc	28. 2.	Veřejný závod	běh, skok	ž.	Šumperk	Lok. Šumperk	
Hradec Král.	28. 2.	Cena Ml. Buků	obř. sl., sl.	ž.	M. Buky	J. M. Buky	
K. Vary	28. 2.	Krajský přebor	sjezd	ž.	B. Dar	Zižka K. Vary	
K. Vary	28. 2.	Okolo pramenů	běh	MŽDž.	Mar. Lázně	OV Mar. Lázně	
Olomouc	19.—21. 2.	Krajský přebor	sjezd	MŽD	Kurs. chata	LS Olomouc	klasif.
Nitra	27.—28. 2.	III. roč. Pohár hornej Nitry	sl., obř. sl.	vše	Klak	J. Nit. Pravno	
Ústí n. L.	27. 2.	Telnický slalom	sl.	MŽD	Telnice	J. Ústí	
Gottwaldov	27.—28. 2.	Krajský přebor	sl., sl.	ž.	Vsetín	LS Gottwaldov	
Gottwaldov	28. 2.	Běh vítězství	běh	MŽD	Slavičín	Sp. Slavičín	
Ostrava	28. 2.	Veřejný závod	skok	ž.	Ostravice	S. Ostravice	
Ostrava	28. 2.	O cenu Radegasta	sl., sl.	MŽJ	Pustevny	RH Frenštát	
Pardubice	28. 2.	Veřejný závod	sl., sl.	MŽDž.	Buková	Lok. C. Třebová	
Plzeň	28. 2.	Velká cena Spičáku	obř. sl.	vše	Žel Ruda	Sl. Plzeň	klasif.
Ústí n. L.	28. 2.	Teplický obř. slalom	obř. sl.	MŽD	Mikulov	Lok. Teplice	
Liberec	28. 2.	Veřejný závod	sl., sl.	Dml.ž.	Zásada	J. Zásada	
Liberec	28. 2.	Memoriál I. Kovářové	obř. sl.	DŽ.	Malá Skála	Sj Turnov	
Liberec	28. 2.	Veřejný závod	štafety	MŽD	Rumburk	OV Rumburk	
Nitra	28. 2.	Veřejné závody	běh	vše	Skycov	LS Zl. Moravce	
Žilina	28. 2.	Janošíkova valaška	sl., sl.	MŽD	Vrátná	T. Žilina	výběr.
Žilina	28. 2.	Putovní cena Súlovských lyží	sjezd	vše	Bytča	Lok. Bytča	
Košice	28. 2.	Pohár Železorných baní	sl., sl.	MŽJD	Smolník	B. Smolník	
BŘEZEN 1960							
Žilina	3.—6. 3.	III. mistrovství ČSR a juniorský přebor	sjezdové	MŽJ	Vrátná	LS Žilina	výběr.
B. Bystrica	6. 3.	Veřejný závod	sjezd	MŽJD	Fabčva Hola	Lok. Tisovce	
Žilina	6. 3.	O cenu Važeckej jaskyně	běh	vše	Važec	Lok. Važec	klasif.
Ostrava	6. 3.	O stříbrný kahanec Baníka	sl., sl.	ž.D	Pustevny	B. Ostrava	výběr. pro ž.
Liberec	6.—8. 3.	Veřejný závod	klas.	ž.	Harrachov	J. Harrachov	výběr., žactvo
Gottwaldov	5.—6. 3.	Utkání moravských krajů	klasické	MŽD	Rožnov	LS Gottwaldov	klasif.
Olomouc	6. 3.	Veřejný závod	sl.	MŽDJ	Slavkov	Sp. Hranice	
Olomouc	6. 3.	Veřejný závod nad 40 let	běh	M	Praděd	Sp. Moravia	
K. Vary	6. 3.	Štafeta míru, veřejný závod	štafety	MŽD	Abertamy	J. Abertamy	
Hradec Král.	6. 3.	Cena Machova	sl., sl.	MŽJD	Machov	J. Machov	
Hradec Král.	6. 3.	Závod 10členných hlídek	70 km	M	Šišák-Zvičina	S. B. Třemešná	
Hradec Král.	6. 3.	Veřejný závod	skok	MJDst.	Trutnov	Lok. Trutnov	
Hradec Král.	6. 3.	Trutnovských 15 km	běh	MŽJD	Trutnov	Lok. Trutnov	
Hradec Král.	6. 3.	Utkání žactva Trutnov—N. Město	běh, skok	ž.	Trutnov	Lok. Trutnov	
Liberec	6. 3.	Veřejný závod	skok	MJD	Desná	TJ Desná	
Liberec	6. 3.	Orientační závod jednotlivců a hlídek	běh	MŽ	Jilemnice	Sn Jilemnice	
Liberec	6. 3.	Veřejný závod	běh	ž.	Kořenov	Sj Kořenov	
Liberec	6. 3.	Stříbrná lyže Lužických hor	běh	MD	Podluží	J. Podluží	
Liberec	6. 3.	Jizerský maratón	30 km	M	Mšeno	J. Mšeno	klasif.
MV Praha	6. 3.	Přes tři kopce	běh	MŽD	Misečky	Sp. Koh-i-noor	klasif.
Ústí n. L.	6. 3.	Telnický pohár	sl., sl.	DŽ.	Telnice	J. Ústí n. L.	
Plzeň	6. 3.	Pohár RH Plzeň	běh	vše	Spičák	RH Plzeň	
K. Vary	6. 3.	Jáchymovské slalomy	sl.	MŽDst.ž.	Jáchymov	B. Jáchymov	klasif.
Žilina	10.—13. 3.	Dorost. přebor ČSR	sjezdové	D	Jasná	LS Žilina	
Liberec	11.—13. 3.	Mezinárodní závody	klasické	MŽJD	Harrachov	J. Harrachov	výběr: 15, 5 km, skok, sdrůž. klasif.
Hradec Král.	12.—13. 3.	Sjezd. dvojkombinace	běh	MŽD	Brno	Lok. Brno	
Plzeň	13. 3.	Zlatá lyže Šumavy a štít čs. branné moci	sl., sl. štafety	ž. MJ	Sp. Mlýn Spičák	Sn Sp. Mlýn Sj MP Plzeň	
Brno	13. 3.	Brněnská patnáctka	běh	MDŽ	Brno	Lok. Brno	klasif.
MV Praha	13. 3.	Štít Pragovky	běh	MŽDst.	Friesovy boudy	Sp. AZKG	klasif.
KV Praha	13. 3.	Memoriál Jakuba Štěpána	obř. sl.	vše	Herlíkovice	LS KV Praha	klasif.
Liberec	13. 3.	Putovní pohár n. p. Velvet	skok	MJD	Jiřetín	J. Jiřetín	
Liberec	13. 3.	Veřejný závod	30 km	M	Rumburk	OV Rumburk	
Hradec Král.	13. 3.	Křišťálový pohár VUD	skok	MJDst.	Prkenný Důl	B. Zacléf	

Kraj	Datum	Název závodu	Discipl.	Kateg.	Místo konání	Pořadatel	Druh závodu
Hradec Král.	13. 3.	Pohár Orlických hor	běh, sj., sl.	vše	Deštná	OV Dobruška	
Hradec Král.	13. 3.	Veřejný závod	běh	vše	Náchod	OV Náchod	
Jihlava	13. 3.	Krajský přebor	štafety	MŽD	Sněžné	LS Jihlava	
Gottwaldov	13. 3.	Veřejný závod	běh, skok	ž.	Malá Lhota	TJ V. Meziříčí	
Gottwaldov	13. 3.	Memoriál J. Dufka, krajský přebor	štafety	MŽ	Třeštík	J. Otrokovice	
Plzeň	13. 3.	Pohár Žel. Rudy, mezi-kraj. utkání MV Praha	klasické	ž.	Žel. Ruda	LS Plzeň	
K. Vary	13. 3.	Štafety Sj K. Vary	štafety	Dž.	Lípa	Sj K. Vary	
Košice	13. 3.	Memoriál hrdinů SNP	běh	MŽJ	Štrbské Pleso	ČH St. Smokovec	klasif.
B. Bystrica	13. 3.	Kraj. výběrové závody	sjezd	Dž.	Donovaly		
B. Bystrica	13. 3.	Veřejný závod	30km	M	Králiky	ČH BB S. Donovaly	klasif.
Žilina	13. 3.	Memoriál Nováka a Mikuša	sl.	vše	Mart. Hole	Sp. Martin	klasif.
Košice	13. 3.	Kahanec bane Mlynky	obř. sl.	MŽJD	Mlynky	B. Mlynky	
Košice	20.—22. 3.	Velká cena Slovenska	sjezd	MŽJ	Vysoké Tatry	LS SÚV KV Košice	
Ostrava	20. 3.	Jarní slalom	sl.	vše	V. Polom	B. Doubrava	
Pardubice	20. 3.	Štít Pardubic	sjezd	vše	Hnědý vrch	Dyn. Pardubice	
Gottwaldov	20. 3.	Vsacký pohár	sl.	MŽD	Javorníky	Sp. MEZ Vsetín	klasif.
Gottwaldov	20. 3.	Vsacký pohárek	sl.	ž.	Javorníky	Sp. MEZ Vsetín	
K. Vary	20. 3.	Blatenská stezka	běh	vše	H. Blatná	T. H. Blatná	klasif.
Hradec Král.	20. 3.	Tyršův štít	skok	MJDst.	Janské Lázně	S. J. Lázně	
Hradec Král.	20. 3.	Veřejný závod	obř. sl.	MŽD	Herlíkovice	Sp. Vrchlabí	
Č. Budějovice	20. 3.	Boubínské štafety	štafety	MŽD	Kubova Huť	Sp. Strakonice	
Liberec	20. 3.	Pohár kongres. místku	skok	M	Harrachov	J. Harrachov	výběr.
Liberec	20. 3.	Memoriál Hanče a Vrbaty	štafety	MŽD	Benecko	OV Jilemnice	
KV Praha	20. 3.	Štít města Kolína	obř. sl., sl.	Dml.ž.	Richtrovy boudy	J. Kolín	klasif.
Liberec	26.—27. 3.	Závody bafuňářů	klas. sjezd	MŽ	Harrachov	J. Harrachov	
Ostrava	26.—27. 3.	Utkání moravských krajů	sjezd	MŽJD	Lysá Hora	LS Ostrava	klasif.
Č. Budějovice	27. 3.	Jarní běh, veř. závod	běh	vše	Zadov	S. Stachy	
Hradec Král.	27. 3.	Cena Pece p. Sněžkou	obř. sl.	ž.	Pec pod Sněžkou	Sn Pec p. Sn.	
K. Vary	27. 3.	Putovní štít Klínovce	sjezd	vše	Boží Dar	Zižka K. Vary	
K. Vary	27. 3.	Klínovecké běhy	běh	Dž.	Boží Dar	Sj K. Vary	
Olomouc	27. 3.	Veřejný závod	sl.	MŽJD	Červenohorské sedlo	Lok. Šumperk	
Olomouc	27. 3.	Veřejný závod	běh	MŽJD	Praděd	LS Olomouc	klasif.
Pardubice	27. 3.	Kandahár, závod bafíků		MŽ	Čenkovice	J. Čenkovice	
Košice	27. 3.	Závody	štafety	MŽJD	Štrb. Pleso	ČH St. Smokovec	
B. Bystrica	27. 3.	Velká cena B. Bystrice	obř. sl.	MŽJD		ČH B. Bystrica	
Žilina	27. 3.	Pohár osvobodění	sl.	vše		T. Sučany	
Žilina	27. 3.	Veřejný závod	štafety	vše	Jasná	Dyn. N. Tatry	
Ostrava	27. 3.	Ondrášova cena	obř. sl.	vše	Lysá Hora	TJ Žel. Stalingrad	klasif.
Pardubice	28. 3.	Veřejný závod	běhy	vše	H. M. Úpa	RH Pardubice	
DUBEN 1960							
Brno	1.—3. 4.	IV. memoriál Skorkovského a Zavadila	sl., obř. sl.	MŽD	Jeseníky-Kotel	Sp. Záv. J. Svermy	klasif.
KV Praha	3. 4.	Memoriál kpt. Jaroše	běh	vše	Dvoračky	Sp. Ml. Boleslav	klasif.
Gottwaldov	3. 4.	O cenu »Strýca z Gígule«	sl.	MŽD	V. Karlovice	T. Velké Karlovice	
Bratislava	3.—4. 4.	Jarní skoky na PVC — Osvobození Bratislavy	skok	MJD	Kamzík	Lok. Bratislava	
Žilina	3.—4. 4.	Putovní cena XXI. Malej Fatry	sjezd	MŽJD	Vrátná	D. Žilina	
Košice	3.—4. 4.	Cagašikov memoriál	obř. sl.	MŽJD	Vysoké Tatry	Tatra Svit	
Olomouc	3. 4.	Veřejný závod	sl., obř. sl.	ž.	Červenohorské sedlo	Lok. Šumperk	
Hradec Král.	9.—10. 4.	Závod Osvobození	obř. sl., sl.	MŽD	Obří Důl	LS Hradec Králové	výběr.
Olomouc	10. 4.	Jarní slalom	sl.	MŽJD	Praděd	LS Olomouc	klasif.
Žilina	10. 4.	Cena Lipt. Holí VIII.	obř. sl.	MŽJD	Žiarská dolina	T. Stavindustria Mikuláš	
Košice	17.—18. 4.	Velkonoční preteky	sl., obř. sl.	MŽJD	Skal. Pleso	T. Tatr. Lomnica	výběr.
Hradec Král.	17. 4.	Rozloučení se sněhem	štafety,		Luční Hora	S. Trutnov	
B. Bystrica	23.—24. 4.	Velká zjazdová cena	obř. sl. sjezd. 2boj	vše MŽJD	Ďumbier	T. Brezno, Sp. Piesok, B. Podbrezová	klasif.
KVĚTEN 1960							
Ostrava	8. 5.	Májový slalom	sl.	vše	Jeseníky	LS Ostrava	
Žilina	8. 5.	Cena Osvobodění Oravy	obř. sl.	MŽJD	Roháče	OV D. Kubín	
Košice	8. 5.	Dračia bránka	sjezd	MŽJD	Dračia Branka	Sn Št. Pleso	
Žilina	15. 5.	Jarní slalom	sl.	MŽJD	Pod Derešmi	Dyn. N. Tatry	
Košice	15. 5.	Veřejný závod	obř. sl.	MŽJD	V. Stud. dolina	Sn Smokovec	
ČERVEN 1960 ČERVENEC 1960							
MV Bratislava	4. 6.	Letné skoky na PVC hold II. CS	skok	MJD	Kamzík	Lok. Bratislava	
Košice	3. 7.	Letný slalom	sl.	MŽJD	V. Zamrzlá dolina	TJ Kežmarok	
SRPEN 1960 ZÁŘÍ 1960							
Bratislava	29. 8.	Preteky SNP	skok na PVC	MJD	Kamzík	LS Bratislava	
Bratislava	18. 9.	Pretek s medz. účastou	skok na PVC	MJD	Kamzík	LS Bratislava	

JAK JE TO SE SJEZDEM MUŽŮ

O vhodnosti Squaw Valley pro konání ZOH už proběhlo mezi všemi sporty, které budou na ZOH zastoupeny, mnoho diskusí. U lyžařů to byla zejména otázka, zda je vůbec možné v tak velkých výškách (přes 2000 m n. m.) konat regulérní závody v běhu. Tuto otázku rozvířily severské státy v komisi i předsednictvu FIS, ale dosáhly jen toho, že byla ustavena komise, která má na základě vědeckých poznatků dokázat, zda je nutno závody v běhu omezovat určitou hranicí nadmořské výšky. A tak běh ve Squaw Valley bude a Seveřané byli nuceni upravit svůj tréninkový plán tak, aby do závodu byli dostatečně aklimatizováni. Méně se u nás psalo a vědělo o diskusích, které byly velmi bouřlivé zejména v alpských zemích. Jednalo se zde o to, zda olympijská sjezdová trať a přírodní podmínky ve Squaw Valley jsou vhodné pro pořádání tak významných závodů. Svůj podíl na těchto čistě technických sporech měla i finanční otázka, která je u většiny států velmi ožehavá. Tak např. Rakušané tvrdili, že olympijská trať neodpovídá obtížnosti svému významu, a že rozhodující je zde mazání. Ovšem o Rakušanech je známo, že jim dosud žádná trať nebyla dost těžká. Podle názorů jiných (např. Italů, záp. Němců) je olympijská trať příliš nebezpečná. Už po první prověrce trati v létě 1956 upozornil technický expert FIS R. FAURE (Francie), že trať bez sněhové pokrývky odpovídá sice požadavkům, ale za předpokládané výšky sněhové pokrývky (v normální zimě 3 až 5 metrů) budou asi terénní nerovnosti úplně zarovnané a trať bude hladká. Tato obava se skutečně při závodech v dubnu 1957 potvrdila. Až na několik skoků byla trať bez technických obtíží. Přesto ale zvitězí Sailer před Molterem s náskokem 7 vt.! Při tom ze 42 závodníků dojelo pouze 27 do cíle a z nich pouze 14 bez pádu. Při tom bylo několik těžkých zranění (závod nedokončil např. Staub, Werner a další). Příčinou většiny pádů byla přílišná rychlost, ve které i sebe-menší terénní vlny znamenaly 20–30m skoky. Další příčinou byl zledovatělý povrch v horní části trati, zatímco v dolní třetině trati byl sníh značně rozbrzděný. Po těchto zkušenostech a připomínkách bývalého předsedy sjezdové komise FIS Menardiho a dokonce i předsedy FIS Hodlera byla trať upravena. Generální zkouškou mělo být mistrovství Severní Ameriky v březnu 1959. Na tyto závody vyslala FIS předsedu sjezdové komise FIS F. Wolfganga. Wolfgang po svém návratu napsal: »Za mé přítomnosti nemohl být na olympijské trati

ve Squaw Valley uspořádán závod ve sjezdu. Horní část trati zasypala a zničila lavina. Podle mého názoru však nebyla vina lavina, ale pořadatelé, kteří neměli po ruce dostatek šlapačů. A nemuselo jich být mnoho. Tolik k tomu, že závod se nejezl. Na trati samé je pouze jeden padák s obtížností alpských tratí. Ještě k tomu je uměle vybudován. Bude-li rozšířen tak, jak jsem požadoval, může na něm být postaveno tolik kontrolních bran, že rozhodujícím momentem se stane mazání a nikoliv umění a kondice závodníka. Není to trať, která by odpovídala požadavkům tratě pro OH. Proto jsem navrhl pořadatelům novou trasu na East Peak (výškový rozdíl 950 m), který je asi 20 minut autem od olympijské vesnice. Na základě svých poznatků chci na kongresu FIS (červen 1959) navrhnout ke schválení tyto tři eventuality (za předpokladu, že bude příliš mnoho nebo málo sněhu, nebo pořadatelé nezajistí počet dostatečný počet šlapačů):

1. Závod mužů se nebude konat.
2. Závod se bude konat na trati žen.
3. Závod se pojede jako výjimka v pravidlech FIS na stejné trati (obří slalom mužů) ve dvou koletech.

Toto prohlášení zřejmě silně zapůsobilo na organizační výbor lyžařské části ZOH, neboť jeho zástupce na kongresu FIS oznámil, že učiní vše, co je v lidských silách, aby zajistil regulérní průběh i sjezdového závodu mužů. Přeložení trati na East Peak nemohl organizační výbor z vážných technických důvodů provést. Úprava trati bude zajištěna šesti sněžnými vozy s těžkými válci, které upraví dvě třetiny trati mechanicky nejdříve za 6 hodin po napadání sněhu. Kromě toho zaručila americká armáda organizačnímu výboru, že po dobu ZOH dá k dispozici 300 vojáků. Bude připraveno i speciální lavinové družstvo, které provede nejdříve do půl dne po vánici odštěp dřevin a lavinězních polí. Jsou připraveny vlahy v celkové kapacitě 3000 osob za hodinu. Pro trénink slalomu budou připraveny upravené svahy a na nich celkem 800 bambusových tyčí, obalených plastickou hmotou. Stejně tyče budou použity i při závodech. Po této zprávě byla ve sjezdové komisi FIS dlouhá debata. Bylo konstatováno, že »trať je jen tehdy dostatečně technicky obtížná, jede-li závodník velkou rychlostí. Při velké rychlosti je však nebezpečná. Tuto rychlost je však možno kontrolními brankami upravit i na vhodnou míru obtížnosti, aby bylo zaručeno, že závod může vyhrát jen jeden z nejlepších sjezdařů světa a ne ten, kdo náhodou nejlepší namaže«. Toto šalamounské řešení sice ukončilo bouřlivé diskuse, ale teprve výsledek olympijského sjezdu ukáže, kdo vlastně v této otázce měl pravdu.

Pokračování se strany 10.
turista na lyžích. Oběma bude patřit naše největší péče.

Upozornili jsme, jak důležitou složkou v činnosti oddílů je cvičitel. Oddíl je dílnou našeho lyžařství. Má být zároveň domovem, v němž sídlí přátelské ovzduší, které má být pro každého povzbuzením a v němž každý nalezne dobrého rádce a kamaráda v případě potřeby. Oddíl nemá být obecnou školou, která se prostě vychodí, aniž se do ní vrátíme, je společenským útvarem, ve kterém se my lyžaři máme vyvíjet po celý rok. Čím větších osobních úspěchů dosáhne člen oddílu, ať už jako cvičitel nebo trenér, tím větší je jeho dluh a povinnost vůči kolektivu, tím více se má věnovat vedení a výchově ostatních členů.

Napříště by se již neměly vyskytovat případy, aby někdo byl třeba instruktorem dokonce bez oddílové příslušnosti. A i když bývá oddílový program převážně sportovní, budou nás vždy těšit i pracovní úspěchy členů anebo kolektivů, vždyť závažný vývoj vždy a techniky, tak nutný pro skutečnou budovatelskou program, souvisí často velmi úzce se sportovním děním. Kolik dobrých návrhů a nápadů vzniklo již v kolektivech sportovců nebo i večer na chatě. Vzpomeňme jenom, kolik společných zájmů máme my lyžaři se zlepšovatelem hnutí s vývojem nových hmot, ať už jako náhrady za sníh nebo vhodného materiálu nahrazujícího dřevo, vosky, anebo jiné součásti výstroje. Vidíme, jak různé zájmy mohou být poutem v oddílovém společenství.

A činnost komise základního lyžování je již ke všem těmto problémům zaměřena a bude důsledně stupňovat tlak pro zdárný vývoj v oddílech, které se mají

stát základnou pro výcvik nejširších mas. Jak jsme se již zmínili, zavádíme na pomoc oddílům a cvičitelům hodnotnou součást »Lyžař ČR«. Doporučujeme veřejně školy tam, kde jsou po jejich uspořádání podmínky. Zvláštní pozornost musíme věnovat oddílům na venkově v oblastech, kde jsou všechny předpoklady k provádění zdárné činnosti.

Veškeré naše snahy by ovšem byly marné, jestliže tomuto problému radikálně neporozumí cvičitelský sbor, pomocným lyžařským cvičitelem počínaje, instruktorem konče, jestliže na cestě k vytyčeným cílům nás plně nepodpoří krajští a okresní pracovníci tělovýchovy. Bude zapotřebí zaměřit školení instruktorů, cvičitelů i pomocných cvičitelů tak, aby jejich činnost sloužila těmto cílům, a věříme, že v nich najdeme přesvědčené spolupracovníky.

Rekl jsem si, že všeobecná úroveň československého lyžování nesmí stát a padat s metodickými problémy. Proto vítáme letos provedenou reorganizaci, která jistě přispěje k dosažení hodnotných výsledků na obou úsecích. Bude nám však vždy milejší, budeme-li mít 100 000 lyžařů v terénu, byť slabší úrovně než 100 špičkových jedinců. Technické zlepšení se dostaví postupně. Právě tak oprávněná je výtka těm krajům, které vyřadili z činnosti starší zkušené cvičitele jenom proto, že při jízdě šikmo svahem měli bok vysunut příliš málo vpřed, proti striktním požadavkům. Tvrdíme, že tyto cvičitelé naší veřejnosti citelně chybějí a našemu lyžařství pak i jejich dlouhodobé zkušenosti.

Komise metodiky je postavena před závažný úkol, vyhovět a přizpůsobit se dalšímu vývoji lyžování. Vyřešit přednostně problematiku techniky jízdy v terénu, jíz-

dy se zatížením, jízdy na strmých svazích, na různých druzích sněhu apod. Komise metodiky disponuje dnes možnostmi, které umožní, aby ve svých problémech mohla jít do hloubky a nebyla ve své práci narušována záležitostmi organizačními.

V daleko větší míře budeme řešit otázku výstroje. Snad by záležitost skutečně mohla být řešena jednotným oblečením. Toto však by se muselo týkat nejen svetrů a šponovek, ale především lyží, obuvi a hlavně vázání. Zde bude nutná spolupráce s některým vývojovým sportovním podnikem, nebude nadále myslitelné, aby naši cvičitelé včetně instruktorů chodili na túry s dlouhořemennými vázáními, pak by sebelepší snaha usměrnit vývoj pro terén vyzněla naprázdno.

A nakonec vážné slovo krajským komisím základního lyžování. Naše práce by byla marná, kdybychom nenašli u vás plné podpory. Už tomu tak bývá, že každá nová akce je přijímána s nedůvěrou. Víme, že není snadné překonat v sobě tradici a návyk, ovšem tak jak vy, krajští pracovníci, vezmete věc do vašich rukou, tak dobrý nebo špatný bude výsledek. Nám všem musí jít o jedno. O zdárný vývoj našeho lyžařství, o to, abychom s organizací nezávodního lyžařství a našimi výsledky stanuli na vzorové úrovni v měřítku světového vývoje. Aby ožily terény našich hor stovkami organizovaných lyžařů toužících nejen po rekreaci, ale i po kráších pohybu na lyžích a hodnotách, jež pomáhají tvořit z lyžaře zdravého, morálně vyspělého člověka, jako platonou posilu naší vlasti a našeho zřízení.

Budeme-li mít všichni na mysli tento cíl, podaří se nám to.

NOVÉ ZÁVODNÍ LYŽE

Náš národní podnik Sportovní a technické potřeby chce využít nastávající lyžařské sezóny k vyzkoušení a prověření celé řady zdokonalených typů lyží. Jedním z úkolů, kterým se na základě připomínek lyžařské sekce ÚV CSTV náš podnik zabývá a v současné době jej již realizuje, jsou závodní lyže pro všechny disciplíny. Jde nám při tom především o to, abychom se pokusili tuzemskou produkcí vyrovnat tíživý nedostatek těchto specializovaných lyží, dovážených dosud v omezeném množství z ciziny. Jedná se o nový typ závodních lyží pro slalom, sjezd, běh a skok.

Přípravného letního období bylo využito k široce založenému průzkumu, abychom získali dokonalý přehled hlavně v zahraniční produkci. Zástupci našeho podniku navštívili sportovní trhy ve Wiesbadenu a veletřích ve Vídni. Byla získána všechna dosažitelná literatura o lyžařských novinkách a byly anebo budou dovezeny vzory nových lyží. Tím vším jsme se inspirovali, abychom i u nás přivedli naši výrobu na mezinárodní úroveň. Především předem, že jsme se neomezili na pouhé kopírování zahraničních vzorů, protože bychom trvale uvízli v závislosti na vývoji v cizině, ale že jsme si zvolili po dobrém uvážení vlastní cestu, která nás přivedla k zpřesnění konstrukčních metod pro vyjadřování specifických funkčních vlastností jednotlivých typů lyží a k vlastním technologickým principům k zajištění těchto funkčních vlastností.

Podarilo se nám najít konstrukční způsob pro křivku vzpruhu, který pro libovolné délky lyží a k tomu libovolné výšky vzpruhu dává ve spojitosti s tloušťkami lyží vždy stejný charakter reakce lyží pro různé, předem určené zatížení. Stejně tak křivky stranových obrysů jsme podřídili přesné zákonitosti. Stanovili jsme celou řadu drobnějších konstrukčních a technologických zásad, a to všechno za tím účelem, abychom zpřesnili vyjadřování a registraci jednotlivých funkčních vlastností. Sjednotili jsme výrobní procesy na co nejjednodušší formu tak, aby při docílení co největší kvality bylo dosaženo i co nejvíce přijatelnější ceny. Pamatovali jsme při tom i na ty nejmladší závodníky a u všech čtyř typů závodních lyží jsou zahrnuty i délky pro žáky a dorostence. Prostě snažili jsme se udělat vše, co je v našich možnostech, abychom i my přispěli svou trochou k rozkvětu naší lyžařiny. Nehodláme ustrnout a přejeme si, abychom v těsné spolupráci s lyžařskými činiteli mohli na věci dál pilovat a přivést ji tak na vrchol zdaru. Dále uvádím některá data jednotlivých typů lyží.

Slalomové lyže. Proti zastaralým typům slalomových lyží je u těchto

nových lyží zvýšena rychlost při zachování dosavadní jejich točivosti. Je toho docíleno aplikací nitrocelulózové skluznice a novým dimenzováním lyží. Snažili jsme se zároveň zrychlit reakci lyží při změně směru jízdy. Budou hickorové (tj. asi z 35 % hickory a 65 % jasanu), opatřeny zámečkovými hranami, špičkovým kováním, ochranným vrchním hřebítkem a novou úpravou patek s ocelovou vložkou. Nátěry budou v pestré úpravě a budou provedeny dokonalými laky a boky lyží budou kryty speciální nátěrovou hmotou. Pro první sérii jsme zajistili dovozem Blizzardy a pro další výrobu bude použito stejně hodnotných polyesterových, epoxydových nebo kyselinotvrdnoucích laků tuzemské výroby. Tyto lyže budou vyráběny v délkách od 170 cm do 220 cm a jejich cena bude zhruba kolem 750 Kčs. Během sezóny, tj. asi do konce února, bude vyrobeno asi 400 párů a první lyže dostanou závodníci do konce roku.

Sjezdové lyže. Konstrukčně jsou zaměřeny na co největší rychlost při zachování točivosti pro velké oblouky

zataček a potřebné minimální vodivosti. Snažili jsme se dosáhnout toho snížením měrného tlaku a aplikací polyetylenové skluznice zn. »Kofix«, dovezené z Rakouska. Ostatní provedení a použití materiálu je stejné jako u slalomových lyží. Budou vyráběny v délkách od 190 cm do 230 cm a jejich cena bude přibližně stejná jako u slalomek. Bude jich rovněž vyrobeno pro nastávající sezónu asi 400 párů. Jako novinka u těchto dvou typů lyží je jiné rozdělení váhových hodnot. Pro stejné zatížení jsou sjezdovky vždy o 5–10 cm delší než slalomky. Např. 205 cm slalomkám odpovídají tvrdostí 212 cm sjezdovky.

Běžecské lyže. Tyto lyže byly pro nás nejtěžším úkolem pro jemnost požadovaných vlastností. Byl učiněn průzkum ve všech dosavadních typech tuzemské a zahraniční výroby. Výsledné běžky se pak podobají nejvíce »Järvinenkám«. Hodně jsme se obírali šířkou a tvrdostí běžek. Volili jsme šířky 48 mm pro 180 cm délky až 53 mm pro 220 cm délky. Rozhodli jsme se pro dvě variace tvrdosti. Jednu měkčí (např. 215 cm dlouhé lyže pro váhu do 73 kg) a druhou tvrdší asi o 10 kg pro stejnou délku lyží. Budou vyráběny v trojím provedení. Celobřezové za severské břízy jako vyslovené závodní lyže, březové s hickorovou skluznicí, pro delší ži-

Lyžařino, neboj se!

Poslední kongres FIS roku 1959 ve Stockholmu se zabýval mimo jiné důkladně také otázkou sjezdových tratí. Důvodem k tomu byly mnozíci se poukazy na stav dnešních sjezdových drah, u nichž neustále stupňovaná obtížnost (rychlost) se více a více dostává do protikladu k jejich bezpečnosti.

Kongres rozhodl, že dosavadní charakter sjezdových závodů pro muže zůstane zachován, ovšem za celkově přísnějších podmínek zvlášť pokud jde o schvalování tras sjezdových tratí a jejich terénní charakter. (Místo úvodního slova.)



Aby bylo zažehnáno nebezpečí hrozící ze strany jistých neuvážlivců, kteří propagují jízdu na lyžích v terénu a mezi nimiž nechybějí ani jedinci volající dokonce po zrušení sjezdovek vůbec, byl svolán celosvětový kongres, aby dohodl regulace, jimiž bude usměrnováno sjíždění rychlých sjezdových tratí. Devisou bylo, že rychlost a jen rychlost odpovídá dnešnímu životnímu tempu — tudíž i v lyžování.

Kongres se právě konal v Monte Silvestro za četné účasti zástupců všech světadílů včetně zástupců Arktidy a Antarktidy. Vzhledem k dosud nerozřešené otázce o výskytu sněhu i mimo naši zeměkouli nebyl k jednání pozván zatím ještě žádný vesmírný zástupce.

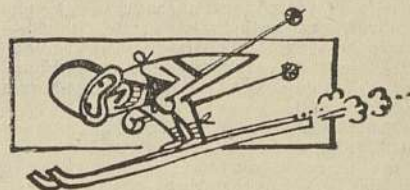
Byly přijaty a jako konečné a závazné (a to už výhledově i pro další planety) byly prohlášeny stanovy, z nichž uvádíme příslušná ustanovení:

- § 1. Lyžařské sjezdové tratě jsou obdobně horolezeckým stupňům obtížnosti rozděleny do 6 kategorií.
- § 2. Jsou to sjezdové tratě:

- a) normální — pro začátečnický,
- b) speciální — pro pokročilé,
- c) standardní — pro absolventy obou předchozích,
- d) superstandardní — s velkým spádem, ale ještě bez překážek,
- e) kanónové — s překážkami,
- f) atomové — s mimořádně velkým spádem a neobvyklými překážkami, na nichž musí být jezdec vybaven aerodynamickým gumovým oblekem, ochrannou přilbou a kyslíkovým přístrojem.

§ 3. Na sjezdovku vyšší třídy smí jezdec teprve po úspěšné zkoušce své dosavadní výkonnosti.

§ 4. Tu nejde jen o to prokázat, že je s to úspěšně jezdit na sjezdovce vyšší kategorie, ale předepsána je



votnost také jako běžky tréninkové, a celojasanové, případně v kombinaci s klenem v délkách od 180 cm do 195 cm pro žactvo a dorost. Všechny tyto typy jsou opatřeny spodními celuloidovými hranami a povrch lakován dvoukomponentním lakem vysokých kvalit a vyleštěn do hladkosti a vysokého lesku, aby se na nich držel co nejméně sněh. V každém provedení jsou pod 1 kg váhy. Vývojové vzorky jsou právě zkoušeny reprezentačním družstvem a po zkouškách a úpravě podle připomínek budou dány do výroby, aby se tyto nové běžky dostaly závodníkům ještě do konce tohoto roku. Jejich cena nemá být vyšší než cena dosavadních nejdražších běžek.

Lyže pro skok. Zdar těchto lyží byl podmíněn kvalitou skluznice. Proto abychom se vyrovnali zahraniční produkci, volili jsme na skluznici zahraniční materiály, než nám naše chemie vyrobí skluznice stejné nebo i lepší kvality. Skočky budou vyráběny v trojím provedení: 1. hickorové (40 % hickory) s polyetylenovou skluznicí »Kofix«, 2. jasanové v kombinaci s bukem na vnitřky lyží s celuloidovou skluznicí a 3. jasanové s náterovou hmotou na skluznici zn. »Tajfun«. Budou vyráběny v délkách od 200 cm do 255 cm. Konstrukčně jsou zaměřeny hlavně na rychlost a přesné vyvážení. Jeví se to zejména

v novém charakteru vzpruhu a v proměnách tloušťek lyží. Budou opatřeny vrchními a spodními celuloidovými hranami. Povrch bude upraven stejnými laky, jako sjezdovky a slalomky v oranžové a tmavomodré barvě. Ještě v tomto roce budou po vyzkoušení dány do výroby. Jejich cena bude asi mezi 350 a 650 Kčs podle typu provedení.

Kromě uvedených typů lyží hodláme přijít s novým typem kovových lyží. Zahájili jsme na nich práci a doufáme, že se nám podaří dát je do praktických zkušek na sněhu ještě v této sezóně. Zabýváme se rovněž širší aplikací umělých hmot na lyže, zejména laminátů, ve smyslu úspory dřevní hmoty.

I na širší lyžařskou veřejnost je pamatováno připravovaným sjednocením všech univerzálních typů lyží za účelem zvýšení a zpřesnění jízdních vlastností dosavadních lyží. Dětské lyže budou rovněž podrobeny revizi co do tvarů a vlastností a budou zčásti opatřeny skluznicí, celuloidovými hranami a pestřejší povrchovou úpravou.

Všechny uvedené lyže budou vyráběny v našich třech velkých závodech. V Zálesné Lhotě (u Martinic), kde máme dobré předpoklady ve vybavení provozu a v lidech, kteří jsou odchovanci krkonošských straní a sjezdových drah. V Novém Městě na

Moravě, v závodě, který má grunt v tradici běžců a skokanů z řad osazenstva. V závodě v Bedřichově na Moravě, osvědčeném v dobré službě široké lyžařské veřejnosti. Jsem přesvědčen, že se těchto vytčených nových úkolů zhostíme jak k slávě vlastní, tak hlavně k slávě celého našeho lyžařství.

SYROVÁTKA — RUS

Jednotné montování lyžařského vázání

Aby byla doclena žádoucí jednotota a správnost při montáži lyžařského vázání vzhledem k nové lyžařské osnově, předkládáme vám sestavenou tabulku, kde připevnit vázání na lyže, aby odpovídalo správnosti podle nejnovějších poznatků.

Při montáži běžeckých lyží se řídíme pravidlem: střed čelistí v místě vyvážení lyže.

Tabulka pro umístění vázání na lyžích: U = lyže univerzální, Sl = lyže pro slalom, Sj = lyže pro sjezd.

Přední hrana boty.

L = délka lyží (vzdušná linie od špičky lyže k patce).

Uvedené míry jsou měřeny od patky lyže.

L	U	Sl	Sj
110	54		
120	59		
130	64		
140	69		
145	71,5		
150	74		
155	76,5		
160	78,5		
165	81		
170	83,5	84	
175	86	86,5	
180	88,5	89	88
185	91	91,5	90,5
190	93	93,5	92,5
192	94	94,5	93,5
195	95,5	96	95
197	96,5	97	96
200	98	98,5	97,5
202	99	99,5	98,5
205	100	101	99,5
207	101	102	100,5
210	102,5	103,5	102
212	103,5	104,5	103
215	105	106	104,5
218	106,5	108,5	106
220	107,5	109	107
222	108,5	109,5	108
225	110	111	109,5

Při montáži spodních tahů (dvojháček i jednoháček) vylučujeme montování těchto »tak na půl«. Existuje buď vrchní tah nebo spodní tah. Jsou-li u kandaháru jen dvojháčky, doporučte sadu jednoháček, které namontujete pod zadní část čelistí, tzv. vrchní tah, dvojháčky pak jako spodní tah. Umísťují se tak, aby druhý háček byl asi ve výši začátku podpatku. U nově vyrobených kandahárů bude přiloženo osm jednoháček, které montujte uvedeným způsobem.

L. Strniště

i určitá rychlost a opakované sjetí tratě (alespoň 100krát).

§ 5. Po vzoru jiných velkých sportovních podniků, např. cyklistických, kde vedoucí závodník má žlutý trikot, nosí každý registrovaný sjezdář barvu tratě, na kterou je zařazen.

§ 6. V pořadí uvedených kategorií jsou to barvy: bílá, žlutá, zelená, modrá, červená, černá, takže obecenstvo ihned pozná výkonnost a zařazení lyžaře. Odznak za rychlostní rekord tratě se nosí na prsou, počet sjezdů je číselně vyznačen na rameni (ucelený tisíc se nahrazuje zlatým písmenem »M«).

§ 7. Příslušníkům páté kategorie sjezdovek je na návrh jejich národní organizace bezplatně propůjčován titul mistrovský, příslušníkům kategorie šesté titul doktorský.

§ 8. Jezdci, kteří nebudou dbát těchto ustanovení, kteří 3krát pojedou jinde než na své sjezdovce, kteří podniknou turistické jízdy na lyžích, budou škrtnuti ze seznamu příslušníků tratě. Budou zbaveni všech vyznamenání, nebudou už připuštěni na žádnou sjezdovku a ztratí výhodu, že musejí stát ve frontě při jízdách výtahy a lanovkami, a konečně budou ponecháni svému osudu rénu.

Proti těmto ustanovením se odvážíli vznést námitky pouze dva delegáti, ostatně osoby již značně



pokročilého stáří. Nesměle uvedli, že především § 8. se jim zdá být příliš tvrdý a že snad i turistické lyžování má svou etickou hodnotu a nemá být obětováno úplně. Proti nim však hlasovali všichni ostatní, kteří na základě přesných astronomických údajů uváděli, že druh turistického lyžaře už je na vyměnění a že v dohledné době žádný exemplář patrně již nebude na živu. Zcela osamělé jediáce potkáme snad nejvýše ještě někde v odlehlých horských končinách, asi jako himálájského sněžného muže yetiho.

★

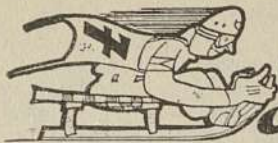
Nakonec byl ještě podán návrh, aby typ lyžaře, který se domnívá, že na lyžích lze jezdit také mimo sjezdovky a jinak než jen stále rychleji nebo že lyže jsou prostředkem i k jízdě terénem a k poznávání zimních krás přírody, byl popsán, katalogizován a v životní velikosti jako model vystaven ve všech světových muzeích.

Jako závazná lhůta k provedení tohoto opatření byl přijat a stanoven příští Silvestr.

(Podle cizích pramenů.)

LASEČEN MĚLIV





Saně a boby



K NÁPLNI TRÉNINKOVÝCH HODIN SÁŇKAŘE V TĚLOCVIČNĚ

Doc. Dr. DALIBOR ZDENĚK

Před zahájením vlastního tréninku na saních pokračujeme ve všeobecné přípravě v tělocvičně. Tma v odpoledních hodinách po práci a často nepříznivé počasí zavede nás z hřiště a volné přírody, kde jsme se dosud připravovali, do tělocvičny. Tam využijeme veškerého zařízení, abychom se zhuštěnou formou, kterou umožňuje zejména nářadí, připravili na speciální námahu spojenou s provozováním sáňkařského sportu.

K čemu zde obrátíme svou pozornost, k čemu potřebuje sáňkař přípravu, v jakém směru musí usilovat o zvýšení své fyzické zdatnosti, než začne jezdit? Na to si máme v tělocvičně dát odpověď. Stručně shrnuto, po fyzické stránce musí snášet námahu jízdy, kdy při častých záklonech a vzprímeh se uplatní síla a vytrvalost zádového a břišního svalstva, kdy se nesmí příliš unavit nesením 20 kg těžkých sáňek od cíle ke startu, kdy při jízdě musí mít náležitý postřeh a schopnost reagovat na okamžitou situaci, kdy je zapotřebí, aby byl každý již v době zahájení tréninku na dráze nervově i tělesně v nejlepší kondici.

Jsou to nutné předpoklady, aby se závodník při vlastním tréninku mohl, veden svým cvičitelem, věnovat udržování kondice, zdokonalování techniky a promyšlení taktického způsobu pro vlastní závodní jízdy.

Stejně tak cvičíme v tělocvičně v době hlavní sezóny, když nám počasí znemožňuje vyjet na dráhu a trénovat na ní.

Cvičební lekce v tělocvičně nesmí být seskupením namátkou vybraných cviků. Každá lekce musí mít svůj pevný plán, který odpovídá základní osnově hodiny; rozvíčet pak důkladně, propracovat a zaměstnat celé tělo, nakonec uklidnění, sprchy nebo omytí.

Rozvíčce předchází rychlé zahřátí, například honičkou, a pak podle počtu účastníků se nastoupí na značky nebo do kruhu apod., a procvičí se celé tělo. Doporučuji postup: pohyby paží, pak trupu, kdy ve stoje, kleku, sedu i lehu cvičíme předklony, záklony, úklony, otáčení, většínou vždy ve spojení s prací paží i nohou. Velmi cenným cvičením je zvedání trupu z lehu na zádech, s předklonem a dosahováním na špičky nohou do sedu nebo zvedání nohou, kroužení nohou, střihání v lehu na zádech atd. Po trupu zaměstnáváme nohy opakovanými dřepy, vyvíhováním do vysokého přednožení, zanožení, unožení, děláme výpady atd. Tuto přípravu zakončíme poskoky. Každý cvik opakujeme pětkrát až desetkrát, podle vyspělosti a stavu trénovanosti cvičenců.

Po poskocích si organismus sám vyžádá zvýšenou činnost dýchací, kterou podporíme vhodně volenými dechovými cviky, prováděnými ve vlastním rytmu, než na počítání vedoucích.

V hlavní části hodiny se zařadí cvičení nářadová, atletická, vzpírání, hry atd. Z nářadí se nám nejlépe osvědčí švédské žebřiny (ribstoly), na nichž ze-

jména ve visu zády ke stěně procvičujeme břišní svaly zvedáním nohou do přednosu i výše, střihání nohou v přednosu apod. Ve visu čelem ke zdi zase oddalujeme nohy od nářadí, komíháme do stran atd., abychom zase posílili zádové svaly. Ty dobře protahujeme cvikem, kdy ve visu stojmo (stojíme na přičce a držíme se za další nad hlavou) spouštíme a přitahujeme zase zpět k nářadí trup — můžeme se přitom rukama po každém přitažení uchopit o jednu přičku níž. Pro silění paží zařadíme cvičení šplhová, na hrazdě, vzpíráme činky, cvičení s medicínabalem. Pro duchapřítomnost a uvědomění polohy těla a rychlé rozhodování cvičíme akrobacii (přemety, hvězdy, salta, kotouly) nebo cvičení na kružích v hupu s připojenými cviky (zejména obraty, shyby) u předhupu a záhupu aj. Smíšené přeskoky přes koně, kozu, bednu, jsou rovněž vhodným cvičením pro sáňkaře, zejména pro start dvojic.

Vytrvalost v nošení břemene poznáme při jednoduché hře, kdy nastoupí cvičenci ve dvojicích do kruhu, čelem ke středu; vnitřní vezmou na ramena zadní. Ti dostanou míč a přihrají si jej. Nosiči jsou přitom neklidní, pohyby, obraty, uskočením apod. se snaží znemožnit chy-

cení. Upustí-li některý jezdec míč nebo nechytne-li jej, vymění si úlohy.

Hry samy, drobné a zejména sportovní, pokud se dají hrát v tělocvičně, jsou nejlepší školou rychlé reakce. Hrajeme v tělocvičně proto košíkovou a odbíjenou.

Do hlavní části dáme i skoky, pro naše účely se nám nejlépe hodí v tělocvičně skok daleký z místa, kdy na páse žíněnek (nebo i jen na podlaze) provádíme několik skoků navázaně za sebou. Opět jde hlavně o silění břišních svalů a odrazové schopnosti nohou.

Před zakončením lekce zařadíme cvičení pro uklidnění. Jak název ukazuje, půjde tu o klidné cvičení, hry, pochod se zpěvem a v letošním roce, kdy i sportovci se připravují k masovému vystoupení při II. CS, aby reprezentovali jednotu čs. tělesné výchovy, bude to vhodná příležitost k návčiku na II. CS.

Hodinu zakončíme krátkým jejím zhodnocením, kde je to jen trochu možné, osprchováním a mytím.

Pokud jde o časový rozvrh, je lepší dvakrát týdně hodina až půldruhá hodiny než jednou v týdnu dvě hodiny. Doporučíme, zejména závodníkům, vedle toho i každodenní cvičení doma a alespoň jedenkrát v týdnu výběh do terénu.

Při cvičení při každé vhodné příležitosti nejkrátkším způsobem zdůvodníme význam toho kterého cviku, abychom tak zvyšovali uvědomělost cvičenců, a tím i hodnotu jejich vlastního cvičení.

Výsledky se pak nezbytně prokáží v závodní sezóně na dráze.

SOUTĚŽNÍ PODMÍNKY

(PRO SPARTAKIÁDNÍ SOUTĚŽ MEZI ODDÍLY BOBŮ A SANÍ)

Pokračujte ve spartakiádní soutěži mezi oddíly bobů a saní o největší počet cvičenců v návčiku a při vystoupení na krajských (oblastních) spartakiádách. V soutěži v návčiku a vystoupení na okresních spartakiádách jsme se umístili na 12. místě mezi 36 sportovními sekcemi. Naše umístění v první třetině je velkou úspěšně a zavazuje nás k tomu, abychom nepolevili a ve finále jubilejního roku 1960 své postavení mezi sekcemi ÚV ČSTV ještě zlepšili. Proto vyzýváme všechny oddíly bobů a saní, aby se přihlásily písemně do soutěže na sekci bobů a saní ČSTV, Praha 3, Na poříčí č. 12.

PODMÍNKY SOUTĚŽE

- Absolutní počet členů oddílu v návčiku.
 - mužů, b) žen, c) dorostu, d) žactva.
- Procento členů pravidelně návčujících spartakiádní skladby z celkového počtu členů oddílu.
- Absolutní počet členů oddílu, kteří cvičili na krajské (oblastní) spartakiádě v
 - mužů, b) žen, c) dorostu, d) žactva.
- Procento členů, kteří cvičili na krajské (oblastní) spartakiádě v z celkového počtu členů oddílu.

Vyhodnocení bude zasláno v těchto termínech:

Bod 1. a 2. — písemná zpráva k 1. února a k 1. dubnu 1960 o počtu členů v návčiku,

bod 1. až 4. — souhrnné hlášení oddílů po krajské (oblastní) spartakiádě. Konečné souhrnné hlášení oddílů zašlete potvrzené jednotou a OV ČSTV ústřední sekci bobů a saní do 10 dnů po krajské (oblastní) spartakiádě.

Zároveň bude zaslána kopie vyhodnocení mezioddílové spartakiádní soutěže OV ČSTV a KV ČSTV — sekci bobů a saní.

ODMĚNA:

Vítězný oddíl bude odměněn závodními saněmi a prvních 6 oddílů knihami a diplomy.

Předsednictvo ústřední sekce bobů a saní ČSTV oceňuje záslužnou práci těch vedoucích bobových a sáňkařských oddílů, kteří jdou příkladem a vedou své cvičence k pilnému návčiku na krajské (oblastní) a II. celostátní spartakiádu. Vystoupení bobistů a sáňkařů na krajských (oblastních) spartakiádách a pomoc v organizaci a zajišťování spartakiád klademe na první místo v nastávajícím roce 1960. Přejeme všem oddílům bobů a saní ve spartakiádní soutěži hodně zdaru.

Zrychlení působící na posádky bobů a saní

(Z připravované knihy inž. Korandy: Vysoká sportovní hodnota jízdy na saních a bobech.)

Při jízdě na bobech a saních působí na vozidlo i posádku podle současných poznatků vedle gravitace ještě tři různé druhy zrychlení. Jsou to tzv.:

1. Zrychlení úhlové. Toto zrychlení je velmi důležité při orientaci pilota i posádky v prostoru a při výskytu tzv. »bobové nemoci«, což je obdoba letadlové nebo mořské nemoci. Je způsobeno kývavými a houpavými pohyby, dále rychle po sobě následujícími otřesy vlivem nerovnosti povrchu a dráhy a též bobováním. Nepříznivý vliv má též špatný psychický stav a přirozeně špatná průprava závodníka. Otázkou je i vliv tohoto zrychlení na ženský organismus. V tomto směru právě provádí výzkum naše zdravotní komise pod vedením MUDr. Světa.

V budoucnu bude jistě tomuto úhlovému zrychlení věnována patřičná pozornost a doufám, že hlavně ze strany našich lékařů bude o ně projeven zájem.

2. Zrychlení lineární. Vyskytuje se při startu (akcelerace), brzdění (decelerace), havárii — prostě všude tam, kde dochází ke změně rychlosti bez změny směru pohybu!

Při rozjíždění, ať již se jedná o pevný nebo letmý start, nepřichází zde akcelerace pro své malé působení v úvahu. U bobů a saní nabývá toto lineární zrychlení rozhodujících hodnot pouze jako decelerace při náhlém a intenzivním zabrzdění a nejmarkantněji se projevuje a působí při havárii! Proto také hlavní využití uvedených zkušeností spočívá ve zpětném zjišťování násobků g , kterých se dosáhne při havárii z určité rychlosti na určité brzdě dráze. Slouží nám jako podklad pro konstrukci ce-

lokopotovaných bobů, kdy posádka musí snést při havárii tento příslušný náraz, způsobující retardaci, dosahující mnohdy hodnot na mezi lidských možností se pohybujiících. Schematické obrázky — ukazují různé odolnosti proti násobkům g v závislosti na poloze jezce a jeho upevnění i konstrukci sedadla při době působení síly 0,01 sec. Rovněž tento problém akcelerace a decelerace bude řešen obšírněji v některé z následujících samostatných statí, až bude podrobněji zpracován (zabývá se jím též inž. B. Dubec).

3. Zrychlení radiální. Nazýváme je též centrifugální, tj. odstředivé nebo dostředivé. Vzniká za pohybu při každé změně směru jízdy. Nejvíce působí v zatáčce, a to i za konstantní rychlosti. Toto zrychlení je pro jízdu na bobech a saních nejdůležitější, a proto si ho jako prvé, pokud možno obšírněji, probereme, ale to již až v příštím čísle.

Je samozřejmé, že za jízdy nepůsobí jednotlivá zrychlení samostatně, nýbrž že se navzájem prolínají, jejich vlivy se sečítají a nelze je tudíž s úplnou přesností řešit odděleně. Pro zjednodušení a názornost však není jiné cesty. V mnohých případech nutno počítat navíc i s působením gravitace zemské, což ještě více ztěžuje poměry při jízdě.

Nejbližší úkoly

- Dokončit přetypování bobů a zajistit vystavení nových typových průkazů do 31. XII. 1959.
- Nácvik a příprava soutěží na II. CS.
- Připravit sáňkařské soutěže SHM již letos.
- Propagovat a pomáhat NV, ČSM, PO, SNB, školám a OV ČSTV při úpravě prostorů pro sáňkování.
- Vyrovnat případné nedostatky v placení členských příspěvků.
- Lékařské prohlídky a očkování proti tetanu.
- Prodiskutovat usnesení pléna předse- sedů sekcí a zajistit řádné jejich plnění.

PNS PŘIJMÁ NOVÉ PŘEDPLATITELE NAŠEHO ČASOPISU NA ROK 1960

Poštovní novinová služba má možnost přijmout na rok 1960 určitý počet nových předplatitelů našeho časopisu. Upozorňujeme, že teď je nejvhodnější doba k přihlášce, chcete-li dostávat časopis od prvního lednového čísla. Přihlášky přijímá každý poštovní úřad a doručovatel.

Ti, kteří již předplatiteli jsou, se ovšem nově nepřihlašují; PNS pokračuje automaticky v dodávce časopisu i v roce 1960.

A ještě jedno upozornění: Inkaso předplatného bylo přeneseno z konce roku až na leden 1960. Prosíme, abyste s tím počítali.

USNESENÍ

AKTIV PŘEDSEDŮ KRAJSKÝCH SEKCÍ BOBŮ A SANÍ, KTERÝ SE KONAL
15. XI. 1959:

za účasti krajů: MV Praha, Ústí, K. Vary, Liberec, Č. Budějovice, Brno, Ostrava, MV Tatry a zástupců z krajů H. Králové, Olomouc a SÚV ČSTV.

1. Schvaluje se referát k plánu činnosti ústřední sekce za rok 1959. Ukládá se: předsednictvu ústřední sekce zjednat zlepšení v činnosti městské komise bobů a saní Praha.
— předsedům krajských sekcí informovat ústřední sekcí o činnosti oddílů ve svých krajích.

2. Schvaluje se plán činnosti na rok 1960.

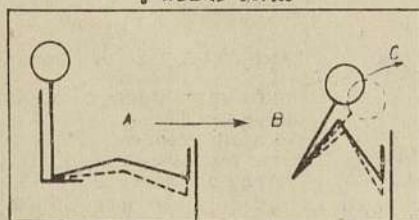
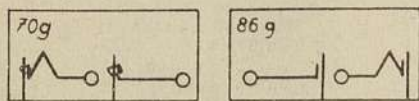
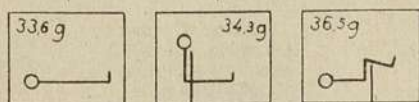
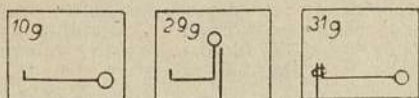
Ukládá se na osobní odpovědnost předsedů krajských sekcí:

- a) vypracovat plán činnosti krajské sekce bobů a saní na r. 1960 do 15. XII. 1959.
- b) zajistit schválení rozpisů krajských přeborů a kvalifikačních závodů v jízdě na saních, bobech do 30. XII. 1959.
- c) hlášení výsledků ze všech pořádaných závodů, které bude obsahovat zprávu ředitele závodu a rozhodčích včetně označení splnění limitů výkon. tříd a hlášení úrazů potvrzené lékařem přítomným na závodě — hlášení odeslat ústřední sekcí do 5 dnů po závodě.
- d) vypracovat pro ústřední sekcí zprávu o činnosti oblastních trenérů a o tréninku reprezentantů — ihned.

Vyhlašují a přijímají se:

- Soutěž v nácviku na spartakiádu — zodpovídá s. Hanák.
- Soutěž o největší odběr časopisu Lyžařství — zodpovídá s. Kovanda.
- Soutěž mládeže o odznak sáňkaře — zodpovídá s. Horák.

3. Ukládá se všem složkám sekce bobů a saní: pokračovat v nácviku masových vystoupení na II. CS a v největším počtu se zúčastnit krajských a oblastních spartakiád jak ve cvičení dospělých, tak i mládeže. Zvláštní pozornost věnovat nácviku mužů s plnými miči.
4. V roce 1960 věnovat hlavní pozornost mládeži za účelem získání co největšího počtu mládeže do organizovaného sáňkařství. K tomuto plně využít vydaných zásad a sportovně technických rozpisů sáňkařských soutěží SHM a spolupráce s krajskými pionýrskými domy. Zodpovídají předsedové krajských sekcí.
5. V rámci Přerovské výzvy propagovat a uskutečňovat prostřednictvím našich členů a oddílů podle místních možností jednoduchou úpravu sáňkovišť a lehkých sáňkařských drah pro mládež. Zodpovídají předsedové krajských sekcí.



Kalendář soutěží a závodů 1960



Bedřiška Tylová z Teplíc, nejúspěšnější dorostenka v jízdě na saních 1958—1959

Sportovní hry mládeže a sáňkařství

Podíváme-li se blíž na zásady masového rozvoje sportovních soutěží mládeže, musíme uznat, že nové uspořádání SHM umožní velkému počtu mladých lidí ověřit si svou fyzickou zdatnost a trvale se zapojit do tělesné výchovy. To bude i pro náš sport, sportovní sáňkařství, přínosem. Proto věnujte přípravě soutěží pečlivou pozornost!

Sportovní hry mládeže jsou určeny mládeži, která není dosud aktivně zapojena do sportovních soutěží. Jedná se tedy o podchycení těch, které se snažíme získat různými náborovými, žákovskými a dorosteneckými soutěženími.

Nové uspořádání SHM tedy zaručuje trvalý organizovaný nábor, kterým budeme postupně získávat mládež pro registrované soutěže v našich sportech. Mnoho mladých lidí stojí ještě mimo tělovýchovu a je třeba je získat. Zavedením SHM se zřejmě sleduje bližší spolupráce masových složek (ČSTV, Svazarm, ČSM, Pionýrské organizace a orgánů škol), aby došlo k posílení jednotného vlivu na naši mladou generaci.

Vítáme SHM v novém uspořádání i na úseku sportovního sáňkařství. Bude posílením pro dosažení soutěže mládeže nejen po stránce masové, ale i výkonnostní.

Soutěž o odznak sáňkaře

K získání mládeže do našich oddílů vypisujeme soutěž o odznak sáňkaře.

Soutěž má jedinou podmínku: absolvování 3 sáňkařských závodů mládeže.

Podrobnější pokyny připravuje ústřední komise mládeže. Budou otištěny v pracovních »Zprávách sekce« a v lednovém čísle odborného časopisu »Lyžařství, sáňkařství a bobový sport«.

Inž. VLADIMÍR KOVANDA

Datum	Název závodu	Dráha	Pořadatel	Druh
LEDEN				
SANĚ				
1.	Propag. závody mládeže	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
1.—2.	Novoroční závod	Jeseník	Slávia Žabovřesky	
2.	Veřejný závod	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
2.	Veřejný závod	Habří	Sokol Kvítkovice	
2.	Malá cena Lokomotivy	Dubí	Lokomotiva Teplice	
2.	Oddílové přebory	Smržovka	Spartak Smržovka	
2.	Oddílové přebory	Smržovka	Slávia, Start Praha	
2.	Přebory jednoty	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
5.	Oddílové přebory	Ještěd	Jiskra Text. Liberec	
10.	Okresní přebory	Č. Studnice	OV ČSTV Jablonec	
10.	Veřejný závod	Ještěd	Jiskra Text. Liberec	
10.	Oddílové přebory	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
10.	Krajský přebor	Nedvědice	MV ČSTV Brno	
10.	Veřejný závod	Č. Krumlov	Sokol Krumlov	
10.	Pražský závod	Ještěd	MV ČSTV Praha	
10.	Okresní přebory	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
10.	Přebory jednoty	Kopřivnice	Tatra Kopřivnice	
13.	Náborový závod pionýrů	Kopřivnice	Tatra Kopřivnice	
17.	Krajský přebor	Ještěd	KV ČSTV Liberec	
17.	Veřejný závod	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
17.	Memoriál B. Kohouta	Nedvědice	Slávia Žabovřesky	
17.	Okresní přebory	Habří	OV ČSTV Budějovice	
17.	Krajský přebor	Dubí	KV ČSTV Ústí n. L.	
17.	Krajský přebor	Dubí	MV ČSTV Praha	
17.	Náborový závod	Ostravice	Sokol Ostravice	
20.	Přebor prům. školy	Kopřivnice	Tatra Kopřivnice	
22.	Závod mládeže	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
22.	Závod mládeže	Č. Studnice	Sp. Paseky Jistebsko	
23.—24.	Krajský přebor	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
24.	Závod mládeže	Ještěd	Jiskra Text. Liberec	
24.	Závod mládeže	Smržovka	Spartak Smržovka	
24.	O nejrychlejšího sáňkaře	Brno	Sl. Žabovřesky a Ml. Fronta	
24.	Okresní přebory	Č. Krumlov	OV ČSTV Č. Krumlov	
24.	Krajský přebor	Ostravice	KV ČSTV Ostrava	
31.	Propag. závody mládeže	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
31.	Krajský přebor	Č. Krumlov	KV ČSTV Budějovice	
31.	VELKÁ CENA TEPLIC	DUBÍ	LOKOMOTIVA TEPLICE	KVAL.
ÚNOR				
3.	Propagační závody	Nový Jičín	ODPM Nový Jičín	
5.	Závod mládeže	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
1.—7.	Závody KDP a mládeže	Dobrá Voda	KV ČSTV Budějovice	
7.	Pohár MNV Jistebsko	Studnice	Sokol Jistebsko	
7.	Den pionýrů	Ostravice	Sokol Ostravice	
7.	POHÁR MÍRU	MAR. LÁZNĚ	SLOVAN MAR. LÁZNĚ	KVAL.
10.	Náborový závod	Kopřivnice	Tatra Kopřivnice	
11.—14.	MISTROVSTVÍ ČSR	JESTĚD	KV ČSTV LIBEREC	KVAL.
11.—14.	DOROST. PŘEBOR ČSR	JESTĚD	KV ČSTV LIBEREC	KVAL.
14.	Propagační závody	St. Smržovka	Spartak Smržovka	
21.	POHÁR LÁZNÍ JESENÍKU	LÁZNĚ JESENÍK	JISKRA JESENÍK	KVAL.
22.	Propagační závody	Nový Jičín	ODPM Nový Jičín	
27.—28.	POHÁR BESKYD	OSTRAVICE	BANÍK OSTRAVA	KVAL.
28.	Štít Krušných hor	Dubí	Dynamo Teplice	

BOBY				
3.	Propagační závody	Nový Jičín	ODPM Nový Jičín	
5.	Závod mládeže	Jezer. Vrch	Sp. Klášterec n. O.	
1.—7.	Závody KDP a mládeže	Dobrá Voda	KV ČSTV Budějovice	
7.	Pohár MNV Jistebsko	Studnice	Sokol Jistebsko	
7.	Den pionýrů	Ostravice	Sokol Ostravice	
7.	POHÁR MÍRU	MAR. LÁZNĚ	SLOVAN MAR. LÁZNĚ	KVAL.
10.	Náborový závod	Kopřivnice	Tatra Kopřivnice	
11.—14.	MISTROVSTVÍ ČSR	JESTĚD	KV ČSTV LIBEREC	KVAL.
11.—14.	DOROST. PŘEBOR ČSR	JESTĚD	KV ČSTV LIBEREC	KVAL.
14.	Propagační závody	St. Smržovka	Spartak Smržovka	
21.	POHÁR LÁZNÍ JESENÍKU	LÁZNĚ JESENÍK	JISKRA JESENÍK	KVAL.
22.	Propagační závody	Nový Jičín	ODPM Nový Jičín	
27.—28.	POHÁR BESKYD	OSTRAVICE	BANÍK OSTRAVA	KVAL.
28.	Štít Krušných hor	Dubí	Dynamo Teplice	

Do celostátního žebříčku sáňkařů ČSR se počítá výsledek dosažený na mistrovství ČSR (na dorosteneckém přeboru ČSR) a tři nejlepší výsledky dosažené na kvalifikačních závodech. Kvalifikačních závodů a mistrovství ČSR (dorosteneckého přeboru ČSR) se mohou zúčastnit závodníci I. a II. výk. třídy (nositelé výk. třídy mládeže).

LEDEN				
12.	Oddílové přebory	Liberec	Jiskra Text. Liberec	
17.	Veřejný závod	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
23.—24.	Memoriál O. Štádlera	Dubí	Lokomotiva Teplice	
24.	Krajský přebor	Dubí	KV ČSTV Ústí n. L.	
24.	Krajský přebor	Dubí	MV ČSTV Praha	
24.	Memoriál A. Škuthana a St. Wagnera	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
24.	Krajský přebor	Mar. Lázně	KV ČSTV Karlovy Vary	
24.	Krajský přebor	Liberec	KV ČSTV Liberec	
24.	Krajský přebor	neurč.	KV ČSTV Brno	
31.	POHÁR MAR. LÁZNÍ	MAR. LÁZNĚ	SLOVAN MAR. LÁZNĚ	KVAL.

ÚNOR				
7.	RUDÁ HVĚZDA	DUBÍ	BANÍK TEPLICE	KVAL.
25.	ÚNORA	DUBÍ	BANÍK TEPLICE	KVAL.
21.	O ŠTÍT LIBERECKÉ VÝŠINY	LIBEREC	JISKRA TEXT. LIBEREC	KVAL.
21.	Veřejný závod	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	
21.	Divadelní pohár	Dubí	Lokomotiva Teplice	
28.	Veřejný závod	Liberec	Jiskra Text. Liberec	
28.	Pohár míru	Mar. Lázně	Slovan Mar. Lázně	

Do celostátního žebříčku bobistů se počítají nejlepší výsledky ze dvou kvalifikačních závodů.

Na všech kvalifikačních závodech je možno vyjet limit I. výkonnostní třídy. -bh-

SMĚRNÁ ČÍSLA

pro mistrovské a přebornické soutěže v roce 1960

Pro účast na mistrovství ČSR, dorosteneckém a juniorském přeboru ČSR ve spartakiádním roce byla směrná čísla rozepsána zvlášť pro dospělé a zvlášť pro dorost.

V zásadě v určování směrných čísel nedošlo k žádné podstatné změně. Výjimku tvoří příslušníci jednoty Dukla, kteří nejsou žádnému kraji do směrného čísla započítáni, neboť se zúčastní mistrovství na vlastní náklad.

Abychom mohli dodržet loňská základní čísla, jsou v klasických disciplínách určena tato procentní zpoždění proti vítězi: muži 50 km 25 %, muži klasické disciplíny 20 %, junioři a juniorky 25 %, ženy 25 %, všichni dorost 20 %.

Ve sjezdových disciplínách byla určena tato procentní zpoždění proti vítězi: muži 40 %, ženy 40 %, dorostenci starší a mladší 40 %, dorostenky starší a mladší 30 %.

Proti roku 1959 jsme průměr zhoršili o 15 až 20 %, a to proto, že u dospělých můžeme na místo příslušníků jednoty Dukla přizvat další závodníky. U mládeže ve sjezdových disciplínách proto, že dorost nedosahuje takové výkonnosti jako v předešlém období. U mládeže klasických disciplín zůstává situace stejná jako vloni.

V tomto roce jsme sledovali možnost zpřesnit směrná čísla podle výsledků z jiných závodů. Pouze u 50 % závodníků jsme mohli určit účast na jiných závodech, kupříkladu Harrachov, Zlatá lyže atd. Zůstává tedy mistrovství ČSR základním závodem pro hodnocení směrných čísel.

Určením celkového čísla kraje je dána možnost a plná moc se směrným číslem disponovat podle jejich nejlepšího uvážení a stavu výkonnosti závod-

níků v jednotlivých kategoriích.

I v tomto roce mají kraje možnost vyslat další závodníky na náklad jednoty, okresu nebo

kraje. Umístili se tito ve stanovených procentech zpoždění, mají kraje v příštím roce zajištěnou další kvótu ve směrných číslech. NAVRÁTIL

Kraj	Klasické disciplíny							Sjezdové disciplíny						
	50 km	Dospělí		Dorost			Dospělí			Dorost				
		celkem	z toho vedouc. trenérů	celkem	z toho vedouc. trenérů	z toho		celkem	z toho vedouc. trenérů	nejvíce ve slat. m. + jun.	celkem	z toho vedouc. trenérů	z toho	
						star.	mlad.						star.	mlad.
MV Praha	3	14	2	9	1	3	5	13	2	5	11	1	5	5
KV Praha	—	2	—	3	1	1	1	5	—	1	8	1	3	4
České Budějovice	1	9	1	8	1	6	1	1	—	1	3	1	1	1
Plzeň	—	8	1	11	1	7	3	3	—	3	13	2	6	5
Karlovy Vary	—	1	—	3	1	2	—	1	—	1	—	—	—	—
Ústí n. Lab.	—	6	1	10	1	4	5	5	1	3	7	1	2	4
Liberec	8	21	2	28	3	12	13	13	2	10	10	1	2	7
Hradec Králové	6	16	2	20	2	6	12	15	2	8	14	2	5	7
Pardubice	—	2	—	4	1	—	3	—	—	—	3	1	—	2
Jihlava	3	14	2	17	2	6	9	—	—	—	—	—	—	—
Brno	4	11	1	4	1	1	2	7	1	5	11	1	3	7
Olomouc	2	5	1	7	1	4	2	5	1	3	6	1	2	3
Ostrava	1	2	—	7	1	4	2	8	1	4	13	2	4	7
Gottwaldov	1	6	1	4	1	1	2	5	1	3	9	1	4	4
MV Bratislava	—	2	—	—	—	—	—	2	—	2	4	1	2	1
KV Bratislava	—	1	—	—	—	—	—	1	—	1	2	1	1	—
Žilina	—	7	1	10	1	3	4	3	—	3	8	1	5	2
Košice	—	8	1	6	1	2	3	13	2	8	9	2	3	4
Prešov	—	1	—	2	1	1	—	—	—	—	—	—	—	—
Nitra	—	—	—	—	—	—	—	1	—	1	3	1	2	—
Banská Bystrica	—	9	1	5	1	2	2	—	—	—	3	1	1	1
Dukla-armáda	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10	—	—	—	—
Min. vnitřní	—	—	—	—	—	—	—	—	—	3	—	—	—	—
Celkem	29	146	17	159	24	67	69	99	13	75	137	22	51	64

BLAHOPŘEJEME

TELEGRAM

Československý svaz tělesné výchovy, Praha 3, Na poříčí 12.

065 TRUTNOV 2243 37 7 0810.

OZNAMUJEME VÁM, ŽE JSME DNE 7. LISTOPADU V DEN 42. VÝROČÍ VŘSR, DOKONČILI STAVBU HLAVNÍ ČÁSTI NÁJEZDOVÉ VĚŽE LYŽAŘSKÉHO MŮSTKU V TRUTNOVĚ. ODPRACOVALI 4000 HODIN A ZPRACOVALI 41 m³ BETONU.

LOKOMOTIVKA TRUTNOV — LYŽAŘI

TELEGRAM

Okresní výbor ČSTV Trutnov

S radostí jsme přijali Vaši zprávu o dokončení stavby nájezdové věže lyžařského můstku v Trutnově k 42. výročí Velké říjnové socialistické revoluce.

Vaše zpráva nás přesvědčila o tom, že lyžaři Trutnovska jsou obětavými a dobrými pracovníky a že svou prací chtějí zajistit, aby lyžařský sport na Trutnovsku se co nejuvíce úspěšně rozvíjel.

Do Vaši další práce Vám přejeme hodně zdaru a jsme se soudružským pozdravem.

LS ÚV ČSTV

Lyžařství 23

O SNĚHU A LYŽÍCH V ZAHRANIČÍ

Přistupujeme po druhé s naší rubrikou ke čtenářům a přinášíme následující informace o lyžích a sněhu v zahraničí. Prvý náš přehled se setkal s velkým ohlaselem. Připomínáme znovu, že očekáváme úzkou spolupráci čtenářů — čekáme vaše dopisy, připomínky, náměty i eventuelní zprávy o lyžování v cizině.

kluby jsou zapsány mezi jedenácti zakládajícími kluby rakouského svazu lyžařů v roce 1904. Prvním předsedou svazu se stal vrchlabský Quido Rotter. Nejsou tedy kořeny lyžařské slávy Rakouska v ČSR?

Volný překlad z ročenky: 50 let ÖSV
a z časopisu: ÖSV, 1. sešit 1959

J. V.

SOVĚTSKÝ SVAZ

Sovětská skokani začali nedávno trénovat na novém můstku s umělou hmotou v Torsově u Leningradu. Jeho kritický bod je P-42 m.

Prvních závodů na tomto můstku se zúčastnila řada skokanů, mezi nimi i »letající torpédo«, jak nazývají temperamentního K. Sakadžeho. Zvítězil a dosáhl 219,0 b. (49,0 m a 47,5 m). Na dotaz, jak se mu skákalo na novém můstku, odpověděl: »Velmi dobře. Má normální nájezd a doskok. Není to tak dávno, co jsem měl možnost skákat na můstku s umělou hmotou v Československu. Mohu říci, že jsou rovnocenné.«

NORSKO

H. BRENDEN O TRÉNINKU

Jedním z olympijských vítězů je H. Brenden, který získal zlatou medaili v roce 1952 a v roce 1956. O svých trénincích a úspěších píše v knize »Zlaté medaile«, ze které přinášíme některé postřehy.

»Po lehkotletické letní přípravě začínám v konci podzimu trénovat s holemi. Při prvním mrazíku chodím bruslit. Jakmile napadne sníh, projíždím se na lyžích postupně 3—5 až 6 hodin. Při prvních závodech sezóny nejedu nikdy naplno. Považuji první závod za důležitý trénink. Před závodem omezují trénink na 1—2 hodiny. Velký důraz kladu na řádné seznámení s tratí. Půl hodiny před závodem se rozvíčuji, na závod nemyslím. Teprve, když slyším »teď«, plně se soustředím. Významná je taktika závodu. Proto se vždy dobře seznamuji s terénem, uvědomuji si, kde mohu využít sjezdu, kde se musím připravit k prudkému stoupání, kde si mohu odpočnout.«

Kapitola o tréninku uzavírá H. Brenden slovy: »Nikdy neodmítám rady nebo připomínky ostatních. Ze všeho je možné si vzít poučení. To mi také pomohlo k mým úspěchům.«

RAKOUSKO

Putzi Frandlová, t. č. neúspěšnější rakouská sjezdářka, se po půlročním pobytu v USA vrátila do vlasti. Prohlásila, že za favoritky pro Squaw Valley pokládá Norky, v čele s Astrid Sandvik a Američanky Snite, Pitou, Anderson a Mayers. Sjezdářky USA budou mít velkou výhodu v tom, že tratě ve Squaw Valley, které dobře znají, jsou lehké — podstatně lehčí, než byly tratě v Badgastein. Stein Eriksen započne v lednu v Aspenu s přípravou norského ženského družstva.

KOŘENY RAKOUSKÉ LYŽAŘSKÉ SLÁVY V ČSR?

To, že hrabě Harrach přivezl první lyže do Čech v roce 1887 pro svůj lesnický personál, je zpráva naprosto věrohodná, historicky podložena a každému, kdo se jen trochu o lyžování zajímá, také známa. Z cizích pramenů se však dovídáme, že první pár lyží dovezl k nám již v roce 1874 polární badatel Julius Payer. Podle nedoložených zpráv měly být tyto lyže používány na panství Schwarzenbergů a Harrachů. Zpráva jistě velmi zajímavá.

Ze stejného pramenu je možno se dočíst, že první výroba lyží, jakási menší továrnička na lyže, byla založena v roce 1891, a to opět v Krkonoších. Jejím zakladatelem a majitelem byl truhlářský mistr František Baudyš v Mladých Bukách u Trutnova. Z roku 1893—1894 je známý obsáhlý ceník lyží tohoto výrobce, k němuž je připojen vysoce zajímavý návod k použití. Mimo jiné doporučuje Baudyš lyže před túrou řádně natřít zvlhlou solí, lojem, nebo dokonce herinkem.

Krkonoše, i když tehdy součást monarchie rakousko-uherské, položily základní kameny v lyžování tedy nejen u nás, ale i v Rakousku, a to současně s alpskými oblastmi. Dnešní lyžaři Spartaku Vrchlabí, Sokola Janské Lázně, Slavojů Kořenov ani nevědí, jaké mají slavné předchůdce. Vždyť v roce 1896 byl ve Vrchlabí založen lyžařský klub s 62 členy, v janských Lázních se 100 členy a v Kořenově s 22 členy. Všechny tři

ŠVÝCARSKO

Dr. K. Wolf a H. Brunner, profesori na známé Sportovní škole v Magglingen ve Švýcarsku, zhotovili filmovou studii, rozdělenou do dvou částí: historickou a dobovou. Předmětem studie je bojovně diskutované a aktuální téma — kristianie. V úvodním slově říká dr. Wolf, že film není určen k tomu, aby tendenčně zasahoval do diskuse, probíhající o tomto typickém lyžařském svihu. Jde o studii, jež má vysvětlit jisté spjitosti a stádia vývoje. V úvodní části filmu, který v polovině listopadu byl v Curychu předveden řadě lyžařských pracovníků, je demonstrována jízda dnešní mládeže. Renné Colliard, Lilo Michel, Werner Schmid, Arthur Furrer a další jsou mezi demonstrátory. Hlavní část filmu je rozdělena do čtyř dílů — přivratná kristianie, rotační kristianie, protišvihová kristianie a krátké švihy. Každý z těchto čtyř dílů se opět dělí na část historickou a dobovou. Předvádí asi 50 jezdců a jezdkyň, všichni, kdož v uplynulých 25 letech stáli v popředí sjezdového sportu. Jsou mezi nimi tato slavná jména: David Zogg, Otto Furrer, Ellas Julen, Anton Seelos, Karl Molitor a další. Záběry jsou vybrány z filmového archivu Jakoba Burlata a ilustrují kristiani jak v metodickém výcviku, tak v závodech. Vývoj v současné době je zastoupen těmito jmény: Christian Prawda, Zeno Colo, Stein Eriksen, Georges Schneider, Toni Sailer, Roger Staub, Josi Rieder, Madeleine Berthold, Frieda Dänzer, Betsy Snite a další. Kritika uvádí, že film s barevnými záběry ze současnosti prý podává ucelený obraz o vývoji lyžařského sjezdového sportu s možností nepřebírného pozorování a srovnávání. OK

POJIŠTĚNÍ ÚČASTNÍKŮ II. CELOSTÁTNÍ SPARTAKIÁDY

Tělovýchovné jednoty zaměřují intenzivně svou činnost v tomto údobí na zdárné splnění všech příprav na II. celostátní spartakiádu.

Mezi ty hospodářské organizace našeho společenského života, které napomáhají zdatu spartakiády i tentokrát — tak jak tomu bylo i při I. celostátní spartakiádě —, přistupuje také Státní pojišťovna, která v zájmu hmotného zabezpečení účastníků spartakiád pro případ nepředvídaných majetkových škod, případně úrazů, vypracovala nové a zdokonalené podmínky pro sružené pojištění účastníků spartakiád.

Toto pojištění může uzavřít každý účastník spartakiády, který se ve své tělovýchovné jednotě nebo jiné organizaci, zúčastněné na zajišťování spartakiád, k pojištění přihlásí a zaplatí jediné pojistné podle rozsahu pojistného zabezpečení. Za jediné pojistné 10 Kčs je v pojištění zahrnuto: pojištění proti následkům zákonné odpovědnosti, pojištění proti škodám z krádeže vloupáním a z krádeže prosté, pojištění proti škodám zivelním, pojištění úrazové včetně pojištění při nácviu na spartakiádu. Připouští se však také sjednání sruženého pojištění účastníků spartakiád v užším rozsahu.

Sružené pojištění účastníků spartakiád vztahuje se na činnost souvisící s účastí pojištěného na spartakiádách; za takovou činnost se považuje nejen vlastní cvičení, ale i jiná účast, cesta z bydliště do místa spartakiád a nazpět, účast na různých podnicích plánovaných jako součást okresních a krajských spartakiád a II. celostátní spartakiády, bydlení ve společných ubytovacích zařízeních atd.

V závěru ještě podotýkáme, že členům ČSTV zůstávají v plném rozsahu zachovány nároky z hromadné úrazové pojistné smlouvy sjednané s ÚV ČSTV, takže sružené pojištění účastníků spartakiád zabezpečuje pro případ nepředvídaných majetkových škod a případně úrazů, nárok na výplatu škodních náhrad nad rámec této celostátní smlouvy.

Podrobné informace vám poskytne Inspektorát Státní pojišťovny. Jsou v každém okresním městě, v Praze ve všech obvodech.



Snímky běžců v olympijské přípravě z posledních tréninků na umělé hmotě v Tatranské Lomnici. Hrubý, Patočková, Matouš a Paulusová i Čillík najezdili už stovky kilometrů a jejich forma slibuje dobré výkony v olympijském roce.

(Foto Ján Pollač)



